

Arbeitsblatt: ...etwas SINNVolles soll es sein...

Name: _____		Datum: _____
	Sinnstifter	Unwichtig.....Sehr Wichtig
1.	Religion	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
2.	Spiritualität	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
3.	soziales Engagement	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
4.	Verbundenheit zur Natur	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
5.	Selbsterkenntnis	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
6.	Gesundheit	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
7.	Generativität*	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
8.	Herausforderung	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
9.	Individualismus	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
10.	Macht	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
11.	Entwicklung	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
12.	Leistung	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
13.	Freiheit	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
14.	Wissen	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
15.	Kreativität	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
16.	Tradition	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
17.	Bodenständigkeit	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
18.	Moral	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
19.	Vernunft	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
20.	Gemeinschaft	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
21.	Spaß	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
22.	Liebe	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
23.	Wellness	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
24.	Fürsorge	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
25.	bewusstes Erleben	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)
26.	Harmonie	(0).....(1).....(2).....(3).....(4).....(5).....(6).....(7).....(8).....(9).....(10)

Arbeitsanleitung: Um einen (neuen) Sinn in deinem zukünftigen Leben zu finden, schätze deine Präferenzen für dich selbst ein. Setze ein „√“ für die bereits bestehende und ein „X“ für die angestrebte Bedeutung. Oft hilft es auch, eine Person um eine Einstufung zu bitten, die dich gut kennt.

* Der Begriff geht auf den deutschamerikanischen Entwicklungspsychologen Erik H. Erikson zurück, der ihn nahezu poetisch definierte als »Liebe in die Zukunft tragen«. Das tun Menschen, wenn sie Kinder bekommen und liebevoll erziehen. Das tun auch Menschen, die anderweitig Wissen und Werte weitergeben, die etwas beitragen dazu, dass diese Erde ein lebenswerter Ort ist, sei es sozial, politisch, künstlerisch oder ökologisch. Sie gilt als die zuverlässigste der 26 Sinnquellen.

Quelle: Tatjana Schnell, Kilian Trotier in DIE ZEIT No 44 v. 17/10/2024