

Meine Werte leben Unsere Werte leben	
TN 	6 bis 20 Personen, ab 16 Jahre  Lernziel: Ideen entwickeln, wie die eigenen Werte im Alltag gelebt werden können
Dauer 	45 Minuten
Material 	Stifte → Arbeitshilfe „Meine Werte leben Unsere Werte leben“ (Seite 1)
Beschreibung 	Dies ist eine einfache Übung, die dazu dient, die Wichtigkeit von Werten zu reflektieren und Ideen zu entwickeln, um Werte auch zu leben.

Vorbereitung

- Schaffen Sie eine ruhige Arbeitsatmosphäre. Die Teilnehmenden sollen sich in aller Ruhe mit dem Fragebogen auseinandersetzen.
- Drucken Sie die Arbeitshilfe für alle aus.

Durchführung

Erläutern Sie den Teilnehmenden, dass es immer wieder darum geht, ins Handeln zu kommen, wenn Werte in die Tat umgesetzt werden sollen. Dafür braucht es aber konkrete Ideen, wie persönliche Werte im Alltag gelebt werden können. Mithilfe eines Fragebogens können sich die Teilnehmenden individuell mit der eigenen Situation auseinandersetzen.

Ideen entwickeln (20 Min.)

Alle Teilnehmenden erhalten den Fragebogen. Sie sollen in Stillarbeit die vorgegebenen Fragen reflektieren und eigene Ideen entwickeln.

Austausch (20 Min.)

Bitten Sie nun die Teilnehmenden, miteinander in den Austausch zu kommen. Hierbei sollen vor

allem die Ideen geteilt werden: Welche Ideen habt ihr, um eure Werte zu leben?

Reflexion und Auswertung (10 Min.)

Schließen Sie die Gruppenstunde mit einer Reflexion ab:

- Wie ist es euch dabei ergangen, einen wichtigen Wert zu finden?
- Wie war es für euch, darüber nachzudenken, was euch davon abhält, eure Werte zu leben?
- Was hat euch dabei geholfen, Ideen zu entwickeln?
- Was braucht ihr vielleicht noch, um Ideen zu entwickeln?

Variante „Unsere Werte leben“

Die Übung lässt sich auf Gruppenkontexte übertragen, z.B. wenn es darum geht, gemeinsame Werte im Team, im Verein oder in einer anderen Gemeinschaft zu leben. Hierzu braucht es vorab natürlich eine Verständigung darüber, welche Werte die Gruppe teilt und leben will. Dazu können Sie vorab die Übung „Werteplakat“ oder „Werte, die

uns wichtig sind“ aus Modul 3 durchführen. In der Gruppenvariante der Übung geht es dann um eine gemeinsame Reflexion und ein gemeinsames Brainstorming: Wie leben wir unsere Werte im Alltag bereits? Wie wollen wir sie leben? Anschließend werden Ideen gesammelt, wie man Werte im Alltag leben kann. Hierfür können Sie die Seite 2 der Arbeitshilfe verwenden. Bei größeren Gruppen bieten sich Kleingruppen an, die im Anschluss ihre Ideen zusammentragen.

Tipp

Achten Sie bei der Auswertung in der Runde darauf, dass die Teilnehmenden nicht mehr von sich preisgeben, als sie wirklich möchten.

Diese Übung gibt es auch in digitaler Form in unserer App: <https://uebungen.wertebildung.de/werteleben/>

Siehe dazu auch die folgende Übungsbeschreibung.