

MES VALEURS

Prenez d'abord le temps de lire consciencieusement les 56 valeurs sans rien cocher. Selon vos propres définitions de ces valeurs, imaginez comment chacune d'elles peuvent s'inscrire dans le quotidien et demandez vous si votre mode de vie en est totalement imprégné. Puis, reprenez la liste au début et ne cochez que ce qui vous paraît être en totale cohérence avec votre mode de fonctionnement. Attention, il ne s'agit pas de relever les valeurs avec lesquelles vous êtes intellectuellement ou moralement d'accord, sinon vous risquez de presque tout cocher !

Ensuite, après avoir coché 6 à 10 valeurs au maximum, prenez le temps de les hiérarchiser. Il s'agit de leur accorder une note de 1 à 10. (10 étant la plus haute dans votre hiérarchie) Il est possible que vous ayez de la difficulté à noter vos valeurs essentielles en dessous du chiffre 5. Je vous propose, si c'est le cas, d'affiner la note accordée par une décimale (par exemple : 9,75 ; 9,50 ; 9,25).

VALEURS	OUI	NOTE	VALEURS	OUI	NOTE
Sécurité matérielle & financière			Aventure		
Sécurité affective			Aide aux autres		
Apprendre			Justice		
Progresser			Utilité		
Savoir/Connaître			Réalisation professionnelle		
Découvrir			Reconnaissance sociale		
Plaisir intellectuel			Efficacité		
Transmettre			Accomplissement		
Évoluer			Réussite		
Autonomie			Contrôle		
Indépendance			Honnêteté		
Liberté			Authenticité		
Responsabilité			Intégrité		

MES VALEURS

VALEURS	OUI	NOTE	VALEURS	OUI	NOTE
Fidélité			Communication		
Loyauté			Créativité		
Respect des autres			Imaginaire		
Respect de soi			Esthétisme		
Respect			Foi		
Confort			Spiritualité		
Bien-être			Conscience		
Plaisir			Amour		
Épanouissement			Famille		
Harmonie			Travail		
Se réaliser			Patrie		
Bonheur			Pouvoir		
Amitié			Argent		
Complicité			Santé		
Partage			Écologie, nature		