



Klar und bewusst in Führung gehen!

*Werte - die Basis unserer
Persönlichkeit*

Warum es wichtig ist, sich seiner Werte bewusst zu sein

Werte leiten uns – bewusst oder unbewusst – durch unser Leben. Sie zeigen sich in Worten, Taten und Gedanken. Selten reden wir explizit über sie. Oft wundern wir uns dann, dass Menschen anders handeln oder denken, als wir. Es kommt nicht selten zu Missverständnissen und zwischenmenschlichen Kommunikationsproblemen.

Unsere Werte bilden sich heraus durch die Menschen, die uns umgeben und das Umfeld, in dem wir uns bewegen. Sie bilden sich bereits im Kindesalter und begleiten uns durch unser Leben. Werte machen Sinn, weil sie unser Leben handhabbar machen und wir uns nach ihnen ausrichten.

Doch Werte können sich auch als Hindernisse bemerkbar machen. Wenn wir Sicherheit als Wert haben, aber Situationen von uns Mut erfordern, stoßen wir an Grenzen. Sich seiner Werte bewusst zu sein, ist deshalb so wertvoll. Und auch hier gilt: Nichts ist für immer. Werte können sich im Laufe des Lebens ändern. Die Voraussetzung dafür ist Klarheit über sie und die bewusste Entscheidung, neue Wege zu gehen.

Der Weg zu deinen Werten

Nicht nur für Führungskräfte relevant



1. Identifizieren

Identifiziere die Werte, die Dich spontan ansprechen und markiere sie.



2. Reduzieren

Überprüfe, welche Werte sich ähneln und reduziere sie auf maximal zehn Werte.



3. Interpretieren

Widme Dich jedem einzelnen Wert und beschreibe, was dieser für Dich bedeutet.



4. Priorisieren

Bringe Deine Werte in eine stimmige Rangfolge. Nutze dafür die Wertepyramide.



5. Leben

Werde Dir Deiner Werte im Alltag bewusst.

1. Identifizieren

Identifiziere die Werte, die Dich spontan ansprechen und markiere sie (1/3)

Anstand	Bildung	Demut	Eifer	Erfahrung
Achtsamkeit	Bedachtsamkeit	Diskretion	Eigenständigkeit	Erfolg
Aufrichtigkeit	Beherrschung	Der Beste sein	Einen Unterschied machen	Extraversion
Authentizität	Beliebtheit	Dienst	Einfachheit	Exzellenz
Abenteuer	Bereitschaft	Direktheit	Einfluss	Fleiß
Anerkennung	Besonnenheit	Disziplin	Einfühlungsvermögen	Freiheit
Angemessenheit	Bewusstheit	Dominanz	Einzigartigkeit	Freundschaft
Ausdauer	Bindung	Durchsetzungs- vermögen	Eleganz	Frieden
Ausgeglichenheit	Brillanz	Ehrlichkeit	Energie	Finanz.
Ausgelassenheit	Charme	Effektivität	Enthusiasmus	Unabhängigkeit
Bescheidenheit	Coolness	Effizienz	Entschlossenheit	Flexibilität
Beständigkeit	Dankbarkeit	Ehrgeiz	Entspannung	Freude
				Freundlichkeit

1. Identifizieren

Identifiziere die Werte, die Dich spontan ansprechen und markiere sie (2/3)

Frohsinn	Glück	Intelligenz	Korrektheit	Mäßigung
Gelassenheit	Gründlichkeit	Introversion	Kreativität	Mitgefühl
Genuss	Güte	Intuition	Kühnheit	Mitwirkung
Gerechtigkeit	Harmonie	Kameradschaft	Leidenschaft	Motivation
Großzügigkeit	Hilfsbereitschaft	Klugheit	Leistung	Nachhaltigkeit
Geben	Herausforderung	Klarheit	Liebe	Nächstenliebe
Genauigkeit	Heimatverbundenheit	Komfort	Loyalität	Natur
Genügsamkeit	Herz	Kongruenz	Lebendigkeit	Nähe
Geschwindigkeit	Humor	Können	Lernen	Neugier
Geselligkeit	Individualität	Kontinuität	Logik	Offenheit
Gewinnen	Integrität	Kontrolle	Macht	Ordnung
Glaubwürdigkeit	Inspiration	Kooperation	Mut	Optimismus

1. Identifizieren

Identifiziere die Werte, die Dich spontan ansprechen und markiere sie (3/3)

