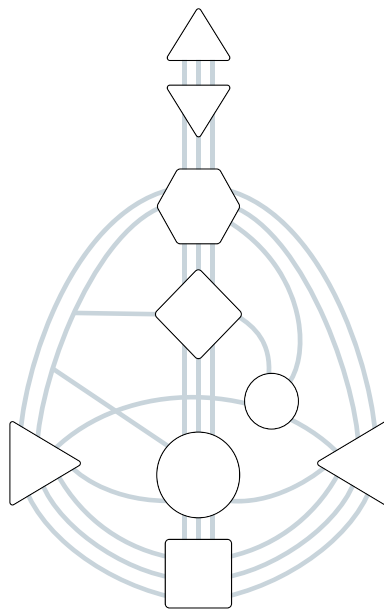




HUMAN DESIGN WISDOM

FRAGEN NACH TYP & AUTORITÄT



Ein Handout für bewusste
Begleitung & Kommunikation

Marlen Feusi Inner Work
Embodiment & innere Arbeit
online und in Solothurn (CH)
www.marlenfeusi.com

***Online Kurs Human
Design Wisdom**
4h+ Videomaterial & Skript



In Human Design erkennen wir: Nicht jeder Mensch trifft Entscheidungen gleich.
Die Art, wie wir Fragen stellen, kann Türen öffnen – oder sie verschliessen.

Dieses Handout unterstützt Dich dabei, Menschen auf achtsame Weise zu begleiten – im Einklang mit ihrem Design. Es enthält konkrete Fragenformate für die fünf Typen und die unterschiedlichen Entscheidungs-Autoritäten. So stärkst du Selbstverbindung, Klarheit und Entscheidungsfähigkeit in Gesprächen – auf natürliche, kraftvolle Weise.

Hinweis zur Anwendung

Die Human Design Perspektive ist ein Werkzeug zur Selbsterkenntnis, kein Etikett. Es geht nicht darum, Dich oder andere in eine Schublade zu stecken, sondern die Einzigartigkeit zu bestärken. Lass Dich von den Informationen inspirieren, nicht einschränken.

Die Fragen sind Beispiele – nicht als Regeln gedacht. Nutze sie mit Feingefühl, Präsenz und Vertrauen in den eigenen Ausdruck. Weniger ist oft mehr.

© 2025 Marlen Feusi – Inner Work

Dieses Handout wurde mit Sorgfalt und Intention für den Online Kurs Human Design Wisdom* erstellt.

Die Inhalte sind urheberrechtlich geschützt. Bitte nutze sie achtsam und teile sie nicht ohne vorherige Zustimmung von Marlen Feusi.

Marlen Feusi Inner Work
Embodiment & innere Arbeit
online und in Solothurn (CH)





Generator 37% Der Erbauer

Der Generator ist wie ein Motor mit Ausdauer: Wenn etwas richtig für ihn ist, hat er unendliche Energie dafür. Er reagiert auf das Leben und spürt in seinem Bauch, was sich richtig anfühlt. Freude ist sein Kompass. Sie zeigen uns, wie man das Leben lebendig macht und genießt. Du fühlst Dich lebendig.

Leitfrage: Wozu sagt dein Bauch Ja?

Signature Phrase: Oh das liebe ich!

Hauptärgernis: Beschuldigung

Strategie: Reagieren, in Ruhe auf das Leben antworten

Energiefluss: Stabil und konstant, wenn in der Freude

Fokus: linear – eins nach dem anderen

Tempo: Gleichmässiger, nachhaltiger Flow

Geschenke: Durchhaltevermögen, Fokus, Tiefe in Prozessen.

Herausforderungen: Macher, nicht Problemlöser. Energie in Aufgaben zu investieren, die keine Freude mehr bereiten. Von anderen dasselbe Level an Energie zu erwarten.

Im Zweifel: Sag nein.

Release: Erlöse sie von dem was sie auslaugt. Wenn ihre Begeisterung ausserhalb der Schule liegt - lass sie, vertraue, ermutige. Gib so viele Möglichkeiten wie möglich, in ihrer Freude zu sein. Sie machen ihren Weg ohnehin.

Braucht: Echte Freude, Geduld auf sakrale Antwort abzuwarten, Wertschätzung für seine konstante Energie & Präsenz, Räume, in denen er spürt: „*Ich darf ganz ich sein.*“

Kommunikationsstil: direkt, klar, anregend, konkret. Körper-/Bauchgefühl einladend.

Fragen-Stil: Klare Ja-/Nein-Fragen, zum Reagieren einladen. “Magst Du das machen?”

Higher Self: *Zufriedenheit – wenn er seiner Freude folgt*

“Ich könnte das den ganzen Tag machen ohne dabei müde zu werden”

- Verkörpert tiefe Lebensfreude und Lebendigkeit
- Folgt dem inneren „Ja“ des Sakrals
- Baut nachhaltig Energie auf durch erfüllende Tätigkeiten
- Lebt im Vertrauen, dass das Leben ihm alles zur rechten Zeit zeigt

Lower Self: *Frustration – wenn er Dinge tut, die ihn nicht erfüllen*

Guidance: “Ich bin nicht im Einklang mit meiner sakralen Wahrheit.”

