

Aufgabe:

10 Bedürfnisse/Werte ankreuzen, ohne die Sie nicht (glücklich) sein könnten. Dann davon noch einmal 3 priorisieren.

Abwechslung	Großzügigkeit	Respekt
Achtsamkeit	Harmonie	Rücksichtnahme
Aktivität	Herzlichkeit	Ruhe
Aufrichtigkeit	Hilfsbereitschaft	Schutz
Ausgeglichenheit	Humor	Selbstbestimmung
Austausch	Innovation	Selbstverantwortung
Autonomie	Inspiration	Sicherheit
Begeisterung	Integration	Sinnhaftigkeit
Besonnenheit	Integrität	Spaß
Beständigkeit	Klarheit	Spiritualität
Bewegung	Kompetenz	Stärke
Bewusstheit	Konfliktfähigkeit	Struktur
Bildung	Kongruenz	Tatkraft
Demut	Kontakt	Tiefe
Disziplin	Konzentration	Toleranz
Dynamik	Kreativität	Tradition
Effektivität	Kultur	Treue
Ehrlichkeit	Lebendigkeit	Umweltbewusstsein
Eleganz	Leichtigkeit	Unterstützung
Engagement	Liebe	Verantwortlichkeit
Entspannung	Loyalität	Verbindlichkeit
Entwicklung	Mitgefühl	Verbundenheit
Erfolg	Mitmenschlichkeit	Verlässlichkeit
Ernsthafigkeit	Mut	Verständigung
Flexibilität	Nachhaltigkeit	Vertrauen
Freiheit	Nähe	Vielfalt
Freude/Lebensfreude	Natur	Wachstum
Freundschaft	Neugierde	Wärme
Frieden	Offenheit	Weisheit
Geborgenheit	Optimismus	Weitblick
Gehört/gesehen werden	Ordnung	Wertschätzung
Gelassenheit	Originalität	Wirksamkeit
Gemeinschaft	Phantasie	Würde
Gesundheit	Präzision	Zärtlichkeit
Glaubwürdigkeit	Privatsphäre	Zentriertheit
Gleichwertigkeit	Pünktlichkeit	Zielstrebigkeit
Glück	Reichtum	Zugehörigkeit