

## Explorarea valorilor

Valorile tale sunt lucrurile pe care le consideri ca fiind cele mai importante, după care îți ghidezi viața și luarea deciziilor importante. O persoană care lucrează foarte mult, prioritizează cariera, iar o persoană care încearcă să acorde mult timp familiei, valorizează familia.

Valorile se transmit din generație în generație, în familie, în societatea în care trăim. Ca să ne analizăm propriile valori, trebuie să privim în jurul nostru, în cadrul familiei și a societății pentru a vedea ce valori am preluat din mediul în care trăim.

| Valorile mamei mele | Valorile tatălui meu |
|---------------------|----------------------|
| 1                   | 1                    |
| 2                   | 2                    |
| 3                   | 3                    |

| Valorile unei persoane pe care o respect | Valorile societății |
|------------------------------------------|---------------------|
| 1                                        | 1                   |
| 2                                        | 2                   |
| 3                                        | 3                   |

| Valori pe aș dori să le am | Valori pe care le am |
|----------------------------|----------------------|
| 1                          | 1                    |
| 2                          | 2                    |
| 3                          | 3                    |
| 4                          | 4                    |



prof.psiholog Belășcu Alexandra