- Sagt Ja trotz innerem Nein
- Fühlt sich ausgelaugt, gefangen, fremdgesteuert
- Tut Dinge aus Pflichtgefühl oder weil „man das so macht“
- Frustriert, weil keine echte Freude da ist



Manifestor 9% Trailblazer, Pionier, Initiator

Bringt Neues in die Welt, unabhängig, kraftvoll. Feueranzünder: Er bringt neue Ideen in die Welt und geht seinen eigenen Weg. Er wartet nicht, sondern spürt einen inneren Impuls – und folgt ihm im vollsten Vertrauen. Übermittler göttlicher/universeller Messages, bewegen die Welt vorwärts. Du fühlst Dich durch sie ermutigt.

Leitfrage: Was willst du initiieren?

Signature Phrase: Fuck it.

Hauptärgernis: Kontrolle

Strategie: informieren, mitnehmen - nicht um Erlaubnis fragen. Sie sind nicht dafür geschaffen, zu reagieren, sie initiieren.

Energiefluss: wellenartig, äusserst kraftvolle Urges vs lange Pausen nach Initiation, 9to5 brennt sie schnell aus

Fokus: Freiheit, Selbstbestimmung, Raum zum Folgen innerer Impulse

Tempo: fast übermenschliche Urge-Phasen vs Ruhe-Phasen, in welchem sie den nächsten Urge downloaden

Geschenke: schafft neue Wege, die andere erst später verstehen werden. Mutig. Bricht bestehende Normen & Muster auf, verschiebt Grenzen des Machbaren, entfacht Feuer. Inspiriert, provoziert, empfängt direkt göttliche Impulse.

Herausforderungen: Initiator, nicht Follower. Das Gefühl haben, beenden zu müssen was einst gestartet. Playing small. Würde und wird oft als „zu viel“ oder „schwierig“ empfunden, deswegen klein gehalten, korrigiert. Wird oft nicht verstanden, da sie Impulse auf die Erde bringen, die andere schlicht (noch) nicht nachvollziehen können. Eigenen Umgang lernen Urge vs Rest.

Im Zweifel: Erhebe Deine Stimme.

Release: überlass ihnen Raum zum Lead. Geh mit, sie wissen **immer** aus sich heraus, was gut ist für sie. Folge & vertraue. (auch wenn sie die Schule wechseln möchten, Homeschooling etc.)

Braucht: Vertrauen in seine Kraft – kein Eingreifen von aussen. Eigenmacht, Unabhängigkeit, Rückzugsmöglichkeiten. Anerkennung für seine initiierenden Impulse, Vertrauen, dass sein Weg oft neu & unbekannt ist. Freiheit, selbst zu entscheiden – ohne Rechtfertigung.

Kommunikationsstil: Möchte selbst entscheiden. Kommuniziert wenn dann aus sich heraus, nicht zu viele Fragen stellen. Respektvoll, ohne Druck – auf Augenhöhe.

Fragen-Stil: nur offene Fragen stellen.

Higher Self: *Frieden – wenn er unabhängig initiiert und informiert*

“Es passiert alles so schnell und von alleine, so dass ich kaum hinterher mag”

- Lebt kraftvolle Eigenständigkeit und Unabhängigkeit
- Wartet nicht auf Erlaubnis oder Bestätigung
- Initiiert mutig Neues, folgt inneren Impulsen, ohne Anspruch auf Perfektionismus
- Fühlt sich sicher in der eigenen Wirkung
- Informiert andere aus Klarheit – ohne zu rechtfertigen

Lower Self: *Wut – wenn er sich kontrolliert, gebremst oder übergangen fühlt*

Guidance: “Ich bin nicht frei, meinen Weg zu gehen.”

- Hat Angst vor Ablehnung oder Kontrolle
- Zieht sich zurück oder rebelliert impulsiv
- Wird wütend, wenn die Freiheit eingeschränkt wird
- Zweifelt an der eigenen Wirkungskraft



Manifestierender Generator 33% Schneller Multitasker

Ein lebendiger Wirbelwind: Schnell, energiegeladen, vielseitig. Will alles gleichzeitig – und zwar jetzt. Er liebt es, verschiedene Dinge auszuprobieren und effizient voranzugehen. Auch er reagiert aus dem Bauch, darf dabei aber Umwege gehen. Sie zeigen uns neue verschiedene, dynamische und interessante Möglichkeiten auf. Du fühlst Dich, als ob Dir die Welt zu Füßen liegen würde.

Leitfrage: Wozu zieht es dich JETZT?

Signature Phrase: Das will ich ausprobieren!

