

Werte als Basis für Kooperation

Um sein eigenes Verhalten und das anderer zu verstehen, sollte man seine Werte kennen. Mit diesen Methoden lernen Sie sich selbst besser kennen.

TEXT: STEFAN UFERTINGER

Gegenseitiges Verständnis ist die Grundlage von Kooperation. Um das Verhalten anderer zu verstehen, müssen Sie zunächst Ihr eigenes Verhalten verstehen. Um sein eigenes Verhalten zu verstehen, ist das Wissen um seine Werte ein wesentlicher Faktor: Was ist einem wichtig? Warum entscheidet man so, wie man entscheidet? Leider wissen viele nicht um ihre Werte Bescheid. Grund genug, sich näher damit zu befassen.

Was sind eigentlich Werte?

Die eigenen Werte sind das, was man für sich selbst als „gut“ erachtet, und das ist eine sehr individuelle und häufig auch unbewusste Angelegenheit. Will man seine Entscheidungen oder sein Verhalten verstehen, sind die Werte ein Schlüssel dazu.

Wie kommt man nun zu seinen Werten? Die eigenen Werte oder auch Wertvorstellungen entstehen im Laufe der Entwicklung der Persönlichkeit. Durch gewisse Erfahrungen und Erlebnisse kristallisieren sich die Dinge heraus, die man gut oder auch schlecht findet. Werte, die man gut findet, nennt man Appetenzwerte – jene, die einem nicht gefallen, Aversionswerte. Um herauszufinden, welche Werte dies sind, ist eine Bestandsaufnahme erforderlich.

Wie kann man seine Werte entdecken?

Die einfachste Form, um sich seiner Werte gewahr zu werden, ist es, eine Werteliste zu erstellen. Dazu gibt es z. B. gibt umfangreiche Listen im Internet, die man einfach ausdrucken und durchgehen kann. Alle Werte anstreichen, mit denen man in Resonanz geht. Dann auf die fünfzehn wichtigsten reduzieren. Diese schreibt man auf 15 Karteikärtchen. Ganz wichtig bei den Werten ist die Reihung. Versuchen Sie, die fünfzehn Karteikärtchen intuitiv anzuordnen. Anschließend vergleicht man immer zwei Werte miteinander. Welcher Wert ist mir wichtiger? Wo gehe ich mehr in Resonanz? Je nachdem wird der Wert hoch- und hinuntergereiht.

Am Ende kommt eine Wertereihung heraus, die einem entspricht. Das ist dann die Bestandsaufnahme. Das Leben und damit auch die Berufswahl sollte jedenfalls den wichtigsten Werten entsprechen, sonst wird man unglücklich.

KOOPERATION
AUF DER
BAUSTELLE



LEARNINGS

Werte sind Teil der Persönlichkeit.

Durch die Erstellung einer Werteliste lernen Sie sich selbst besser kennen.

Erstellen Sie eine eigene Werteliste.

Achten Sie auf Wertkonflikte.

Definieren Sie Regeln hinter Ihren Werten.



Jana Mack

ZUM AUTOR

DIPL.-ING. STEFAN UFERTINGER

ist Geschäftsführer der Site Communications GmbH und Leiter des Bereichs Bauwirtschaft der Afry Austria GmbH.

www.stefanufertinger.com

Passt die Wertereihung?

Die Persönlichkeit ist teilweise stabil, teilweise veränderbar – und damit ist auch die Reihung der Werte veränderbar. Nicht jedoch, dass man Werte für wichtig erklären kann, die der Persönlichkeit nicht entsprechen. Ein Chaos wird mit dem Wert Ordnung nicht glücklich werden.

Zudem sollte man auf Wertekonflikte achten. Diese treten meist bei Entscheidungsproblemen auf. Wenn beispielsweise zwei konkurrierende Werte in der Liste weit oben stehen, wie „Spaß“ und „Disziplin“. Da man erfolgreich sein möchte, hat man der Wert „Disziplin“ nach vorn gereiht. Jedes Mal, wenn man jedoch diszipliniert arbeiten muss, zieht es einen stark zu Dingen, die Spaß machen. Ist dies der Fall, wird man sich eingestehen müssen, dass der Wert „Disziplin“ an dieser Stelle mehr einem Wunschbild und nicht seiner Persönlichkeit entspricht. Will man trotzdem erfolgreich sein, braucht man eine Arbeit, die einem wirklich Spaß macht und bei der man sich nicht ständig disziplinieren muss. Deswegen ist es so wichtig, bei der Auswahl der Werte auf die Intuition zu hören. Der Kopf tendiert oft zu dem, was er gerne haben möchte, und nicht unbedingt zu dem, was einem entspricht. Stellt man derartige Wertekonflikte fest, sollte man die Reihung der Werte nochmals überarbeiten.

Wie leben Sie Ihren Werten gemäß?

Ein weiterer Aspekt im Umgang mit Werten ist ihr Inhalt. Natürlich haben die Begriffe alle einen allgemeingültigen Wortsinn, allerdings bedeuten sie für jeden Menschen im Detail doch etwas anderes. Was beinhaltet der jeweilige Wert für diese Person speziell? Wann empfindet man, dass man einem Wert entsprechend lebt? Die Antwort auf diese Fragen definieren Regeln hinter den Werten. Wenn man solche Regeln definiert, füllt man sie mit Inhalt.

Hier sind drei Beispiele für Regeln für die „Weiterentwicklung“ der Werte:

- Immer wenn ich ein Problem auf der Baustelle löse, entwickle ich mich weiter.
- Immer wenn ich ein gutes Buch lese, entwickle ich mich weiter.
- Immer wenn ich mein Verhalten reflektiere, entwickle ich mich weiter. ■