DREI ARTEN VON WERTEN

Werte prägen unser Verhalten und unsere Identität. In konkreten Entscheidungssituationen wenden wir Werte meist intuitiv an. Es ist aber durchaus sinnvoll, über eigene Werte nachzudenken und zu sprechen.

■ **von Bruno Frischherz**

Was sind Werte?

Beginnen wir mit einer einfachen, umgangssprachlichen Definition von Werten. Werte sind für mich Dinge, die uns wichtig sind, wenn wir uns selbst ernst nehmen. Das ist eine weite Definition, und sie umfasst konkrete und abstrakte Werte, innere und äussere Werte, individuelle und gesellschaftliche Werte, instrumentelle und finale Werte. Es sind Dinge, die wir lieben und um die wir uns sorgen. Sich ernst nehmen heisst, nicht einfach sofort mit sich selbst zufrieden sein, sondern über sich nachzudenken. Denn unsere Gedanken, Gefühle, Handlungen und die Verwirklichung der Werte sollen Sinn ergeben.

Wertekategorien

Der Psychiater und Philosoph Viktor Frankl unterscheidet drei Arten von Werten, deren Verwirklichung für uns Sinn ergibt:

- schöpferische Werte bei zielgerichteten Handlungen im Beruf und Alltag
- Erlebniswerte bei menschlichen Beziehungen und bei der Wahrnehmung von Natur und Kunst
- Einstellungswerte bei Haltungen gegenüber unabwendbarem Schicksal wie Leid, Schuld und Tod

Gemäss Frankl und der von ihm begründeten Logotherapie führen wir ein sinnvolles Leben, wenn wir Werte aus diesen drei Kategorien in konkreten Situationen realisieren. Die Frage, welche Werte den Menschen wichtig sind, lässt sich empirisch untersuchen. Über die Ergebnisse einer solchen Untersuchung werde ich im Folgenden berichten.

Untersuchung zur Persönlichkeitsentwicklung

Vor mehr als zehn Jahren habe ich begonnen, Interviews mit Menschen in unterschiedlichen Lebenswelten und Lebensgeschichten zu führen. Dabei habe ich mit jeder Person mindestens zwei Interviews nach einer Systematik von Otto Laske durchgeführt. Insgesamt habe ich 72 Interviews mit Personen im Alter von 30 bis 88 Jahren analysiert. Der Fokus dieses Beitrags liegt auf den Werten. Dazu habe ich die häufigsten 1000 Wörter aus den Interviews nach Wertwörtern untersucht und diese visuell als Wörterwolken dargestellt.

Schaffenswerte

Menschen verwirklichen Schaffenswerte, wenn sie etwas in die Welt bringen wollen, das ihnen wichtig ist. Die folgende Wörterwolke (Abbildung 1) zu den Schaffenswerten zeigt die häufigsten genannten Nomen aus den Interviews.

Erlebniswerte

Menschen verwirklichen Erlebniswerte, wenn sie die Welt aktiv erleben und auch geniessen. Die folgende Wörterwolke (Abbildung 2) zu den Erlebniswerten zeigt die häufigsten genannten Nomen aus den Interviews.

Reflexionswerte

Frankl braucht den Begriff der «Einstellungswerte» nur dann, wenn Menschen eine eigene Haltung zu unabwendbarem Schicksal entwickeln. Aus meiner Sicht ist aber eine Reflexion auf Sinn und Werte immer möglich. So kann jemand bewusst und gezielt neue Werte entwickeln, die zu einer veränderten Lebenssituation passen. Es geht um die Frage: Welche Werte sind mir nun wichtig? Ich nenne diese Reflexionswerte. Um Reflexionswerte zu entwickeln, benötigen Menschen eine gewisse Distanz zu sich selbst und auch eine bestimmte Sprache, um über sich selbst nachzudenken (Abbildung 3).

Wertesysteme

Werte spielen eine zentrale Rolle bei konkreten Entscheidungssituationen im Alltag und Beruf. Werte drängen nach Verwirklichung, und oft ist eine Prio-

