

Arbeitsblatt

Arbeitsblatt – Deinen aktuell stärksten Archetypen erkennen und bewusst mit ihm arbeiten

Dieses Arbeitsblatt dient nicht dazu, dich in eine feste Rolle einzuordnen. Es soll dir helfen zu erkennen, welche innere Kraft momentan besonders aktiv ist und welche Themen, Muster und Potenziale damit verbunden sind.

Wichtig dabei ist:

Jeder Mensch trägt mehrere Archetypen in sich. Dennoch gibt es oft einen Anteil, der im aktuellen Lebensabschnitt besonders stark wirkt. Genau dort liegen meist sowohl die größten Herausforderungen als auch die größten Entwicklungsmöglichkeiten.

Nimm dir beim Ausfüllen Zeit und beantworte die Fragen ehrlich. Nicht so, wie du gern wärst – sondern so, wie du dich tatsächlich erlebst.

Schritt 1 – Welche Themen ziehen sich durch dein Leben?

Beantworte die Fragen möglichst spontan.

Was beschäftigt dich emotional am häufigsten?

Welche Situationen wiederholen sich in deinem Leben immer wieder?

Womit haben andere Menschen dich schon häufig beschrieben?

Was fällt dir leicht, auch ohne große Anstrengung?

Was kostet dich besonders viel Energie?

Schritt 2 – Welcher Archetyp zeigt sich am stärksten?

Lies die Beschreibungen langsam durch und markiere, wo du dich emotional am meisten wiedererkennst.

Der Seher

Du beobachtest viel, erkennst Zusammenhänge schnell und spürst oft früh, wenn etwas nicht stimmig ist. Gleichzeitig zweifelst du manchmal an deiner Wahrnehmung oder ziehst dich eher zurück, statt auszusprechen, was du erkennst.

Die Liebende / Der Liebende

Verbindung, Nähe und emotionale Tiefe sind dir wichtig. Du spürst andere Menschen stark und gibst oft viel in Beziehungen. Gleichzeitig besteht die Gefahr, dich selbst dabei zu verlieren oder deine eigenen Bedürfnisse zurückzustellen.

Der Krieger

Du handelst, setzt Grenzen und übernimmst Verantwortung, wenn es notwendig ist. Gleichzeitig neigst du vielleicht dazu, ständig kämpfen zu müssen oder Druck aufzubauen, selbst wenn Ruhe eigentlich möglich wäre.

Der Schöpfer

Du trägst viele Ideen, Visionen oder kreative Impulse in dir. Du möchtest gestalten und ausdrücken, was in dir lebt. Gleichzeitig können Selbstzweifel, Perfektionismus oder mangelnde Umsetzung dich blockieren.

Der Wächter

Du achtest stark auf Sicherheit, Grenzen und Stimmigkeit. Du erkennst schnell, wenn etwas nicht passt oder sich unsicher anfühlt. Gleichzeitig kann daraus Misstrauen, Kontrolle oder Rückzug entstehen.

Der Herrscher

Du denkst strukturiert, übernimmst Verantwortung und möchtest Ordnung schaffen. Gleichzeitig fällt es dir vielleicht schwer, Kontrolle abzugeben oder Schwäche zuzulassen.

Der Heiler

Du spürst Prozesse und Bedürfnisse anderer Menschen sehr deutlich. Du möchtest unterstützen, begleiten oder helfen. Gleichzeitig neigst du möglicherweise dazu, zu viel zu tragen oder dich für andere verantwortlich zu fühlen.

Mein aktuell stärkster Archetyp

Schritt 3 – Die Schattenseite erkennen

Jeder Archetyp besitzt nicht nur eine Stärke, sondern auch ein Muster.

Deshalb ist die wichtigste Frage nicht:

„Was ist meine Stärke?“

Sondern:

„Wie lebe ich sie gerade?“

Welche wiederkehrenden Muster erkenne ich bei mir?

Wo verliere ich mich immer wieder?

Welche Gefühle tauchen besonders häufig auf?

Was versuche ich zu kontrollieren, festzuhalten oder zu vermeiden?

Schritt 4 – Den Archetypen bewusst leben

Der Sinn archetypischer Arbeit liegt nicht darin, Anteile zu verdrängen. Ziel ist es, bewusster mit ihnen umzugehen.

Was würde meinem Archetypen aktuell gut tun?

Welche Eigenschaft darf ich stärken?

Wo brauche ich mehr Balance?

Welcher andere Archetyp könnte mir als Ausgleich helfen?

Verbindung zu tierischen Archetypen

Wenn du deinen menschlichen Archetypen erkannt hast, kannst du zusätzlich schauen, welche tierische Energie dich besonders anspricht.

Denn tierische Archetypen zeigen oft, wie deine innere Kraft instinktiv gelebt wird.

Nicht logisch wählen.

Sondern spüren.

Welches Tier zieht mich spontan an – und warum?

Abschlussreflexion

Archetypen sind keine festen Rollen. Sie verändern sich, entwickeln sich weiter und zeigen sich je nach Lebensphase unterschiedlich stark.

Das Ziel ist nicht, perfekt zu werden.

Das Ziel ist, dich selbst bewusster zu verstehen.

Denn je klarer du deine Muster erkennst, desto weniger wirst du unbewusst von ihnen gesteuert.

Und genau dort beginnt echte Veränderung.



seelenmagie

DEINE WEGBEGLEITUNG



Dein Weg. Deine Wahrheit. Dein Licht.
Ich begleite dich.

Tanja Burmester

SPIRITUELLE WEGBEGLEITERIN

*Scannen &
mehr erfahren*