Hauptärgernis: in eine Box gequetscht zu werden

Strategie: Reagieren & dann informieren

Energiefluss: Sprunghaft, kraftvoll, sehr dynamisch

Fokus: Multitasking, nicht-linear. Sprunghaftigkeit zulassen!

Tempo: Schnell, spontan, sprunghaft

Geschenk: Schnell in Umsetzung, energiegeladen, vielseitigste Interessen

Herausforderungen: Explorer, not planner. Gefühl, beenden zu müssen was gestartet, zu lange Commitments. Von anderen den eigenen Pace zu erwarten.

Im Zweifel: Mach was anderes.

Release: Bestärke sie in all ihren Interessen & Fähigkeiten, Commitment level tief halten, sodass sie sich jederzeit umentscheiden können: Ermutige sie zum Neustart.

Braucht: Freiheit, Bewegung. Raum für Effizienz & Schnelligkeit, um vielem gleichzeitig zu folgen. Ermutigung, seinen Weg auch mit Umwegen zu gehen. Akzeptanz für seine Sprunghaftigkeit & Vielfalt. Impulse, auf die er reagieren darf – ohne Limitierung!

Kommunikationsstil: Schnell, offen, spontan – mit Spielraum. Lass ihnen Raum, Dinge anders zu machen als geplant.

Fragen-Stil: Ja-/Nein-Fragen / Konkrete Fragen mit Flexibilität für Richtungswechsel

Higher Self: *Zufriedenheit & Frieden – wenn er multitasken & flexibel reagieren darf*

“Ich habe soooo viel Energie, ich fühl mich wie Superwoman/man”

- Lebt in radikaler Freiheit und Authentizität
- Gibt sich die Erlaubnis, sprunghaft und vielseitig zu sein
- Verkörpert Geschwindigkeit & Umsetzungskraft
- Vertraut auf den eigenen Weg jenseits der Norm

Lower Self: *Frustration & Wut* – wenn er gebremst wird oder sich falsch einsetzt

Guidance: "Ich versuche, mich an Tempo oder Wege anzupassen, die nicht meine sind."

- Versucht sich zu zügeln oder anzupassen
- Fühlt sich schuldig, wenn sie sich umentscheiden
- Lässt sich von Erwartungen bremsen
- Frustriert und wütend, wenn sie sich eingesperrt fühlen



Projektor 20% Der Guide

Der Projektor ist wie ein Leuchtturm: Er sieht tiefer, erkennt Muster und weiss, wie Energie klug gelenkt wird. Er wartet auf Einladung, bevor er seine Weisheit teilt – und wird dann für seine Sicht gefeiert. Sie sind hier, um uns einen effektiveren Weg aufzuzeigen. Du fühlst Dich weise.

Leitfrage: Wirst du gesehen?

Signature Phrase: Oh, wie interessant!

Hauptärgernis: ihnen erzählen welches der beste Weg ist etwas zu tun

Strategie: Auf Einladung warten – besonders bei Ratschlägen & Beziehungen

Energiefluss: Nicht konstant – braucht Pausen & bewussten Umgang mit Ressourcen, 9to5 brennt sie schnell aus

Fokus: Menschen, Systeme, Tiefe, Effizienz

Tempo: ruhig, durchdringend, effizient, nicht-linear

Geschenk: Tiefe Weisheit, feine Wahrnehmung, neue Perspektiven. Sieht das grosse Ganze, Potenzial & eingefahrene Muster. Leader.

Herausforderungen: Strategie, nicht Vollstrecker. Versucht mitzuhalten, obwohl er anders funktioniert (burning out). Wird abgelehnt, wenn er seine Sichtweise ohne vorherige Einladung platziert. Fühlt sich nicht gesehen, nicht wertgeschätzt.

Im Zweifel: Beobachte weiter.

Release: Erkenne ihre Einsicht an & ermutige sie, ihre Energie dort hin zu investieren wo ihre Interessen liegen - und dass es okay ist, wenn sie etwas nicht interessiert. Sie brauchen Anerkennung von dem, was sie lieben - und nicht von dem, was sie ohnehin nie lieben werden.

Braucht: Einladung, Anerkennung & Wertschätzung für seine Sichtweise, nicht für sein Tun. Erlaubnis, nicht zu leisten, sondern zu leuchten. Richtige Umgebung, echtes Zuhören. Raum für Regeneration und Weitblick.

Kommunikationsstil: Möchte gefragt & eingeladen werden. Anerkennend, tief, wertschätzend. Life-Changer für Projektoren selbst: "Ich habe hier einen Impuls - soll ich ihn mit Dir teilen?"

Fragen-Stil: ihre Sichtweise einladend, echtes Interesse

Higher Self: *Erfolg – wenn er gesehen und anerkannt wird*

"Ich sehe sofort was hier gebraucht wird!"

