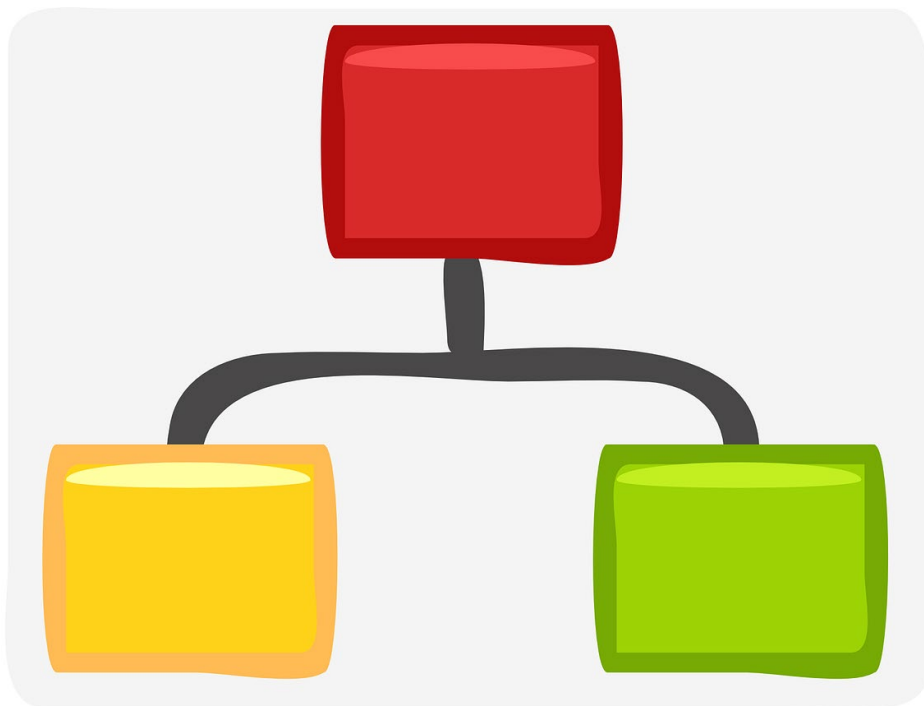


Studierpersönlichkeit Materialsammlung

Kategorie: Haltung (Kritisches Denken und Ethik)

Methode: Wertehierarchie



Bildquelle: Pixabay @Ctker-Free-Vector-Images

Diese Handreichung ist im Projekt SKILL - studierendenzentriert | kollaborativ | innovativ | Lehren und Lernen an der Universität Bremen in Zusammenarbeit mit der Studierwerkstatt der Universität Bremen entstanden.

Das Projekt wurde von der Stiftung Innovation in der Hochschullehre im Rahmen der Förderlinie „Hochschullehre durch Digitalisierung stärken“ von August 2021 bis Dezember 2025 gefördert.

1. Kurzbeschreibung der Methode:

Die Methode der Wertehierarchie dient dazu, persönliche Werte zu identifizieren und zu priorisieren. Durch das systematische Abwägen und Vergleichen von Werten wird eine Rangordnung erstellt, die zeigt, welche Werte für eine Person in einem bestimmten Kontext (z.B. Lebensbereich) besonders wichtig sind.

Diese Erkenntnisse können helfen, Handlungen (z.B. Entscheidungen) im Einklang mit den eigenen Werten zu treffen und Unstimmigkeiten im Handeln zu vermeiden. Da die Gewichtung der Werte je nach Kontext variieren kann, ist es sinnvoll, für unterschiedliche Kontexte individuelle Wertehierarchien zu erarbeiten.

Empfohlene Dauer: ca. 30 Minuten

2. Vorbereitung:

Zunächst wird ein Kontext definiert (z.B. Privatleben, Beruf, Studium, Kommunikation, Beziehungen). Es werden zehn Werte zusammengestellt, die für den Kontext als besonders relevant eingeschätzt werden. Diese Werte können beispielweise aus der untenstehenden Liste ausgewählt werden, aber auch frei aufgeschrieben werden. Die Auswahl sollte jedoch immer möglichst schnell und intuitiv, d.h. ohne großes Nachdenken erfolgen.

