

ZAMIAST NARZEKAĆ BĘDĘ DZIAŁAĆ I ZMIENIAĆ SWOJE ŻYCIE NA LEPSZE

1/ Wydrukuj i zakreśl lub wypisz wartości, które są dla Ciebie ważne:

*przyjaźń, braterstwo, koleżeństwo, sympatia, przywiązanie, wzajemność
dobroć, łagodność, subtelność, delikatność, czułość, opiekuńczość, troskliwość,
empatia, wrażliwość, takt, dyskrecja, pokora, skromność, wdzięczność,
radość, zadowolenie, przyjemność, zadowolenie, satysfakcja, szczęście
piękno, atrakcyjność, estetyka, sztuka,
uroda, płciowość, seks, kobiecość, męskość
dom, rodzina, miłość, związek, małżeństwo, rodzicielstwo, macierzyństwo, ojcostwo,
dzieci,
uczuciowość, serdeczność, życzliwość, akceptacja,
podziw, szacunek, poczucie wartości, godność,
partnerstwo, równość, sprawiedliwość, równouprawnienie, demokracja, umiar,
porządek, ład
autonomia, niezależność, indywidualizm, usamodzielnienie się,
znaczenie, prestiż, sława, zaszczyt, ambicja, sukces,
kariera, władza, zarządzanie, zaradność, bogactwo, komfort, dobrobyt, jakość życia,
asertywność, życie w zgodzie z sobą, stanowczość,
Bóg, wiara, duchowość, Siła Wyższa, religia, pobożność, świętość, życie wieczne,
ubóstwo, asceza, wyrzeczenie,
człowieczeństwo, godność, uczynność, ofiarność, dobroczynność,
altruizm, bezinteresowność, braterstwo, dobroczynność, hojność, obdarowywanie,
ofiarność
charytatywność, filantropia,
miłosierdzie, wspaniałomyślność, wielkoduszność, przebaczenie, pojednanie,
spokój, opanowanie, cierpliwość, zgoda, kompromis,
równowaga ducha, pogoda ducha, harmonia wewnętrzna,
, bezpieczeństwo, pokój, pacyfizm,
wierność, lojalność, zaufanie, uczciwość,
prawda, prawdomówność, szczerść, nieprzekupność, wiarygodność, wierność
idealom, bezstronność, neutralność, obiektywizm, realizm, rzeczowość,
liberalność, wolność, tolerancja, demokracja,
obowiązkowość, dokładność, profesjonalizm, solidność, rzetelność, pracowitość,
pilność,
wytrwałość, staranność, sumiennność,
gospodarność, oszczędność, zapobiegliwość, ostrożność, rozwaga, powściągliwość,
przezorność
prawość, praworzadność, sprawiedliwość, etyczność, przyzwoitość, godziwość,
cnota, szlachetność, odwaga, heroizm, poświęcenie, męstwo, śmiałość
ojczyzna, patriotyzm, obywatelstwo, tradycja, europejskość,*

ZAMIAST NARZEKAĆ BĘDĘ DZIAŁAĆ I ZMIENIAĆ SWOJE ŻYCIE NA LEPSZE

*bezpośredniość, otwartość, prostolinijność, naturalność, prostota, autentyzm,
spontaniczność, towarzyskość, gościnność
poczucie humoru, zabawa,
inteligencja, mądrość, pomysłowość, kreatywność, odkrywczność, pasja, twórczość,
samorealizacja, rozwój zdrowie, życie,*

2/ Z podkreślonych wartości wybierz 10 najważniejszych i wpisz je poniżej

3/ Następnie **ponumeruj je według ważności**, wybierz najważniejszą i zapisz od pierwszej od dziesiątej wg tego co dla Ciebie najistotniejsze w życiu i przepisz je jeszcze raz

Hierarchia twoich wartości :

Jeżeli Twój cel ma być w zgodzie z Tobą,
przy jego ustalaniu/modyfikowaniu
kieruj się
swoimi najważniejszymi wartościami.