

PERSONLIGE VERDIER
SORTERINGSKORT

W.R. Miller, C`de Baca and D.B. Mathews
UNIVERSITY OF NEW MEXICO, 1999

Oversatt av Arvid Ådland
assistert av Torbjørn Sjelund og Erik Sørensen

VIKTIG FOR MEG

**SVÆRT VIKTIG FOR
MEG**

**IKKE VIKTIG FOR
MEG**

AKSEPTERING

å bli akseptert som jeg er

1

NØYAKTIGHET

Å være nøyaktig er
viktig for meg

2

PRESTASJONER

Å få til noe som er viktig

3

OPPLEVELSER

Å få nye og spennende
opplevelser

4

ATTRAKTIV

Å være fysisk attraktiv

5

AUTORITET

Å være den som bestemmer
og får ansvaret

6

<p>SELVBESTEMMENDE</p> <p>å bestemme over seg selv</p> <p>7</p>	<p>SKJØNNHET</p> <p>Å sette pris på det skjønne rundt meg</p> <p>8</p>
<p>OMSORG</p> <p>Å føle ansvar og ivareta andre</p> <p>9</p>	<p>PÅGANGSMOT</p> <p>Å ta vanskelige oppgaver og utfordringer</p> <p>10</p>
<p>FLEKSIBEL</p> <p>Å tåle variasjoner og forandringer</p> <p>11</p>	<p>BEKVEMMELIGHET</p> <p>Å leve et behagelig og komfortabelt liv</p> <p>12</p>
<p>FORPLIKTELSE</p> <p>Å være villig til å ta på seg langvarige oppgaver</p> <p>13</p>	<p>MEDLIDENHET</p> <p>Å føle og gjøre en innsats i sympati med andre</p> <p>14</p>
<p>BIDRA</p> <p>å bidra aktivt for en bedre verden</p> <p>15</p>	<p>SAMHANDLING</p> <p>Å samarbeide med andre</p> <p>16</p>

	<p>HØFLIGHET</p> <p>Å vise respekt og vennlighet i forhold til andre</p> <p>17</p>
<p>KREATIVITET</p> <p>Å ha nye og originale ideer</p> <p>18</p>	<p>PÅLITELIGHET</p> <p>å være pålitelig og troverdig</p> <p>19</p>
<p>PLIKTFØLELSE</p> <p>Å gjøre det jeg har lovet</p> <p>20</p>	<p>ØKOLOGI</p> <p>Å leve i harmoni med natur og miljø</p> <p>21</p>
<p>SPENNING</p> <p>Å ha et stimulerende liv med mye spenning</p> <p>22</p>	<p>TROFASTHET</p> <p>Å være lojal og trofast i et forhold</p> <p>23</p>
<p>BERØMMELSE</p> <p>Å bli berømt og kjent</p> <p>24</p>	<p>FAMILIE</p> <p>Å ha en glad og kjærlig familie</p> <p>25</p>

<p style="text-align: center;">FITNESS</p> <p style="text-align: center;">Å være fysisk sterk og attraktiv</p> <p>26</p>	<p style="text-align: center;">FLEKSIBILITET</p> <p style="text-align: center;">Å kunne tilpasse seg til nye situasjoner og omstendigheter</p> <p>27</p>
<p style="text-align: center;">TILGIVELSE</p> <p style="text-align: center;">Å kunne tilgi andre</p> <p>28</p>	<p style="text-align: center;">VENNSKAP</p> <p style="text-align: center;">Å ha nære og støttende venner</p> <p>29</p>
<p style="text-align: center;">GLEDE</p> <p style="text-align: center;">Å leke og ha den moro</p> <p>30</p>	<p style="text-align: center;">GENERØSITET</p> <p style="text-align: center;">Å gi av det jeg har til andre</p> <p>31</p>
<p style="text-align: center;">EKTHET</p> <p style="text-align: center;">Å være og gjøre slik at jeg er sann mot meg selv</p> <p>32</p>	<p style="text-align: center;">GUDS VILJE</p> <p style="text-align: center;">Å søke å adlyde guds vilje</p> <p>33</p>
<p style="text-align: center;">UTVIKLING</p> <p style="text-align: center;">Å stadig være i forandring og utvikling</p> <p>34</p>	<p style="text-align: center;">HELSE</p> <p style="text-align: center;">Å være fysisk frisk og ha det bra</p> <p>35</p>

<p>HJELPSOMHET</p> <p>Å være hjelpsom mot andre</p> <p>36</p>	<p>ÆRLIGHET</p> <p>å være ærlig, en som andre kan stole på</p> <p>37</p>
<p>HÅPEFULL</p> <p>Å ha en positiv og optimistisk måte å være på</p> <p>38</p>	<p>YDMYKHET</p> <p>å være beskjeden og liketil</p> <p>39</p>
<p>HUMOR</p> <p>Å se den humoristiske siden ved meg selv og verden omkring meg</p> <p>40</p>	
<p>UAVHENGIGHET</p> <p>Å være fri fra avhengighet av andre</p> <p>41</p>	<p>DRIFTIGHET</p> <p>Å arbeide hardt og samvittighetsfullt med oppgavene jeg får</p> <p>42</p>
<p>INDRE FRED</p> <p>Å oppleve indre fred og ro</p> <p>43</p>	<p>INTIMITET</p> <p>Å dele mine indre følelser og erfaringer med andre</p> <p>44</p>

