

## Instructie bij het leggen van de eigen-waarden kaartjes

1. Maak ruimte op een tafel
2. Knip de kaartjes uit en leg ze op een stapeltje
3. Leg aan de linkerzijde van je werkveld de 4 categoriekaartjes 'Op dit moment het meest belangrijk', 'Op dit moment ook belangrijk', 'Op dit moment enigszins belangrijk' en 'Op dit moment niet belangrijk' op circa 15 cm afstand van elkaar, onder elkaar
4. Leg het stapeltje kaartjes met waarden voor je neer en pak het bovenste kaartje
5. Laat de waarde even tot je doordringen. Als je niet precies weet wat er bedoeld wordt, dan geldt jouw definitie van de waarde. Een voorbeeld: is de waarde 'Warmte', dan stel je jezelf de vraag: in hoeverre is 'Warmte' voor mij nu in mijn leven belangrijk. Dat kan zijn om te geven, maar dat kan ook zijn om te ontvangen. Jij bepaalt dan welke definitie voor 'Warmte' je gebruikt
6. Leg het kaartje neer bij de categorie waar het volgens jou hoort
7. Let op: bij het leggen mogen bij de bovenste categorie 'Op dit moment het meest belangrijk' uiteindelijk maximaal 7 kaartjes gelegd worden!
8. Als je alle kaartjes gelegd hebt, bedenk dan of je wellicht waarden mist. Gebruik de lege kaartjes om zelf waarden toe te voegen
9. Leg de belangrijkste 7 waarden op volgorde van belangrijkheid; de meest belangrijke links, de rest op volgorde ernaast. Dit zijn je 'eigen-waarden' van dit moment. Laat dit even tot je doordringen
10. Valt je iets op? Had je dit zo verwacht?
11. Blijf schuiven met de kaartjes tot je het precies goed hebt liggen
12. Als je moeite hebt om te bepalen wat nu belangrijker is, bijvoorbeeld 'Warmte' of 'Gezelligheid', vraag jezelf dan af of het een zonder het ander kan. Is je antwoord in dit voorbeeld: 'Voor mij kan gezelligheid niet zonder warmte', dan is op dit moment 'Warmte' belangrijker dan 'Gezelligheid' voor je
13. Schrijf alle waarden en de categorie waar ze bij horen over op een A4. Zet er een datum boven. Als je later het vel nog eens terugvindt, kun je zien hoe je waarden wellicht in de tijd verschoven zijn

## Instructie bij het leggen van de eigen-waarden kaartjes

14. Schrijf op een tweede A4 de 7 belangrijkste waarden aan de linkerkant van het vel onder elkaar (zie voorbeeld onderaan dit blad)
15. Leun even achterover en houd, zover dat kan, je huidige baan voor ogen
16. Bekijk de waarden een voor een en schrijf daarachter een score tussen 1 en 10 in hoeverre je je persoonlijke waarden terug vindt in je huidige werk. Hierbij is 1 de lage score en 10 de hoge score
17. Bekijk de uitkomsten. Wat maak je eruit op? Komen jouw eigen-waarden goed tot recht in je werk? Waar wel? Waar niet?
18. Bepaal met een 2<sup>de</sup> cijfer per waarde wat je wens is voor bijvoorbeeld toekomstig werk. Wellicht kun je hier ook een andere kleur pen voor gebruiken
19. Bespreek de uitkomsten met je partner, vrienden, en/of met je collega's en leidinggevende

**Veel 'Eigen-waarde' toegewenst!**

Waarde	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.										
2.										
3.										
4.										
5.										
6.										
7.										

Instructie bij het leggen van de eigen-waarden kaartjes

Op dit moment het meest belangrijk	Op dit moment ook belangrijk	Op dit moment enigszins belangrijk
Op dit moment niet belangrijk	Afwisseling en variatie	Ambitie
Avontuur	Competitie	Creativiteit
Dienstbaarheid	Discipline	Duurzaamheid
Eenvoud	Erkenning	Evenwicht
Gedrevenheid	Geluk	Idealen

Instructie bij het leggen van de eigen-waarden kaartjes

Innovatie	Inspiratie	Kwaliteit
Betrokkenheid	Kennis	Loyaliteit
Macht	Medezeggenschap	Onafhankelijkheid
Ondernemen	Oprechtheid	Persoonlijke ontwikkeling
Professionele ontwikkeling	Rechtvaardigheid	Respect
Rust en ruimte	Schoonheid	Sociale contacten

Instructie bij het leggen van de eigen-waarden kaartjes

Solidariteit	Status	Structuur
Teamgeest	Uitdaging	Verantwoordelijkheid
Verdraagzaamheid	Visie	Vrijheid
Waardering	Welstand	Welzijn
Zekerheid	Zingeving	Zorgeloosheid
Zorgvuldigheid	Aandacht	Gezelligheid

Instructie bij het leggen van de eigen-waarden kaartjes

Warmte	Hulpvaardigheid	Plezier
Resultaatgerichtheid	Tevredenheid	Verbondenheid
Aangenaamheid	Vertrouwen	Passie
WAARDENKAARTJES	<a href="http://www.bureau-inspiratie.nl">www.bureau-inspiratie.nl</a> Culemborg/Utrecht	