

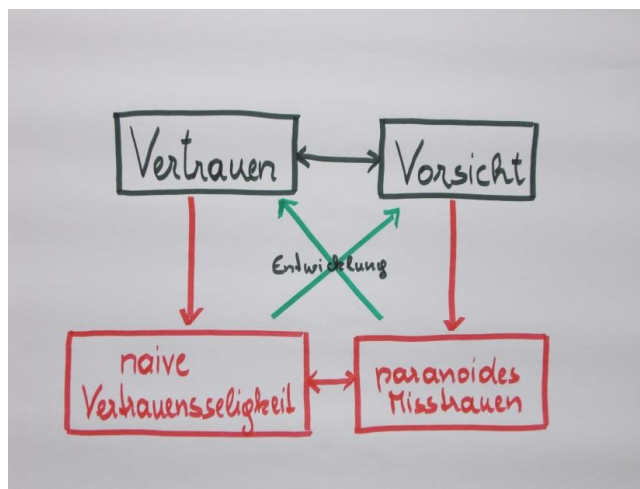
# Wertequadrat

## Helwig/Schultz von Thun

wirtrainieren.de

April 2014

Das Wertequadrat wurde 1967 von Paul Helwig entwickelt und später von Friedemann Schultz von Thun aufgegriffen und auf die zwischenmenschliche Kommunikation angewandt. Man geht dabei davon aus, dass einem menschlichen Wert immer ein anderer Wert gegenüberliegt, der das gegenteilige Extrem darstellt:



Notizen

Jedes Extrem für sich führt zu einem Verhalten, das üblicherweise nicht als positiv zu werten ist (Vertrauen: naive Vertrauensseligkeit – Vorsicht: paranoides Misstrauen). Es gilt die goldene Mitte zu finden. Für das menschliche Miteinander bedeutet dies unter anderem, dass keine Einstellung von Grund auf schlecht ist. Denn jeder Wert hat einen guten Kern und wird gebraucht, damit der Gegensatz nicht überhand nehmen kann. Lediglich das ‚Zuviel‘ kann sich schädlich auswirken.

Schulz von Thun sieht das ganze Konzept nicht als statisches Modell an, sondern als dynamische Balance, die hilfreich sein kann, um die eigene Persönlichkeit weiterzuentwickeln. Wer unter den Auswirkungen einer extremen Ausprägung eines bestimmten Wertes leidet, sollte sich demnach den Wert suchen, der ihm gegenüberliegt und versuchen sich ein Stück weit in dessen Richtung zu bewegen.

Weiterführende Literatur:

- Schulz von Thun, Friedemann (2010): Miteinander reden 2. Stile, Werte und Persönlichkeitsentwicklung. 34. Auflage. rororo-Verlag. ISBN 978-3-499-18496-3