

Landkarte deiner Inneren Führung

Die Grafik auf der folgenden Seite zeigt dir 12 Felder, die deine tiefsten inneren Steuerimpulse, Bedürfnisse und Orientierungsachsen im Leben widerspiegeln. Diese Felder wirken meist unbewusst – aber sie steuern, wie du fühlst, denkst, sprichst, entscheidest und dich durchs Leben bewegst.

Ziel der Übung:

Du erhältst ein klares Bild davon, welche Bereiche deiner inneren Führung aktuell wach, bewusst und aktiv sind – und wo ungenutztes Potenzial, energetische Leerräume oder innere Blockaden wirken. Es entsteht eine visuelle Landkarte deiner inneren Ausrichtung, die du als Spiegel und Navigationshilfe nutzen kannst.

So gehst du vor:

1. Nimm dir Zeit für jedes der 12 Felder. **Spüre hinein:** Wie präsent ist dieser Bereich in deinem Leben – emotional, geistig, energetisch, im Alltag? Da wir nicht immer im gleichen Zustand sind, gib einen Durchschnitt an, eine Tendenz.

2. **Bewerte jedes Feld** mit einer Zahl von 0 bis 5 und male es entsprechend aus:

0 = kaum spürbar, blockiert, inaktiv

5 = voll gelebt, bewusst aktiviert, kraftvoll integriert

3. **Mach`s spielerisch ohne Zensur.** Sei ehrlich mit dir selbst. Es geht nicht darum, was du gern wärst – sondern darum, was du **aktuell gerade lebst**.

Reflexion:

- Betrachte das entstandene Muster als Momentaufnahme deiner inneren Landkarte.
- Welche Felder dominieren? Wo ist Energie, wo Leere?
- Was erstaunt dich?
- Und was ruft nach mehr Aufmerksamkeit?

Bringe bitte deine Landkarte zum Workshop „Vom Wunsch zur Wirklichkeit“ mit!

Landkarte deiner Inneren Führung

