

Was sind meine Werte (1)?

Was hat mich schrecklich verletzt oder aufgeregt? Was ist mir persönlich sehr wichtig? Was gibt mir ein gutes Gefühl oder Kraft?
Hat mir jemand Feedback gegeben? Was beeindruckt mich bei anderen?

Situation	Was hat mich bewegt?	Wert

Was sind meine Werte (2)?

Situation	Was hat mich bewegt?	Wert