

Monika Rinderknecht

www.monika-rinderknecht.de
info@monika-rinderknecht.de

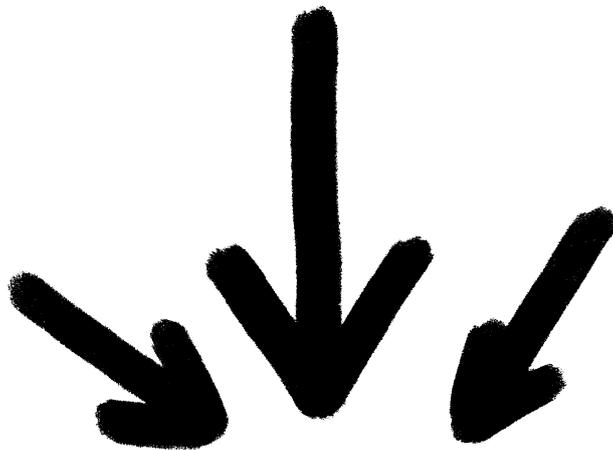
Fragebogen zur Wertefindung

Nachdem du den Fragebogen ausgefüllt hast, kannst du die Antworten nutzen, um ein klareres Bild deiner Kernwerte zu bekommen. Notiere dir die drei bis fünf Werte, die in den verschiedenen Bereichen am häufigsten oder stärksten betont werden, und denke darüber nach, wie sie dein tägliches Leben und deine Entscheidungen prägen.

Dieser Fragebogen kann dir dabei helfen, bewusster zu leben und Entscheidungen zu treffen, die wirklich mit deinen inneren Überzeugungen im Einklang stehen.

Falls du Fragen hast, melde dich gerne bei mir.

Leg los!



Bereich	Frage	Wert	Anmerkung
Persönliche Entwicklung	Welche Eigenschaften an dir selbst schätzt du am meisten?		
	Welche Fähigkeiten möchtest du in den nächsten Jahren weiterentwickeln?		
	Was bedeutet persönliches Wachstum für dich?		
Beziehungen	Was erwartest du von Freundschaften und Partnerschaften?		
	Welche Eigenschaften schätzt du am meisten an den Menschen in deinem Umfeld?		
	Wie wichtig sind dir Vertrauen, Ehrlichkeit und Loyalität in Beziehungen?		
Arbeit und Karriere	Was motiviert dich in deinem beruflichen Leben – Erfüllung, Erfolg, Sicherheit oder Anerkennung?		
	Wie wichtig ist dir die Übereinstimmung zwischen deinen beruflichen Aufgaben und deinen Werten?		
	Würdest du für einen Job oder beruflichen Erfolg Kompromisse bei deinen Werten eingehen? Warum oder warum nicht?		
Familie	Welche Rolle spielt Familie in deinem Leben?		
	Welche Werte möchtest du in deiner Familie vermitteln oder leben?		
	Wie beeinflussen dich die Werte deiner Eltern oder deiner Herkunftsfamilie?		
Gesellschaft und Gemeinschaft	Wie wichtig ist dir dein Beitrag zur Gesellschaft oder zu deiner Gemeinschaft?		
	Welche gesellschaftlichen Themen sind dir besonders wichtig (z. B. Gerechtigkeit, Umwelt, Gleichberechtigung)?		
	Inwiefern bist du bereit, dich für deine Überzeugungen einzusetzen?		

Gesundheit und Wohlbefinden	Wie wichtig ist dir körperliche und mentale Gesundheit?		
	Was bedeutet ein ausgeglichenes und gesundes Leben für dich?		
	Welche Gewohnheiten möchtest du pflegen, um deine Gesundheit langfristig zu erhalten?		
Finanzen und materielle Dinge	Welche Rolle spielen finanzielle Sicherheit und materielle Güter in deinem Leben?		
	Würdest du deine Werte für finanziellen Erfolg opfern? Warum oder warum nicht?		
	Was bedeutet Wohlstand für dich, und wie beeinflusst er deine Lebensentscheidungen?		
Freizeit und Erholung	Was machst du in deiner Freizeit, das dich wirklich erfüllt?		
	Wie wichtig ist dir der Ausgleich zwischen Arbeit und Freizeit?		
	Welche Aktivitäten geben dir Energie und Freude?		
Spiritualität und Glauben	Spielt Spiritualität oder Religion eine Rolle in deinem Leben? Wenn ja, welche Werte leiten dich?		
	Wie beeinflusst dein Glaube oder deine spirituelle Überzeugung deine Entscheidungen?		
	Welche Bedeutung hat innere Ruhe oder Verbundenheit für dich?		
Selbstreflexion	In welchen Momenten fühlst du dich am meisten im Einklang mit deinen Werten?		
	Gab es in deinem Leben Entscheidungen, bei denen du gegen deine Werte gehandelt hast? Was hast du daraus gelernt?		
	Welche drei Werte sind dir am wichtigsten und warum?		