

## **Arbeitsheft: Übergänge gestalten – Aufbrüche wagen**

(CC BY-SA 2.0 DE)

## Fragen und Übungen

1. Worauf freuen Sie sich, wenn Sie in Rente sind?

2. Haben Sie Befürchtungen bezüglich der Rente? Wenn ja, welche?

3. Welche Übergänge haben Sie in Ihrem Leben schon erlebt?

**4. Was zeichnet den Übergang in die nachberufliche Phase aus? Was unterscheidet ihn von den anderen Übergängen, die Sie schon erlebt haben?**

**5. Welche Lebensbereiche werden von diesem Übergang betroffen sein?**

**6. Wer in Ihrem Umfeld wird von diesem Übergang betroffen sein?**

**7. Was werden Sie an Ihrem Berufsleben vermissen?**

**8. Welche Aufgaben gibt es im Alter?**

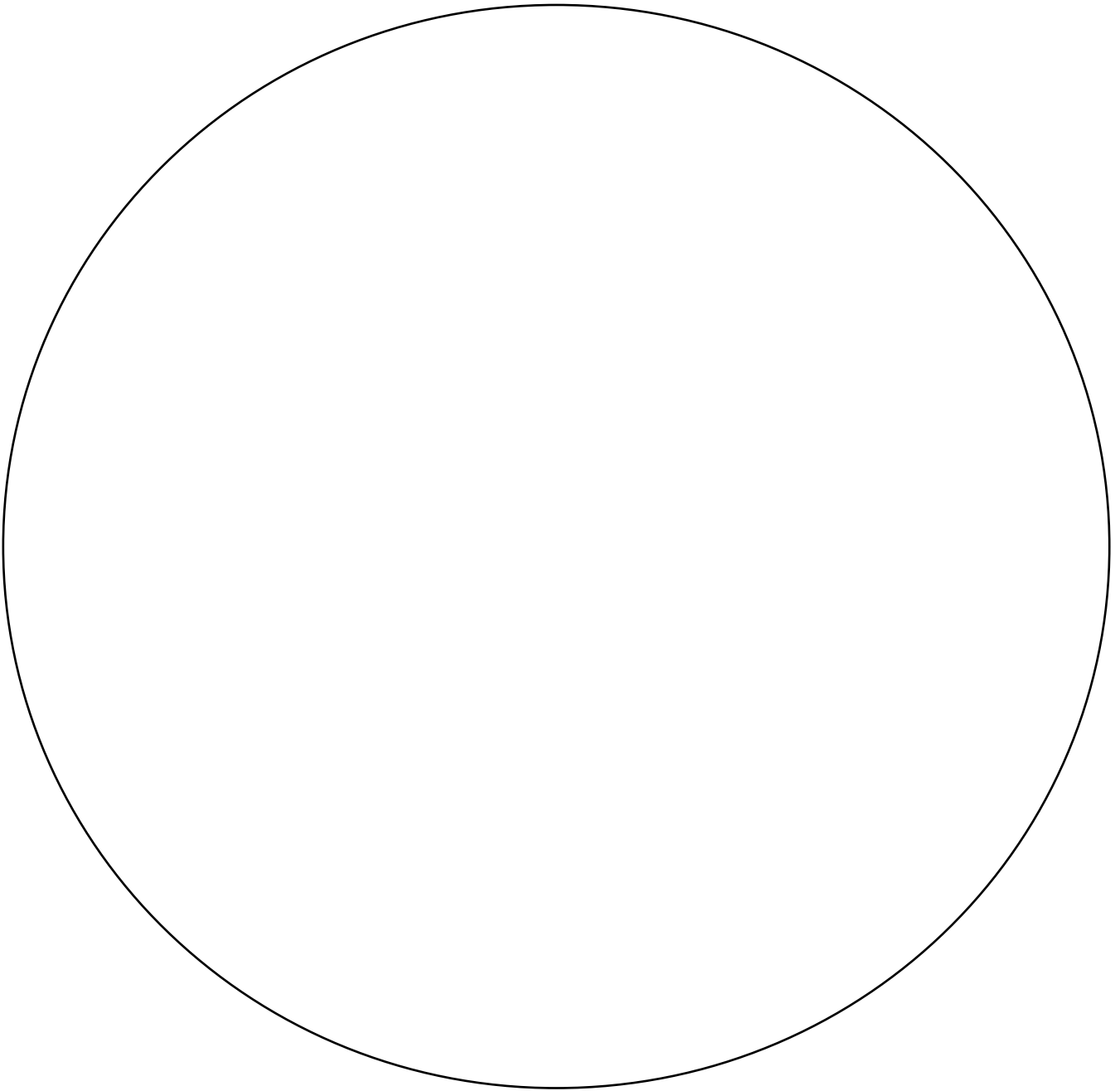
**9. Was hindert Menschen daran sich neue Ziele zu setzen oder neue Wege zu gehen?**

