
Auf welcher Ebene liegt der Grund für ein Verhalten?

Sinn: Wozu?

- ⇒ Wozu tue ich das, was ich tue?
- ⇒ Welcher Sinn und welches Ziel verbirgt sich hinter meinem Tun?
- ⇒ Was bewirke ich dadurch für mein Leben?

Identität: Wer?

- ⇒ Wer bin ich?
- ⇒ Welche Bedeutung hat mein Tun für andere?
- ⇒ Welche Vorbilder habe ich? Warum gerade diese?

Werte: Wofür?

- ⇒ Wofür genau mache ich das?
- ⇒ Was ist mir dabei wichtig?
- ⇒ Was will ich damit realisieren?
- ⇒ Was würde mir fehlen, wenn ich es nicht tun würde?

Fähigkeiten & Fertigkeiten: Wie?

- ⇒ Wie tue ich das, was ich tue?
- ⇒ Welche Schrittfolgen, Strategien etc. werden hinsichtlich des konkreten Verhaltens zum Erreichen des Zieles geplant und durchlaufen?
- ⇒ Welche Fähigkeiten und Fertigkeiten ermöglichen diese Verhaltensweisen?

Verhalten: Was?

- ⇒ Was genau (welche Tätigkeiten) habe ich getan?
- ⇒ Was würde ich ganz konkret sehen, hören und allenfalls empfinden, wenn ich mich als Aussenstehender beobachten könnte?

Kontext: Wo? Wann?

- ⇒ Wo und wann genau tritt welches Verhalten auf (Ort und Zeitpunkt)?