



Descoperirea valorilor personale

Salut!

În articolul de astăzi am ales să abordez valorile în care credem și cu care ne identificăm ca oameni în general, dar și ca profesioniști.

Dar ce sunt valorile personale?! Sunt acele aspecte ale vieții care au importanță pentru noi, și fără de care ne-am simți în derivă. Sursa valorilor se construiește în prima parte a vieții (copilărie) și evident că se raportează la modul în care am interacționat cu familia, dar și cu mediul social în care ne-am dezvoltat. Pentru a avea niște valori sănătoase, care ne sporesc încrederea în **cine suntem și ce ne dorim să facem**, avem nevoie de intervenția directă a educației, culturii și mai ales a exemplelor de bună conduită.

Mai jos am să vă dau niste exemple de valori, clasificate pe grupe conform, *Shalom Schwartz. (1992)* - Eu as trece la bibliografie autorul anul și titlul principal, în textul articolului nu, este prea lungă citarea

PUTEREA : orientarea către a deține un statut social și prestigiu social înalt, spre a deține controlul asupra oamenilor și resurselor; autoritarism, bogăție, putere socială.

REALIZAREA (PERSONALĂ): atingerea scopului, orientarea către succesul personal prin demonstrarea competenței și meritelor în conformitate cu standardele sociale existente. Demonstrarea succesului în cadrul interacțiunii sociale; ambiție, succes, potențial, respect de sine.

HEDONISMUL : orientarea către satisfacerea plăcerilor personale; satisfacerea propriilor dorințe, nepăsare.



STIMULAREA (CUTEZANȚĂ) : este o orientare explicită spre derivarea de gratificații și plăceri prin experimentarea de lucruri noi și extrem de dificile; viața variată, excitantă, îndrăzneală, asumarea riscului.

AUTODIRECTIONAREA : alegerea de a acționa în mod independent deținând controlul asupra propriei vieți, orientarea către a cunoaște, crea, inova, explora; autonomie, libertate, curiozitate

UNIVERSALISMUL: orientarea către toleranță, înțelegere, armonie cu alți membri ai societății și cu natura; bunăstarea tuturor și respect față de natură, protecția mediului.

BENEVOLENȚA : bunăvoință, binefacere, acțiuni filantropice preocuparea pentru bunăstarea altora, îndeosebi a persoanelor din proximitate; cooperare, relații de susținere.

TRADIȚIONALISMUL : orientare către respectarea normelor și valorilor existente, sociale, religioase, etc, repetare, a merge pe “cai bătute”; conformitatea la normele unui grup, societăți.

CONFORMISMUL : restrângerea acțiunilor, inclinațiilor și impunerilor proprii pentru a evita producerea de neplăceri și încălcarea normelor sociale. orientarea către respectarea unor reguli, structuri și ierarhii clare, obediența, autodisciplină, supunere, loialitate, responsabilitate; a aparține, a fi cu cineva, a “nu face valuri”, a “sta în banca ta”.

SECURITATEA (SIGURANȚA) : orientarea către stabilitate, siguranță, armonie a propriei persoane într-un sistem sau grup social , preocupare pentru relațiile în care este implicată, către confortul oferit de existența unor forțe care să protejeze această siguranță.

Cele 10 grupe enumerate mai sus, pot fi un reper pentru fiecare dintre noi, mai ales când înotăm în „ape turburi” și nu mai suntem siguri în ce credem. De-a lungul timpului am observat că noi oamenii, putem să picăm ușor în capcanele dizolvării valorilor personale (vedeti situația din



SUA- Black Lives Matter și nu numai), dar am sesizat și faptul că atunci când ne aflăm în situații limită, putem să redăm speranța că umanitatea nu ne-a părăsit (salvam oameni, animale, ecosisteme etc). Contează să dăm exemple, și nu pentru laudă personală, ci pentru impulsioneare și redare a încrederii că undeva, cândva, un tânăr a făcut o faptă extraordinară și care îți dă un sentiment de împlinire.

Discuția despre principii și valori se poate diseca până ajungem la esență, la acel dicton ...Cunoaște-te pe tine însuși!

Vă propun să trecem la acțiune! Aici i-as invita pe ei sa faca o lista a valorilor personale, pe baza valorilor propuse de tine, dar cu posibilitatea de a aduga si altele. După ce ne-am identificat valorile personale, să le dăm și greutate faptei!

- ✓ Ne implicăm la nivel de comunități/societate prin activități de voluntariat și inițiative;
- ✓ Protejăm natura/mediul și îl menținem curat;
- ✓ Suntem inovatori și căutăm soluții pentru problemele societății actuale;
- ✓ Ne dezvoltăm personal.
- ✓ Nu încetăm să credem în noi și în valoarea faptei noastre!

Mult succes!

Consilier în cariera GCDF,

Oana CĂLĂRAȘU