



FYLL INN

Din usynlige ryggsekk:

Verdier og holdninger

Personlige verdier

Ærlighet: Være sannferdig og oppriktig i alle situasjoner.

Integritet: Handle etisk og stå fast ved sine prinsipper.

Mot: Ha styrken til å gjøre det som er rett, selv i vanskelige situasjoner.

Respekt: Verdsette andre mennesker og deres rettigheter.

Empati: Evnen til å forstå og dele følelsene til en annen person.

Tålmodighet: Evnen til å akseptere eller tolerere forsinkelser uten å bli frustrert.

Ydmykhet: Å ha en beskjeden oppfatning av ens egen betydning.

Generøsitet: Være villig til å gi av seg selv i tid, energi eller ressurser.

Selvkontroll: Evnen til å regulere følelser og atferd.

Selvrealisering: Streben etter å oppfylle sitt eget potensiale og kapasiteter.

Tro på seg selv: Tilliten til egne evner og dømmekraft.

Nøyaktighet: Å utføre oppgaver med oppmerksomhet til detaljer og nøyaktighet.

Ha balanse i livet: Å prioritere ulike aspekter av livet for å oppnå velvære.

Ha selvdisciplin: Evnen til å motivere seg selv til å holde seg til mål og regler.

Utseende: Vektlegger personlig image og selvpptreden.

Optimisme: Å ha en positiv og håpefull holdning til fremtiden.

Profesjonelle verdier

Pålitelighet: Å være noen andre kan stole på og regne med.

Ansvarlighet: Ta ansvar for sine egne handlinger og konsekvensene av dem.

Samarbeid: Jobbe effektivt sammen med andre for å oppnå et felles mål.

Fleksibilitet: Tilpasse seg endringer og være åpen for nye ideer.

Engasjement: Å ha en sterk vilje til å yte sitt beste i arbeidet.

Effektivitet: Å oppnå ønskede resultater med minimal sløsing av ressurser.

Innovasjon: Å søke kontinuerlig etter nye ideer og bedre løsninger.

Resultatorientert: Å fokusere på å oppnå spesifikke mål.

Oppnå mestring: Å oppnå en følelse av kompetanse og dyktighet i arbeidet.

Være korrekt: Å handle i tråd med etiske normer og profesjonelle standarder.

Økonomisk suksess: Prioriterer materiell gevinst og finansiell sikkerhet.

Selvstendighet: Å være uavhengig og kunne ta egne beslutninger.

Sosiale verdier

Rettferdighet:

Behandle alle mennesker rettferdig og likestilt.

Samfunnsansvar:

Bidra positivt til samfunnet og miljøet.

Toleranse: Akseptere og respektere andres meninger og oppførsel.

Inkludering og mangfold: Sikre at alle føler seg velkomne og verdsatt i et fellesskap.

Fred: Fremme harmoni og fravær av konflikt.

Bærekraft: Handle på måter som sikrer fremtidige generasjoners velferd.

Empati: Evnen til å forstå og føle hva andre opplever.

Samarbeid: Å jobbe sammen med andre mot felles mål.

Lojalitet: Å være trofast mot personer eller grupper man er bundet til.

Høre til i en gruppe: Å identifisere seg med og føle tilknytning til et fellesskap.

Glede andre: Å bidra til andre menneskers lykke og velvære.

Hjelpe andre: Å gi støtte eller assistanse til dem som trenger det.

Bevare tradisjoner: Å holde fast ved og verdsette kulturelle eller familiepraksiser.

Være unik: Å anerkjenne og uttrykke ens egenart og individualitet.

Popularitet: Verdsetter sosial anerkjennelse og å være godt likt.

Åpenhet: Være mottakelig for nye ideer og ulike perspektiver.

Åndelige/emosjonelle verdier

Tro/religion:

Ha tillit til eller tro på en høyere makt eller dypere meninger.

Håp: Se fremover med ønske og forventning om positive utfall.

Fredfylthet:

Opprettholde en tilstand av indre ro og harmoni.

Takknemlighet:

Å være takknemlig og vise takknemlighet for det man har.

Visdom: Dybden av livserfaring og kunnskap og evnen til å bruke denne klokt

Nysgjerrighet: En lidenskap for å lære og oppdage ny kunnskap.

Familie og venner:

Å prioritere nære relasjoner og personlige bånd.

Frihet: Å verdsette og forfølge personlig autonomi og selvstyre.

Selvrealisering: Å oppfylle sine egne ønsker og kapasiteter.

Eventyrlyst: Å søke nye opplevelser og være åpen for det ukjente.

Ære: Å handle med verdighet og å ha et godt rykte.

Leve enkelt: Å verdsette enkelhet og unngå overflødighet.

God helse: Å prioritere fysisk og mental velvære.

Oppleve kjærlighet: Å engasjere seg i kjærlige og meningsfulle forhold.

Nytelse: Setter pris på glede og personlig tilfredsstillelse fra materielle goder og behagelige opplevelser.

Materialisme: Ønsket om å eie materielle goder.