

Ηλικία/ Έτος	Εμπειρία Υγεία, Οικογένεια, Εκπαίδευση/Εργασία, Σημαντικά Γεγονότα Ζωής κ.λπ.	Σημασία/Νόημα Τι σημασία είχε για μένα εκείνη την περίοδο (π.χ. Ήμουν μόνος/η, δεν ήμουν αγαπητός/ή, μου φέρθηκαν άδικο, με πλήγωσαν, με απέρριψαν)
0 - 5		
6 – 10		
11 – 15		
16 - 20		

Ηλικία/ Έτος	Εμπειρία Υγεία, Οικογένεια, Εκπαίδευση/Εργασία, Σημαντικά Γεγονότα Ζωής κ.λπ.	Σημασία/Νόημα Τι σημασία είχε για μένα εκείνη την περίοδο (π.χ. Ήμουν μόνος/η, δεν ήμουν αγαπητός/ή, μου φέρθηκαν άδικο, με πλήγωσαν, με απέρριψαν)

Ηλικία/ Έτος	Εμπειρία Υγεία, Οικογένεια, Εκπαίδευση/Εργασία, Σημαντικά Γεγονότα Ζωής κ.λπ.	Σημασία/Νόημα Τι σημασία είχε για μένα εκείνη την περίοδο (π.χ. Ήμουν μόνος/η, δεν ήμουν αγαπητός/ή, μου φέρθηκαν άδικο, με πλήγωσαν, με απέρριψαν)