

Im Folgenden findest du eine Reihe von Fragen, die dir eine große Hilfe sein können, wenn du die Antworten in deinem Erkenntnis-Journal notierst.

Natürlich musst du nicht alle Fragen beantworten. Suche dir diejenigen heraus, die dir interessant erscheinen und die dir mehr über dich selbst verraten könnten.

01 *Was würdest du werden, wenn du nicht scheitern könntest?
(Ermöglicht den Zugang zu dem, was du wirklich willst.)*

02 *Von allen Menschen auf der Welt – wessen Job hättest du am liebsten?
Was tut dieser Mensch? Was gefällt dir daran so gut?*

03 *Was macht dir Spaß? Welche Situationen magst du? Was tust du gern?
Was liest du gern? Worüber redest du gern? Wenn du ein Buch
schreiben würdest, worüber würdest du schreiben?*

Bitte notiere mindestens fünfzig Dinge, die dir richtig Spaß machen.
Denke dabei nicht daran, was das mit einer Arbeit zu tun haben könnte,
sonst limitierst du dich sofort.

04 *Was kannst du gut? Was sind deine Talente (von Geburt an) und deine
Fähigkeiten (im Laufe des Lebens entwickelt)?*

05 *Über welche Art von Intelligenz verfügst du?
(Eigentlich sollte es die erste und oberste Pflicht der Schule sein, die
Intelligenz-Art ihrer Schüler festzustellen und sie zu entwickeln.)*

Es gibt mindestens elf verschiedene Arten:

(1) musikalische Intelligenz, (2) sprachliche Intelligenz, (3) faktische Intelligenz, (4) analytische Intelligenz, (5) räumliche Intelligenz, (6) praktische Intelligenz, (7) körperliche Intelligenz, (8) soziale Intelligenz, (9) intuitive Intelligenz, (10) unternehmerische Intelligenz, (11) darstellerische Intelligenz.

06 *Notiere deine zehn wichtigsten Erfolge ausführlich. Frage dich
anschließend: Welche Talente und Fähigkeiten habe ich eingesetzt, um
zu diesen Erfolgen zu kommen? Gibt es Fähigkeiten, die ich für mehrere
Erfolge eingesetzt habe?*

- 07** Stelle dir vor, du hättest nur noch sechs Monate zu leben:
Was würdest du ab heute tun, wenn dem so wäre?
- 08** *Wann mobilisierst du außergewöhnliche Energie?
In welchen Situationen und unter welchen Bedingungen bist du besonders motiviert? Kannst du derartige Situationen planen?
Gibt es eine Arbeit, in der solche Situationen oft vorkommen?*
- 09** Du hast bereits ermittelt, was dir Spaß macht und was deine Fähigkeiten sind. Lege nun diese beiden Listen nebeneinander und notiere die Dinge, die auf beiden Listen vorkommen.
Diese neue Liste ist sehr wichtig: *Sie ist deine goldene Liste.*
- 10** Nimm deine goldene Liste und überlege, wie du die einzelnen Elemente darauf vereinen kannst.
- 11** Notiere alle bedeutenden Ereignisse deines Lebens in chronologischer Reihenfolge rund um einen Kreis. Beginne mit dem wichtigsten Ereignis nach deiner Geburt.
- Frage dich: Habe ich mich bei meinen Entscheidungen von anderen beeinflussen lassen (fremdbestimmt) oder habe ich selber entschieden (selbstbestimmt)? Wann war ich erfolgreicher?*
- 12** Nachdem du alle Ereignisse deines Lebens notiert hast, reduziere diese auf die fünf bis zehn wichtigsten Meilensteine.
- Notiere die allerwichtigsten Ereignisse deines Lebens. Frage dich, welchem Entwicklungsprozess dein Leben in der jeweiligen Phase unterscheidet.
- 13** Wenn du die Meilensteine betrachtest: *Erkennst du einen roten Faden, der sich durch dein Leben zieht? Kehrt ein Thema, kehren gewisse Bedürfnisse immer wieder?*
- 14** Denk an alle schlimmen Dinge, die dir zugestoßen sind:
Was könnte gut daran gewesen sein? Wozu kann das, was du erlebt hast, heute nützlich sein, um anderen zu helfen?
- 15** Überlege, welche Werte du in deinem Leben künftig:
a.) nicht mehr haben willst und b.) welche dazukommen sollen.
- Dies setzt voraus, dass du Werte als Glaubenssätze erkennst und weißt, dass du einen Glaubenssatz jederzeit ändern kannst.