



# Sinnsuche

## *60 Karten für Purpose-Coaching & Karrieregestaltung*

Die metaFox 'Sinnsuche' Karten von Dr. Martina Nohl verbinden die Zweiwort-Satz Genii nach Dick Richards mit den drei Wegen zum Sinn nach Viktor Frankl. Auf den 60 Coaching Karten findest du kurze Genius Statements und dazu passende Bilder.

Für deine Coaching-Praxis und die Sinnsuche ist die offene Interpretierbarkeit der Genius Statements oft ein Vorteil - schließlich zählt, welche Bedeutung der Genius für deine Klient:innen hat. Falls du zur Klärung oder als weiteren Reflexionsimpuls jedoch eine Definition der Genii möchtest, findest du sie in folgendem PDF.

Viel Freude beim Erkunden, Reflektieren und Diskutieren wünschen  
Martina Nohl & das metaFox Team



## Love & Live: Lieben- und Erlebensgenius

Purpose Statement	Beschreibung
<b>1. Abenteuer wagen</b>	Das Eingehen von Risiken und das Erkunden des Unbekannten, um persönliches Wachstum und neue Erfahrungen zu fördern.
<b>2. Menschen verbinden</b>	Die Fähigkeit, zwischenmenschliche Beziehungen aufzubauen und zu stärken, um Zusammenarbeit und gegenseitiges Verständnis zu fördern.
<b>3. Brücken bauen</b>	Konflikte lösen und Barrieren überwinden, um Verständnis und Zusammenarbeit zwischen unterschiedlichen Gruppen oder Individuen zu ermöglichen.
<b>4. Herzen erfreuen</b>	Freude und Glück in das Leben anderer bringen, oft durch kreative oder emotionale Ausdrucksformen.
<b>5. Gemeinschaft gestalten</b>	Aktive Beteiligung am Aufbau und der Pflege einer unterstützenden, inklusiven und kooperativen Gemeinschaft.
<b>6. Genuss zelebrieren</b>	Die Wertschätzung und Feier der schönen Dinge des Lebens, wie gutes Essen, Kunst oder Natur.
<b>7. Menschen inspirieren</b>	Andere dazu motivieren, ihr volles Potenzial auszuschöpfen und ihre Träume und Ziele zu verfolgen.
<b>8. Für Schönheit sorgen</b>	Den Raum und das Leben anderer durch ästhetische Gestaltung oder kreative Ausdrucksformen verschönern.
<b>9. Menschen begleiten</b>	Menschen bei der Bewältigung ihrer oft nicht so einfachen Lebensreise helfen, indem man sie unterstützt, berät und ermutigt.
<b>10. Kranke heilen</b>	Gesundheit und Wohlbefinden fördern, indem man Heilung und Linderung für Kranke oder Verletzte bietet.
<b>11. Bedürftigen helfen</b>	Unterstützung und Hilfe für diejenigen bieten, die in Not sind, sei es finanziell, emotional oder physisch.



Purpose Statement	Beschreibung
<b>12. Kinder stärken</b>	Kindern helfen, ein stabiles Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen in ihre Fähigkeiten für ihr zukünftiges Leben zu entwickeln.
<b>13. Mit Musik verzaubern</b>	Musik als Ausdrucksmittel nutzen, um Emotionen zu teilen und Menschen auf einer tieferen Ebene zu berühren und zu verbinden.
<b>14. Mit Tieren verbinden</b>	Eine tiefe Beziehung zu Tieren aufbauen und pflegen, oft im Dienste des Schutzes und der Fürsorge für sie.
<b>15. Freude schenken</b>	Anderen durch eine starke, liebevolle und fröhliche Präsenz und kleine Gesten Freude und Glück bringen.
<b>16. Überraschungen gestalten</b>	Kreativ und einfallsreich sein, um beispielsweise durch Geschenke oder Überraschungen unerwartete und aufregende Erlebnisse für andere zu schaffen.
<b>17. Wohlgefühl verbreiten</b>	Eine Atmosphäre des Komforts, der Sicherheit und des Wohlbefindens für andere schaffen, in der sie sich entspannen können.
<b>18. Geschichten erzählen</b>	Geschichten nutzen, um Wissen, Traditionen oder moralische Werte zu vermitteln und damit menschliche Erfahrungen zu bereichern und Entwicklungsprozesse anzustoßen.
<b>19. In Bewegung bringen</b>	Anderer dazu motivieren, aktiv zu werden, sei es körperlich, geistig oder sozial, um ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden zu verbessern.
<b>20. Einzigartigkeit entdecken</b>	Die individuellen Talente, Fähigkeiten und Persönlichkeitsmerkmale von Menschen erkennen und ihr "Wesen" auf tieferer Ebene entdecken.



