



Ihr persönlicher Werte-Kompass

Werden Sie sich klar wohin es Sie zieht

Werden Sie sich Ihrer Werte bewusst und nutzen Sie sie als Ihren persönlichen Kompass!

Stehen Sie vor einer Entscheidung, wissen aber nicht welchen Weg Sie gehen sollen? Haben Sie ein unbestimmtes Gefühl, dass etwas nicht stimmig ist. Sie können aber nicht genau eruieren, woher das kommt und was es bedeutet?

Jeder Mensch hat persönliche Werte, nach denen er - oftmals unbewusst - lebt, handelt und entscheidet. Auch verändern sich diese Werte über die Jahre, was vielleicht früher zentral war, tritt in den Hintergrund.

Wenn Sie Ihre persönlichen Werte besser kennen, können Sie diese in Ihre Entscheide und Überlegungen einbeziehen und sich bewusst für Ihre Werte entscheiden. Und das gibt Ihnen das gute Gefühl in der Kraft zu sein!

Nehmen Sie sich etwas Zeit, um Ihren Werten auf die Spur zu kommen. Gehen Sie es entspannt an und verlassen Sie sich auf Ihr Gefühl.

Viel Spass!

Ihr persönlicher Werte-Kompass

Wie Sie sich Ihrer persönlichen Werte bewusst werden in 4 Schritten

Schritt 1:

Gehen Sie zunächst einmal in sich und schreibe Sie wichtige Entscheidungen aufgrund von Lebensereignissen aus Ihrer Vergangenheit auf. Das können Entscheide z.b. zur Wahl vom Beruf, Wohnort, dem Eingehen von Beziehungen und Trennungen aber auch Veränderungen Ihrer Gewohnheiten und Lebensweisen sein. Überlegen Sie dann welche Werte hinter Ihren Entscheiden standen. Was war Ihnen besonders wichtig, dass Sie Ihren Entscheid genauso gefällt hatten? Auf der letzten Seite finden Sie eine Liste möglicher Werte, welche Ihnen Inspiration sein können.

Fühlen Sie sich bitte absolut frei anzupassen und zu ergänzen!

Entscheidungen	Werte

Ihr persönlicher Werte-Kompass

Schritt 2:

Überlegen Sie sich jetzt verschiedene Situationen, in denen es für Sie besonders stimmig war und Sie sich glücklich gefühlt haben.

Welche Ihrer Werte wurden hier besonders erfüllt?

Erfüllende Situationen	Werte

Ihr persönlicher Werte-Kompass

Schritt 3:

Wenn Ihre Werte verletzt werden, kann dies ein diffuses Gefühl der Nicht-Stimmigkeit, aber auch richtig gehenden Schmerz auslösen.

Notieren Sie die Situationen, sowie Ihre Werte, welche hier verletzt wurden.

Schmerzhaftes Situationen	Werte

Ihr persönlicher Werte-Kompass

Schritt 4:

Aus Ihrer entstandenen Werteliste wählen Sie nun die 3-5 Werte aus, welche für Sie am wichtigsten sind. Überlegen Sie dabei auch, welches die Werte sind, welche in der Vergangenheit wenig zum Tragen gekommen sind, Ihnen aber besonders wichtig für die Gestaltung Ihrer Zukunft sind und ergänzen Sie diese.

Probieren Sie diese Werte bewusst im Alltag als Orientierungspunkte aus, zum Beispiel wenn Sie vor einer Entscheidung stehen. Passe Sie an, wenn Sie spüren, dass es noch nicht ganz passt.

Ihre 3 - 5 wichtigsten persönlichen Werte

Welchen Entscheid fällen Sie heute, um Ihre persönlichen Werte mehr zu respektieren in Ihrem Leben?

--

Ihr persönlicher Werte-Kompass

Werte

Abenteuer
 Abwechslung
 Akzeptanz
 Anerkennung
 Aufgeschlossenheit
 Aufmerksamkeit
 Aufrichtigkeit
 Ausdauer
 Ausgeglichenheit
 Authentizität
 Bedachtsamkeit
 Beharrlichkeit
 Beherrschung
 Beliebtheit
 Bereitwilligkeit
 Berühmtheit
 Bescheidenheit
 Besonnenheit
 Bestätigung
 Bewusstheit
 Brillanz
 Charme
 Dankbarkeit
 Demut
 Der/Die Beste sein
 Dienst
 Disziplin
 Durchsetzungsvermögen
 Ehre
 Ehrgeiz
 Ehrlichkeit
 Einen Unterschied machen
 Einfachheit
 Einfluss
 Einfühlungsvermögen
 Einzigartigkeit
 Enthusiasmus
 Entschlossenheit
 Erfahrung
 Erfolg
 Ermunterung
 Expertise
 Fairness
 Familie
 Finanzielle Unabhängigkeit
 Fitness
 Fleiß
 Flexibilität
 Flow
 Freiheit
 Freude
 Frieden
 Führung
 Genügsamkeit
 Genuss

Gerechtigkeit
 Gründlichkeit
 Güte
 Gutmütigkeit
 Gemütlichkeit
 Geselligkeit
 Glaube
 Großzügigkeit
 Harmonie
 Hartnäckigkeit
 Heiterkeit
 Herausforderung
 Herzlichkeit
 Hilfsbereitschaft
 Höflichkeit
 Humor
 Inspiration
 Integrität
 Intelligenz
 Intuition
 Klarheit
 Klugheit
 Kontinuität
 Kontrolle
 Kooperation
 Korrektheit
 Kreativität
 Kühnheit
 Lebendigkeit
 Lebhaftigkeit
 Leidenschaft
 Leistung
 Leitung
 Lernen
 Liebe
 Loyalität
 Macht
 Mitgefühl
 Mitwirkung
 Motivation
 Mut
 Nächstenliebe
 Nähe
 Neugier
 Nützlichkeit
 Offenheit
 Optimismus
 Ordnung
 Originalität
 Perfektion
 Pragmatismus
 Proaktiv sein
 Professionalität
 Pünktlichkeit

Realismus
 Reichtum
 Religiosität
 Respekt
 Revolution
 Ruhe
 Ruhm
 Selbstbeherrschung
 Selbstbestimmung
 Selbstverwirklichung
 Selbstlosigkeit
 Selbstvertrauen
 Sensitivität
 sicheres Auftreten
 Sicherheit
 Sinnlichkeit
 Solidarität
 Sorgfalt
 Sparsamkeit
 Spaß
 Spiritualität
 Spontanität
 Stabilität
 Status
 Stärke
 Strebsamkeit
 Sympathie
 Teamwork
 Toleranz
 Träumen
 Treue
 Unabhängigkeit
 Unerschütterlichkeit
 Unterstützung
 Unvoreingenommenheit
 Vergnügen
 Vermögen
 Vernunft
 Verständnis
 Vertrauen
 Vielfalt
 Vision
 Vitalität
 Wachstum
 Wahrheit
 Wissen
 Wertschätzung
 Wohlstand
 Würde
 Zufriedenheit
 Zugehörigkeit
 Zuverlässigkeit