

# ATENȚIA FAȚĂ DE VALORI





# CUPRINS

01

**Scopul principal al  
modulului**

02

**Ce sunt valorile?**

- Definiție

03

**Pentru ce folosim valorile?**

04

**Valorile intra-personale**

- Valori, acțiuni și principii
- Valori de lucru: valori intrinseci și extrinseci
- Exemple

05

**De ce este importantă  
atenția față de valorilor?**

06

**Proiectul SNAIL**

- Munca lentă

07

**Luarea deciziilor**

- Proces bun de luare a deciziilor și proces defectuos de luare a deciziilor

08

**Schimbarea valorilor**





Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



# Atenția față de valori

## Scopul principal al modulului

A învăța despre valorile intrapersonale și de ce sunt importante în atingerea obiectivelor noastre la locul de muncă.

## Obiective

Înțelegerea a ceea ce sunt valorile

Înțelegerea modului în care valorile muncii afectează procesul decizional și productivitatea

Înțelegerea faptului că valorile se schimbă pe măsură ce creștem





## Ce sunt valorile?

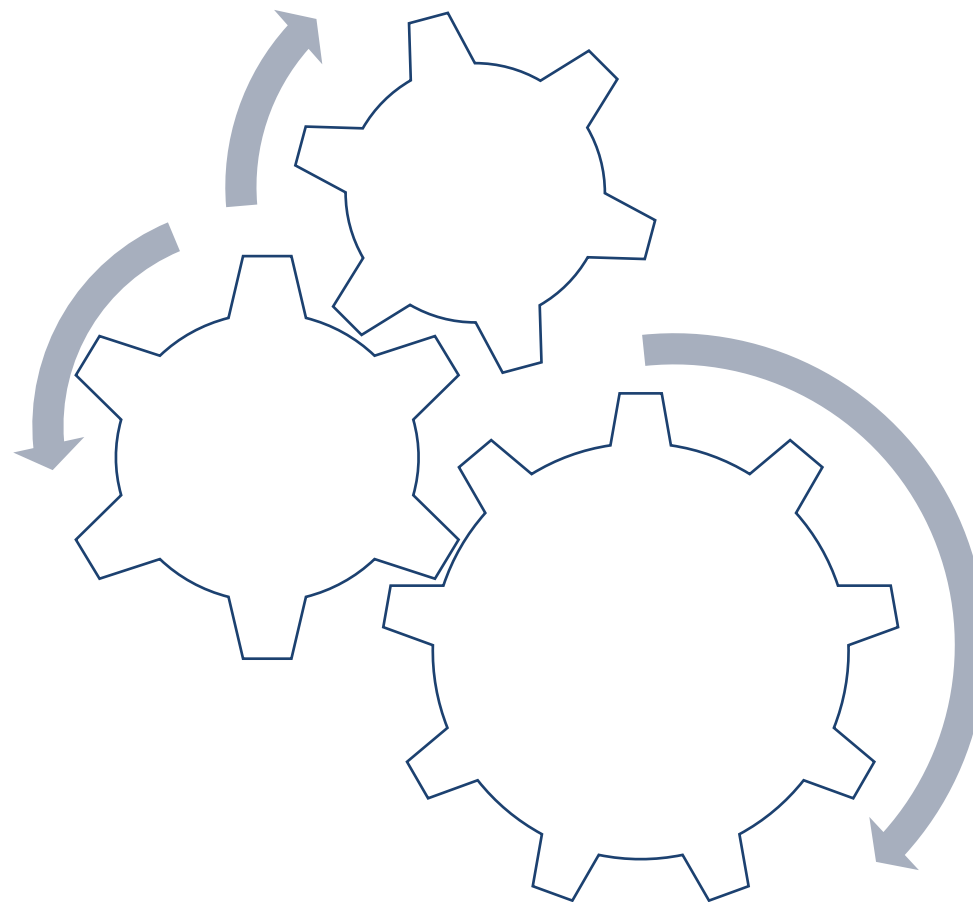
Valorile ne permit să ne ghidăm comportamentul pentru a ne împlini pe noi înșine. Sunt credințe fundamentale care ne ajută să preferăm, să apreciem și să alegem unele lucruri în locul altora sau un comportament în locul altuia. Ele ne oferă un ghid pentru formularea intereselor, sentimentelor și convingerilor personale sau colective.