- Erkennt seine Weisheit & Tiefe als Geschenk
- Wartet auf echte Einladung, bevor er teilt
- Fühlt sich gesehen und wertgeschätzt
- Führt mit feinem Blick & Klarheit durch Energie anderer

Lower Self: *Verbitterung* – wenn er übergangen wird

Guidance: "Ich versuche zu wirken, ohne erkannt zu werden."

- Fühlt sich übersehen, ausgelaugt oder verbittert
- Versucht sich sichtbar zu machen – ohne Einladung. Gefallen wollen.
- Mischt sich ungefragt ein, verteilt Ratschläge
- Will beweisen, dass er „mithalten“ kann



Reflektor 1% Der Spiegel

Der Reflektor ist wie ein Mond: Er spiegelt, wie es der Umgebung wirklich geht und zeigt den Zustand von Systemen oder Gruppen. Er ist feinfühlig, offen und verändert sich mit den Zyklen. Er braucht Zeit und Stille, um seine eigene Wahrheit zu spüren. Macht die Menschheit sich seiner selbst bewusst. Du fühlst Dich gesehen.

Leitfrage: Wie fühlt es sich über Zeit an?

Signature Phrase: Ich fühle es genau so.

Hauptärgernis: Druck, Eile

Strategie: Einen Mondzyklus abwarten – ca. 28 Tage für klare Entscheidungen

Energiefluss: Nicht konstant – braucht Pausen & bewussten Umgang mit Ressourcen. Offen & wandelbar – sehr abhängig von Umgebung & Zyklen

Fokus: Stimmungen, Atmosphäre, kollektive Dynamiken

Tempo: variabel, zyklisch. Durchlebt in einem Zyklus alle anderen Energietypen!

Geschenk: Tiefe Weisheit durch Perspektivenvielfalt, große Sensibilität

Herausforderungen: Spiegel, nicht Performer. Verliert sich in anderen, fühlt sich „nicht greifbar“, kennt sich selbst nicht aus, Überforderung. Braucht Zeit, um herauszufinden, was eigentlich seins ist.

Im Zweifel: Warte.

Release: Achte auf Deine Energie, wie Du ihnen entgegentrittst Schaffe Raum für sie, in welchem sie ganz alleine sein können. Gib ihnen so viele Optionen und Möglichkeiten wie möglich, wo sie hineinspüren können. Frage ab, welche sich für sie gut resp. schlecht angefühlt haben.

Braucht: Zeit, Raum, klare, stimmige Umgebung – frei von toxischer Energie, Erdung. Menschen, die ihn nicht festlegen, sondern offen halten. Orte, an denen er sich leicht und gesehen fühlt. Vertrauen in seinen Spiegel. Kein Erwartungsdruck.

Kommunikationsstil: Möchte nicht gedrängt werden – braucht Raum zum spüren, reflektieren, spiegeln.

Fragen-Stil: sanft, offen, spiegelnd, Raum und Zeit gebend

Higher Self: *Überraschung / Staunen* – wenn das Leben ihn positiv bewegt und er mit der Umgebung in Resonanz ist. “Hier möchte ich sein.” oder “Hier stimmt was nicht:

- Spiegelt die Umgebung mit tiefer Klarheit
- Lebt im Flow mit den Zyklen (Mond)
- Weiss, dass Wandel & Flexibilität ihr Wesen ist
- Verkörpert Präsenz, Tiefe und Sensibilität

Lower Self: *Enttäuschung* – wenn er merkt, dass sein Umfeld nicht stimmig ist oder ihn nicht nährt.

Guidance: "Ich bin nicht im richtigen Feld oder in der richtigen Energie."

- Fühlt sich überfordert, verloren oder leer
- Identifiziert sich mit anderen / Umgebung
- Trifft vorschnelle Entscheidungen
- Fühlt sich wie „falsch“ in einer schnellen Welt

Die 5 Energietypen

Der Weg des Funken

Manifestor kreiert/zündet den Funken

Generator wird davon erleuchtet

MG verteilt ihn

Projektor lenkt ihn

Reflektor spiegelt ihn zu uns zurück

Fussball als Bühne

Manifestor *Kapitän / Leader / Spielmacher mit eigenem Rhythmus*

„Ich sehe, was zu tun ist – und dann mach ich's einfach.“

- Initiiert das Spiel
- Wild, unvorhersehbar, voller Genialität & Überraschung
- Braucht Freiheit

Generator *Zentrales Mittelfeld / Dauerläufer*

„Gebt mir was zu tun – und ich bring's zu Ende.“

- Konstante Power, trägt das Team, Rückgrat der Mannschaft
- Räumt & baut auf
- Wartet bis Ball kommt
- Wenn er liebt, was er tut, geht ihm nie die Puste aus

MG *Stürmer / Flügelspieler / offensiver Mittelfeldspieler*

„Ich mach das Tor – oder die Vorlage. Oder beides. Gleichzeitig.“

- Wartet auf Ball und dann ist er mit den Manifestoren an der Front
- Schnell, dynamisch, impulsiv
- Immer bereit, zu sprinten, zu wechseln, Lücken zu nutzen
- Spielt oft überall gleichzeitig

