

Moje wartości

ćwiczenie

KROK 1

zакreśl wartości, które są
dla Ciebie ważne

Miłość Niezależność Rozwój osobisty Akceptacja
Elastyczność Wykształcenie Zaufanie Wolność Wiara Mądrość
Kreatywność Zdrowie Wyobraźnia Piękno Wygoda Marzenia
Intymność Dobra zabawa Humor Bezpieczeństwo Spokój
Energia Komfort Szczerość Wdzięczność Satysfakcja Wsparcie
Radość Pewność Wrażliwość Szczęście Sprawiedliwość
Lojalność Balans Bogactwo Duma Harmonia Dostatek Intuicja
Sukces Przygoda Motywacja Perfekcjonizm Ryzyko Pasja
Niezależność finansowa Wyzwania

KROK 2

wypisz poniżej
10 najważniejszych z tych wartości

KROK 3

teraz napisz pięć najważniejszych
wartości w kolejności od 1 do 5
(1 = najważniejsza)

1	
2	
3	
4	
5	

Teraz przyjrzyj się dokładnie swoim wartościom.
Odpowiedz sobie na pytania – co dokładnie znaczy
dla mnie ta wartość? Jak ją rozumiem? Dlaczego jest
dla mnie tak ważna? Co świadczy o tym, że kieruję
się tą wartością?

Gratulacje! Właśnie
stworzyłeś swoją
HIERARCHIĘ WARTOŚCI.