

# MEINE WERTE

Gehe gerne in dich und gehe INTUITIV vor.

Unten findest du alle möglichen Werte aufgelistet. Lies diese durch und streiche, was sich nicht passend anfühlt. Ziel ist es in deinem ganz eigenem Prozess deine 5 Top Werte zu finden.

Tipp: Arbeite dich gerne nach und nach an deine Top Werte heran - zunächst die Top 15, dann deine Top 10 und dann deine Top 5.

|                |                  |                 |             |
|----------------|------------------|-----------------|-------------|
| Abenteuer      | Freundschaft     | Kraft           | Tatkraft    |
| Achtsamkeit    | Führungsqualität | Kreativität     |             |
| Tugend         | Ausdauer         | Gemeinschaft    | Liebe       |
| Leidenschaft   | Veränderung      | Authentizität   |             |
| Genügsamkeit   | Verbindlichkeit  | Bescheidenheit  |             |
| Geradlinigkeit | Macht            | Verpflichtung   | Brillanz    |
| Bedeutsamkeit  | Gerechtigkeit    | Verschiedenheit |             |
| Gesundheit     | Mut              | Verspieltheit   | Dankbarkeit |
| Glauben        | Natürlichkeit    | Vertrauen       | Demut       |

|                   |                   |                 |          |
|-------------------|-------------------|-----------------|----------|
| Sicherheit        | Wohlstand         | Familie         | Klarheit |
| Spaß              | Zielorientierung  | Freiheit        | Klugheit |
| Spiritualität     | Zuversicht        | Freude          | Komfort  |
| Stabilität        | Zweckmäßigkeit    | Glaubwürdigkeit |          |
| Offenheit         | Wachstum          | Glück           | Dienen   |
| Schönheit         | Warmherzigkeit    | Disziplin       |          |
| Gönnen            | Selbstbewusstsein | Weisheit        |          |
| Familie           | Effektivität      | Harmonie        | Wissen   |
| Selbstlosigkeit   | Wertschätzung     | Ehrlichkeit     |          |
| Hilfsbereitschaft | Selbstwirksamkeit | Humor           |          |
|                   | Entschlossenheit  |                 |          |

Eigene Ergänzungen:

# Erkenne deine Werte

Beschreibe deine Werte noch mal genauer.

Für jeden haben Worthüllen unterschiedliche Bedeutungen, je nachdem welchem Kontext wir sie verwenden, was wir erlebt haben und wo wir diese Worte kennengelernt haben in unserem Leben. Schreibe also deine ganz eigene Definition deiner 3 wichtigsten Werte auf.

Dein Wert

Deine Bedeutung

| Dein Wert | Deine Bedeutung |
|-----------|-----------------|
|           |                 |

**Höre** gerne in dich hinein:

Welche Unterschiede merkst du in deinem "neuen" Wertesystem und dem, den du bist jetzt gelebt hast?

Wann fällt es dir schwer, deine Werte zu vertreten?

Was ist der nächste kleinstmögliche Schritt um die "neuen" Werte in deinem Alltag integrieren zu können?