**10. Wann haben Sie zuletzt etwas Neues gewagt? Wann haben Sie zuletzt etwas Neues nicht getraut? Warum?**

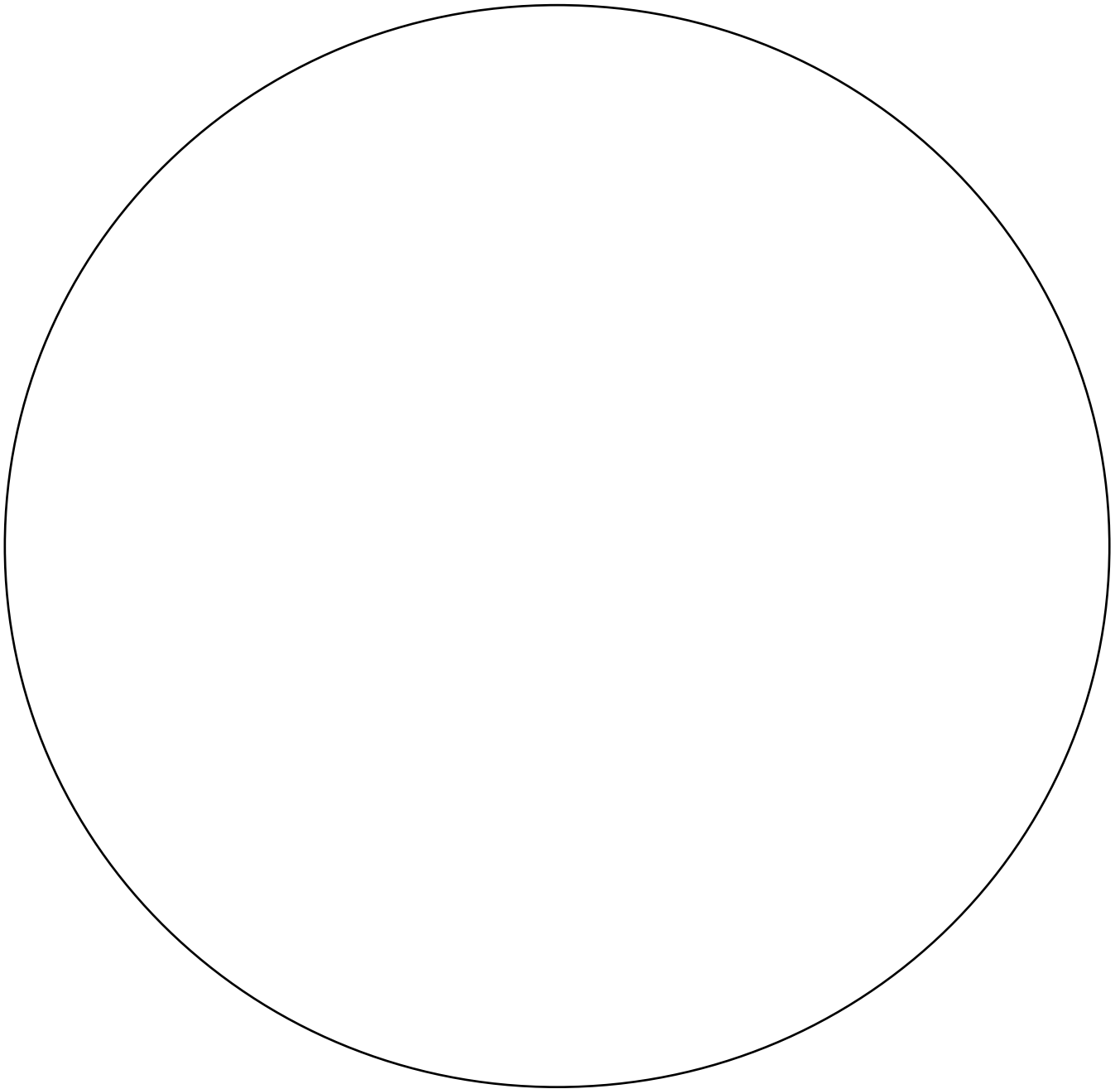
**11. Welche Lebensbereiche werden sich mit dem Eintritt in die Rente ändern?**



**13. Zeichnen Sie die wesentliche Elemente in den Kreis ein, die Sie in Ihrem Berufsleben ausgemacht haben bzw. ausmachen.**



**14. Zeichnen Sie die wesentlichen Elemente in den Kreis, die Sie in der Rente ausmachen.**





Dieses Arbeitsheft ist im Rahmen des Projekts „Übergänge gestalten – Aufbrüche wagen“ entstanden. Das Projekt wurde vom Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg von Mai 2019-Dezember 2020 gefördert.



**Baden-Württemberg**

MINISTERIUM FÜR KULTUS, JUGEND UND SPORT

Weitergabe unter gleichen Bedingungen  
(CC BY-SA 2.0 DE)

Sie dürfen diesen Text:

- Teilen — das Material in jedwedem Format oder Medium vervielfältigen und weiterverbreiten
- Bearbeiten — das Material remixen, verändern und darauf aufbauen und zwar für beliebige Zwecke, sogar kommerziell .

### **Herausgeber**

Zentrum für Allgemeine Wissenschaftliche  
Weiterbildung (ZAWiW) der Universität Ulm  
Albert-Einstein-Allee 11  
89081 Ulm