

Schritt 1

Wähle Werte aus der Liste, die dir wichtig sind.

Es geht nicht darum, was sich andere von dir wünschen.
Es geht um Begriffe, die dir ein Wohlgefühl im Bauch machen.

Wenn du magst, kannst du weitere persönliche Werte ergänzen:

- Familie
- Freundschaft
- Gesundheit
- Glück
- Reichtum
- Liebe
- Respekt
- Sicherheit
- Spaß
- Vertrauen

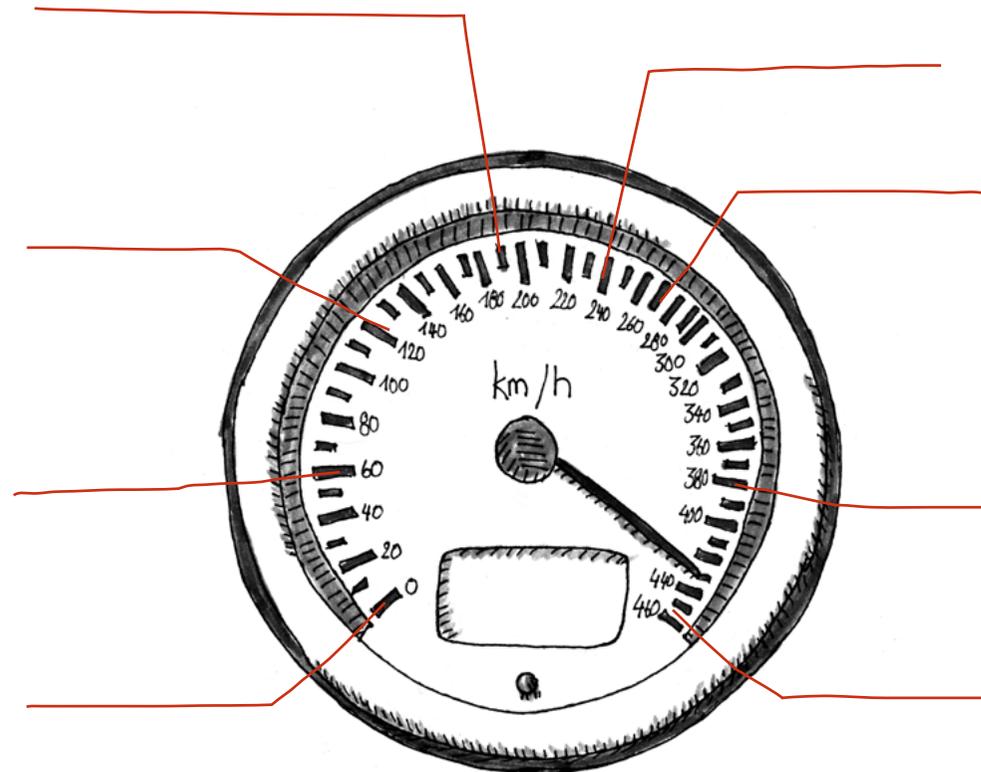
-
-
-
-

Schritt 2

Platziere deine Werte auf dem Tachometer.

Wenn dir der Wert besonders wichtig ist, dann setze ihn auf eine besonders hohe Geschwindigkeit.

Wenn er dir weniger wichtig ist, dann kommt er auf eine niedrigere Geschwindigkeit.



Schritt 3

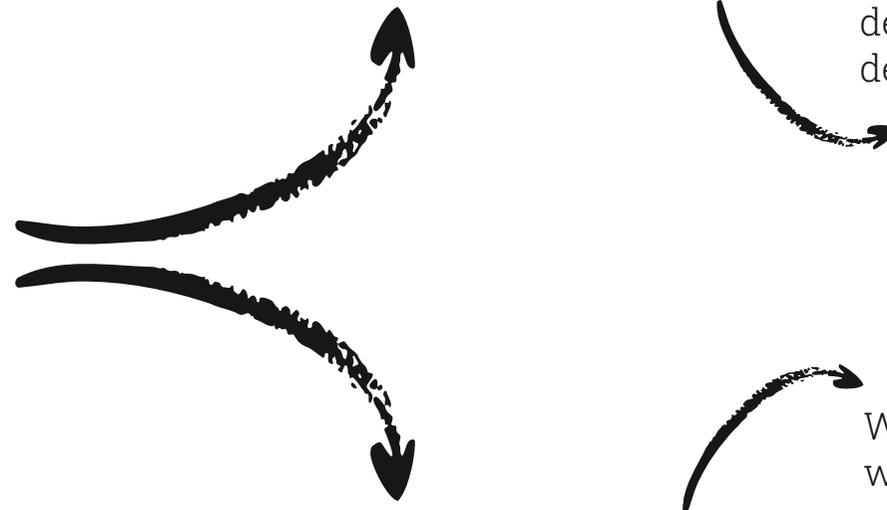
Austausch

Komme mit einer anderen Person ins Gespräch. Sucht einen Wert, den ihr beide eingetragen habt.

Gibt es einen solchen Wert?

Wenn ja: Wer von euch hat ihn höher auf dem Tachometer platziert?

Der/diejenige von euch versucht die/den andere(n) davon zu überzeugen, den Wert genauso hoch zu setzen.



Wenn nein: Versucht, eure Partnerin/euren Partner davon zu überzeugen, euren zentralen Wert mit aufzunehmen.

Warum ist dieser Wert so wichtig für dich?