

## Persönliche Werte

Diese Übung soll Ihnen helfen, zu einem tieferen Verständnis Ihrer wichtigsten Wertvorstellungen zu gelangen.

### Schritt 1: „Mein höchster Wert ist... „

Wählen Sie aus dieser Liste von (beruflichen und privaten) Werten die **zehn** aus, die für Sie am wichtigsten sind - als Verhaltensanleitungen oder als Elemente einer positiven Lebensgestaltung.

Ergänzen Sie die Liste nach Belieben um eigene Werte.

<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Abenteuer</li> <li><input type="radio"/> alleine arbeiten</li> <li><input type="radio"/> anderen Menschen helfen</li> <li><input type="radio"/> Anerkennung (Respekt von anderen, Status)</li> <li><input type="radio"/> Arbeit mit anderen</li> <li><input type="radio"/> Arbeitsdruck</li> <li><input type="radio"/> Ehrlichkeit</li> <li><input type="radio"/> ein flottes Leben</li> <li><input type="radio"/> Einfluss auf andere nehmen</li> <li><input type="radio"/> Freude</li> <li><input type="radio"/> Qualität der Dinge, an denen ich teilnehme</li> <li><input type="radio"/> Natur</li> <li><input type="radio"/> Autorität</li> <li><input type="radio"/> Kunst</li> <li><input type="radio"/> Kooperation</li> <li><input type="radio"/> Intellektueller Status</li> <li><input type="radio"/> Gemeinschaft</li> <li><input type="radio"/> Geld</li> <li><input type="radio"/> Führung</li> <li><input type="radio"/> Freundschaft</li> <li><input type="radio"/> Zuneigung</li> <li><input type="radio"/> Weltklugheit</li> <li><input type="radio"/> Weisheit</li> <li><input type="radio"/> Umweltbewusstsein</li> <li><input type="radio"/> Qualitätsbeziehungen</li> <li><input type="radio"/> Reichtum</li> <li><input type="radio"/> Religion</li> <li><input type="radio"/> Selbstrespekt</li> <li><input type="radio"/> Reinheit</li> <li><input type="radio"/> Herausfordernde Probleme</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Arbeitsfrieden</li> <li><input type="radio"/> Aufregung</li> <li><input type="radio"/> Berufliches Weiterkommen</li> <li><input type="radio"/> Demokratie</li> <li><input type="radio"/> der Gesellschaft helfen</li> <li><input type="radio"/> Dienst an der Öffentlichkeit</li> <li><input type="radio"/> Engagement</li> <li><input type="radio"/> enge Beziehungen</li> <li><input type="radio"/> Entschlusskraft</li> <li><input type="radio"/> Privatheit</li> <li><input type="radio"/> mein Potenzial voll ausschöpfen</li> <li><input type="radio"/> Marktstellung</li> <li><input type="radio"/> Loyalität</li> <li><input type="radio"/> Kreativität</li> <li><input type="radio"/> Kontrolle über andere</li> <li><input type="radio"/> Integrität</li> <li><input type="radio"/> Liebe</li> <li><input type="radio"/> Gesundheit</li> <li><input type="radio"/> wirtschaftliche Sicherheit</li> <li><input type="radio"/> Wettbewerb</li> <li><input type="radio"/> von Menschen umgeben sein, die offen und ehrlich sind</li> <li><input type="radio"/> Vielfalt und Abwechslung</li> <li><input type="radio"/> verdienstvolle Leistung</li> <li><input type="radio"/> Unabhängigkeit</li> <li><input type="radio"/> Status</li> <li><input type="radio"/> Stabilität</li> <li><input type="radio"/> Ruf</li> <li><input type="radio"/> Heiterkeit</li> <li><input type="radio"/> spannende Arbeit</li> <li><input type="radio"/> _____</li> <li><input type="radio"/> _____</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="radio"/> Effektivität</li> <li><input type="radio"/> Effizienz</li> <li><input type="radio"/> Ethisches Verhalten</li> <li><input type="radio"/> Fachkenntnis</li> <li><input type="radio"/> Familie</li> <li><input type="radio"/> fester Standort</li> <li><input type="radio"/> finanzieller Gewinn</li> <li><input type="radio"/> freie Zeiteinteilung</li> <li><input type="radio"/> Freiheit</li> <li><input type="radio"/> Persönliche Entwicklung</li> <li><input type="radio"/> Ordnung (Ruhe, Stabilität, Konformität)</li> <li><input type="radio"/> Macht</li> <li><input type="radio"/> Leistung</li> <li><input type="radio"/> Körperliche Herausforderungen</li> <li><input type="radio"/> Kompetenz</li> <li><input type="radio"/> innere Harmonie</li> <li><input type="radio"/> Wille</li> <li><input type="radio"/> Fürsorge</li> <li><input type="radio"/> Wahrheit</li> <li><input type="radio"/> Wachstum</li> <li><input type="radio"/> Verantwortung</li> <li><input type="radio"/> Zuständigkeit</li> <li><input type="radio"/> Unabhängigkeit</li> <li><input type="radio"/> Umweltbewusstsein</li> <li><input type="radio"/> Spitzenleistung</li> <li><input type="radio"/> Sinnvolle Arbeit</li> <li><input type="radio"/> Ruhm</li> <li><input type="radio"/> Heimat</li> <li><input type="radio"/> Sicherheit</li> <li><input type="radio"/> _____</li> <li><input type="radio"/> _____</li> <li><input type="radio"/> _____</li> <li><input type="radio"/> _____</li> <li><input type="radio"/> _____</li> </ul>
---	--	---

## Persönliche Werte

### Schritt 2: Werte streichen

Nachdem Sie zehn Werte ausgewählt haben, stellen Sie sich nun vor, Sie dürfen nur fünf haben. Welche fünf würden Sie aufgeben? Streichen Sie sie durch.

---

---

---

---

---

Stellen Sie sich jetzt vor, Sie dürften nur vier haben. Welchen Wert würde Sie aufgeben? Streichen sie ihn durch.

---

---

---

Streichen Sie noch einen weiteren Wert.

---

---

---

Und noch einen.

---

---

---

Wählen Sie jetzt einen der beiden noch übriggebliebenen Werte aus und streichen Sie den anderen. Welcher Punkt der Liste ist Ihnen am allerwichtigsten?

---

## Persönliche Werte

### **Schritt 3: Formulierung**

- 1) Schauen Sie sich noch einmal die Top-3-Werte Ihrer Liste an. Was bedeuten sie ganz genau? Was erwarten Sie von sich selbst - auch in schlechten Zeiten?
- 2) Wie würde sich Ihr Leben verändern, wenn es von diesen Werten beherrscht wäre?
- 3) Wie würde eine Organisation/ ein Unternehmen aussehen, die ihre Mitglieder ermutigen würde, nach diesen Werten zu leben?
- 4) Welche persönlichen und beruflichen Ziele haben Sie?
- 5) Spiegeln Ihre Ziele diese Werte wider? Wenn nicht, sollten Ihre Ziele erweitert werden? Oder würden Sie lieber Ihre Werte nochmals überdenken?
- 6) Schauen Sie sich jetzt noch einmal Ihre persönlichen und beruflichen Ziele genau an und formulieren Sie hieraus Ihre jeweilige Vision.