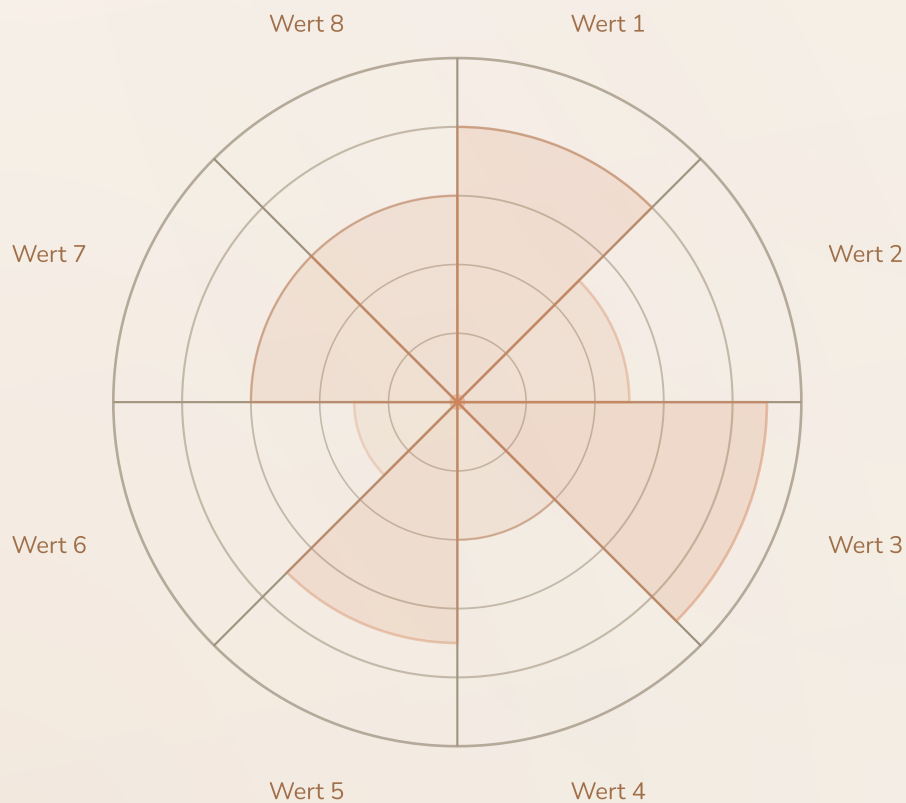


Dein *Werterad*

Du weißt, was dir wichtig ist. Aber lebst du es auch? Das Werterad zeigt dir den Unterschied.



1 Werte eintragen → 2 Bewerten → 3 Form betrachten

Schnapp dir einen Stift. Du brauchst 15 Minuten.

5 Seiten · 8 Werte · 1 Leitfrage

Alex Hörber

Ich? Hätte ich nicht gedacht!

Worksheet · 5 Seiten

So geht's

Das Werterad zeigt dir, wie du deine wichtigsten Werte gerade lebst — und wo Lücken sind. Es geht nicht um Perfektion. Es geht um **Klarheit**.

Anleitung:

- Trag deine 8 wichtigsten Werte um das Rad herum ein. Falls du unsicher bist, schau dir die Werteliste auf Seite 4 an.
- Bewerte jeden Wert auf einer Skala von 0 bis 10: 0 (Mitte) = ich lebe diesen Wert gar nicht. 10 (Rand) = ich lebe diesen Wert voll aus.
- Mal den Bereich von der Mitte bis zu deiner Zahl aus.
- Wenn alle Werte ausgefüllt sind: Schau dir die Form deines Rades an.