## Pentru ce folosim valorile?

Valorile ne ajută să stabilim obiective pe baza lor și să luăm decizii. Pentru a face acest lucru, trebuie să fim de acord cu propriile noastre decizii și cu scopul pe care dorim să îl atingem.





# Valori personale

## Valori, acțiuni și principii

Valorile sunt intenții care se transformă în acțiuni prin principii. De exemplu: Dacă o femeie dorește să aibă un copil, intenția (valoarea) ei este maternitatea, principiul este să renunțe la fumat și acțiunea este faptul că nu fumează.

Valori

Principii

Acțiuni





## Valori personale

O persoană valoroasă este cea care trăiește conform valorilor în care crede. De aceea tindem să raportăm valorile la reguli și norme de comportament, dar în realitate acestea sunt decizii. Decidem să acționăm într-un anumit mod din cauza a ceea ce este important pentru noi ca valoare. Credem în valorile noastre și ele sunt speciale pentru noi. Acest lucru generează emoții precum :

- Când lucrurile se întâmplă în funcție de valorile voastre
- Când regulile sau valorile noastre nu sunt îndeplinite
- Când nu acționăm conform valorilor noastre



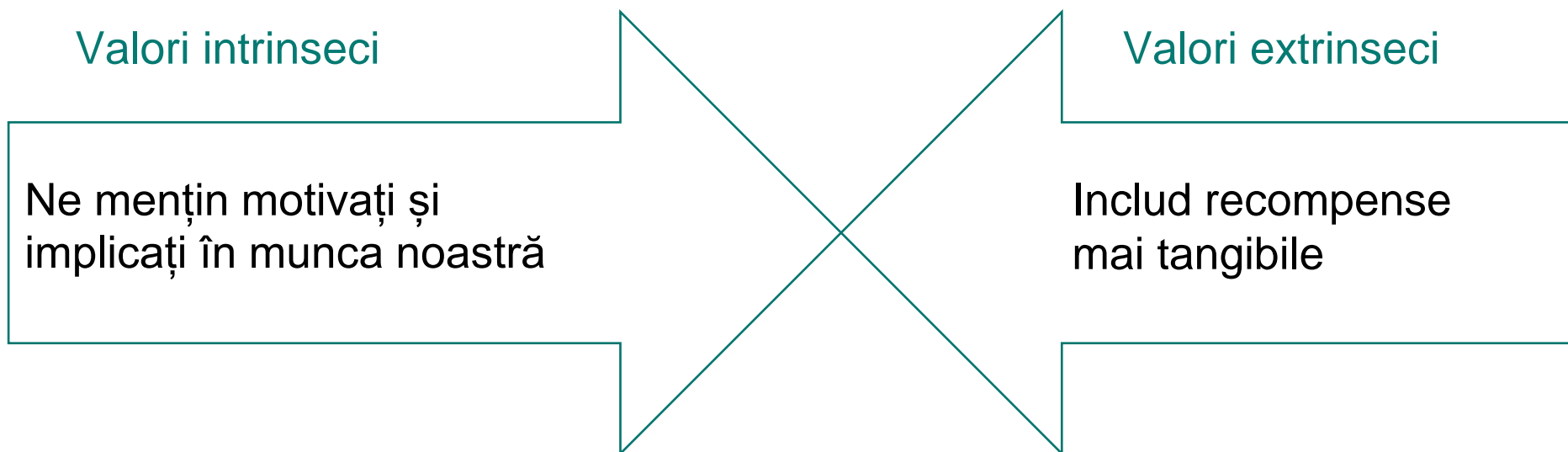


# Valori personale



## Valori de lucru

Aceste valori sunt o parte esențială a ceea ce suntem și pot fi clasificate ca intrinseci și extrinseci.