Projektor *Trainer, strategischer Verteidiger / Spielanalytiker auf dem Feld*

„Ich sehe, was funktioniert.“

- Führt durch Perspektive, nicht durch Kraft
- Legt Ball vor
- Erkennt Spielzüge & Muster, sieht, wie andere besser spielen können
- Muss eingeladen werden – dann brilliert er

Reflektor *Teamspiegel / Energiebarometer / Publikumsliebbling / Goalie*

„Ich fühl, was das Team gerade braucht – und reagiere im richtigen Moment.“

- Spiegelt die Stimmung auf dem Platz. Wenn das Team stimmt, ist er magisch
- Braucht einen klaren, stabilen Rahmen – dann wird er überraschend genial
- andere Regeln, Mysterium



Die 6 Linien

Linie 1 – Der Forscher / Die Basis

Verstehen wollen - „*Ich will erst mal alles genau wissen.*“

Unersättlicher Wissensdurst, Ermittler tiefgründigen Wissens, Experte - baut stabiles Fundament auf. Dadurch Fels in der Brandung für andere.

Braucht:

- ✓ Stabilität & Sicherheit durch Wissen
- ✓ Zeit für Rückzug zur Integration
- ✓ Selbstreflexion: Brauche ich dieses Wissen jetzt oder ist es Selbstsabotage / Ablenkung?
- ✓ Sicherheit in sich selbst zu finden, nicht im Aussen

Herausforderung: Analysis Paralysis. Selbstkritik. Perfektionismus.

Linie 2 - Das Naturtalent / Die Einsiedlerin

Natürlich & zurückgezogen - „*Ich kann das irgendwie... aber lass mich einfach ich sein.*“

Naturtalent, unabhängiger Freigeist, Natürlichkeit & Leichtigkeit, Ideenlieferant.

Braucht:

- ✓ Rückzug
- ✓ Leichtigkeit!
- ✓ Selbstreflexion: Ist es schwer für mich, dann ist es nicht richtig

Herausforderung: Kompletter Rückzug. Glaubt, Zertifikate haben zu müssen für Naturtalente.

Linie 3 - Die Entdeckerin / Der Aktivist

Learning by Doing - „*Ich probier's aus – und wenn's schiefgeht, lern ich draus.*“

Mut, Flexibilität, Abenteuerlustig, Pioniergeist, Resilienz, Expertise durch Erfahrung.

Braucht:

- ✓ lernt durch direkte Erfahrung – oft durch Versuch & Irrtum
- ✓ Freiraum: lernt ausschliesslich durch Ausprobieren, Fehler, Fettnäpfchen! lässt sich nichts sagen
- ✓ Mindset: Nichts ist Fehler, alles ist Experiment.
- ✓ Neues zum Entdecken
- ✓ Selbstreflexion: Habe ich Angst, einen Fehler zu machen, und gehe deswegen nicht los?
- ✓ Raum zum Atmen, will jederzeit Flügel ausbreiten und losfliegen

Herausforderung: Selbstkritik, Angst vor Fehlern



Die 6 Linien

Linie 4 - Die Netzwerkerin / Das Herz

Beziehungen & Einfluss - „Ich kenn da jemanden...“

Gemeinschaft, Tiefe, Verbindung, Freunde. Wirken durch ihr Umfeld, ihr Netzwerk, ihre Beziehungen. Wirkt sehr anziehend, sieht Menschen und ihre Bedürfnisse.

Braucht:

- ✓ Community, Verbindungen, Tiefe mit viel Einfluss auf Umfeld & umgekehrt
- ✓ Harmonie, Akzeptanz und Aufrichtigkeit
- ✓ Boundaries! Selbstreflexion: Wer gehört zu meinem Inner Circle? Wer tut mir gut?

Herausforderung: Vermischen Business & Vergnügen, keine Grenzen

Linie 5 - Der Problemlöser / Die Visionärin

Pragmatisch - „Ich seh, was funktioniert – für alle.“

Kompetenz, Führungskraft, Pragmatismus, Effektivität, Logik, klare Kommunikation. Aura strahlt Sicherheit aus. Ihre Gabe ist es, andere zu erreichen & zu führen.

Braucht:

- ✓ Vertrauen und Raum: will alles selbst machen, will den Code knacken
- ✓ Muss eigene Rolle bestimmen
- ✓ Boundaries! Selbstreflexion: Worin möchte ich meine Energie investieren?

Herausforderung: Magnet für andere, die Lösungen suchen. Unrealistisch hohe Erwartungen. Projektionsfläche für andere: Wird oft in Rollen hineingesehen, die gar passen.

Linie 6 - Der Weise / Die Beobachterin

Lebensphasen & Weitblick - „Ich seh das Ganze – und irgendwann leb ich's vor.“

Tiefe, Perspektive, Weisheit. Mentor, Vorbild, Führer. Inspiration, Leuchtturm, Wegweiser. Sie gehen durch drei Lebensphasen: ausprobieren (3er) – beobachten – verkörpern.

