

Werte, die unser Kompass sind

Harmonie	Freiheit	Verantwortung	Glück
Geborgenheit	Herzlichkeit	Achtsamkeit	Sinn
Humor	Ruhe	Erfolg	Mitgefühl
Leichtigkeit	Natur	Weltbürger sein	Heimat
Freude	Selbstbestimmung	Gelassenheit	Leidenschaft
Ausdauer	Glaubwürdigkeit	Präzision	Ehrlichkeit
Kreativität	Ordnung	Zuverlässigkeit	Verbindlichkeit
Kommunikation	Genuss	Kompetenz	Kraft
Tradition	Frieden	Nachhaltigkeit	Vielfalt
Toleranz	Begeisterung	Natürlichkeit	Vitalität
Austausch	Gesundheit	Spiritualität	Erfolg
Grosszügigkeit	Sicherheit	Schönheit	Dankbarkeit
Spielen	Tiefe	Offenheit	Entwicklung
Offenheit	Klarheit	Flexibilität	Spaß
Lust	Aufregung	Rücksicht	Weisheit
Engagement	Wissen	Charisma	Sportlichkeit
Liebe	Häuslichkeit	Gelassenheit	Inspiration
Lebenslust	Sinnlichkeit	Toleranz	Akzeptanz
Qualität	Bildung	Zuverlässigkeit	Abenteuer
Effektivität	Karriere	Persönliche Entwicklung	Teamwork
Gemeinschaft/ Community	Unabhängigkeit	Vertrauen	Reichtum
Sicherheit	Anerkennung	Beziehungen	Natur
Glück	Neugier	Fairness	Stabilität
Authentizität	Komfort	Wettbewerb	Perfektion
Respekt	Veränderung	Lebenslanges Lernen	Neugier

AUFGABE:

Es gibt zwei Möglichkeiten, seine Werte zu finden:

- 1.) Stelle dir einen Wecker: Schau 45 Sekunden lang auf diese Liste und merke dir die Werte, die bei dir etwas „auslösen“, dich besonders ansprechen, weil sie dir sehr viel *wert* sind. Wenn der Gong ertönt, drehst du das Blatt um und schreibst alle Werte, die bei dir „hängen“ geblieben sind auf. Das sind dann deine Kern-Werte. Sind es mehr als 3, wäge ab, welches die 3 wichtigsten sind oder verfare mit diesen wie unter 2.)
- 2.) du umkringelst die 15 wichtigsten Werte, reduzierst dann auf 10 und zum Schluss auf 5, dann auf 3. Wenn dir das schwer fällt, nimmst du den 1. und wägst ihn den 2. ab und streichst einen davon. Das machst du dann mit 3 und 4 etc. genauso bis nur noch 3 übrigbleiben:)