

Existen valores relacionados con lo **vital** o lo necesario para vivir, con lo **psicológico**, valores **sociales** y valores **espirituales** o trascendentes.

Elige alguna de las áreas citadas anteriormente y que desees investigar:

.....

1. Responde a la siguiente pregunta y completa los puntos 1 al 10:

¿Qué es lo más importante para ti en el área elegida y en esta vida?

1)

2)

3)

4)

5)

6)

7)

8)

9)

10)

2. Jerarquiza los 10 valores poniéndolos en orden de importancia. Toma los dos primeros y pregúntate: ¿Qué es más importante, ó? Y sigues comparando unos y otros hasta establecer cuál es el primero en importancia, luego el segundo, y así hasta terminar el listado.

3. Elabora el nuevo listado con tus prioridades.

4. Observa cada uno de los valores que has escrito y reflexiona:

¿Qué significa para ti

5. **Recuerda**, es normal que tengamos una jerarquía de valores en cada área importante en nuestra vida. Descubre tu jerarquía de valores. Observa la calidad de vida que ella te genera y reflexiona si deseas realizar algún cambio en ella.

Los cambios que realices en tu escala de valores, llevarán cambios a tu vida.

Chequea si estos cambios, son los que deseas para ti y reflexiona:

¿Qué pasará cuando los consigas?

Luego toma tu decisión.

Si deseas realizar alguna consulta sobre el tema y contarnos tu experiencia, te pedimos que nos escribas a cursos@luisacordeiro.com.ar