<p>RETTFERDIGHET</p> <p>Å bidra til rettferdighet og lik behandling for alle</p> <p>45</p>	<p>KUNNSKAP</p> <p>Å lære og formidle videre verdifull kunnskap</p> <p>46</p>
<p>FRITID</p> <p>Å ha tid til å slappe av og hygge meg</p> <p>47</p>	<p>ELSKET</p> <p>Å bli elsket av mine nærmeste</p> <p>48</p>
<p>KJÆRLIG</p> <p>Å gi kjærlighet til andre</p> <p>49</p>	<p>DYKTIGHET</p> <p>Å være dyktig og kompetent i mine daglige oppgaver</p> <p>50</p>
<p>OPPMERKSOMHET</p> <p>Å være bevisst og oppmerksom og tilstede i eget liv</p> <p>51</p>	<p>MODERASJON</p> <p>Å unngå overdrivelser og finne en middelvei</p> <p>52</p>
<p>MONOGAMI</p> <p>Å ha en nær relasjon fylt av kjærlighet</p> <p>53</p>	<p>IKKE ETTERGIVENDE</p> <p>Å stille seg spørrende og utfordre autoriteter og gjeldende normer</p> <p>54</p>

<p>OPPFOSTRING</p> <p>Å ta vare på, oppfostre og gi andre det de trenger</p> <p>55</p>	<p>ÅPENHET</p> <p>Å være åpen for nye erfaringer, ideer og valg</p> <p>56</p>
<p>ORDEN</p> <p>Å ha et velordnet og velorganisert liv</p> <p>57</p>	<p>LIDENSKAP</p> <p>Å ha dype følelser overfor ideer, aktiviteter og mennesker</p> <p>58</p>
<p>VELBEHAG</p> <p>Å føle seg vel</p> <p>59</p>	<p>POPULARITET</p> <p>Å være likt av mange mennesker</p> <p>60</p>
<p>MAKT</p> <p>Å ha kontroll over andre</p> <p>61</p>	<p>FORMÅL</p> <p>Å ha mening og retning for livet</p> <p>62</p>
<p>RASJONALITET</p> <p>Å leve et liv styrt av rasjonalitet og logikk</p> <p>63</p>	<p>REALISME</p> <p>Å se realistisk og praktisk på ting og handle deretter</p> <p>64</p>

<p style="text-align: center;">ANSVARLIGHET</p> <p style="text-align: center;">Å ta ansvarlige avgjørelser og handle deretter</p> <p>65</p>	<p style="text-align: center;">RISIKO</p> <p style="text-align: center;">Å ta sjanser og våge</p> <p>66</p>
<p style="text-align: center;">ROMANTIKK</p> <p style="text-align: center;">Å ha intens og spennende kjærlighet i livet mitt</p> <p>67</p>	<p style="text-align: center;">SELVAKSEPTERING</p> <p style="text-align: center;">Å akseptere meg selv slik jeg er</p> <p>68</p>
<p style="text-align: center;">TRYGGHET</p> <p style="text-align: center;">Å kjenne seg sikker og trygg</p> <p>69</p>	<p style="text-align: center;">SELVKONTROLL</p> <p style="text-align: center;">Å utøve selvkontroll i egne handlinger</p> <p>70</p>
<p style="text-align: center;">SELVAKTELSE</p> <p style="text-align: center;">Å være fornøyd med meg selv</p> <p>71</p>	<p style="text-align: center;">SELVINNSIKT</p> <p style="text-align: center;">Å ha en dyp og ærlig forståelse av meg selv</p> <p>72</p>
<p style="text-align: center;">NYTTIG</p> <p style="text-align: center;">Å være til nytte og tjeneste for andre</p> <p>73</p>	<p style="text-align: center;">SEKSUALITET</p> <p style="text-align: center;">Å ha et aktivt og tilfredsstillende seksualliv</p> <p>74</p>

<p style="text-align: center;">ENKELHET</p> <p style="text-align: center;">Å leve enkelt med små behov</p> <p>75</p>	<p style="text-align: center;">ENSOMHET</p> <p style="text-align: center;">Å ha tid og sted hvor jeg kan være for meg selv</p> <p>76</p>
<p style="text-align: center;">ÅNDELIGHET</p> <p style="text-align: center;">Å vokse og modne i åndelig mening</p> <p>77</p>	<p style="text-align: center;">STABILITET</p> <p style="text-align: center;">Å leve et rimelig stabilt liv</p> <p>78</p>
<p style="text-align: center;">TOLERANSE</p> <p style="text-align: center;">Å akseptere og respektere de som er annerledes enn meg</p> <p>79</p>	<p style="text-align: center;">TRADISJONER</p> <p style="text-align: center;">Å følge mønster fra tidligere tider</p> <p>80</p>
<p style="text-align: center;">DYD</p> <p style="text-align: center;">Å leve moralsk og riktig</p> <p>81</p>	<p style="text-align: center;">RIKDOM</p> <p style="text-align: center;">Å ha rikelig med penger</p> <p>82</p>
<p style="text-align: center;">VERDENSFRED</p> <p style="text-align: center;">Å arbeide for å bringe fred i verden</p> <p>83</p>	<p style="text-align: center;">Andre viktige verdier:</p>

Andre viktige verdier:

Andre viktige verdier:

Andre viktige verdier:

Andre viktige verdier: