Mein WERTE Lesezeichen

WERTE

O Abenteuer 30
O Achtsamkeit 32
O Agilität 34
O Aktivität 36
O Aktualität 38
O Akzeptanz 40
O Altruismus 42
O Andersartigkeit 44
O Anerkennung 46
O Anmut 48
O Ansehen 50
O Anstand 52
O Ästhetik 54
O Aufgeschlossenheit 56
O Aufmerksamkeit 58
O Ausdauer 60
O Ausgeglichenheit 62
O Ausgewogenheit 64
O Authentizität 66

O Begeisterung 68
O Beharrlichkeit 70
O Bescheidenheit 72
O Besonnenheit 74

O Dankbarkeit 76
O Demut 78
O Disziplin 80

O Effektivität 82
O Effizienz 84
O Ehrlichkeit 86
O Empathie 88
O Engagement 90
O Entscheidungsfreude 92

O Fairness 94
O Fleiß 96
O Flexibilität 98
O Freiheit 100
O Freude 102
O Freundlichkeit 104
O Frieden 106
O Fröhlichkeit 108
O Fürsorglichkeit 110

O Geduld 112
O Gelassenheit 114
O Gemütlichkeit 116
O Gerechtigkeit 118
O Gesundheit 120
O Glaubwürdigkeit 122
O Großzügigkeit 124
O Güte 126

O Harmonie 128
O Herzlichkeit 130
O Hilfsbereitschaft 132
O Hingabe 134
O Hoffnungsvoll 136
O Höflichkeit 138
O Humor 140
O Idealistisch 142
O Individualität 144
O Innovation 146
O Inspiration 148
O Integrität 150
O Intelligent 152
O Interesse 154
O Intuition 156

O Klarheit 158
O Klugheit 160
O konsequent 162
O Konservativ 164
O Kontrolle 166
O Kreativität 168

O Leichtigkeit 170
O Leidenschaft 172
O Liebenswürdigkeit 174
O Loyalität 176

O Mitgefühl 178
O Motivierend 180
O Mut 182

O Nachhaltigkeit 184
O Nächstenliebe 186
O Neugier 188
O Neutralität 190

O Offenheit 192
O Optimismus 194
O Ordnungssinn 196

O Pflichtgefühl 198
O Phantasie 200
O Pragmatisch 202
O Präsenz 204
O Präzision 206
O Professionalität 208
O Pünktlichkeit 210

O Realismus 212
O Redlichkeit 214
O Resilienz 216
O Respekt 218
O Rücksichtnahme 220
O Ruhe 222

O Sanftmut 224
O Sauberkeit 226
O Selbstdisziplin 228
O Selbstvertrauen 230
O Sensibel 232
O Seriosität 234
O Sicherheit 236
O Solidarität 238
O Sorgfalt 240
O Sparsamkeit 242
O Spaß 244
O Standfestigkeit 246
O Sympathie 248

O Tapferkeit 250
O Teamgeist 252
O Teilen 254
O Toleranz 256
O Traditionell 258
O Transparenz 260
O Treue 262
O Tüchtigkeit 264

O Unabhängigkeit 266
O Unbestechlichkeit 268

O Verantwortung 270
O Verlässlichkeit 272
O Vertrauen 274
O Verzeihen 276

O Wachsamkeit 278
O Weisheit 280
O Weitsicht 282
O Willenskraft 284
O Würde 286

O Zielstrebigkeit 288
O Zuneigung 290
O Zuverlässigkeit 292
O Zuversicht 294

Begriffliche Wertesysteme

O Benehmen 298
O Demokratie 300
O Erfolg 302
O Familie 304
O Freundschaft 306
O Glaube 308
O Glück 310
O Heimat 312
O Kommunikation 314
O Kompetenz 316
O Lernbereitschaft 318
O Liebe 320
O Menschlichkeit 322
O Selbstbewusstsein 324
O Spiritualität 326
O Verbundenheit 328
O Wertschätzung 330
O Wohlstand 332
O Work-Life-Balance 334
O Zufriedenheit 336

Eigene Begriffe

_____

_____

_____

_____

(C) 2025 DA VINCI 3000 GmbH

intuist'k VERLAG

Mein WERTE Lesezeichen

ERKLÄRUNG DER WERTESPEZIFISCHEN FRAGEN

Hinweis: Die ausführliche Version findest Du auf Seite 25-27

Wie wichtig ist mir dieser Wert (einkreisen):
0 = völlig unwichtig, egal, unbedeutend -
bis 10 = absolut wichtig, ein unverzichtbarer Wert.

