

Zum Wert meiner persönlichen Werte

Wenn Werte die innere Grundlagen dafür sind, ob ich etwas tue und wenn, wie ich etwas tue, wäre es doch sehr interessant zu wissen, was genau mich antreibt, mich bremst und sogar hin und wieder blockiert.

Gründe und Anlässe, sich der eigenen Werte und der Werte von Anderen bewusst zu sein, gibt es viele. Anbei zwei Beispiele: Wenn es Ihnen gelingt, Ihre höchsten Werte im Privatleben zu leben, dann empfinden Sie eine hohe Lebensqualität. Wenn Sie es schaffen, Ihre Werte mit der Arbeit übereinzubringen, macht diese viel mehr Spaß und Sie haben nicht das Gefühl „nur einen Job zu erledigen“. Beides wäre für mich wertvoll.

Doch wie können Sie Ihre wichtigsten Werte herausarbeiten? Ein Einstieg kann in der Beschäftigung mit den drei folgende Fragen liegen:

- Was ist Ihnen persönlich wichtig im Leben?
- Was ist Ihnen in Ihrer Partnerschaft wichtig?
- Was ist Ihnen in Ihrem Arbeitsleben wichtig?

Sammeln Sie mindestens 12 Werte und priorisieren Sie diese nach Ihrer persönlichen Bedeutung (z.B. mein Wert „Ehrlichkeit“ ist mir wichtiger als mein Wert „Zuverlässigkeit“ etc.). Die obersten Werte sollten die sein, für die Sie auch schon eingetreten sind - Sie also Beispiele in Ihrem Leben finden, in denen Sie bewusst für Ihre Werte gekämpft und für diese eingestanden haben.

Scheuen Sie sich nach der Eigenanalyse nicht, Familienmitglieder, Freunde oder Arbeitskollegen zu fragen für welche Werte Sie in deren Augen stehen. Sie werden auf Bestätigung und weitere erstaunliche Antworten stoßen.