## Create & Do: Schaffensgenius

Purpose Statement	Beschreibung
<b>21. Den Horizont erweitern</b>	Durch das Erlernen neuer Fähigkeiten, Kenntnisse oder das Erleben neuer Erfahrungen, den eigenen Horizont und den anderer Menschen zu erweitern.
<b>22. Perspektiven wechseln</b>	Die Fähigkeit, verschiedene Standpunkte einzunehmen und Probleme aus unterschiedlichen Blickwinkeln zu betrachten, um damit zur Lösungsfindung beizutragen.
<b>23. Entwicklung voranbringen</b>	Das Wachstum und die Verbesserung von Menschen, Organisationen oder Systemen unterstützen und fördern.
<b>24. Die Umwelt schützen</b>	Aktiv für den Schutz und die Erhaltung der Umwelt eintreten, um nachhaltige Lebensbedingungen für zukünftige Generationen zu gewährleisten.
<b>25. Probleme analysieren</b>	Die Fähigkeit, komplexe Fragestellungen zu untersuchen und sinnvolle Lösungen zu entwickeln.
<b>26. Strukturen schaffen</b>	Durch die Organisation von Systemen, Prozessen oder Ressourcen Stabilität und Effizienz fördern.
<b>27. Potenziale entfalten</b>	Die Fähigkeit, das volle Potenzial von Menschen, Projekten oder Situationen zu erkennen und zu fördern.
<b>28. Zukunft gestalten</b>	Visionen für eine bessere Zukunft entwickeln und umsetzen, indem man proaktiv Veränderungen anstößt oder unterstützt.
<b>29. Unterstützung geben</b>	Anderen praktische oder emotionale Hilfe anbieten, um sie in ihren Zielen, Herausforderungen oder Schwierigkeiten zu unterstützen.
<b>30. Mit den Händen erschaffen</b>	Handwerkliche oder künstlerische Fähigkeiten nutzen, um einzigartige und bedeutungsvolle Objekte oder Projekte zu schaffen.



Purpose Statement	Beschreibung
<b>31. Lehrreiches schreiben</b>	Wissen und Einsichten durch das Verfassen von Artikeln, Büchern oder Lehrmaterialien teilen.
<b>32. Für Gerechtigkeit sorgen</b>	Für Fairness und Gleichheit eintreten, indem man gegen Ungerechtigkeiten kämpft oder benachteiligte Gruppen unterstützt.
<b>33. Schönes gestalten</b>	Ästhetische oder künstlerische Werke erschaffen, um die Welt schöner und inspirierender zu gestalten.
<b>34. Kulturen versöhnen</b>	Brücken zwischen verschiedenen Kulturen schlagen, um Verständnis, Toleranz und Zusammenarbeit zu fördern.
<b>35. Technik entwickeln</b>	Technologische Innovationen entwerfen und entwickeln, um die Lebensqualität zu verbessern oder neue Möglichkeiten zu erschließen.
<b>36. Großes bauen</b>	Ambitionierte Projekte oder Bauwerke verwirklichen, um die menschliche Erfahrung zu erweitern und neue Grenzen zu erkunden.
<b>37. Projekte durchführen</b>	Organisieren, planen und umsetzen von Projekten, um Ziele zu erreichen und positive Veränderungen zu bewirken.
<b>38. Herausforderungen meistern</b>	Sich schwierigen Situationen stellen und Lösungen finden, um persönliche oder gemeinschaftliche Hindernisse zu überwinden.
<b>39. Als Vorbild vorangehen</b>	Ein Beispiel für Integrität, Leistung und Hingabe, oder auch durch andere gelebte Werte setzen, um andere zu inspirieren und zu ermutigen.
<b>40. Einzigartigkeit entdecken</b>	Die individuellen Talente, Fähigkeiten und Persönlichkeitsmerkmale von Menschen erkennen und ihr "Wesen" auf tieferer Ebene entdecken.