Erwarte ich das von anderen oder lebe (gebe) ich es selbst?
Sei ehrlich! Erwartest du, dass andere diesen Wert leben (geben), oder ist es Dir wichtiger, ihn selbst zu verkörpern und dadurch möglicherweise als Vorbild zu gelten?
Hinweis: Siehe auch Seite 373: Geben oder nehmen?

Habe ich in Bezug auf diesen Wert einen Mangel oder Ideale?
Die Wichtigkeit eines Wertes, entspringt entweder aus einem Mangel = eine Situation, in der dieser Wert zu wenig oder nicht vorhanden ist – oder aus einem Ideal = dieser Wert ist für Dich über das normale, gewohnte Maß hinaus besonders wichtig und folgt deswegen einer Idealvorstellung. Diese Differenzierung ist wichtig, was klarer wird, wenn man mit anderen reflektierend über einen Wert spricht und sich dabei diese Frage stellt.
Hinweis: Siehe auch Seite 372: Ideal oder Mangel?

Was kannst Du selbst ändern, damit Du diesen Wert leben kannst?
Überlege, welche konkreten Schritte Du unternehmen kannst, um diesen Wert zu leben. Beispiel: Beim Wert „Toleranz" kannst Du bewusst Deine Vorurteile hinterfragen und nur auf tatsächlich erlebte Tatsachen stützen.
Hinweis: Siehe auch Seite 366: Der Zweck von Wertvorstellungen

Was müsste sich dazu in Deinem Umfeld verändern?
Notiere bitte alles, was Du an möglichen Veränderungen siehst oder einfordern könntest. Gerne in Stichworten oder auch mit Verweisen auf andere bzw. frühere Texte von Dir.

Was kannst Du konkret und jetzt tun, um diesen Wert mehr zu leben?
Jedes Tun entspringt (hier kurzgefasst formuliert) entweder einem Reflex, einer Notwendigkeit oder einer Absicht. Aktiviere Deine innere Absicht und setze eine Idee in die Tat um. Notiere alle Möglichkeiten – egal ob realistisch oder ungewöhnlich.

Welche Rituale kannst Du dafür in Deinen Alltag integrieren?
Um Werte zu aktivieren und tatsächlich zu leben, sind kleine, aber feine Rituale sinnvoll. Diese sollten in möglichst kurzen Abständen (regelmäßiger Turnus) wiederholt und somit zur Regel werden. Mindestens „ein" Ritual – besser sind drei – sollten hier notiert werden.

In welcher Rolle ist mir dieser Wert besonders wichtig?
Wir übernehmen im Leben verschiedene Rollen – im Beruf, in der Familie oder in der Freizeit. Jede Rolle erfordert unterschiedliche Werte. Überlege, in welcher Deiner Rollen dieser Wert besonders wichtig ist und wie er Dein Verhalten in dieser Rolle prägt.
Hinweis: Siehe auch Seite 371: Welche Rolle(n) spielen wir?

Erfahrungen, Hindernisse, Erfolgserlebnisse bzgl. dieses Wertes
Erinnere Dich an Situationen, in denen Du diesen Wert bewusst gelebt oder bei anderen erlebt hast. Und welche Hindernisse haben Dich daran gehindert, ihn konsequent zu verfolgen? Manchmal braucht es Zeit und bewusste Auseinandersetzung, um neue Wege zu finden, diesen Wert stärker in Dein Leben zu integrieren.

Wir wünschen Dir viel Freude und Ausdauer beim Entdecken Deiner Möglichkeiten!

Begleitseite zum Buch: www.values-academy.de/mwb/