

515e Übung: Werthaltungen anpassen

Werthaltungen sind **Einstellungen**, die im **Bezug zum Selbstbild** stehen und von dir als Wert angenommen werden.

Suche dir **drei Werthaltungen** für diese Übung aus.

Notiere sie im **Klartext** z.B. „ich bin ehrlich“.

Kläre den Wert Ehrlichkeit für dich und

Kläre das **Selbstbild**, dass diesem Wert entspricht: z.B. „ich spreche die Wahrheit, ich verzichte aufs Betrügen und was auch noch“.

Dann **erkunde** die **Entstehungssituation**, in der der Wert für dich entstanden ist.

Wo hast du diese Eigenschaft als Ausrichtung für dein Tun und Denken angenommen?

Von wem hast du den Wert übernommen?

Hast du den Wert dir **selber** gebildet?

Wie stehst du **jetzt** zu diesem Wert?

Ist er deiner jetzigen Wirklichkeit angemessen?

Ist er realistisch?

Ist er dem Projekt Führerschein angemessen?

Notiere dir die Ergebnisse.

Abschluss der Einschätzung einer Werthaltung.

Passe die Werthaltung ggf. **an**.