

Werte, die mir wichtig sind	
TN 	6 bis 20 Personen, ab 14 Jahre  Lernziele: eigene Werte identifizieren und reflektieren; die Bedeutung von Werten für das eigene Handeln reflektieren
Dauer 	20 Minuten
Material 	Stifte → Arbeitshilfe „Werteliste“ → Arbeitshilfe „Reflexionsfragen“
Beschreibung 	Diese Übung regt die Teilnehmenden dazu an, sich intensiver mit den Werten auseinanderzusetzen, die ihnen persönlich wichtig sind. Anhand einer Liste von Werten und mithilfe von verschiedenen Reflexionsfragen identifizieren und erkunden sie ihre eigenen Wertvorstellungen. Sie machen sich bewusst, welche Werte ihnen wichtig sind, was diese für sie konkret bedeuten und welche praktische Relevanz sie für ihr tägliches Leben haben.

Vorbereitung

- Bereiten Sie eine Liste mit 15 bis 40 Werten (eventuell einschließlich kurzer Begriffserläuterungen) vor.
- Kopieren Sie die Liste und das Handout mit den Reflexionsfragen für alle Teilnehmenden.
- Diese sollten ausreichend Platz und einen Stift haben.

Durchführung

- Erklären Sie den Teilnehmenden, dass es darum geht, eigene Werte zu identifizieren und zu erkunden.
- Teilen Sie an alle die Werteliste und die Reflexionsfragen aus. Die Teilnehmenden sollen nun jeweils für sich fünf Werte aus der Liste auswählen, die ihnen persönlich besonders wichtig sind.
- Mit diesen fünf Werten sollen sich die Teilnehmenden im nächsten Schritt genauer beschäf-

tigen und die Reflexionsfragen zu jedem dieser Werte beantworten.

- Nachdem die Teilnehmenden die Fragen beantwortet haben, bitten Sie sie, sich zu zweit über ihre Werte und Antworten auszutauschen. Sie können danach auch in der gesamten Gruppe den inhaltlichen Austausch anhand der Reflexionsfragen weiterführen.
- Leiten Sie anschließend zur Reflexion der Übung über. Ermuntern Sie die Teilnehmenden, ihre Gedanken zu dem Prozess und zu ihren Werten zu teilen. Da Werte etwas sehr Persönliches sind, sollten Sie die Teilnehmenden wissen lassen, dass sie nur das in der Gruppe teilen sollen, was sie möchten.

Reflexion und Auswertung

- Wie war die Übung für euch? War es leicht oder schwer, Werte auszuwählen?
- Wie habt ihr die Werte für euch interpretiert?

- Was habt ihr von anderen gehört oder gelernt?
- Wozu ist die Übung gut? Was könnt ihr daraus mit in euren Alltag nehmen?

Tipp

Wenn die Gruppe sich noch gar nicht mit Werten beschäftigt hat, können Sie vor dieser Übung die Werteabfrage aus Modul 1 durchführen.