



PDF

Mein Wertekompass

WAS IST DIR WICHTIG?

Die Übung

Du findest nun auf der nächsten Seite eine Liste von Werten alphabetisch sortiert. Du kannst dir nun in aller Ruhe Zeit nehmen, jeden einzelnen Wert anzuschauen, rein zu fühlen und wenn der Wert dir wichtig ist, notierst du dir ihn auf deine Liste.

Wenn du deine Liste fertig hast und es kann durchaus sein, dass da jetzt 30 oder mehr Wörter stehen, dann nimmst du dir noch einen Moment dir die zu markieren, die du als deine **Top 10** bezeichnen würdest. Es kann auch eine **Top 7** oder **Top 5** werden, schau, was sich richtig anfühlt. Diese Liste kannst du dir an einen Ort hängen, an dem du sie immer siehst.

Spüre auch gerne mal nach, welche der Werte eher für dich gelten oder eher in Interaktion mit anderen wichtig für dich sind.



Deine Saskia

Abenteuer	Harmonie	Professionalität
Achtsamkeit	Herzlichkeit	Pünktlichkeit
Aktivität	Hilfsbereitschaft	Realismus
Akzeptanz	Hingabe	Resilienz
Anerkennung	Hoffnung	Respekt
Ansehen	Höflichkeit	Rücksichtnahme
Anstand	Humor	Ruhe
Ästhetik	Idealismus	Sauberkeit
Aufmerksamkeit	Individualität	Selbstbewusstsein
Ausdauer	Innovation	Selbstdisziplin
Ausgewogenheit	Inspiration	Selbstvertrauen
Authentizität	Integrität	Sensibilität
Begeisterung	Intelligenz	Seriosität
Bescheidenheit	Interesse	Sicherheit
Dankbarkeit	Intuition	Solidarität
Demut	Klarheit	Sparsamkeit
Disziplin	Klugheit	Spaß
Effizienz	Kommunikation	Spiritualität
Ehrlichkeit	Kompetenz	Sympathie
Empathie	Konsequenz	Tatkraft
Engagement	Kontrolle	Tapferkeit
Erfolg	Kreativität	Teamgeist
Fairness	Leichtigkeit	Toleranz
Familie	Leidenschaft	Transparenz
Fleiß	Lernbereitschaft	Treue
Flexibilität	Liebe	Unabhängigkeit
Freiheit	Loyalität	Unbestechlichkeit
Freude	Luxus	Verantwortung
Freundschaft	Menschlichkeit	Vertrauen
Freundlichkeit	Mitgefühl	Wachsamkeit
Frieden	Motivation	Wertschätzung
Fürsorglichkeit	Mut	Willenskraft
Geduld	Nachhaltigkeit	Wohlstand
Gelassenheit	Neugier	Würde
Gemütlichkeit	Neutralität	Zielstrebigkeit
Gerechtigkeit	Offenheit	Zufriedenheit
Gesundheit	Optimismus	Zuverlässigkeit
Glaubwürdigkeit	Ordnung	Zuversicht
Glück	Pflichtgefühl	
Großzügigkeit	Präsenz	
Güte	Präzision	

notizen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....