

## EJERCICIOS DE AUTOCONOCIMIENTO

### Ejercicio: Escala de Valores

Instrucciones:

1. Revisa el listado de valores a continuación
2. Inicia marcando los que son más importantes para ti en lo personal
3. Elige los 10 valores más importantes
4. Elabora un listado de los valores en orden personal del más importante al menos importante (usando los 10 principales y otros más si deseas)
5. Escribe una reflexión personal de cómo ese listado de valores tiene impacto en:
  - a) Decisiones
  - b) Acciones
  - c) Elecciones de carreta/trabajo
  - d) Facilidad para trabajar con ciertos temas (listar)
  - e) Dificultad para trabajar con ciertos temas (listar)
  - f) Facilidad para trabajar con ciertas personas (listar)
  - g) Dificultad para trabajar con ciertas personas (listar)

Listado de valores:

Alegría	Productividad	Respeto
Creatividad	Apoyo	Autenticidad
Fuerza	Gratitud	Desarrollo
Poder	Progreso	Humor
Amistad	Aprendizaje	Romance
Crecimiento	Cumplimiento	Aventura
Generosidad	Honestidad	Disciplina
Precisión	Realización	Igualdad
Amor	Armonía	Sabiduría
Cuidado	Desapego	Belleza
Gentileza	Humildad	Educación
Independencia	Servicio	Comunicación
Seguridad	Colaboración	Estética
Bienestar	Equilibrio	Naturaleza
Empatía	Libertad	Ternura
Integridad	Sinceridad	Comunidad
Sencillez	Compañerismo	Exactitud
Bondad	Espiritualidad	Nobleza
Entrega	Limpieza	Tolerancia
Justicia	Solidaridad	Conexión
Serenidad	Comprensión	Éxito
Claridad	Estabilidad	Paciencia
Entusiasmo	Madurez	Tradicición
Lealtad	Suavidad	Confianza
Familia	Paz interior	Participación
Vitalidad	Tranquilidad	Constancia
Fidelidad	Pasión	Valentía
Contribución	Flexibilidad	Paz
Variedad	Cooperación	Franqueza