# Valori personale

## Valori intrinseci

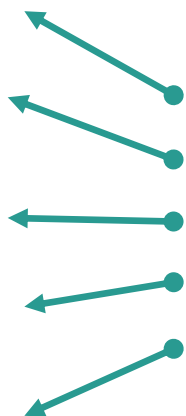
A fi creativ

A avea varietate

A se simți respectat

A învăța lucruri noi

A experimenta munca  
provocatoare



## Valori extrinseci

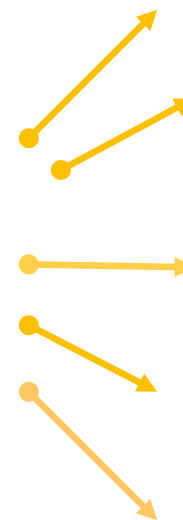
Salariu ridicat

Beneficii pentru sănătate

Politică de lucru flexibil

Zile de vacanță nelimitate

Mediu de lucru bun





## Valori personale



La fel ca valorile personale, valorile de lucru au legătură cu preferințele, scopul și calea dorită. Este important să luați în considerare aceste valori pe măsură ce explorați nivelul actual de satisfacție la locul de muncă și vă gândiți la dezvoltarea viitoare a carierei.

Liz Cannata, Sr. Manager of HR Operations at  
CareerBuilder.



A group of people are gathered around a table in a meeting. One person is pointing at a laptop screen which displays a dashboard with various charts and graphs. Another person is holding a pen over a document with handwritten notes and diagrams. The scene is brightly lit, and the overall atmosphere is collaborative and professional.

De ce este importantă **atenția față de valori?**

Valorile ne ajută să creăm viitorul pe care vrem să-l experimentăm. Deciziile pe care le luăm reflectă valorile și convingerile noastre și sunt întotdeauna direcționate către un scop specific: satisfacerea nevoilor noastre individuale sau colective. Dacă ne păstrăm valorile în minte, acest lucru va aduce beneficii atât pentru noi, cât și pentru companie, deoarece vom fi mai fericiți și, prin urmare, mai productivi.

## Munca lentă

Unul dintre lucrurile pe care proiectul SNAIL vrea să le încurajeze este să ne luăm timp pentru a lucra la fiecare sarcină și a ne concentra asupra valorilor noastre.

Acest lucru ne va ajuta să luăm decizii mai bune. Dacă nu suntem concentrați asupra muncii, este pentru că luăm decizia de a ne concentra pe altceva.



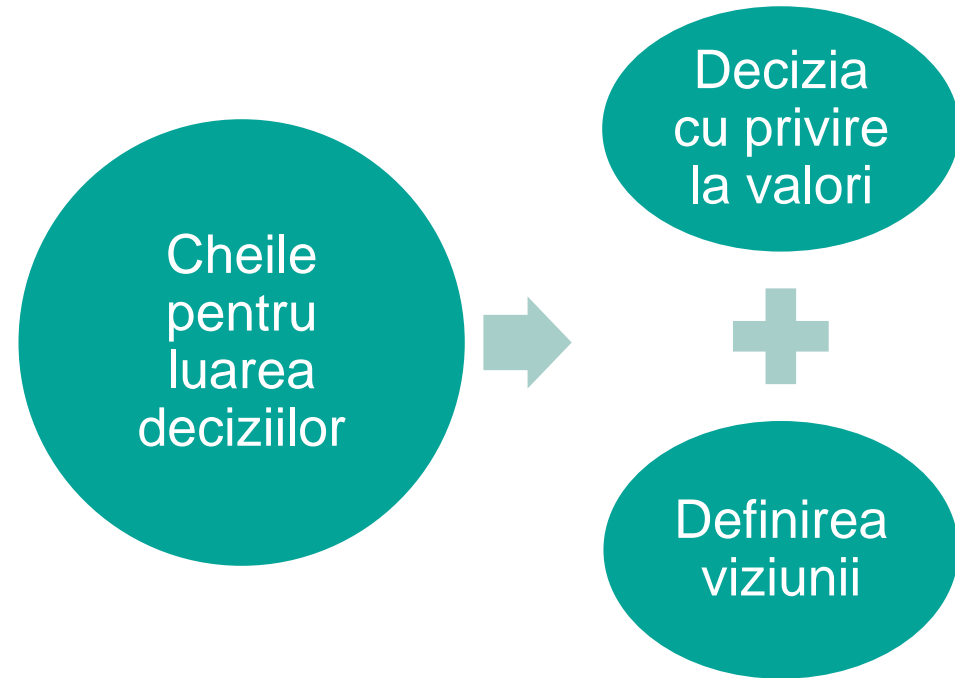
SNAIL



## Luarea deciziilor

Cele două motive pentru care este dificil să luați o decizie sunt :

1. Lipsa valorilor definite: este important să știți pe ce valori vă construiți viața.
1. Lipsa viziunii: aduce nori asupra prezentului și face mai dificilă luarea deciziilor. Când suntem clari cu privire la destinație, vrem să ajungem să decidem ce înseamnă să renunțăm la opțiuni care nu ne apropie de acel loc.





