

Wie steht es mit meinem *Wertesystem?*



Hake ab, was bereits geklärt ist, und markiere, wo du noch handeln möchtest.

WELCHE WERTE PRÄGEN MICH?

- ☐ Ich kann meine wichtigsten Werte benennen.
- ☐ Ich weiß, was für mich unverzichtbar ist.
- ☐ Ich erkenne Werte hinter Entscheidungen.
- ☐ Ich unterscheide eigene und fremde Erwartungen.
- ☐ Ich weiß, welche Werte sich verändert haben.

LEBE ICH NACH MEINEN WERTEN?

- ☐ Mein Alltag passt zu meinen Prioritäten.
- ☐ Meine Arbeit widerspricht ihnen nicht dauerhaft.
- ☐ Ich treffe Entscheidungen wertebewusst.
- ☐ Ich setze Grenzen bei wichtigen Prinzipien.
- ☐ Mein Verhalten entspricht meinen Ansprüchen.

WO ENTSTEHEN KONFLIKTE?

- ☐ Ich erkenne widersprüchliche Werte.
- ☐ Ich verstehe Konflikte mit anderen besser.
- ☐ Ich hinterfrage unnötige Kompromisse.
- ☐ Ich kann Prioritäten zwischen Werten setzen.
- ☐ Ich weiß, wo Veränderung nötig ist.

ZUM SCHLUSS



Welchen Wert möchte ich in meinem Alltag konsequenter leben?

.....

.....