

# Fișa de clarificare a valorilor

florintodoran.ro

Ce contează cu adevărat pentru tine, pe fiecare domeniu de viață

Valorile sunt direcții, nu destinații - nu se "bifează", ci se trăiesc, pas cu pas. Pentru fiecare domeniu, notează pe scurt ce fel de persoană vrei să fii și un pas mic, concret, pe care îl poți face săptămâna aceasta.

## Familie

Cum vrei să fii ca partener/părinte/fiu-fiică?

## Relații și prieteni

Ce fel de prieten vrei să fii?

## Muncă / carieră

Ce contează pentru tine în munca ta?

## Sănătate fizică

Cum vrei să ai grijă de corpul tău?

## Dezvoltare personală

Ce vrei să înveți sau în ce vrei să crești?

## Timp liber și creativitate

Ce activități te hrănesc și te bucură?