

# familylife FIVE

5 Minuten für deine Beziehung

## DIE 36 FRAGEN DER STUDIE VON DR. ARTHUR ARON

Jemand liest die Frage vor und beantwortet sie. Dann beantwortet das Gegenüber die gleiche Frage. Nach jedem Level wechselt die Reihenfolge: Die andere Person liest die Fragen vor und beantwortet sie zuerst.

### Level 1

1. Wenn du dir eine Person auf der Welt aussuchen könntest: Wen hättest du gerne als Gast zum Abendessen?
2. Wärest du gerne berühmt? Wofür?
3. Hast du jemals einstudiert, was du am Telefon sagen willst, bevor du jemanden angerufen hast? Warum?
4. Wie würdest du einen perfekten Tag beschreiben?
5. Wann hast du das letzte Mal für dich gesungen? Für jemand anderen?
6. Wenn du 90 Jahre alt werden könntest und du ab dem 30. Lebensjahr entweder den Körper oder den Geist eines 30-Jährigen für die restlichen 60 Jahre behalten könntest, was würdest du wählen?
7. Hast du eine geheime Vorahnung davon, wie du sterben wirst?
8. Nenne drei Dinge, die du und dein Gegenüber offenbar gemeinsam haben.
9. Für welchen Aspekt deines Lebens bist du am dankbarsten?
10. Wenn du irgendetwas an der Art ändern könntest, wie du aufgezogen wurdest, was wäre das?
11. Nimm dir vier Minuten, um deinem Partner so viel von deiner Lebensgeschichte zu erzählen, wie möglich.
12. Wenn du morgen aufwachen könntest und eine Fähigkeit oder Qualität aussuchen könntest, die du hinzugewonnen hast, welche wäre das?

### Level 2

13. Wenn eine Kristallkugel dir die Wahrheit über dich, dein Leben, die Zukunft oder irgendetwas anderes verraten könnte, was würdest du wissen wollen?
14. Gibt es etwas, von dem du schon sehr lange träumst? Warum hast du es noch nicht getan?
15. Was ist die größte Leistung deines Lebens?
16. Was schätzt du an einer Freundschaft am meisten?
17. Was ist deine wertvollste Erinnerung?
18. Was ist deine schlimmste Erinnerung?
19. Wenn du wüsstest, dass du in einem Jahr plötzlich sterben wirst, würdest du irgendetwas an der Art ändern, wie du jetzt lebst? Warum?
20. Was bedeutet Freundschaft für dich?
21. Welche Rolle spielen Liebe und Zuneigung in deinem Leben?
22. Erzählt euch abwechselnd, welche positiven Eigenschaften euer Gegenüber hat. Nennt insgesamt fünf Charakterzüge.
23. Wie nahe steht sich deine Familie? Hast du das Gefühl, deine Kindheit war glücklicher als die der meisten anderen Menschen?
24. Wie ist die Beziehung zu deiner Mutter?

### Level 3

25. Macht drei wahre »Wir«-Aussagen über euch. Zum Beispiel »Wir sind gerade in diesem Raum und fühlen uns...«
26. Vervollständige diesen Satz: »Ich wünschte, ich hätte jemanden, dem ich erzählen könnte, dass ...«
27. Wenn dein Gegenüber ein enger Freund von dir werden würde, was müsste er über dich wissen?
28. Sag deinem Gegenüber, was du an ihm magst. Sei ehrlich und sag auch Dinge, die du normalerweise nicht zu jemandem sagen würdest, den du gerade kennengelernt hast.
29. Teile einen peinlichen Moment aus deinem Leben mit deinem Gegenüber.
30. Wann hast du das letzte Mal vor einem anderen Menschen geweint? Wann hast du das letzte Mal allein geweint?
31. Erzähle deinem Gegenüber, was du jetzt schon an ihm magst.
32. Was – wenn es überhaupt etwas gibt – ist zu ernst, um Witze darüber zu machen?
33. Wenn du heute Abend sterben würdest, ohne die Möglichkeit, mit irgendjemandem zu sprechen, was würdest du am meisten bereuen, jemandem nicht gesagt zu haben? Warum hast du es dieser Person noch nicht gesagt?
34. Dein Haus, in dem sich alles befindet, was du besitzt, steht in Flammen. Nachdem du deine Familie und Haustiere gerettet hast, reicht die Zeit noch aus, um eine Sache aus dem Haus zu retten. Was wäre das? Warum?
35. Von allen Menschen in deiner Familie – wessen Tod würde dich am meisten mitnehmen?
36. Teile ein persönliches Problem mit deinem Partner und frage ihn, wie er es lösen würde. Frage deinen Partner auch nach seiner Einschätzung, wie du dich mit dem Problem fühlst.