



12 Fragen für Deinen Urlaub

(aus Folge 54 in “Mein Enneagramm Podcast”)



1 Auf welchem Energielevel bist Du gerade (vor dem Urlaub)? (Skala 1–10)

2 Wie tickst Du im Alltag? (Enneagramm-Typ, Hornevian Group...)

3 Wie tickst Du im Urlaub? und: Wie möchtest Du ticken?

4 Blick zurück: Was hat Dich in den letzten Urlauben gestresst?

5 Blick zurück: Was hat Dir Energie gegeben?

6 Blick zurück: Was hat Dich zum Strahlen gebracht?

7	Welche Rolle spielst Du in der Gruppe? Tut Dir diese Rolle gut?
8	Wieviel "Zusammen-Zeit" tut Dir gut? (Erwartungsmangement)
9	Brauchst Du auch Zeit für Dich alleine? (Grenzen setzen)
10	Wie strukturierst Du Deine Tage? (Planung vs. Spontaneität)
11	Wie kannst Du wirklich entspannen?
12	Worauf freust Du Dich? (Vorfreude genießen)
... und als Zusatz ... Was ist Dein "Non-Negotiable" für diesen Urlaub?	

Diese Fragen sind aus Folge 54 meines Enneagramm-Podcasts.

 [Jetzt Reinhören: http://www.ankefehring.com/podcast](http://www.ankefehring.com/podcast)

Du möchtest mehr über Dich und Deine Bedürfnisse erfahren? Lade Dir meinen kostenlosen Enneagramm-Selbsttest herunter oder abonniere meinen Newsletter für regelmäßige Impulse.

🔖 Selbsttest: www.ankefehring.com/persoentlichkeit/welcher-typ-bist-du

✉ Newsletter & mehr: www.ankefehring.com