## Be & Believe: Spiritueller Einstellungsgenius

Purpose Statement	Beschreibung
<b>41. Weisheit vorleben</b>	Spirituelle und im Leben umgesetzte Weisheit demonstrieren und anderen helfen, ihr eigenes Verständnis und ihre eigene Perspektive zu entwickeln.
<b>42. Aus der Fülle schöpfen</b>	In Dankbarkeit und Zufriedenheit leben und diese Haltung vorleben, um ein erfülltes Leben zu fördern.
<b>43. Wesentliches erfassen</b>	Das Wesentliche des Lebens erkennen, sich darauf konzentrieren und Prioritäten setzen, um ein ausgewogenes und sinnvolles Leben zu führen und andere darin zu unterstützen.
<b>44. Für Achtsamkeit sorgen</b>	Achtsamkeit und Präsenz praktizieren und fördern, um das Wohlbefinden und die Selbstwahrnehmung zu verbessern.
<b>45. Fels in der Brandung sein</b>	In herausfordernden Zeiten Stabilität, Unterstützung und Orientierung bieten.
<b>46. Gesundheit fördern</b>	Aktiv an der Verbesserung der eigenen Gesundheit und der Gesundheit anderer arbeiten, um Wohlbefinden und Lebensqualität zu steigern.
<b>47. Ruhe bringen</b>	Frieden und Ruhe in stressigen oder chaotischen Situationen schaffen und verbreiten.
<b>48. Trost spenden</b>	Empathie und Mitgefühl zeigen, um anderen in schwierigen Zeiten Trost und Unterstützung zu bieten.
<b>49. Bedeutung geben</b>	Tieferen Sinn und Zweck in das eigene Leben und das Leben anderer bringen, um Erfüllung und Zufriedenheit zu fördern.
<b>50. Mit der Quelle verbinden/Essenz finden</b>	Spirituelle Verbindung und Einheit mit einer höheren Macht im Inneren finden und Menschen in die Erfahrung des Einsseins begleiten.



Purpose Statement	Beschreibung
<b>51. Auf Transzendentes hinweisen</b>	Anderen helfen, ihre Spiritualität zu entdecken und eine Verbindung mit transzendenten Erfahrungen oder dem Göttlichen herzustellen.
<b>52. Würde bewahren</b>	Die Würde und den Wert aller Menschen achten und verteidigen, unabhängig von ihren Umständen oder ihrem Hintergrund.
<b>53. Dem Höheren dienen</b>	Sich dem Dienst an einer höheren Macht, einem höheren Ziel widmen oder sozial wohltätig der Gemeinschaft dienen.
<b>54. Liebe verströmen</b>	Liebe und Mitgefühl in Gedanken, Worten und Handlungen ausdrücken und verbreiten.
<b>55. Das Gute entdecken</b>	Das Positive in den kleinen Dingen des Lebens, in Situationen, Menschen und Umständen suchen und schätzen.
<b>56. Zum Strahlen bringen</b>	Anderer ermutigen und unterstützen ihr Potenzial auszuschöpfen und ihre einzigartigen Gaben im Leben zur Entfaltung zu bringen.
<b>57. Frieden stiften</b>	Harmonie und Verständigung fördern, um Konflikte zu lösen und ein friedliches Zusammenleben zu ermöglichen.
<b>58. Schicksal annehmen</b>	Sich mit den schicksalhaften Gegebenheiten des Lebens versöhnen und dabei Weisheit und inneren Reichtum erlangen.
<b>59. Vertrauen geben</b>	Ehrlich, zuverlässig und loyal sein, um bei anderen Vertrauen aufzubauen und Beziehungen zu stärken.
<b>60. Dankbarkeit schenken</b>	Tiefe Dankbarkeit für das eigene Leben und alle Erfahrungen ausdrücken und andere dazu ermutigen, dasselbe zu tun.



[www.metaFox.eu](http://www.metaFox.eu) | [hallo@metaFox.eu](mailto:hallo@metaFox.eu)

metaFox GmbH | Carl-Spitzweg-Str. 61 | 90768 Fürth

Dr. Martina Nohl | [info@weiterbildung-coach.de](mailto:info@weiterbildung-coach.de) | [www.essenz-finden.de](http://www.essenz-finden.de)

**Entdecke mehr:**

[www.metaFox.eu/purpose](http://www.metaFox.eu/purpose)