## Luarea deciziilor

Atunci când valorile noastre sunt clare, luăm decizii bune, dar atunci când nu sunt, aceasta poate duce la luarea deficitară a deciziilor.

<ul style="list-style-type: none"><li>• Viziune: Ne vedem scopul Valori legate de obiectivul pe care ni l-am propus. Este foarte important să fim clari cu privire la acestea Echilibru emoțional</li></ul>

<ul style="list-style-type: none"><li>• A nu fi clari cu privire la obiectiv A nu fi clari cu privire la valorile pentru a atinge obiectivul Luarea deciziilor într-o stare emoțională neoperațională</li></ul>

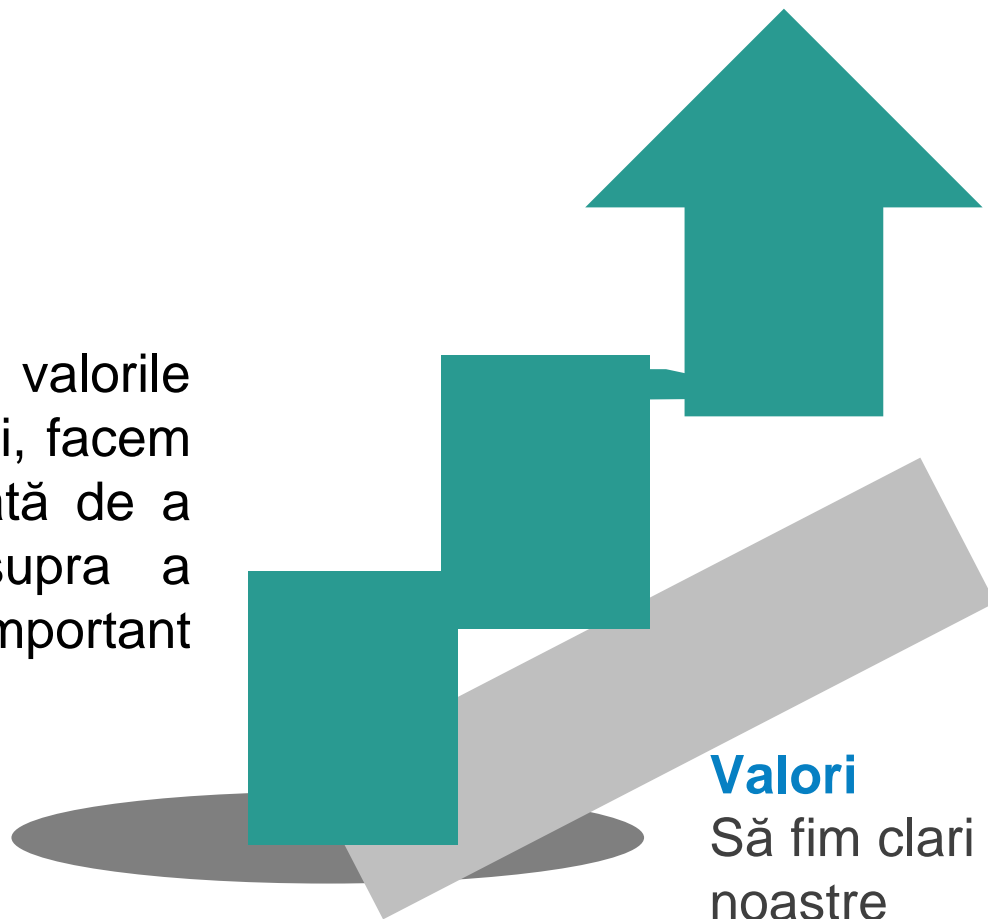




## Luarea deciziilor

### Decizii

Când ne folosim valorile pentru a lua decizii, facem o alegere deliberată de a ne concentra asupra a ceea ce este important pentru noi.



