



# Wat vind jij waarde-vol?

1. Kijk naar de waarden op de volgende pagina en laat ze op je inwerken.
2. Omcirkel/onderstreep/markeer de 10 waarden die het meest bij jou passen.

Hulpvragen:

- a. Waar kun je boos om worden? Wat leert dat jou over wat je belangrijk vindt?
  - b. Waar word je blij, geïnspireerd of energiek van?
  - c. Wat bewonder je in andere mensen?
3. Zet jouw 10 waarden op volgorde van belangrijkste naar minst belangrijk.  
*Tip: schrijf ze eerst op memo-briefjes, zodat je ze nog wat heen en weer kan schuiven.*
  4. Vul ze in de eerste tabel in.
  5. Vul nu de tweede tabel in:
    - a. Optie 1: zet je tien waarden op volgorde zoals ze hier en nu in je leven vertegenwoordigd zijn.
    - b. Optie 2: bedenk wat de waarden zijn van je werk/gezin/familie/anders.
  6. Vergelijk de eerste en de tweede tabel. Wat valt je op?
  7. Is er iets wat je zou willen veranderen?
  8. Als laatste: bedenk normen (gedragsregels) bij jouw hoogste drie waarden.  
Hoe breng jij jouw waarden in praktijk?

Mijn waarden	Waarden in de praktijk	Mijn normen:
1.	1.	1.
2.	2.	
3.	3.	
4.	4.	2.
5.	5.	
6.	6.	
7.	7.	
8.	8.	3.
9.	9.	
10.	10.	