

⬡ WERTE.LISTE – Was wirklich wichtig ist.

Die ⬡ WERTE.BOX ist ideal, wenn Du öfter mit KlientInnen oder in Teams im Workshop-Format Werte erarbeiten willst.
Falls Du nur einmalig mit Werten arbeiten möchtest, hilft Dir diese Liste.

© COACHING.CARDS 2020

WERTE ... → wirken wie ein Kompass in allen Lebensbereichen – privat und beruflich → stiften Identität, Zugehörigkeit und Sinn → sind Grundlage einer authentischen und erfüllenden Lebensgestaltung → machen Motive hinter Handlungen verständlich → können Hinweise darauf geben, was und wer zusammen passt → machen Entscheidungen klar und einfach → ermöglichen es, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren → begleiten uns oft ein Leben lang → oder verändern sich im Laufe der Zeit → sind individuell, deswegen lohnt es sich immer nachzufragen: Was genau bedeutet dieser Wert FÜR MICH?



<https://coaching.cards/produkt/werte-box/>


BEISPIEL FÜR DIE ARBEIT MIT WERTEN

Gehe alle Werte auf der Liste durch und markiere die Werte, die Dich spontan am meisten ansprechen. Reduziere die Auswahl anschließend auf die drei bis fünf Werte, die Dir am wichtigsten sind. Achte darauf, dass es wirklich DEINE Werte sind, und nicht übernommene Vorstellungen aus Deinem Umfeld.

→ Was verbindest Du mit diesen Werten? → Was bedeuten sie für Dich? → Wo und wie lebst Du diese Werte bereits? → Wo lebst Du sie (noch) nicht? → Wie kannst Du diese Werte noch mehr leben? → Wie gut passen Deine Werte zu Deiner aktuellen Situation und zu Deinen Zielen? → Wie gut passen Deine Werte mit denen Deines Umfelds (PartnerIn, Organisation, Firma, Kunden, ...) zusammen? → Wie sähe es aus, wenn Du Deine Werte zu 100% leben würdest?



WERTE.LISTE – Was wirklich wichtig ist.

Die  WERTE.BOX ist ideal, wenn Du öfter mit KlientInnen oder in Teams im Workshop-Format Werte erarbeiten willst.
Falls Du nur einmalig mit Werten arbeiten möchtest, hilft Dir diese Liste.

© COACHING.CARDS 2020

Abenteuer	Eleganz	Glück	Nähe	Stabilität
Abwechslung	Empathie	Großzügigkeit	Neugier	Stärke
Achtsamkeit	Energie	Harmonie	Nützlichkeit	Status
Aktivität	Engagement	Heiterkeit	Offenheit	Stille
Akzeptanz	Enthusiasmus	Herausforderung	Optimismus	Struktur
Altruismus	Entschlossenheit	Herzlichkeit	Ordnung	Teamgeist
Anerkennung	Entspannung	Hilfsbereitschaft	Originalität	Tiefgang
Ansehen	Entwicklung	Hingabe	Perfektion	Toleranz
Anstand	Erfahrung	Hochwertigkeit	Pragmatismus	Tradition
Aufgeschlossenheit	Erfolg	Höflichkeit	Präsenz	Transparenz
Aufmerksamkeit	Erholung	Humor	Privatsphäre	Träumen
Aufregung	Erwartung	Idealismus	Proaktivität	Treue
Ausdauer	Expertise	Impact	Professionalität	Überlegenheit
Ausgeglichenheit	Extravaganz	Innovation	Pünktlichkeit	Überraschung
Ausgleich	Exzellenz	Inspiration	Qualität	Überzeugung
Authentizität	Fairness	Integrität	Realismus	Unabhängigkeit
Balance	Fantasie	Intelligenz	Reichtum	Ungezwungenheit
Bedachtheit	Familie	Intensität	Reife	Unterhaltung
Bedeutung	Faszination	Intimität	Religiösität	Unterstützung
Begeisterung	Freiheit	Intuition	Resilienz	Verantwortung
Beliebtheit	Fleiß	Introversion	Respekt	Verbindung
Bescheidenheit	Flexibilität	Klarheit	Ruhe	Vergnügen
Besitz	Flow	Klugheit	Ruhm	Vermögen
Besonders sein	Fokus	Komfort	Sanftheit	Vernunft
Besonnenheit	Fortschritt	Kompetenz	Schnelligkeit	Verschlossenheit
Bewusstheit	Freiheit	Können	Schönheit	Verspieltheit
Bildung	Freude	Kontinuität	Schrulligkeit	Vertrauen
Charme	Freundschaft	Kontrolle	Selbstdisziplin	Vielfalt
Dankbarkeit	Frieden	Konzentration	Selbsterkenntnis	Vorankommen
Demut	Fröhlichkeit	Kreativität	Selbstermächtigung	Vision
Dienen	Führung	Lebendigkeit	Selbstvertrauen	Vitalität
Diskretion	Fürsorglichkeit	Lebensfreude	Selbstwirksamkeit	Wachstum
Distanz	Geborgenheit	Leichtigkeit	Sensibilität	Wahrheit
Disziplin	Geduld	Leidenschaft	Sexualität	Weisheit
Dominanz	Gelassenheit	Leistung	Sicherheit	Weiterentwicklung
Dynamik	Gemeinschaft	Lernen	Sieg	Wertschätzung
Eifer	Gemütlichkeit	Liebe	Signifikanz	Wertschöpfung
Effektivität	Genauigkeit	Lockerheit	Sinn	Wissen
Effizienz	Genuss	Loyalität	Sinnlichkeit	Wissensdurst
Ehre	Gerechtigkeit	Luxus	Solidarität	Witzigkeit
Ehrgeiz	Geselligkeit	Macht	Souveränität	Wohlstand
Ehrlichkeit	Gesundheit	Mäßigung	Sorgfalt	Zufriedenheit
Eigenständigkeit	Gewinnen	Mitwirkung	Spannung	Zugänglichkeit
Einfachheit	Gewissheit	Motivation	Sparsamkeit	Zugehörigkeit
Einfluss	Glaube	Muße	Spaß	Zusammenarbeit
Einfühlungsvermögen	Glaubwürdigkeit	Mut	Spiritualität	Zuverlässigkeit
Einzigartigkeit	Gleichheit	Nächstenliebe	Spontaneität	Zweckmäßigkeit