Originalität	Ruhe	Scharfsinn	Umweltschutz	Wärme
Partnerschaft	Reflexion	Selbstlosigkeit	Unabhängigkeit	Weisheit
Perfektion	Reichhaltigkeit	Selbstvertrauen	Urteilsfähigkeit	Wissen
Persönliches	Schönheit	Spannung	Vertrauen	Zugehörigkeit
Wachstum	Selbstbestimmung	Sparsamkeit	Vernunft	Zuverlässigkeit
Privatsphäre	Selbstverwirklichung	Spontaneität	Verständnis	Zufriedenheit
Pflicht	Sicherheit	Stabilität	Vielfalt	
Pragmatismus	Solidarität	Stärke	Vitalität	
Proaktiv sein	Sorgfalt	Toleranz	Wertschätzung	
Professionalität	Spaß	Tradition	Würde	
Pünktlichkeit	Spiritualität	Teamwork	Wachstum	
Reichtum	Struktur	Treue	Wahrheit	
Respekt				

2. Reduzieren

Überprüfe, welche Werte sich ähneln und reduziere sie auf maximal zehn Werte

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

8. _____

9. _____

10. _____

3. Interpretieren

Widme Dich jedem einzelnen Wert und beschreibe, was dieser für Dich bedeutet (1/2)

1.	_____	2.	_____	3.	_____	4.	_____	5.	_____
	_____		_____		_____		_____		_____
	_____		_____		_____		_____		_____
	_____		_____		_____		_____		_____
	_____		_____		_____		_____		_____
	_____		_____		_____		_____		_____
	_____		_____		_____		_____		_____