Braucht:

- ✓ Rückzug
- ✓ Zurücktretten: Du bist Inspiration und musst nicht aktiv die Welt verändern
- ✓ Selbstreflexion: Wer schätzt meine Weisheit wirklich? Wo fühle ich mich für etwas verantwortlich, was nicht meins ist? Wo bin ich zu sehr am Tun, anstelle in der Beobachterrolle zu sein?

Herausforderung: Trennung, Distanziertheit, Erwartungsdruck. Du kannst den Weg weisen, ihn aber nicht mitgehen.



Generator & Manifestierender Generator

Ziel: In Resonanz treten mit dem, was von aussen kommt. Warten. Geduld ist ihre Stärke.

Entscheidungsort: Bauch (Sakralzentrum)

Was sie verbindet:

- ✓ definiertes **Sakralzentrum**
- ✓ hier, um **ihrer Freude & Lebendigkeit** zu folgen
- ✓ brauchen **klare Reize von aussen**, auf die sie **reagieren** können
- ✓ erleben **Frustration**, wenn sie aus dem Verstand heraus entscheiden

Mögen:

- ✓ Klare Ja-/Nein-Fragen
- ✓ Konkrete Wahlmöglichkeiten
- ✓ Körperlich spürbare Reaktionen

Mögen nicht:

- ✗ Offene, kopflastige Fragen
- ✗ Druck, Kontrolle, Initiieren müssen

Geeignete Fragen:

- ✓ Willst du das heute machen?
- ✓ Fühlt sich das für dich richtig an für Dich?
- ✓ Macht dir das Spass/Freude?
- ✓ Willst Du jetzt lieber X oder Y?
- ✓ Hast du gerade Lust, das zu machen?

Ungeeignet:

- ✗ Was willst Du heute machen?
- ✗ Was fühlt sich für Dich richtig an?
- ✗ Was macht Dir Spass?

Hilfreiche Ergänzungsfragen – bei Entscheidungsschwierigkeiten:

- ✓ Sagt Dein Bauch Ja oder Nein dazu, wenn Du daran denkst?
- ✓ Fühlt es sich in Deinem Bauch lebendig an?
- ✓ Sagt Dein Körper Ja oder Nein dazu?
- ✓ Fühlst Du Freude in Deinem Körper?
- ✓ Will dein Körper das gerade?

Hinweis: Generatoren & MGs spüren ihre Wahrheit in Bauch & Körper. Ein klares "Mhm!", "Uhhh", Kribbeln oder ein Ganzkörper „Yes!“ sind Signale. Keine Reaktion, Unwohlsein oder Unsicherheit = Nein.



Fragen nach Typ

Manifestor

Ziel: Freie Entscheidungen treffen und aus innerem Impuls initiieren

Entscheidungsort: Je nach Autorität

Mögen:

- ✓ Raum für Eigeninitiative
- ✓ Selbstbestimmte Entscheidungen
- ✓ Vertrauen in ihre Impulse
- ✓ keine resp. nicht zu viele Fragen aufs Mal

Mögen nicht:

- ✗ Einschränkungen, Vorgaben, Kontrolle
- ✗ Nur eine Auswahl statt freier Wille
- ✗ Misstrauen gegenüber ihrer Kraft & Weisheit

Geeignete Fragen:

- ✓ Womit willst du heute einfach mal anfangen?
- ✓ Was willst du selbst gerade starten?
- ✓ Was möchtest Du heute selbst machen?
- ✓ Hast Du eine Idee, was Du heute starten willst?
- ✓ Möchtest Du mir sagen, was Du vorhast, bevor Du loslegst?
- ✓ Was brauchst Du, um loszugehen?
- ✓ Was brauchst Du, um Deinen Plan umsetzen zu können?
- ✓ Was ruft Dich gerade?

Ungeeignet:

- ✗ Willst du das (XY) heute machen?
- ✗ Willst Du heute X oder Y machen/essen?

Hinweis: Manifestoren haben oft Impulse, die andere (noch) nicht nachvollziehen können. Sie brauchen Vertrauen. Sie initiieren Neues, oft Unsichtbares.

Fragen nach Typ

Projektor

Ziel: Erkannt werden für ihre Perspektive und Weisheit

Entscheidungsort: Je nach Autorität

Mögen:

- ✓ Echte Einladungen & echtes Zuhören
- ✓ Fragen, die auf ihre Sichtweise abzielen
- ✓ Anerkennung ihrer Weisheit

Mögen nicht:

- ✗ Übergehen werden
- ✗ Einschränkungen oder Kontrolle
- ✗ Nicht nach ihrer Meinung gefragt zu werden

Geeignete Fragen:

- ✓ Wie möchtest Du das angehen?
- ✓ Was erkennst Du hier?
- ✓ Was denkst du, wäre eine gute Lösung?
- ✓ Wie siehst Du das?
- ✓ Magst du mir erzählen, wie du die Situation siehst?
- ✓ Wie würdest du das machen?
- ✓ Was ist dir gerade aufgefallen?
- ✓ Was siehst Du, was ich vielleicht übersehen habe?
- ✓ Wie ist Deine Meinung dazu?
- ✓ Was findest Du würde hier Sinn machen?
- ✓ Was würde Dir (oder uns) am meisten dienen jetzt?

