



Tööleht: MINU VÄÄRTUSED

VÄÄRTUSED on sisemised tõekspidamised, mis näitavad, mida inimene hindab, vajab ja peab tähtsaks. Väärtushinnangud panevad meid ühtesid asju ja seisundeid eelistama teistele, juhtides nii meie tegevusi, soove, pürgimusi ja otsuseid. Väärtused on meile tähtsad, avaldavad mõju meie maailmavaatele, karjäärile ja elule, aitavad seada eesmärke ja suurendada tahet. Väärtused kujunevad keskkonna ja kasvatus mõjul, kuid lõplikult valime nad ise. Oma väärtushinnangutest juhindume iga päev, igas elusituatsioonis, iga ülesande puhul, suhtlemisel teiste inimestega.

Väärtused annavad vastuse küsimustele:

- ✿ Mis on Sinu jaoks elus oluline?
- ✿ Mis on Su elu eesmärk?
- ✿ Mida Sulle meeldib teha?
- ✿ Millal tunned end rahuloleva?

Selle töölehe abil saad teadlikumaks oma põhiväärtustest. Oma väärtuste tundmine aitab Sul kavandada oma õpiteed ning karjääri kujundamisel suunduda oma kire, soovide, eesmärkide ja rahuldust pakkuvama elu poole.

Tabelis on loetelu erinevatest väärtustest.

Hinda, kui tähtsad on Sinu jaoks alljärgnevad väärtused seitsmepunktise skaala alusel.

7-ga hinda neid väärtusi, mida Sa oma elus pead väga tähtsaks,
1-ga märgi need, mis pole Sulle üldse olulised.

Nr	VÄÄRTUSED	SELGITUS	HINNANG
1.	MEISTERLIKKUS	Soovin olla omal alal väga hea.	
2.	PEREKOND	Perekondlikud suhted on minu jaoks väga olulised.	
3.	ENESETEOSTUS	Mul on püüdlusi, mida soovin teostada.	
4.	KUULSUS	Avalik tunnustus tähendab mulle palju.	
5.	SAAVUTUSED	Oma töös pean edu aluseks kompetentsust.	
6.	HEADUS	Suhtun igasse inimesse tolerantselt, heatahtlikult, kaastundlikult ja toetavalt.	
7.	SUHTLEMINE	Mulle meeldib omada sõpru, seltskondlikult suhelda ja uusi tutvusi sõlmida.	

8.	HARITUS	Mulle meeldib omandada uusi ja mitmekülgseid teadmisi	
9.	VÕIM	Tahan omada mõjuvõimu, teisi juhtida ja suunata.	
10.	KORD	Mulle meeldib kui asjad on korras ja tööd hästi korraldatud.	
11.	STAATUS	Ma tahaksin olla sarnane inimestega, kes on kõrgel positsioonil või omavad hinnalisi asju.	
12.	VÄÄRIKUS	Minu jaoks on tähtsad ausus, põhimõttekindel käitumine ja väärikus.	
13.	ISESEISVUS	Pean õnne aluseks eneseusaldust ja otsustamisjulgust.	
14.	ÕIGLUS	Vajadusel tuleb väidelda ja tõestada, et igaüks saab seda, mida ta väärt on	
15.	TUNNUSTAMINE	Pean väga oluliseks, et ma teistele meeldiksin ja et teised mind armastaksid sellisena nagu olen.	
16.	RAHA	Majanduslik kindlustatus on minu jaoks väga oluline.	
17.	TERVIS	Mulle annab rahulolu hea vaimne ja füüsiline tervis.	
18.	SÖÖMINE	Mulle meeldib süüa, vaadata, kuidas toitu valmistatakse ja rääkida toidust.	
19.	NAUDING	Naudingutel on minu elus tähtis koht.	
20.	ETTEVÕTLIKKUS	Mulle meeldib alata, organiseerida, juhtida tegevusi ja teisi inimesi	
21.	ABISTAMINE	Minu jaoks on tähtis teiste abistamine.	
22.	UURIMINE	Mulle meeldib õppida ja teha asju uutmoodi.	
23.	LOOVUS	Mul on palju ideid ning lähenen enda tegemistele loovalt	
24.	UUDSUS	Mulle meeldib elu vaheldusrikkus, mitmekesisus ja uued olukorrad	
25.	PAINDLIKKUS	Minu jaoks on tähtsad erinevad elurollid (pere liige, töötaja, ettevõtja, õpilane, linnakodanik jt) ning hindan vabadust enda elu paindlikult korraldada	
26.	PRAKTILISUS	Mulle meeldib oma kätega midagi valmis teha ja näha oma töö tulemust	
27.	TURVALISUS	Soovin tunda ennast ohutult ja kaitstult, pidevad muutused ei ole minu jaoks	

Kirjuta välja viis väärtust, mis kõige rohkem punkte said.

Need on ühtlasi Sinu elu orientiirid ja nende järgimine on Sulle tähtis.

Kirjuta siia või arutle kaaslasega,

miks need väärtused on Sulle tähtsad ja kuidas need mõjutavad Sinu elu ning karjääri.

Milliseid töid ja tegemisi soovid oma ellu rohkem, et toimida veelgi enam kooskõlas oma väärtushinnangutega?