

עיצוב חזון אישי - ערכים

ערכים (מי שאני...)

טיפ זה נועד לסייע לך לחשוף את הערכים האישיים שהם חלק מה - Being שלך, מתוך ההקשר של קלף הדימוי הראשון "המקור - אני הוא המקור".

אנו מזמינים אותך לחשוף את הערכים בהקשר של השלב הראשון בעיצוב החזון האישי שלך.



- קרא בעיון את קלף דימוי "חזון - הגביע שלי".
- קרא בעיון את קלף הבחנה - "חזון".
- צור את ההבחנה "ערכים".

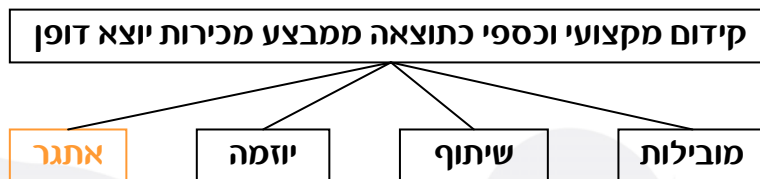
שאלות ותרגילים לחשיפת הערכים:

לתת לרגש להוביל אותך. להתרחק משיפוטיות של ערכיך. לתת למילים להגיע אליך...

- מהו ערך עבורך?
- אלו ערכים מניעים אותך בחיך?
- כיצד הם מניעים אותך?
- באלו ערכים אתה משתמש בתחומי חיך השונים?
- האם ישנה הלימה (התאמה) או חוסר הלימה בין הערכים שלך ובין ההתנהגות שלך?
- אלו ערכים הניעו אותך לבחור את עיסוקך בעבר ובהווה?
- אלו ערכים הניעו אותך לבחור את הלימודים אותם למדת?
- אלו ערכים שנחלשו אצלך היית רוצה לחזק? מה זה יאפשר?
- אלו ערכים יכולים לסייע לך בתחום בו אתה מתאמן?
- אלו אנשים אתה מעריך? מהם הערכים שלהם?
- אלו אנשים אתה לא מעריך? אלו ערכים הם סותרים בהתנהגותם?
- מהם הערכים שבלעדיהם חיך אינם חיים - ללא כיוון, ללא שמחה, ללא משמעות?

צ'צ'וב חזון אישי - ערכים

- היזכר באירועים, מצבים או הישגים בהם היית מאושר או גאה. במיוחד. אלו ערכים קיבלו שם ביטוי?



- היזכר באירועים או מצבים בהם כעסת במיוחד או חווית כאב. אלו ערכים לא קיבלו שם ביטוי ? אלו ערכים האירועים סתרו?



- אלו פעילויות אתה אוהב לעשות? אלו ערכים באים לידי ביטוי בפעילויות אלו?



אימות הערכים:

התבונן על הערכים שרשמת - אמת ערך ערך לפי השאלות הבאות:

- האם הערכים שבחרת אכן נוכחים בכל תחומי חיך?
- האם תחיה לפיהם בין אם הם מביאים לך גמול ובין אם לא?
- האם תתגאה לשתף את ילדיך בערכים לפיהם אתה חי?
- אילו התעוררת מחר בבוקר והיה לך מספיק כסף כדי לצאת לפנסיה לכל החיים, האם היית ממשיך לחיות לפיהם?
- אם היה עליך להישלח לבית הסוהר, האם היית מחזיק באותם ערכים?
- אם היו מודיעים לך שנשארו לך שלושה חודשים לחיות, האם היית מחזיק באותם ערכים?
- האם היית יכול לדמות אותם כתקפים עבורך גם בעוד חמישים שנה כפי שהם היום?
- האם היית רוצה לשמור עליהם גם אם חלק מהם היו הופכים לחיסרון עבורך?
- אילו היית מתחיל משהו חדש בתחום כלשהוא, האם אלו הערכים שהיית מביא אליו?
- אם נקריא את רשימת הערכים בקול, האם יהיה ברור למי שמכיר אותך שזה "אתה"?
- שאל עמיתים לעבודה, חברים ובני משפחה - האם הערכים שנבחרו אכן משקפים אותך?
- בדוק באופן שוטף האם הערכים שבחרת באים לידי ביטוי באופן יום יומי בחיך.

יצוב חזון אישי - ערכים

התבונן שוב על הערכים שרשמת - איך אתה מצמצם אותם כדי להגיע ל 3-5 ערכים?

- האם ישנם ערכים דומים?
- האם ניתן לאחד אותם? להשתמש באחד מהם כדי להסביר את האחר?
- האם אתה יכול לתעדף אותם?
- האם אתה רוצה לתעדף אותם?

כתוב הסבר קצר על כל ערך:

דוגמא:

הערך (מילה אחת...)	ההסבר (הקצר...) שלך לערך
אחריות	אני הגורם האחראי למחשבותיי, מילותיי, פעולותיי, התוצאות שאני מייצר, מערכות היחסים שלי, וכל מה שיש לי שליטה עליו. אני אחראי לחיי.



מלא בטופס "הצהרת החזון".
(טופס המבוסס על קלף פעולה "הצהרת החזון").

דוגמאות לערכים:

ניתן להיעזר ברשימת הערכים לדוגמה, מומלץ להשתמש בה רק אחרי חשיבה עצמאית:

יצובות	כנות	דיוק	שגשוג, עושר	לאומניות	הישגיות, הצלחה
סובלנות	טבע	ניידות	דייקנות	יצירתיות	הרפתקנות
בריאיות	חופש	רבגניות	איכות	שמחה	יופי
חינוך, למידה	חדשנות	משמעת	עקביות	אי אלימות	אתגר
צדק	נדיבות	שלום	החלטיות	פתיחות	שינוי
מובילות	אמינות	גילוי, חקירה	מצוינות	תושייה	שיתוף פעולה
אהבה, רומנטיקה	שוויוניות	טוב	הגינות	אחריות	מחויבות
משמעות	יעילות	עבודה קשה	ראיה רחבה	לקיחת סיכונים	תקשורת
ידידות, חברות	עבודה	הנאה	פרקטי, מעשי	צמיחה אישית	קהילה
כייף, הנאה	כבוד	בטיחות	פטריוטיות	תחרותיות	חלוציות
איכות, מצוינות	הרמוניה, אחדות	אמונה	עבודת צוות	שיפור	דאגה לזולת
תבונה, בינה	יושרה	משפחתיות	סגנון	פרטיות	יוזמה
נאמנות	חמלה	רוחניות	בטחון	קידום	מסורת
אמון	חתול	מומחיות	רצינות	פשטות	אוטנטיות

"ערכים לבני אדם הם כמו שורשים לעצים. ללא שורשים, עצים נופלים ברוחות סער עזות.
ללא ערכים, בני אדם נופלים כשמכים בהם משברי הקיום."

(קרלוס ריילס)