

Persönliche Werte, die Verantwortung stärken

Ermitteln Sie in dem vorliegenden Werte-Workshop Ihre persönlichen Werte. Sie sind die Grundlage für selbstverantwortliches Handeln. Sie finden untenstehend eine offene, also nicht abschließende Auswahl von Begriffen, die Menschen für Ihr Leben präferieren können. Gehen Sie die Liste durch und markieren die Begriffe, die Sie ansprechen. Wenn Ihnen eigene Ideen kommen, dann schreiben Sie diese dazu.

Anerkennung	Frieden	Lebensstandard	Selbständigkeit
Arbeit	Führung	Leistung	Selbstbestimmung
Ästhetik	Fürsorglichkeit	Lernen	Selbstgenügsamkeit
Aussehen	Ganzheitlichkeit	Liebe	Selbstlosigkeit
Autonomie	Geborgenheit	Loyalität	Selbstverwirklichung
Bekanntheit	Gedankenfreiheit	Lust	Selbstwert
Besser sein	Gefühle	Macht	Sicherheit
Bewegung	Gelassenheit	Meditation	Sinnggebung
Bewusstseinsweiterung	Genauigkeit	Meinungsfreiheit	Sinnsuche
Beziehungen	Gerechtigkeit	Mitgefühl	Solidarität
Dabei sein	Gesundheit	Moral	Soziale Verantwortung
Dazu gehören	Gewaltfreiheit	Mut	Spannung
Disziplin	Glaube	Nachdenken	Sparen
Echtheit	Glaubensfreiheit	Nächstenliebe	Spiritualität
Ehre	Gleichberechtigung	Naturbewusstsein	Spontaneität
Ehrlichkeit	Großzügigkeit	Naturverbundenheit	Sport
Eigentum	Harmonie	Offenheit	Status
Eigenverantwortung	High-Tech	Optimismus	Toleranz
Einfachheit	Humor	Ordnung	Umweltbewusstsein
Einfluss	Idealismus	Partnerschaft	Unabhängigkeit
Entspannung	Individualismus	Phantasie	Verantwortlichkeit
Entwicklung	Integrität	Politik	Vertrauen
Erfolg	Intelligenz	Präzision	Wahrheit
Ernährung	Intuition	Qualität	Weisheit
Erotik	Kinder	Rache	Wissen
Ethik	Kompetenz	Reichtum	Wohlbefinden
Fairness	Körperl. Aktivität	Reife	Wohlstand
Familie	Kreativität	Reisen	Wohnqualität
Figur	Leben	Richtiges Maß	Würde
Freiheit	Lebensfreude	Risikobereitschaft	Zufriedenheit
Freude	Lebensqualität	Romantik	Zuwendung
Freundschaft	Lebenssinn	Ruhe	

Wählen Sie nun aus den markierten Werten die sieben wichtigsten aus und markieren Sie sie mit den Buchstaben A bis G.

Auswertung Persönliches Werte-System

Die nächste Übung hilft Ihnen, die Werte in der Reihenfolge ihrer Bedeutung einzuordnen. Vergleichen Sie die Werte miteinander. Betrachten Sie das erste Wertepaar (A und B) und entscheiden Sie, welcher Wert Ihnen wichtiger ist. Kreisen Sie den Buchstaben ein. Vergleichen Sie nun die einzelnen Werte miteinander und kreisen Sie den jeweils wichtigeren ein.

A/B	A/C	A/D	A/E	A/F	A/G	_____ A's
	B/C	B/D	B/E	B/F	B/G	_____ B's
		C/D	C/E	C/F	C/G	_____ C's
			D/E	D/F	D/G	_____ D's
				E/F	E/G	_____ E's
					F/G	_____ F's
						_____ G's
Zähle nun die eingekreisten A's, B's ... G's zusammen und schreibe die Gesamtzahl (sollte 21 sein) in die rechte Spalte. Der Buchstabe, der am häufigsten eingekreist ist, stellt die höchste Priorität dar.						Kontrollsumme ist 21

Aktionsplan – Persönliches Werte-System

Tragen Sie jetzt Ihre sieben persönlichen Werte in der bewerteten Reihenfolge in die untenstehende Tabelle ein. Bewerten Sie nun in welchen Situationen (beruflich, wie privat) Sie diese Werte bereits zeigen und leben und in welchen Situationen Sie dies in Zukunft bewusster tun wollen.

	In diesen Situationen lebe ich den Wert bereits sichtbar ...	In diesen Situationen werde ich diesen Wert bewusster leben ...
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		