

Как определить свои ключевые ценности?

В этой презентации я расскажу о том, что такое ценности и как они классифицируются

Вас ждет также задание на определение своих наиболее важных ценностей



by Maria Mazaeva

Определение ценностей и их типы

Ценности

Это убеждения и принципы, которые определяют то, что важно для нашей жизни.

Типы ценностей

- личные
- социальные
- профессиональные
- культурные

Зачем нужны ценности

Ценности помогают определять, что мы действительно хотим от жизни, и делать выбор.

Список ценностей

- Честность
- Уважение
- Доброта
- Терпимость
- Справедливость

- Саморазвитие
- Ответственность
- Свобода
- Семья
- Дружба

- Любовь
- Взаимопонимание
- Скромность
- Благодарность
- Творчество

- Целеустремленность
- Трудолюбие
- Умение прощать
- Эмпатия
- Чувство юмора

- Забота о окружающей среде
- Независимость
- Здоровье и забота о нем
- Ценность времени
- Чувство ответственности перед обществом

- Умение слушать
- Равноправие
- Ценность образования
- Целостность
- Вера в себя и свои цели

Задание 1

Выберите из списка 10 наиболее важных ценностей.

Запишите их на листе бумаги.

Задания на работу с выбранными ценностями

2. Определение значимости

Для каждой из выбранных ценностей проставьте порядковый номер по значимости

3. Ценности и желания

Что именно вам надо сделать сейчас, чтобы жить в соответствии с вашими 5 самыми значимыми ценностями?