Abbildung 1: Wörterwolke zu den Schaffenswerten

Abbildung 2: Wörterwolke zu den Erlebniswerten

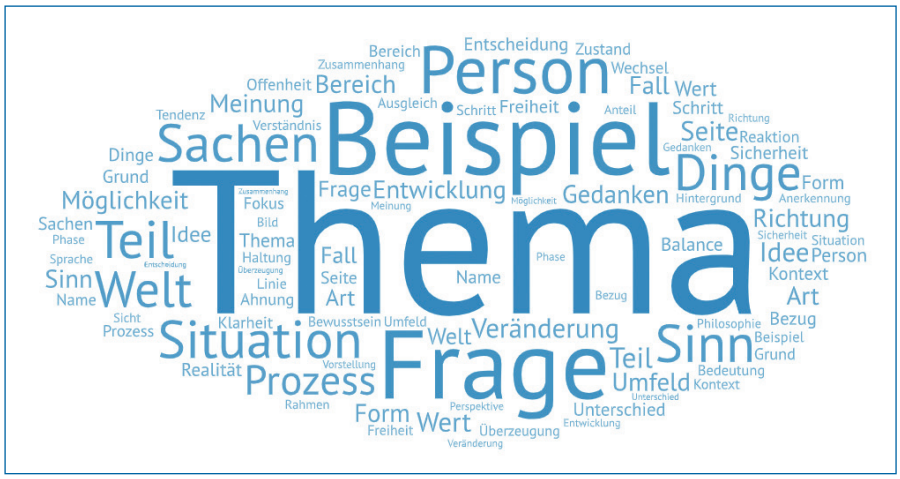

Abbildung 3: Wörterwolke zu den Reflexionswerten

risierung von Werten notwendig, damit wir eine Entscheidung treffen können.

In der Logotherapie unterscheidet man zwischen pyramidalen und parallelen Wertesystemen (Abbildung 4). Bei einem pyramidalen Wertesystem gibt es einen einzigen Spitzenwert, der alle übrigen Werte dominiert. Das kann zum Beispiel die Arbeit oder eine Beziehung sein. Bei einem parallelen Wertesystem gibt es mehrere Spitzenwerte, und die Werte sind auch in verschiedenen Wertekategorien angesiedelt. Natürlich ist es jedem Menschen selbst überlassen, sein eigenes Wertesystem zu entwickeln. Trotzdem muss man sagen, dass pyramidale Wertesysteme ein grosses Risiko bergen. Was geschieht, wenn ich meine Arbeit verliere oder wenn meine Beziehung in die Brüche geht? Neue Werte können bewusst gesucht und gefunden werden. Manchmal braucht es dazu aber auch Begleitung.

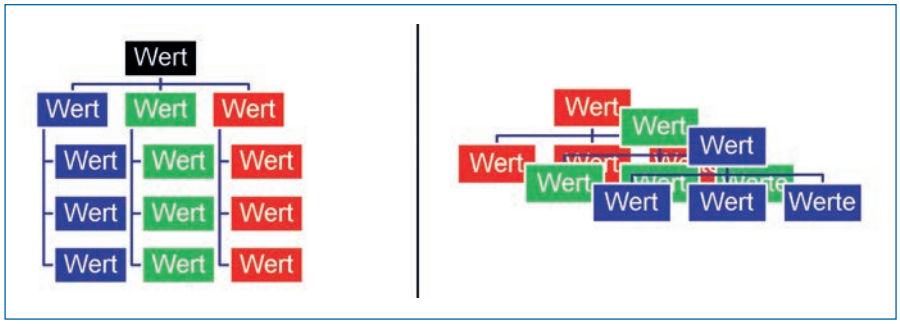

Abbildung 4: Pyramidales und paralleles Wertesystem

Wertekonflikte

Werte stehen in Konkurrenz zueinander. Sie wollen in der konkreten Situation verwirklicht werden. Es kann zu Wertekonflikten zwischen den Wertekategorien kommen, z.B. zwischen Arbeit und Familie oder auch innerhalb einer Wertekategorie, z.B. zwischen Natur vs. Kultur. Zudem können Werte unterschiedlicher Qualität in Konflikt stehen, z.B. zwischen Spass und Liebe. Werte prägen das Verhalten von Menschen, und manchmal sind schwierige ethische Entscheidungen zu treffen. Werte und die darauf basierenden Entscheidungen bilden dann einen Teil der persönlichen Identität.

Werte werden in Entscheidungssituationen meist intuitiv erfasst. Die Reflexion auf die eigenen Werte ist aber durchaus sinnvoll. Folgende Fragen können dabei hilfreich sein:

- Welches sind meine wichtigsten Werte?
- Wie verteilen sich die Werte auf die drei Wertekategorien?
- Welche Werte möchte ich im Alltag mehr verwirklichen?

Das Ziel dieser Reflexion auf die eigenen Werte ist es, bewusst und frei zu entscheiden, was einem wichtig ist und was nicht. Wir übernehmen damit Verantwortung für die Entwicklung unserer eigenen Persönlichkeit.

AUTOR

Dr. Bruno Frischherz ist seit 20 Jahren Dozent an der Hochschule Luzern – Wirtschaft. Er hat zahlreiche Bücher und Artikel zu Themen wie Gesprächsführung, Persönlichkeitsentwicklung und Angewandte Ethik veröffentlicht. In seiner philosophischen Praxis bietet er sinn- und werteorientierte Beratung und Philosophiekurse für Laien an. bruno.frischherz@didanet.ch