SO FINDEST DU DEINE BERUFUNG

Die 3 großen Kräfte

Deines Lebens nutzen

Dieses Arbeitsblatt hilft Dir, Klarheit über die drei Kräfte zu gewinnen, die Deinen Weg zur Berufung beeinflussen.

Nimm Dir Zeit, um die Fragen ehrlich zu beantworten. Notiere Deine Antworten direkt hier oder in Deinem persönlichen Notizbuch.

> **WICHTIG**
>
> Sobald Du dieses Dokument auf Dein Gerät heruntergeladen hast, speichert es Deine Eingaben. So kannst Du jederzeit weiter daran arbeiten. Alternativ kannst Du es ausdrucken und handschriftlich ausfüllen.

01 Erkenne Deine stärkste Zugkraft

Zugkräfte sind Dinge, die Dich anziehen – eine Vision, eine Sehnsucht, eine Idee oder eine Tätigkeit, die Dich fasziniert.

FRAGE DICH

Gibt es schon eine Idee, ein Thema oder eine Tätigkeit, die mich tief im Inneren ruft? Falls ja: Welche?

Habe ich eine Sehnsucht nach einer bestimmten ART ZU LEBEN? Falls ja: Wie stelle ich es mir vor?

Wenn ich mir mein perfektes Leben vorstellen dürfte – was wäre besonders wichtig darin enthalten?

INTUITIVE EINSCHÄTZUNG

Wie stark ist diese Zugkraft für mich? *(1 – kaum spürbar, 10 – extrem stark)*

○ 1 ○ 2 ○ 3 ○ 4 ○ 5 ○ 6 ○ 7 ○ 8 ○ 9 ○ 10

02 Nutze Deine Schubkräfte

Schubkräfte sind innere Dränge, die Dich nach vorne schieben – meist ein starkes Gefühl, von etwas wegzuwollen.

BEANTWORTE DIR SELBST FOLGENDE FRAGEN

Gibt es etwas in meinem Leben, das mich drängt, mich zu verändern?

Gibt es eine Situation, aus der ich innerlich hinauswill?

Gibt es etwas, das sich „nicht mehr richtig“ anfühlt?

INTUITIVE EINSCHÄTZUNG

Wie stark ist diese Schubkraft für mich? *(1 – kaum spürbar, 10 – extrem stark)*

○ 1 ○ 2 ○ 3 ○ 4 ○ 5 ○ 6 ○ 7 ○ 8 ○ 9 ○ 10

03 Löse Rückhaltekräfte bewusst auf

Rückhaltekräfte sind Dinge, die Dich festhalten – Ängste, Zweifel oder äußere Erwartungen, die Dich ausbremsen.

FRAGE DICH PASSEND HIERZU

Was hält mich zurück, obwohl ich spüre, dass es Zeit wäre, weiterzugehen?

Welche Ängste oder Zweifel tauchen auf?

Gibt es äußere Erwartungen, die mich bremsen?

Sind diese Hindernisse wirklich real – oder eher alte Gedankenmuster?

INTUITIVE EINSCHÄTZUNG

Wie stark sind diese Rückhaltekräfte für mich? *(1 – kaum spürbar, 10 – extrem stark)*

○ 1 ○ 2 ○ 3 ○ 4 ○ 5 ○ 6 ○ 7 ○ 8 ○ 9 ○ 10

ABSCHLUSSREFLEXION

Welche eine Erkenntnis aus dieser Übung hat mich am meisten überrascht?

Welche meiner drei Kräfte ist am stärksten – und wie kann ich sie für mich nutzen?

ZUSAMMENFASSUNG

Jetzt kennst Du die drei großen Kräfte, die Deinen Weg zur Berufung beeinflussen. Das ermöglicht es Dir, sie bewusst zu nutzen oder ihnen bewusst zu widerstehen.

NÄCHSTER SCHRITT

Versuche, Deine Zugkräfte zu verstärken, Deine Schubkräfte als Antrieb zu nutzen und Deine Rückhaltekräfte aktiv zu hinterfragen.

Mach Dir Notizen zu Deinen persönlichen Erkenntnissen – wir sehen uns im nächsten Kursteil wieder!