

Abenteuer	Flexibilität	Kultur	Selbstverwirklichung
Abwechslung	Fokus	Leadership	Selbstwert
Achtsamkeit	Freiheit	Lebendigkeit	Sensibilität
Aktivität	Freude	Lebensqualität	Seriosität
Aktualität	Freundlichkeit	Leichtigkeit	Sicherheit
Akzeptanz	Frieden	Leidenschaft	Sinnhaftigkeit
Andersartigkeit	Führung	Leistung	Solidarität
Anerkennung	Fülle	Liebe	Sorgfalt
Anmut	Fürsorglichkeit	Liebenswürdigkeit	Sparsamkeit
Ansehen	Ganzheitlichkeit	Loyalität	Spaß
Anstand	Gedankenfreiheit	Luxus	Spiritualität
Aufgeschlossenheit	Geduld	Macht	Spontanität
Aufmerksamkeit	Gelassenheit	Minimalismus	Stabilität
Ausgeglichenheit	Gemeinschaft	Mitgefühl	Standfestigkeit
Ausgewogenheit	Genauigkeit	Moral	Stille
Authentizität	Gemütlichkeit	Motivation	Sympathie
Balance	Gerechtigkeit	Nachhaltigkeit	Tapferkeit
Begegnung	Gesundheit	Nächstenliebe	Teamgeist
Begeisterung	Gewaltfreiheit	Naturverbundenheit	Toleranz
Beharrlichkeit	Glaube	Neugierde	Tradition
Bekanntheit	Glaubwürdigkeit	Neutralität	Transparenz
Beliebtheit	Glück	Offenheit	Treue
Berühmtheit	Großzügigkeit	Optimismus	Tüchtigkeit
Bescheidenheit	Güte	Ordnungssinn	Unabhängigkeit
Beziehungen	Harmonie	Partnerschaft	Unbestechlichkeit
Commitment	Heilung	Pflichtgefühl	Veränderung
Community	Herzlichkeit	Phantasie	Verantwortung
Dankbarkeit	Hilfsbereitschaft	Pragmatisch	Verbindlichkeit
Demut	Hingabe	Präsenz	Verbundenheit
Disziplin	Hoffnung	Präzision	Verlässlichkeit
Echtheit	Höflichkeit	Professionalität	Vernunft
Effektivität	Humor	Pünktlichkeit	Vertrauen
Effizienz	Idealismus	Qualität	Vision
Ehrlichkeit	Individualität	Realismus	Vitalität
Eigenständigkeit	Innovation	Redlichkeit	Wachstum
Einfachheit	Inspiration	Reife	Weisheit
Einzigartigkeit	Integrität	Resilienz	Wertschätzung
Empathie	Intelligenz	Respekt	Weitsicht
Engagement	Interesse	Revolution	Willenskraft
Entscheidungsfreude	Intimität	Rücksichtnahme	Wissen
Entwicklung	Intuition	Ruhe	Wohlbefinden
Erfahrung	Klarheit	Ruhm	Wohlstand
Erfolg	Kommunikation	Sanftmut	Würde
Erleuchtung	Kompetenz	Sauberkeit	Zielstrebigkeit
Ethik	Klugheit	Selbstbestimmtheit	Zufriedenheit
Exzellenz	Konsequenz	Selbstbewusstsein	Zugehörigkeit
Fairness	Konservativität	Selbstdisziplin	Zuneigung
Familie	Kontrolle	Selbsterkenntnis	Zuverlässigkeit
Fleiß	Kreativität	Selbstvertrauen	Zuversicht

Welche Werte sind für Dich wichtig? Welche 10 Werte sprechen Dich am meisten an?

.....

.....

.....

.....

.....

Reduziert auf die 5 wichtigsten – beschreibe was Du damit verbindest. Sind sie für Privat und Beruflich unterschiedlich belegt?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**Welche Werte möchtest Du im Alltag leben?**

Es sind natürlich in Summe mehr, aber es ist leichter, sich zunächst auf drei Werte zum Abgleich zu beschränken:

.....

.....

.....

## Was wäre dein perfektes Leben

Erstelle eine Mindmap mit allen Bereichen, die für Dich wichtig sind und notiere alles, was Dir dazu einfällt. Ganz ohne Bewertung. Was wäre Dein Wunschleben 2.0. Das muss nichts Besonderes sein, kein Haus auf Hawaii. Auch das eigene Haus ist super, aber wenn Du z.B. einmal pro Woche zur Massage gehen willst, machst Du das einfach. Natürlich auch gerne groß denken. Wo verschlägt es dir den Atem?

Jetzt du: Wenn ich mir mein Wunschleben vorstelle, dann mache ich...

- Persönlichkeitsentwicklung (z.B. Kurse, Seminare, Bücher, ...)
- Familie & Beziehung
- Für mich persönlich (was ist mir wichtig, was will ich mir leisten, wieviel Zeit habe ich für mich, ...)
- Kleidung & Konsum (Marken, Nachhaltigkeit, ...)
- Was mir gut tut und mich entspannt
- Business (wie arbeite ich, wo, wie verdiene ich mein Geld, was mache ich gern, ...)
- Ernährung und Körper
- Geld (genügend Geld für, ...)
- Wohnen und Haus (wie wohne ich, wo, wie sieht mein Haus aus, ...)
- Umwelt und Engagement (möchte ich spenden, wie will ich leben, Ehrenamt, ...)

Was ist Dein wichtigster persönlicher Wunsch?

.....

.....

.....

.....

.....

Was ist Dein wichtigster beruflicher Wunsch?

.....

.....

.....

.....

.....