### Valori

Să fim clari cu privire la valorile noastre

### Obiective

Dacă suntem clari cu privire la valorile noastre, aceasta ne va conduce să ne atingem obiectivul și va fi susținut în timp.

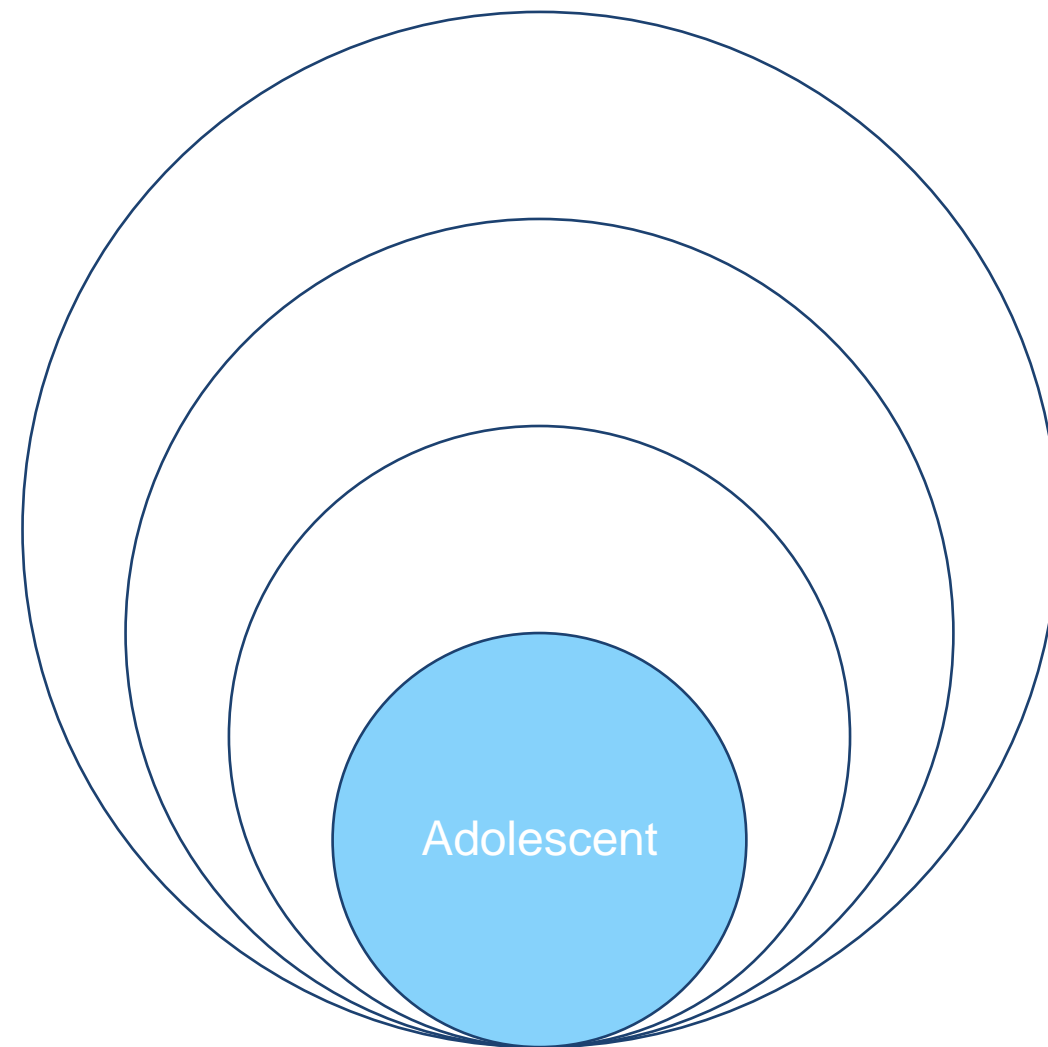




## Schimbarea valorilor

Valorile oamenilor se schimbă pe măsură ce înaintează în vârstă. Modificările valorilor reflectă priorități în diferite etape ale vieții. Când ne schimbăm prioritățile, ne schimbăm valorile.

În adolescență, valorile care ne interesează cel mai mult sunt entuziasmul (emoția, plăcerea și sexualitatea) și interacțiunea (afecțiunea și apartenența). Entuziasmul scade pe măsură ce îmbătrânim, în timp ce interacțiunea este importantă în toate etapele vieții.

