



Inventario de valores

Un listado de 25 valores y sus significados, que pueden explicar los motivos que nos mueven hacia nuestras elecciones de expresión.

Este listado no es exhaustivo ni definitivo. Es un punto de partida para quien esté comprometido con profundizar el auto-descubrimiento y facilitar un mayor entendimiento y conexión entre la gente.

Valores

Responsabilidad. Hacer y cumplir decisiones de manera confiable	Diversidad. Tener respeto hacia cosas y personas diferentes a ti	Experimentación. Buscar aprender y explorar con maravilla y asombro	Franqueza. Proponer con audacia y valentía tus pensamientos y acciones	Simplicidad. Vivir una vida simple y con pocas necesidades
Flexibilidad. Rápidamente ajustarse a nuevas circunstancias o cambiar de condiciones	Comunidad. Estar en hermandad con otros	Confianza. Creer en la confiabilidad, verdad o habilidad de otros	Empatía. Demostrar amabilidad e interés por los demás	Autonomía. Ser auto-determinado e independiente
Confiabilidad. Desempeñarse en el mismo nivel una y otra vez	Valentía. Hacer uso de una fortaleza interior al enfrentar posible conflicto, peligro o adversidad	Pertenencia. Tener alguien o un grupo con quien compartir cosas en el día a día	Cooperación. Interactuar con un grupo para conseguir una meta	Reto. Hacerse cargo de tareas y problemas difíciles
Precisión/Exactitud. Ser precisa en mis opiniones, creencias y acciones	Confianza en mi mismo. Creer que tus habilidades hacen una contribución positiva	Escuchar. Escuchar o darse cuenta activamente y con exactitud los pensamientos y sentimientos del otro	Rendir cuentas. Estar dispuesto a aceptar la responsabilidad	Cambio. Hacer o convertirse en algo diferente
Eficiencia. Usar el menor tiempo y energía posible para conseguir mucho	Sensibilidad. Ser consciente/atento o de las necesidades y emociones de los demás	Generosidad. Dar lo que tienes a los demás	Aventura. Tener nuevas y excitantes experiencias	Relaciones. Experimentar relación con otros

¹Este listado está basado en el quiz de Emotional Agility de Susan David. www.susandavid.com