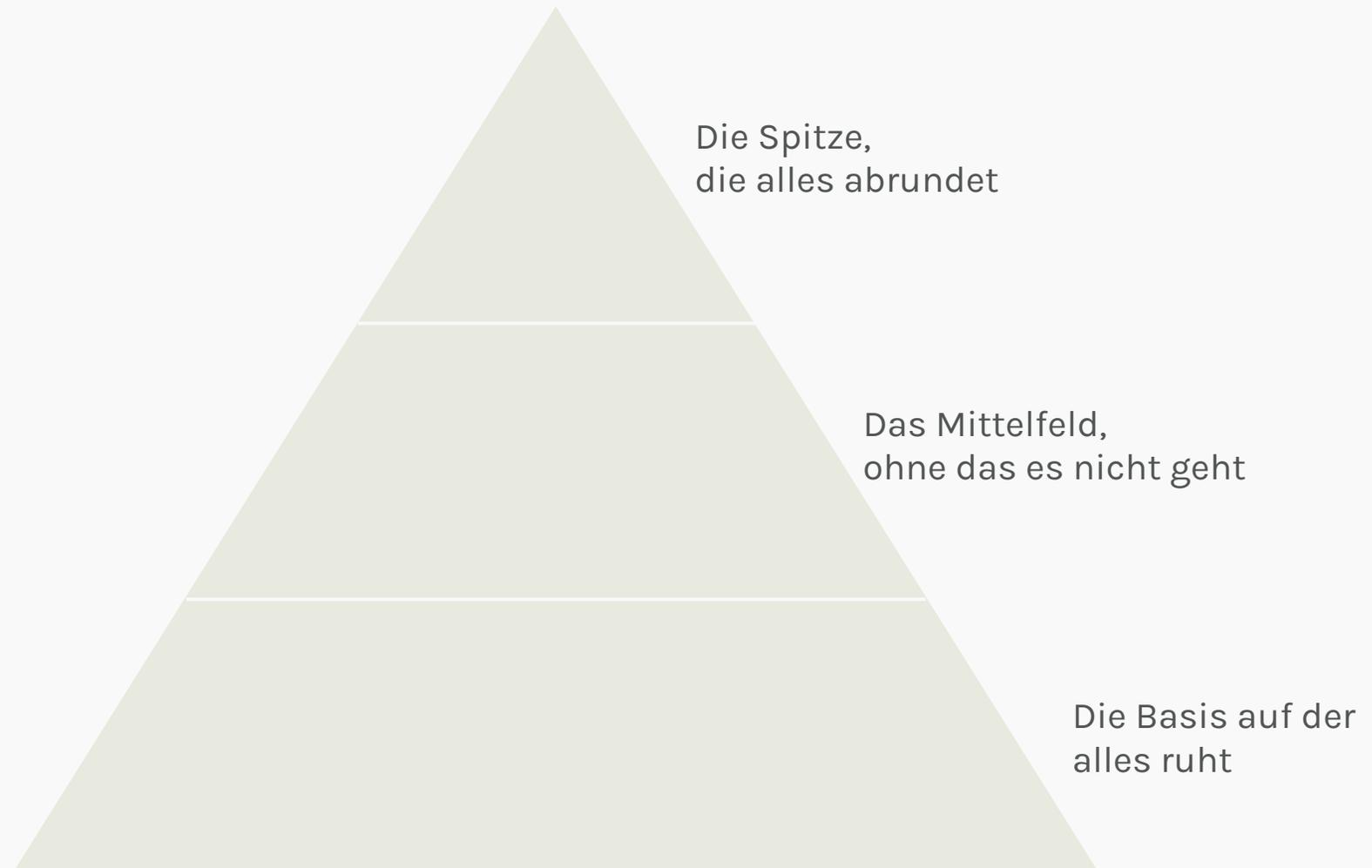
3. Interpretieren

Widme Dich jedem einzelnen Wert und beschreibe, was dieser für Dich bedeutet (2/2)

6. _____	7. _____	8. _____	9. _____	10. _____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____

4. Priorisieren

Bringe Deine Werte in eine stimmige Rangfolge. Nutze dafür die Wertepyramide.



5. Leben

Werde Dir Deiner Werte im Alltag bewusst



Jetzt liegt es an Dir. Nutze Deine Werte im Alltag. Du kannst zum Beispiel Ziele an Deinen Werten ausrichten oder Dir die Frage stellen, in welchen Situationen Du nach Deinen Werten handelst oder gegen sie verstößt.

Oder: Wie wirken sich Deine persönlichen Werte auf die Werte Deines Teams aus? Welche Werte prägen Dein Team? Wo siehst Du Schwierigkeiten? Wo stützen sie sich gegenseitig?

Handelst Du gegen Deine Werte oder verstößt jemand gegen Deine Werte, wirst Du das merken. Es fühlt sich nicht gut an, Du bereust vielleicht Entscheidungen oder Worte, die Du verwendet hast oder fühlst Dich im Gespräch mit Deinem Gegenüber unwohl.

Je mehr Du nach Deinen Werten lebst und sie in Dein Bewusstsein lässt, desto sicherer wirst Du im Umgang mit Deinen Mitarbeitenden, KollegInnen oder anderen.



MARKS for future Insights



MARKS for future



Mit MARKS for future begleite ich seit vielen Jahren Führungskräfte dabei, klar, bewusst und fokussiert zu führen. So gestalten Sie Teams und Organisationen, die ihre eigenen Ziele, aber auch das Wohl der Gemeinschaft und Umwelt priorisieren. Egal ob in Einzelsettings, Teams oder ganzen Organisationseinheiten, eines hat sich immer wieder gezeigt: Veränderungen im Außen beginnen bei der Veränderung im Innen.

Klar und bewusst in Führung gehen! - ist mein Motto, wenn es um das Thema **Führungskräfteentwicklung** geht - ganz gleich ob im individuellen Coaching oder im Rahmen einer Team- oder Kulturentwicklung.

Das Grundverständnis meiner Begleitungen ist mein Verständnis von **Mindful Leadership**. Mindful Leadership ist die **bewusste, fokussierte und klare Führung**, bei der Führungskräfte durch **achtsame Kommunikation, klare Standards und Werte** sowie **regelmäßige Meditation** Teams und Organisationen gestalten, die das Wohl der Gemeinschaft und der Umwelt priorisieren und gleichzeitig die Erreichung gemeinsamer Ziele fördern.

“Mein Fokus liegt immer auf den Menschen, die Prozesse und Produkte zum Leben erwecken“

Führungskräfte

 > 100

Mitarbeiter:innen

 > 500

Workshops

 > 120

Großgruppen-
Moderation

 > 30

AUSZUG

Aus- & Weiterbildungen

Systemische Organisationsberaterin (zert., WIBK, Paderborn)

Change-Beraterin (zert., Beratergruppe Neuwaldegg, Wien)

Meditationen leiten - ZEN (zert., B.I.E.K., Bensheim)

Team Exzellenz Expertin (Commerzbank AG, Frankfurt)

Beraterin "Big 5 Discovery Persönlichkeitsanalyse" und "EI4 - Analyse der emotionalen Intelligenz" (zert., Dimension 21, Bielefeld)

Großgruppenmoderation (zert., moderatio, Pörnbach)



Kontakt

Vielen Dank für Ihr Vertrauen. So erreichen Sie mich.



Anschrift

Römerstr. 74, 69115 Heidelberg



E-mail

marlen.marks@marksforfuture.de



Telefon

+49 173 5388065



Website

www.marlenmarks.de