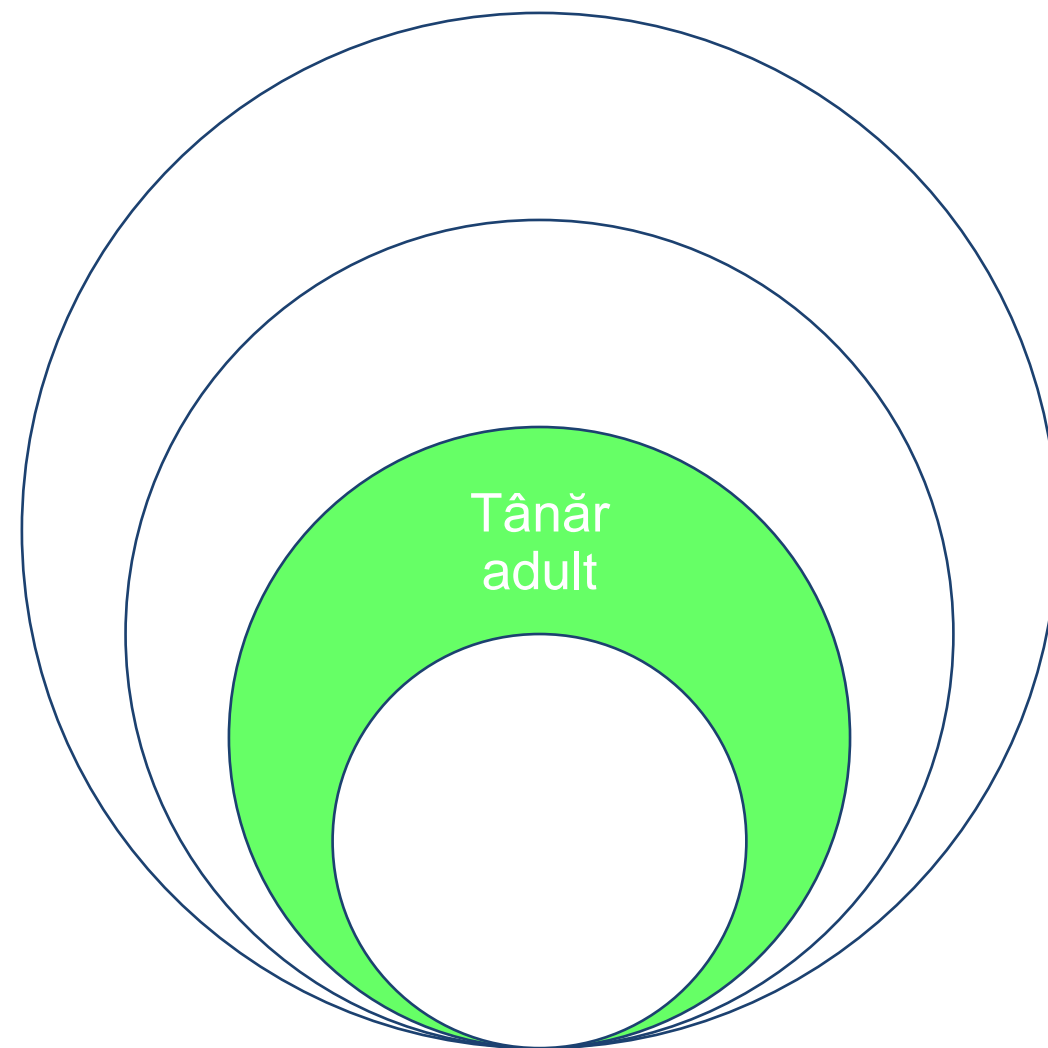






## Schimbarea valorilor

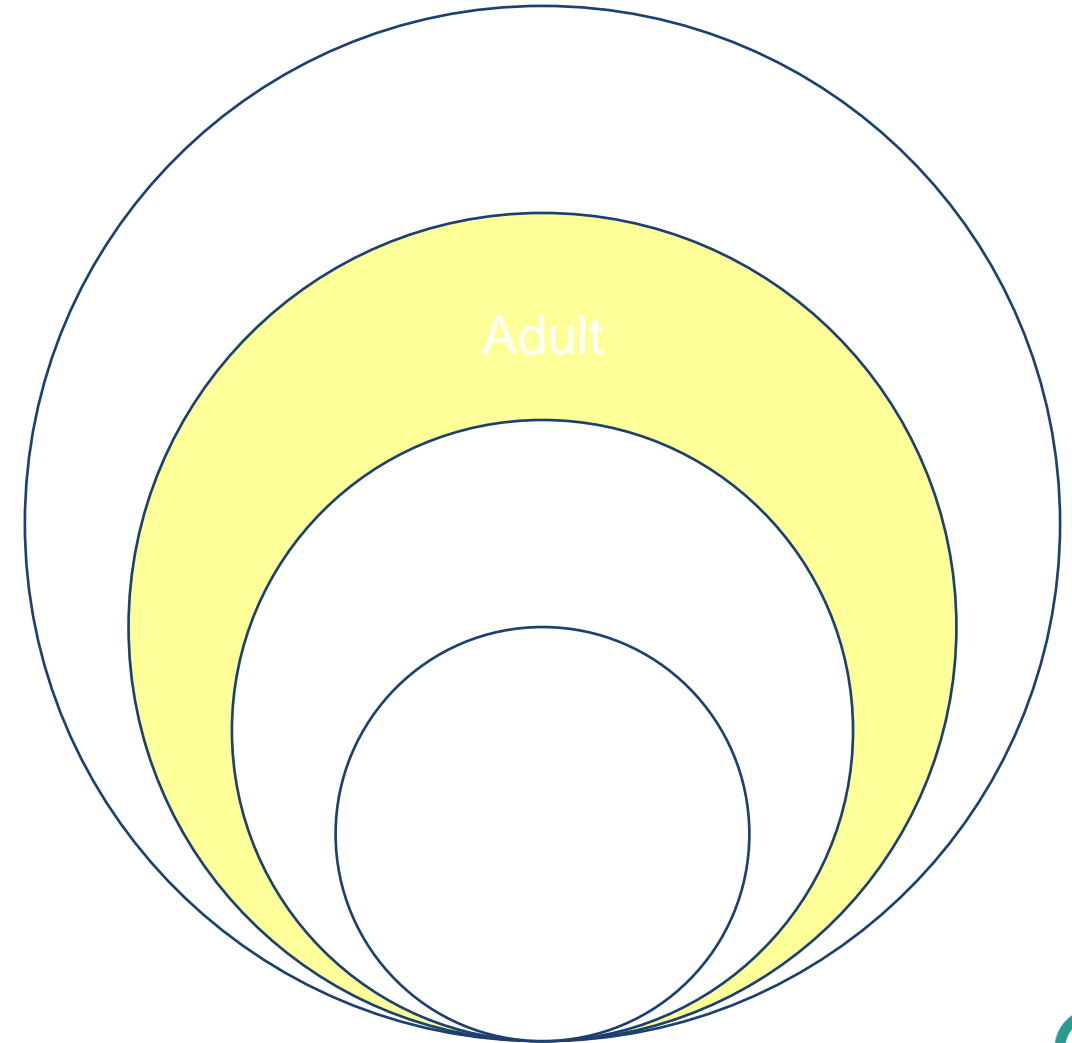
Pentru adulții tineri, cele mai importante valori sunt promovarea (puterea, prestigiul și succesul), interacțiunea, împlinirea (frumusețea, cunoașterea și maturitatea) și existența (sănătatea, stabilitatea și supraviețuirea).