Diese Liste bietet 100 verschiedene Werte:

Ehrlichkeit, Freundschaft, Freiheit, Kreativität, Gesundheit, Liebe, Erfolg, Sicherheit, Abenteuer, Respekt, Verantwortung, Gerechtigkeit, Selbstverwirklichung, Tradition, Familie, Vertrauen, Nachhaltigkeit, Disziplin, Genuss, Frieden, Mut, Zusammenarbeit, Loyalität, Spiritualität, Offenheit, Neugier, Lernen, Integrität, Humor, Geduld, Gelassenheit, Dankbarkeit, Empathie, Ehrgeiz, Großzügigkeit, Flexibilität, Leidenschaft, Harmonie, Durchhaltevermögen, Ordnung, Achtsamkeit, Abenteuerlust, Selbstachtung, Toleranz, Wertschätzung, Zufriedenheit, Treue, Hilfsbereitschaft, Authentizität, Fürsorge, Unabhängigkeit, Gelassenheit, Bildung, Tradition, Leidenschaft, Nachhaltigkeit, Wohlstand, Verantwortungsbewusstsein, Zuverlässigkeit, Harmonie, Großzügigkeit, Vertrauen, Mut, Gelassenheit, Freude, Freiwilligkeit, Autonomie, Einfluss, Kreativität, Zugehörigkeit, Zuversicht, Schönheit, Solidarität, Nachhaltigkeit, Dankbarkeit, Bescheidenheit, Freiheit, Respekt, Ehrgeiz, Verantwortung, Achtsamkeit, Freundlichkeit, Integrität, Klarheit, Ordnung, Dankbarkeit, Loyalität, Treue, Individualität, Selbstachtung, Selbstverwirklichung, Abenteuer, Offenheit, Zusammenhalt

3. Durchführung:

- Zunächst wird der erste Wert der 10 gewählten Werte nacheinander mit jedem der folgenden neun Werten verglichen.
- Mit Hilfe einer Strichliste wird erfasst, welcher der beiden verglichenen Werte als wichtiger empfunden wird. Der Wert, der als wichtiger bewertet wird, erhält demnach einen Strich.
- Anschließend wird der zweite gewählte Werte mit den übrigen neun Werten verglichen und die Strichliste wird weitergeführt. Dieses Vorgehen wird wiederholt bis alle Werte miteinander verglichen wurden.
- Abschließend wird ausgewertet, welche drei Werte die meisten erhalten haben. Diese Werte bei Handlungen im gewählten Kontext zu berücksichtigen kann dabei helfen, innere Konflikte, Unstimmigkeiten und Unzufriedenheit mit den eigenen Entscheidungen zu vermeiden.

Tipps und Hinweise:

- Die Methode ist ein Werkzeug zur Selbstreflexion und nicht als starre Regel gedacht. Die Ergebnisse sollen dabei helfen, Wertekonflikte im eigenen Handeln besser zu erkennen, zu verstehen und zu idealerweise zu vermeiden.
- Die eigenen Werteprioritäten können sich im Laufe der Zeit ändern. Es ist daher hilfreich, die Wertehierarchie regelmäßig zu überprüfen und gegebenenfalls anzupassen, um sicherzustellen, dass die eigenen Handlungen weiterhin im Einklang mit den aktuellen Werten stehen.

Quellenhinweise und -empfehlungen

John Erpenbeck (2023): Werte: Die Fundamentalprobleme, Springer: Berlin

Jörg Middendorf (2022): Wertehierarchie, In: Christopher Rauen (Hrsg.): Coaching-Tools. Erfolgreiche Coaches präsentieren 60 Interventionstechniken aus ihrer Coaching-Praxis, managerSeminare: Bonn.

Diese Anleitung wurde mithilfe von KI erstellt.