



## 1) ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΕΡΓΑΛΕΙΟΥ

Αυτό το εργαλείο σας βοηθά να ορίσετε τις προσωπικές σας αξίες και να τις χρησιμοποιήσετε ως οδηγό για τις αποφάσεις σας. Σας συμβουλεύει να θέσετε ρεαλιστικούς προσωπικούς στόχους και να αναλάβετε την ευθύνη για την επίτευξή τους.

**Όνομα εργαλείου:** Μοιραστείτε βασικές αξίες!

**Χρόνος:** 20 λεπτά

**Ρυθμίσεις περιβάλλοντος:** Εσωτερική &; Εξωτερική

## 2) ΣΤΟΧΟΙ ΤΟΥ ΕΡΓΑΛΕΙΟΥ

- ✚ Ανάληψη προσωπικών αξιών στην εργασία.
- ✚ Ευθυγράμμιση των ενεργειών, των αποφάσεων και της συμπεριφοράς σας με τις βασικές σας αξίες.
- ✚ Αντανακλώντας τις δικές σας αξίες και βρείτε τρόπους να τις εκδηλώσετε στο επαγγελματικό περιβάλλον.

## 3) ΣΥΝΔΕΣΗ ΤΟΥ ΕΡΓΑΛΕΙΟΥ ΜΕ ΤΗΝ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ

Αυτό το εργαλείο είναι πλήρως συνδεδεμένο με την ικανότητα προσωπικής ευθύνης, επειδή σας βοηθά να ευθυγραμμίσετε τις ενέργειες, τις αποφάσεις και τη συμπεριφορά σας με τις βασικές σας αξίες, ακόμη και όταν αντιμετωπίζετε πίεση ή δύσκολες καταστάσεις. Ο στόχος είναι να δοθεί στους εργαζόμενους ένα πλαίσιο για να διερευνήσουν τις αξίες που είναι σημαντικές για αυτούς και να κατανοήσουν πώς να τις εκφράσουν στην εργασία.

## 4) ΥΛΙΚΟ ΠΟΡΩΝ

Απαιτούνται τα ακόλουθα υλικά πόρων για την επιτυχή εξάσκηση αυτού του εργαλείου:

- ✓ Φύλλο χαρτιού
- ✓ Στυλό

## 5) ΠΩΣ ΝΑ ΕΦΑΡΜΟΣΕΤΕ ΤΟ ΕΡΓΑΛΕΙΟ

**Βήμα 1:** Επιλέξτε 3-5 αξίες που είναι πιο σημαντικές για εσάς (ακεραιότητα, ειλικρίνεια, σεβασμός κ.λπ.) Γράψτε τα. Πώς εκδηλώνονται αυτές οι αξίες στην προσωπική και επαγγελματική σας ζωή;

**Βήμα 2:** Σκεφτείτε μια κατάσταση στην εργασία όπου ήταν δύσκολο να διατηρήσετε τις αξίες σας ή να λάβετε μια απόφαση που να τις αντικατοπτρίζει. Γράψτε το.

**Βήμα 3:** Τώρα απαντήστε στις παρακάτω ερωτήσεις λαμβάνοντας υπόψη την επιλεγμένη κατάσταση.

**Ποιες τιμές δοκιμάστηκαν σε αυτήν την περίπτωση;**

**Τι θα άλλαζα τώρα αν μπορούσα να γυρίσω τον χρόνο πίσω;**

## **6) ΤΙ ΝΑ ΜΑΘΕΤΕ**

- Μάθετε πώς μπορείτε να δείξετε προσωπικές αξίες στην εργασία.
- Μάθετε πώς να εξασκείτε δεξιότητες προσωπικής ευθύνης.
- Μάθετε πώς να αναλαμβάνετε αξίες στις καθημερινές αποφάσεις και στις σχέσεις με τους συναδέλφους.



**Co-funded by  
the European Union**