## Schimbarea valorilor

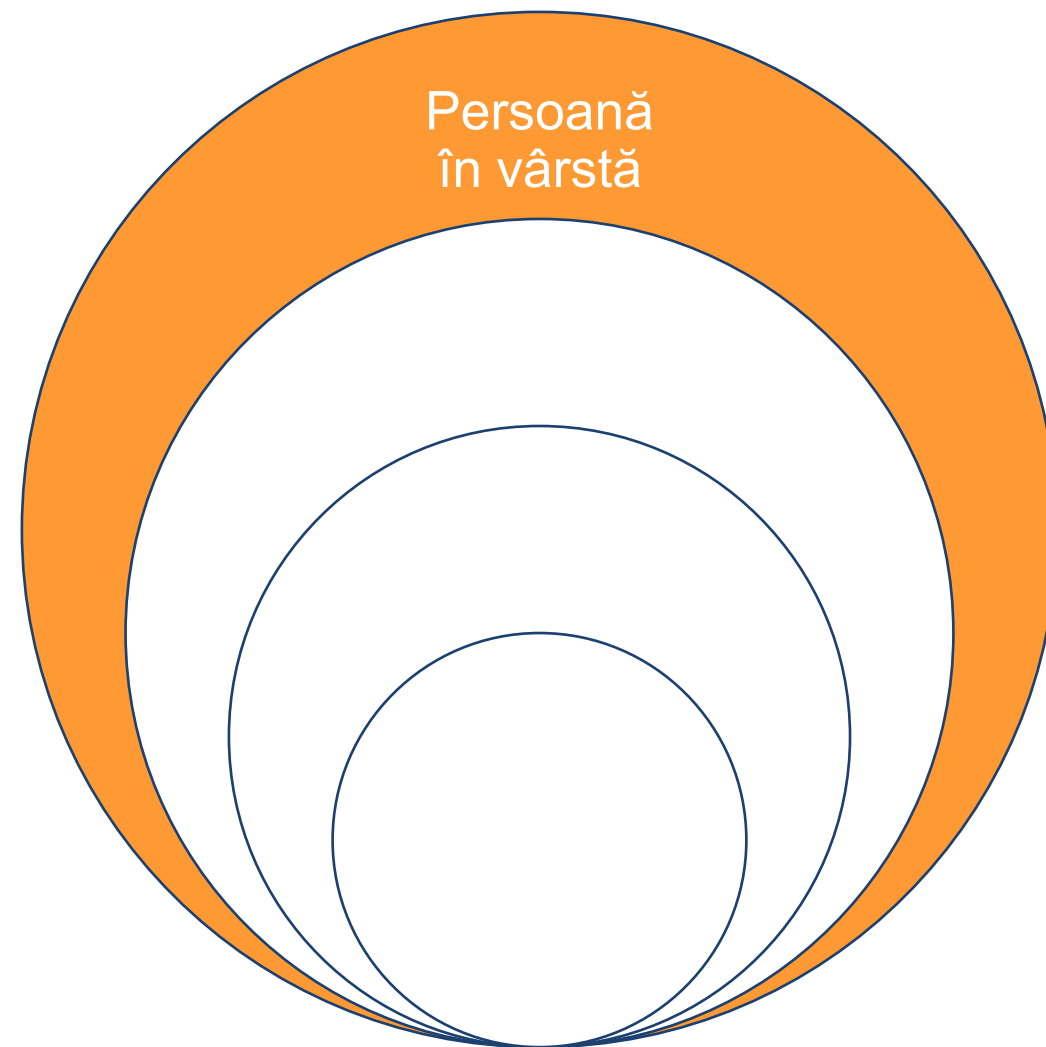
Promovarea este o valoare care își pierde din accent atunci când ajungem la vârsta mijlocie, deoarece ne concentrăm pe creșterea și educarea copiilor. În timpul vârstei mijlocii suntem mai preocupați de împlinire.





## Schimbarea valorilor

Când suntem mai în vârstă, ne preocupă din nou promovarea pe lângă valorile normative (ascultare, religiozitate și tradiție) și existența.





## Materiale de referință

- Indepcie. *Manual de Inteligencia emocional*
- Barret Values Centre: <https://www.valuescentre.com/values-are-important/>
- ¿Cómo cambian nuestros valores a medida que crecemos? (s. f.). Glosario digital. Recuperado 26 de julio de 2021, de <https://glosariodigital.blogspot.com/2015/09/cambian-valores-crecer.html>
- Castrillon, C. (2020, 20 septiembre). *Why Your Work Values Are Essential To Career Satisfaction*. Forbes. <https://www.forbes.com/sites/carolinecastrillon/2020/09/20/why-your-work-values-are-essential-to-career-satisfaction/?sh=792805d218aa>
- T. (2019, 21 noviembre). *Interpersonal vs. Intrapersonal Skills: Why You Need Both to Succeed*. Matterapp. <https://matterapp.com/blog/interpersonal-vs-intrapersonal-skills-why-you-need-both-to-succeed>



VĂ MULȚUMIM

Atenția față de valori