OSOBNÝ ROZVOJ · PRACOVNÝ LIST

Môj kompas hodnôt

Hodnoty sú ako kompas: keď ich poznáme, ľahšie sa rozhodujeme a vieme, prečo nás niektoré situácie tak tešia alebo vyčerpávajú.

1. Vyberte 10 hodnôt, ktoré sú pre vás dôležité

☐ Rodina	☐ Zdravie	☐ Sloboda	☐ Istota
☐ Rozvoj	☐ Kreativita	☐ Úspech	☐ Pomoc druhým
☐ Priateľstvo	☐ Poctivosť	☐ Spravodlivosť	☐ Dobrodružstvo
☐ Pokoj	☐ Uznanie	☐ Spolupráca	☐ Zodpovednosť
☐ Radosť	☐ Múdrosť	☐ Nezávislosť	☐ Láska
☐ Vplyv	☐ Krása	☐ Tradícia	☐ Odvaha

Chýba vám niečo? Dopíšte: .....

2. Zúžte výber na 5 najdôležitejších

Hodnota	Čo pre mňa v praxi znamená	Žijem ju (1 – 10)
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

3. Na zamyslenie

Ktorej hodnote dávam v živote najmenej priestoru? Aký jeden malý krok môžem urobiť tento týždeň?

Kedy som naposledy urobil/-a rozhodnutie v súlade so svojimi hodnotami? Ako som sa cítil/-a?

Sebapoznanie a vnútornú motiváciu rozvíjame v kurze **Pozitívne myslenie a sebamotivácia**.

vzdelavame.sk →