

De waarden-sorteertaak

Stappenplan:

1. Print dit document (enkelzijdig) en knip de waardenkaarten uit.
2. Sorteert de waardenkaarten op basis van hoe belangrijk de waarden voor je zijn. De betekenis of invulling van de waarden mag je zelf bedenken, alles is goed.
3. Pak de kaartjes van de 15 waarden die voor jou het meest belangrijk zijn en ga na of de volgorde zo klopt. Zijn er waarden die niet op de kaartjes staan, maar die voor jou belangrijk zijn? Dan kun je ze op het stippellijntje op de lege kaartjes schrijven en deze kaartjes erbij pakken.
4. Bedenk bij de meest belangrijke waarden hoe deze in je leven aanwezig zijn. Komen de waarden voldoende in je leven terug? Op welke levensgebieden zijn de waarden aanwezig? Zou je het graag anders willen zien?
5. Bedenk kleine acties om te investeren in de waarden die nog niet voldoende in je leven aanwezig te zijn. Welke stappen kan je deze week nog zetten?

Tip: Ga met mensen die voor jou belangrijk zijn in gesprek over jouw waarden. Dit kan helpen om te bepalen welke waarden voor jou belangrijk zijn. Daarnaast kunnen anderen jou helpen om acties te formuleren en uit te voeren, waarmee je kunt investeren in jouw waarden.



Aanzien	Actief zijn
Afwisseling	Assertiviteit
Attentheid	Authenticiteit
Autonomie	Avontuurlijkheid
Bedachtzaamheid	Begrip
Behoudendheid	Behulpzaamheid

Bescheidenheid	Besluitvaardigheid
Betrokkenheid	Betrouwbaarheid
Bevlogenheid	Blijdschap
Buigzaamheid	Concentratie
Controle	Creativiteit
Dankbaarheid	Dapperheid

Deskundigheid	Diepzinnigheid
Directheid	Discipline
Doelgerichtheid	Duidelijkheid
Duurzaamheid	Eensgezindheid
Eerlijkheid	Effectiviteit
Empathie	Enthousiasme

Erkenning	Evenwicht
Expressiviteit	Familie
Flexibiliteit	Gastvrijheid
Gedrevenheid	Geduld
Gehoorzaamheid	Gelijkwaardigheid
Geloof	Gemeenschappelijk

Genegenheid	Genot
Genuanceerdheid	Gereserveerdheid
Gevoeligheid	Gezelligheid
Gezondheid	Gulheid
Handigheid	Harmonie
Hartstocht	Hiërarchie

Hoop	Hulpvaardigheid
Humor	Idealisme
Innovatie	Integriteit
Intimiteit	Inzet
Inzicht	Kalmte
Kennis	Kracht

Kunst	Kwaliteit
Leiderschap	Liefdadigheid
Liefde	Lol
Loyaliteit	Macht
Medemenselijkheid	Milieubewust
Mindful	Moed

Natuur	Nauwkeurigheid
Nederigheid	Nieuwsgierigheid
Nuchterheid	Nuttigheid
Onafhankelijkheid	Onbaatzuchtigheid
Ondernemerschap	Onpartijdigheid
Ontspanning	Ontwikkeling

Openheid	Opgewekt
Oprechtheid	Optimisme
Originaliteit	Passie
Plezier	Plichtsgetrouw
Positiviteit	Praktisch
Prestatiegerichtheid	Professionaliteit

Rationaliteit	Rechtvaardigheid
Respect	Roem
Ruimdenkendheid	Romantiek
Rust	Samenwerking
Seksualiteit	Serieusheid
Sociaal	Solidariteit

Spanning	Spiritualiteit
Spontaniteit	Sportiviteit
Stabiliteit	Tactvol
Tevredenheid	Toegankelijkheid
Toewijding	Traditie
Transparantie	Trouw

Uitdaging	Uiterlijk
Vastberadenheid	Veelzijdigheid
Veiligheid	Verantwoordelijkheid
Verbinding	Verdraagzaamheid
Vergevingsgezind	Vernieuwing
Verstandigheid	Vertrouwen

Verwondering	Vitaliteit
Vriendschap	Vrijheid
Vrolijkheid	Waardering
Warmte	Wederkerigheid
Welvaart	Wijsheid
IJverig	Zachtheid

Zelfbeheersing	Zelfkennis
Zelfstandigheid	Zelfverzekerdheid
Zichzelf zijn	Zelfzorg
Zingeving	Zorgvuldigheid
Zorgzaamheid	
.....	