Ungeeignet:

- ✗ Willst Du es so oder so machen?
- ✗ Machen wir dies oder das?

Hinweis: Projektoren können Energien bestens einschätzen und zuteilen.

Reflektor

Ziel: Klarheit durch Zeit, Umgebung & Spiegelung

Entscheidungsort: Lunar (Mond-Autorität)

Mögen:

- ✓ Zeit & Raum
- ✓ Offene, langsame, tiefgehende Fragen
- ✓ Beobachtungsraum ohne Erwartung
- ✓ Verständnis für ihr feinfühliges, zartes Wesen
- ✓ Stimmungen erfragen

Mögen nicht:

- ✗ Druck, Eile, schnelle Entscheidungen
- ✗ Erwartung auf Klarheit im Moment

Geeignete Fragen:

- ✓ Wie fühlt sich das für dich gerade an – heute?
- ✓ Was hat sich heute für dich verändert?
- ✓ Fühlt es sich jetzt gerade in Dir eher nach X oder Y an?
- ✓ Was brauchst du, um dich wohlfühlen?
- ✓ Wie fühlst du dich gerade hier in der Klasse / zu Hause?
- ✓ Was nimmst Du wahr?
- ✓ Was hat sich für Dich verändert in den letzten Tagen und Wochen?
- ✓ Wie fühlst Du Dich damit in einer Woche?
- ✓ Wie meinst Du fühlt sich das nach ein paar Tagen an?

Ungeeignet:

- ✗ Wie ist Deine definitive Meinung dazu?
- ✗ Willst Du jetzt X oder Y machen?

Hinweis: Reflektoren spiegeln ihr Umfeld & brauchen lange Zeitzyklen, um Klarheit zu finden. Sie entscheiden nicht linear, sondern rhythmisch.



Emotionale Autorität 50%

Keine Wahrheit im jetzigen Moment

Braucht:

- ✓ Zeit
- ✓ emotionale Klarheit
- ✓ Gefühlsschwankungen ernst nehmen
- ✓ auf die Ruhe abwarten nach dem emotionalen Wellenreiten

Nicht hilfreich:

- ✗ Entscheidungen im Hoch oder Tief
- ✗ Druck zur schnellen Entscheidung

Geeignete Fragen:

- ✓ Wie fühlst du dich heute im Vergleich zu gestern?
- ✓ Willst du erstmal drüber schlafen?
- ✓ Hast Du schon darüber geschlafen?
- ✓ Magst du mal abwarten, wie du dich morgen fühlst?
- ✓ Kannst du's dir vorstellen, auch in ein paar Tagen noch zu wollen?
- ✓ Wie war dein Gefühl gestern dazu – ist es heute noch gleich?
- ✓ Willst du dir noch ein bisschen Zeit nehmen, bevor du entscheidest?
- ✓ Was sagt deine Stimmung dazu, wenn du's dir in Ruhe vorstellst?



Sakrale Autorität 30%

Die Stimme im Bauch, die im jetzigen Moment eine klare Antwort geben kann

Braucht:

- ✓ Klare Bauchreaktion im Moment
- ✓ Körperlich orientierte, konkrete Fragen
- ✓ Nicht zu viel Nachdenken

Geeignete Fragen:

- ✓ Spürst du ein Ja oder Nein?
- ✓ Willst du's machen – jetzt oder gar nicht?
- ✓ Was sagt dein Bauch jetzt – ohne drüber nachzudenken?
- ✓ Will dein Körper das gerade?
- ✓ Willst du das – ja oder nein?
- ✓ Wirst du davon lebendig oder nicht?
- ✓ Fühlt sich das nach Spass an oder eher nicht?
- ✓ Wenn du an die Idee denkst – kribbelt es oder nicht?



Fragen nach Autorität

Milz - Autorität 10%

Die Antwort ist da, bevor die Frage zu Ende gestellt wurde

Braucht:

- ✓ Sofortige Eingebung im Moment
- ✓ Körpersignale beachten
- ✓ Raum für spontane Wahrnehmung

Die Milz spricht nur einmal – flüchtig, leise, glasklar.

Geeignete Fragen:

- ✓ Was war dein erster Impuls?
- ✓ Was hast du im allerersten Moment gespürt?
- ✓ Was sagt dein Instinkt – nicht dein Kopf?
- ✓ Was hast du zuerst gespürt, als du davon gehört hast?
- ✓ Hast du ein leises Gefühl oder eine Ahnung?
- ✓ Fühlt sich das gut / sicher / gesund an?
- ✓ Hast du ein komisches oder ein gutes Gefühl dabei?



