



ØVELSE 42

→ Find værdierne: Hvad er vigtigt i mit liv?

Denne første del af opgaven er en individuel opgave med henblik på at tydeliggøre dine personlige værdier. Derefter kan I på arbejdspladsen evt. vælge at arbejde videre med at definere jeres teams eller organisations fællesværdier. Inddel de forskellige værdier, som er angivet i listen nedenfor, i tre bunker: Bunke A: Dette er meget vigtigt for mig. Bunke B: Dette er moderat vigtigt for mig. Bunke C: Dette er ikke vigtigt for mig.

Under øvelsen vil du måske opleve, at de fleste værdier tiltaler dig i ét eller andet omfang. Samtidig vil du sikkert også mærke, at nogle af ordene vækker større genklang i dig end andre. Brug de tomme kort, hvis der mangler en værdi – listen er langt fra komplet, men ment som et godt sted at starte. Hvis du har mange ord i bunke A, så prøv at gennemgå bunken igen. Prøv at se, om du kan koge det ned til højst 10 kerneværdier, som grundlæggende er vigtige for dig (hvis du ikke kan finde så mange, gør det ikke noget – så gå videre med de kort, du har).

<p>At lære</p>	<p>Retfærdighed (arbejde for en retfærdig og lige behandling af alle)</p> 
<p>At være ydmyg</p>	<p>Ikke-konformitet (at sætte spørgsmålstegn ved og udfordre autoriteter og normer)</p>
<p>Loyalitet (over for venner, familie og/eller min gruppe)</p>	<p>At give omsorg</p>
<p>At være i kontakt med naturen</p>	<p>Foranderlighed</p> 



At være tilgivende	Generøsitet (dele og give til andre)
Skabe skønhed (f.eks. kunst, dans, have, musik)	Velgørenhed
Humor	Selvstændighed
Økologi (leve i harmoni med miljøet/omgivelserne)	Ærlighed
Kærlighed og hengivenhed	Familie (stræbe mod et kærligt og engageret familieliv)
Åbenhed	At bidrage til fællesskabet





Ansvarlighed	Venlighed
Eventyr/nye og spændende oplevelser	At udfordre mig selv
Nærvær	At være fysisk i form
At spise sundt	Respekt
Medfølelse	Pligtopfyldenhed
At sørge for sikkerhed og tryghed for dem, jeg elsker	Ligeværd





Intimitet	Enkelthed
Alenetid	Sjov og leg
At nyde mad og drikke	Work-life-balance (at søge balance mellem arbejde og fritid)
At nyde musik, kunst og/eller drama	Kreativitet
At lære fra mig	At bygge og reparere ting
At være udendørs	At organisere





At forske/undersøge	At administrere
At arbejde for fred i verden	Tolerance
At være pålidelig	Rationalitet (at være guidet af ræsonnement og logik)
Samhørighed, fællesskab	