Tipp

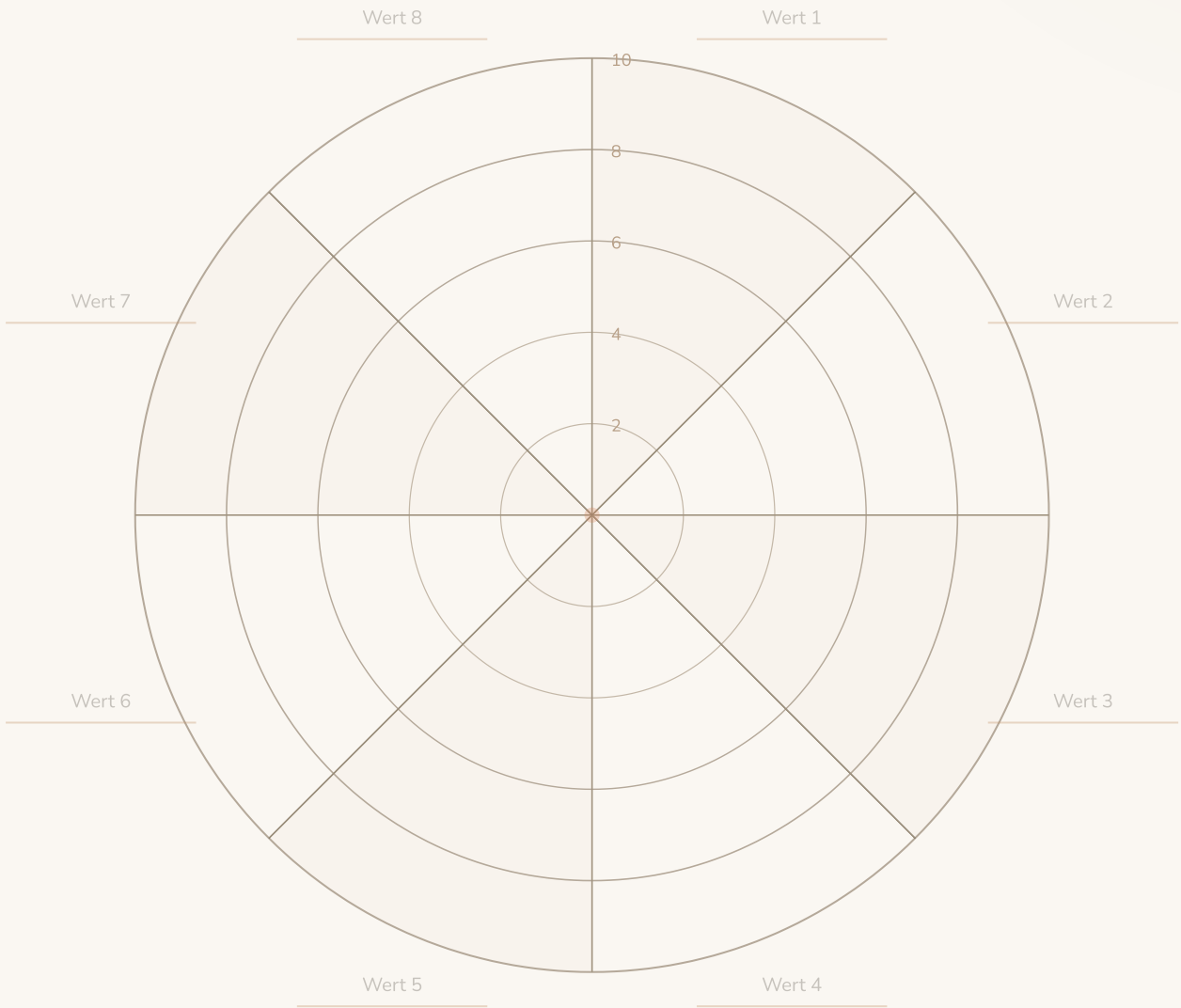
Du kannst privat und beruflich zusammen bewerten — oder zwei getrennte Räder machen. Ganz wie du willst.

”

**Leitfrage: Auf einer Skala von 0 bis 10 –
wie sehr lebst du diesen Wert gerade aus?**

Dein Werterad

Trag deine Werte ein und bewerte sie von 0 bis 10



Werteliste

Falls du nicht weißt, wo du anfangen sollst – hier sind ein paar Ideen

Such dir die Werte raus, bei denen du denkst: **Ja, das bin ich**. Nicht die, die sich gut anhören. Die, die du wirklich lebst — oder leben willst.

- Abenteuer
- Achtsamkeit
- Anerkennung
- Authentizität
- Autonomie
- Balance
- Begeisterung
- Beharrlichkeit
- Bescheidenheit
- Besonnenheit
- Bildung
- Dankbarkeit
- Disziplin
- Ehrlichkeit
- Empathie
- Entschlossenheit
- Fairness
- Familie
- Flexibilität
- Freiheit
- Freude
- Freundlichkeit
- Freundschaft
- Fürsorge
- Geduld
- Gelassenheit
- Gemeinschaft
- Gerechtigkeit
- Gesundheit
- Großzügigkeit
- Harmonie
- Hilfsbereitschaft
- Humor
- Innovation
- Integrität
- Kreativität
- Leidenschaft
- Liebe
- Loyalität
- Mitgefühl
- Mut
- Nachhaltigkeit
- Neugier
- Offenheit
- Optimismus
- Ordnung
- Pflichtbewusstsein
- Respekt
- Selbstbewusstsein
- Selbstdisziplin
- Selbstständigkeit
- Sicherheit
- Sinn
- Solidarität
- Spaß
- Spiritualität
- Teamwork
- Toleranz
- Tradition
- Treue
- Unabhängigkeit
- Verantwortung
- Verlässlichkeit
- Vertrauen
- Wachstum
- Weisheit
- Wertschätzung
- Wissen
- Wohlstand
- Zufriedenheit
- Zuverlässigkeit

Fehlt was?

Dein wichtigster Wert steht nicht in der Liste? Gut. Dann schreib ihn selbst dazu. Deine Werte müssen nicht in einer Liste stehen, damit sie zählen.

Was siehst du?

”

*Schau dir dein Werterad an.
Welcher Wert ist dir am wichtigsten –
und hat gleichzeitig die niedrigste Zahl?*

Genau da liegt der Hebel. Nicht bei dem, was schon rund läuft — sondern bei dem, was dir wichtig ist und trotzdem zu kurz kommt. **Das ist kein Vorwurf. Das ist ein Anfang.**

. . .

Deine Erkenntnisse:

Was fällt dir auf? Welcher Wert überrascht dich? Wo willst du etwas ändern?

. . .

Dein Alex

ichdochnicht.de