

*Lara***PANNING**
COACHING

Dein Werte-Check



Werte-Check

Hello hello! Heute geht es deinen Werten auf den Grund. Sei dein eigener Detektiv - unter Anleitung wirst du direkt zu deinen 5 wichtigsten Werten in deinem Leben geleitet.

Wofür das wichtig ist? Ganz klar: Für die Ausrichtung deines Lebens. Deine Werte sind der Kompass deines Lebens. Wenn du dir deiner eigenen Werte bewusst bist, fällt es dir leichter eine klare Ausrichtung zu haben, Grenzen zu setzen und authentisch zu sein.

Damit eliminiert du all die Dinge in deinem Leben, die für dich keine Priorität haben und fokussierst dich auf die wirklich wichtigen und schönen Dinge im Leben.

✗ Ohne diese Klarheit passiert oft Folgendes:

- Du passt dich an und merkst erst später, dass du dich selbst dabei verloren hast.
- Du fühlst dich leer, gestresst oder unzufrieden, obwohl du „alles richtig“ gemacht hast.
- Deine Ziele und Wünsche fühlen sich nicht nach „dir“ an, sondern nach dem, was andere erwarten.

💡 Die gute Nachricht:

Wenn du deine Werte erkennst und nach ihnen lebst, verändert sich dein Leben. Du wirst mutiger, klarer und bewusster in deinen Entscheidungen. Du weißt, was du wirklich willst – und was nicht.

Lass uns loslegen!

Wertekompass

Mit dieser Übung gehst du jetzt in dich und wirst im Ausschlussverfahren deine Hauptwerte, die dich im Leben antreiben, identifizieren. Du wirst gleich eine Liste mit Werten finden, mit der wir nun gemeinsam arbeiten.

Schritt 1: Setze bei 15 Werten ein Kreuz, mit denen du dich am meisten identifizieren kannst.

Schritt 2: Kreise nun die 5 Werte ein, die für dich von den bisherigen 15 Werten die größte Bedeutung haben.

A

Abenteuer
Achtsamkeit
Agilität
Aktivität
Aktualität
Akzeptanz
Andersartigkeit
Anerkennung
Anmut
Ansehen
Anstand
Ästhetik
Aufgeschlossenheit
Aufmerksamkeit
Ausgeglichenheit
Ausgewogenheit
Authentizität

B

Begeisterung
Beharrlichkeit
Beständigkeit
Bescheidenheit
Besonnenheit

C

Charme
Coolness

D

Dankbarkeit
Demut
Disziplin
Durchsetzungskraft

E

Effektivität
Effizienz
Ehrlichkeit
Empathie
Engagement
Entscheidungsfreude
Entdeckergeist
Entschlossenheit

F

Fairness
Fleiß
Flexibilität
Freiheit
Freude
Freundlichkeit
Freundschaft
Frieden
Fürsorglichkeit

G

Geduld
Gelassenheit
Gemütlichkeit
Gerechtigkeit
Gesundheit
Glaubwürdigkeit
Großzügigkeit
Güte

H

Harmonie
Herzlichkeit
Hilfsbereitschaft
Hingabe
hoffnungsvoll
Höflichkeit
Humor

I

Idealismus
Innovation
inspirierend
Integrität
intelligent
Interesse
Intuition

K

Klugheit
konsequent (neu)
konservativ
Kontrolle
Kreativität

Wertekompass

L

Leidenschaft
Leichtigkeit
Liebenswürdigkeit
Loyalität

M

Mitgefühl
Motivation
Mut

N

Nachhaltigkeit
Nächstenliebe
Neutralität
Neugier

O

Offenheit
Optimismus
Ordnungssinn

P

Pflichtgefühl
Phantasie
Pragmatisch
Präsenz
Präzision
Professionalität
Pünktlichkeit

R

Realismus
Redlichkeit
Respekt
Rücksichtnahme
Ruhe

S

Sanftmut
Sauberkeit
Selbstdisziplin
Selbstbewusstsein
Selbstvertrauen
Sensibilität
Seriosität
Sicherheit
Solidarität
Sorgfalt
Sparsamkeit
Spaß
Standfestigkeit
Sympathie
Spontanität

T

Tapferkeit
Teamgeist
Teilen
Toleranz
traditionell
Transparenz
Treue
Tüchtigkeit

U

Unabhängigkeit
Unbestechlichkeit
Überzeugungskraft

V

Verantwortung
Verlässlichkeit
Vertrauen

W

Wachsamkeit
Weisheit
Weitsicht
Willenskraft
Würde

Z

Zielstrebigkeit
Zuneigung
Zusammenhalt
Zuverlässigkeit
Zuversicht

Meine Top 5-Werte

1:

2:

3:

4:

5:



Unterstützung auf deinem Weg

LaraPANNING
COACHING

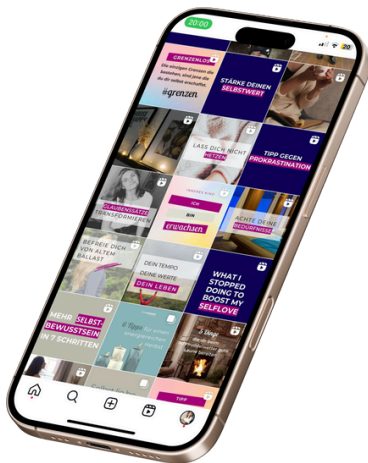
High-Class Coaching

Lass dich professionell begleiten und baue dir ein festes Fundament für dein Leben nach deinen Werten auf
- im exklusives Einzelcoaching für 3, 6 oder 12 Monate.



@coaching@larapanning.de

**1:1
Betreuung**



Instagram

Folge mir auf Instagram für die tägliche Dosis für ein wertefokussiertes Leben.

@larapanning_coaching

Newletter

Registrierte dich für meinen Newsletter und profitiere von exklusiven Rabatten, Übungen und News.

@ www.larapanning.de/
newsletter



Your only limit
is your mind.