Fragen nach Autorität

Ego - Autorität 3–4%

Stark und selbstbewusst. Was ist der beste Deal für mich?

Braucht:

- ✓ Entscheidung aus dem eigenen Willen
- ✓ Klare Verbindung zur eigenen Motivation
- ✓ Kein schlechtes Gewissen, keine Fremdbestimmung

Geeignete Fragen:

- ✓ Willst du das wirklich – aus dir heraus?
- ✓ Hast du Lust, deine Energie da reinzugeben?
- ✓ Willst du dafür deine Kraft einsetzen?
- ✓ Fühlt sich das für dich kraftvoll an?
- ✓ Hast du das Gefühl: Das mach ich jetzt weil ich das will?
- ✓ Was willst DU – unabhängig von allen anderen?



Selbst-Projizierende Autorität 2-3% Projektor only

Wer möchtest du in dieser Welt sein?

Braucht:

- ✓ Zeit & eine tiefe Verbindung zu sich selbst
- ✓ Eigene innere Wahrheit, Identität, Richtung, Intuition
- ✓ Muss seine eigene Vision kennen
- ✓ Hört eigene Wahrheit, wenn sie sich selbst laut sprechen hören
- ✓ Raum zum Erzählen
- ✓ Reflexion durch Zuhören

Geeignete Fragen:

- ✓ Erzähl mal – was fühlt sich richtig an?
- ✓ Erzähl mir einfach mal – wie fühlst du dich dabei?
- ✓ Magst du einfach mal erzählen, wie du dich dabei fühlst?
- ✓ Was sagt dein Herz, wenn du's laut aussprichst?
- ✓ Was sagt dein Herz, wenn du's dir selbst erzählst?
- ✓ Sprich mal aus und schau wie Du fühlst dabei
- ✓ Was kommt dir, wenn du darüber sprichst?
- ✓ Klingt das für dich nach dir?
- ✓ Wer bist du in dieser Entscheidung?

Mentale Autorität 1-2% Projektor only

Findet Antworten und Wahrheit im Aussen - keine körperliche Reaktion

Braucht:

- ✓ Einen sicheren Raum & vertraute Umgebung
- ✓ Reflektierende Gespräche, Austausch
- ✓ Offenes Denken, sich selbst zuhören
- ✓ Zeit & Raum, um laut zu reflektieren
- ✓ Mentale Klarheit durch Resonanz – nicht durch Körpergefühl

Geeignete Fragen:

- ✓ Magst du einfach mal laut aussprechen, was dich bewegt?
- ✓ Wie klingt das, wenn du es dir selbst sagst?
- ✓ Was spürst du, wenn du es aussprichst – verändert sich was?
- ✓ In welchem Gedanken liegt für dich mehr Leichtigkeit?
- ✓ Welche Option fühlt sich weiter an, wenn du sie beschreibst?
- ✓ Wenn du's dir selbst laut erklärst – was macht am meisten Sinn für dich?
- ✓ Was zeigt sich dir, wenn du das mal ganz frei in Worte fasst?
- ✓ Wenn du dich innerlich beobachtest – wo zieht's dich mehr hin?
- ✓ Was hörst du zwischen deinen eigenen Worten?

Hinweis:

Unterschiede mentale vs. selbst-projizierende Autorität

Die selbst-projizierende Autorität gewinnt Klarheit durch die Stimme des Selbst. Sie hat ein klares Gefühl für ihre innere Wahrheit, ist intuitiv.

Die mentale Autorität durch die Resonanz im Raum & Gesprächspartner. Sie ist analytisch, reflexiv, logisch, braucht Zeit für Entscheidungen.

Selbst-projizierend: "Was klingt mehr nach mir?"

Mental: "Was fühlt sich im Raum richtig an?"



Lunar/Mond-Autorität 1% Reflektor only

Verschiedene Blickwinkel

Braucht:

- ✓ Zeit – ideal: ein Mondzyklus
- ✓ Veränderungen im Außen beobachten
- ✓ Flexibilität & Geduld

Geeignete Fragen:

- ✓ Wie fühlt sich das über Zeit hinweg an?
- ✓ Wie fühlt sich das nach ein paar Tagen / Wochen für dich an?
- ✓ Wie verändert sich dein Gefühl, wenn du länger drüber nachdenkst?
- ✓ Was hast du in verschiedenen Phasen darüber gespürt?
- ✓ Was merkst du, wenn du an verschiedenen Tagen dran denkst?
- ✓ Was verändert sich mit deiner Umgebung?
- ✓ Was verändert sich für dich, wenn du im anderen Umfeld bist?
- ✓ Willst du einfach noch ein paar Tage drüber nachdenken?
- ✓ Möchtest du's über den Mondzyklus hinweg beobachten?