

# WORKBOOK

REISE ZU DEINEN  
POTENZIALEN

## DEIN WORKBOOK ZUR AUDIOREISE

Dieses Workbook begleitet deine innere Reise. Es schenkt dir Raum, deine Eindrücke zu reflektieren und festzuhalten. So kannst du das, was du während der Reise gespürt und gesehen hast, noch tiefer verankern.

### KONTAKTDATEN



+49 361 55049858



[kontakt@kristinehenniges.com](mailto:kontakt@kristinehenniges.com)



Karl-Marx-Platz 1, 99084 Erfurt

# REFLEXIONSFRAGEN

---

Welcher Ort ist dir begegnet? Wie hat er sich angefühlt?

Welche Gestalt/Präsenz/Symbol hat sich dir gezeigt?

Welche Botschaft oder Qualität hat es dir übermittelt?

# REFLEXIONSFRAGEN

---

Wie fühlt es sich an, wenn dieses Potenzial in dir lebendig wird?



# INTEGRATION IN DEN ALLTAG

Schreibe einen Satz auf, der dein Potenzial beschreibt („Ich bin ...“ oder „Meine Stärke ist ...“).

Finde ein Symbol oder Bild, das dich im Alltag daran erinnert.

Überlege: In welchen Situationen möchte ich dieses Potenzial bewusst einsetzen?

# ABSCHLUSSIMPULS

---

*Mein Potenzial begleitet mich, sanft, kraftvoll und jederzeit abrufbar.*

Platz für Notizen oder ein Bild, dass du selbst malen oder einkleben kannst.



# KONTAKT

[www.kristinehenniges.com](http://www.kristinehenniges.com)