

Nehmen Sie sich für folgende Selbstreflexion Zeit und bleiben Sie ganz bei sich:

1. Welche Werte sind für Sie wichtig?

- Was ist Ihnen am wichtigsten? Was gibt Ihrem Leben Sinn?
- Finden Sie zehn Werte, die für Sie wesentlich sind.

2. Markieren Sie anschließend die drei Werte, die für Sie am wichtigsten sind

3. Nehmen Sie sich kurz Zeit, um über folgende Fragen nachzudenken:

- Wie wirken diese drei Werte in Ihrem Leben?
- Woran sind diese Werte in Ihren Handlungen erkennbar – für sich und für andere?
- Wo bestehen gegebenenfalls Wertekonflikte?
- Wenn Sie diesen Werten mehr Raum geben würden, inwiefern würde sich Ihr Leben verändern?

4. Schreiben Sie Ihre Erkenntnisse auf und beobachten Sie in den nächsten Tagen, wie diese drei Werte und evtl. auch die Wertekonflikte im beruflichen und privaten Alltag zum Ausdruck kommen.

Quelle: Agil und erfolgreich führen, S. 89

