

# DIY ZELFIETOOL #3

## KERNWAARDEN



Wat vind jij belangrijk in het leven? Die vraag is onlosmakelijk verbonden met het woord geluk.

Om dat te kunnen weten heb je inzicht nodig in wat jouw kernwaarden zijn. Kernwaarden zetten jou aan tot activiteiten. Het bepaalt jouw wezen, doen en laten. Ze kunnen zowel op jezelf als op anderen gericht zijn. In de kernwaarden vind je de drijfveren die jou gelukkig maken.

Hoe breng je je kernwaarden in kaart als je het niet precies weet? Gebruik gerust mijn kernwaarden lijst om tot antwoorden te komen voor jezelf. En probeer de volgende opdracht eens:

# IN 4 STAPPEN: KOM TOT DE KERN

## WAT VIND IK NOU ECHT BELANGRIJK?



1

### BEGIN MET LEZEN, VOELEN EN VINKEN

BEGIN BOVENAAN MET LEZEN EN VINK IN EERSTE INSTANTIE ALLES AAN WAARVAN JIJ DAT BELANGRIJK VINDT

### PRIORITEREN

ALS JE DE LIJST HELEMAAL HEBT DOORGENOMEN GA DAN AAN AL JOUW AANGEVINKTE KERNWAARDEN EEN PRIORITEIT HANGEN DOOR ZE OP VOLGORDE TE PLAATSEN VAN WAT JIJ HET BELANGRIJKST VINDT. STEL JEZELF HIERBIJ JEZELF CONTINUE DE VRAGEN:

- WAAR KAN JE ECHT NIET TEGEN?
- WAT MAAKT JOU GELUKKIG EN WAAROM?
- WAT BEWONDER JE IN ANDEREN EN WAAROM?



2

### MAAK EEN TOP 10

ZORG DAT JE EEN TOP 10 OP DE JUISTE VOLGORDE OVERHOUDT. NU HEB JE IN KAART



3

### VRAAG HET EENS EEN ANDER

LAAT ANDEREN DIE JOU GOED KENNEN OOK EENS 10 KERNWAARDEN INVULLEN DIE ZIJ BIJ JOU VINDEN PASSEN EN KIJK EENS WAT DAAR UIT KOMT. IEMAND ANDERS WEET MISSCHIEF NIET WAT JIJ VAN BINNENUIT BELANGRIJK VINDT, MAAR ER KUNNEN WEL INTERESSANTE AANVULLINGEN GEGEVEN WORDEN. HET IS GOED OM TE WETEN HOE ZIJ JOU ERVAREN EN ZIEN.



4



# Kernwaarden

- |  |  |   |
|--|--|---|
| <input type="checkbox"/> AANZIEN           | <input type="checkbox"/> HUMOR             | <input type="checkbox"/> TEVREDENHEID         |
| <input type="checkbox"/> AUTHENTICITEIT    | <input type="checkbox"/> INGETOGENHEID     | <input type="checkbox"/> TOLERANT             |
| <input type="checkbox"/> AUTONOOM          | <input type="checkbox"/> INLEVINGSVERMOGEN | <input type="checkbox"/> TRADITIONEEL         |
| <input type="checkbox"/> AVONTUURLIJK      | <input type="checkbox"/> INNERLIJKE RUST   | <input type="checkbox"/> TROUW                |
| <input type="checkbox"/> BALANS            | <input type="checkbox"/> INTEGRITEIT       | <input type="checkbox"/> VRIENDSCHAP          |
| <input type="checkbox"/> BEGEERLIJK        | <input type="checkbox"/> INTIMITEIT        | <input type="checkbox"/> VERANTWOORDELIJKHEID |
| <input type="checkbox"/> BEHULPZAAM        | <input type="checkbox"/> KALMTE            | <input type="checkbox"/> VOLMAAKT             |
| <input type="checkbox"/> BELEEFD           | <input type="checkbox"/> LIEFDE            | <input type="checkbox"/> VRIJHEID             |
| <input type="checkbox"/> BEROEMD           | <input type="checkbox"/> LOYALITEIT        | <input type="checkbox"/> WAARHEID             |
| <input type="checkbox"/> BESCHAAFD         | <input type="checkbox"/> NEDERIGHEID       | <input type="checkbox"/> WINNEN               |
| <input type="checkbox"/> BETROUWBAAR       | <input type="checkbox"/> NUCHTERHEID       | <input type="checkbox"/> WIJSHEID             |
| <input type="checkbox"/> BEVLOGEN          | <input type="checkbox"/> NATUUR            | <input type="checkbox"/> ZELFKENNIS           |
| <input type="checkbox"/> BEWUST            | <input type="checkbox"/> NIEUWSGIERIGHEID  | <input type="checkbox"/> ZELFBEHOUD           |
| <input type="checkbox"/> CREATIEF          | <input type="checkbox"/> ONBAATZUCHTIGHEID | <input type="checkbox"/> ZEKERHEID            |
| <input type="checkbox"/> COMMUNICATIE      | <input type="checkbox"/> ONAFHANKELIJKHEID | <input type="checkbox"/> ZELFSTANDIGHEID      |
| <input type="checkbox"/> COMPETITIEF       | <input type="checkbox"/> OPRECHTHEID       | <input type="checkbox"/> ZELFVERTROUWEN       |
| <input type="checkbox"/> DANKBAAR          | <input type="checkbox"/> PASSIEVOL         | <input type="checkbox"/> ZINGEVING            |
| <input type="checkbox"/> DAPPER            | <input type="checkbox"/> PLEZIER           | <input type="checkbox"/> ZORGVULDIGHEID       |
| <input type="checkbox"/> DIENSTBAAR        | <input type="checkbox"/> POSITIVITEIT      | <input type="checkbox"/> .....                |
| <input type="checkbox"/> DIPLOMATIEK       | <input type="checkbox"/> RATIONALITEIT     | <input type="checkbox"/> .....                |
| <input type="checkbox"/> EENVOUD           | <input type="checkbox"/> RECHTVAARDIGHEID  | <input type="checkbox"/> .....                |
| <input type="checkbox"/> EMPATHIE          | <input type="checkbox"/> RIJKDOM           | <input type="checkbox"/> .....                |
| <input type="checkbox"/> ENTHOUSIAST       | <input type="checkbox"/> RESPECT           | <input type="checkbox"/> .....                |
| <input type="checkbox"/> FIJNGEVOELIGHEID  | <input type="checkbox"/> RESULTAATGERICHT  | <input type="checkbox"/> .....                |
| <input type="checkbox"/> GEDULD            | <input type="checkbox"/> SAMENWERKING      |   |
| <input type="checkbox"/> GELIJKWAARDIGHEID | <input type="checkbox"/> SCHOONHEID        |   |
| <input type="checkbox"/> GELUK             | <input type="checkbox"/> SENSATIE          |   |
| <input type="checkbox"/> GELOOF            | <input type="checkbox"/> SPIRITUALITEIT    |   |
| <input type="checkbox"/> GEMAK             | <input type="checkbox"/> STABILITEIT       |   |
| <input type="checkbox"/> HARMONIE          | <input type="checkbox"/> TEDERHEID         |   |