

به نام خدا

کاربرگ تمرین عملی اولویت‌بندی - درس مهارت اولویت‌بندی (برای مطالعه درس، اینجا کلیک کنید)

سلام، این کاربرگ به شما کمک می‌کند اولویت‌های خود را ابتدا به چالش کشیده و سپس رتبه‌بندی کنید. لطفاً این کار را با دقت و تمرکز انجام دهید و مطمئن شوید که با صداقت، رفتار کرده‌اید! روبروی هر ارزش، سه خانه با عنوان اولویت وجود دارد، پیشنهاد می‌کنیم در طول زمانی مشخص (مثلاً یک هفته، یک ماه و...)، دوباره و سه‌باره به این کاربرگ برگردید و به اولویت‌های خود نگاه کنید؛ اگر لازم شد، شماره‌ها را تغییر دهید.

ردیف	ارزش	اولویت	اولویت	اولویت
۱	آزادی			
۲	امنیت			
۳	حریم شخصی			
۴	تحسین شدن توسط بقیه			
۵	فعالیت فیزیکی (مثلاً ورزش)			
۶	پیشرفت			
۷	آرامش			
۸	هیجان			
۹	تعادل			
۱۰	قدرت			
۱۱	زندگی خانوادگی			
۱۲	عصیان (یا سرکش بودن)			
۱۳	لذت			
۱۴	دوستی			
۱۵	خلاقیت			
۱۶	پشتکار			
۱۷	تصویری که در ذهن دیگران از من وجود دارد			
۱۸	تأثیر گذار بودن روی دیگران			
۱۹	خیرخواهی			
۲۰	سلامتی			
۲۱	منحصر به فرد بودن			
۲۲	قدردان بودن			
۲۳	کار تیمی			
۲۴	جذاب بودن			
۲۵	علم			



ردیف	ارزش	اولویت	اولویت	اولویت
۲۵	ثروت			
۲۷	ایمان			
۲۸	غرور			
۲۹	شادی			
۳۰	عشق			
۳۱	مهربانی			
۳۲	امید			
۳۳	خوش بینی			
۳۴	کنجکاوی بودن			
۳۵	شجاعت و جسارت			
۳۶	رُک و صریح بودن			
۳۷	استقلال			
۳۸	دانش			
۳۹	توجه به عرف جامعه			
۴۰	سخاوت‌مند بودن			
۴۱	ناشناخته پیش رفتن			
۴۲	به خدمت گرفتن دیگران برای اهداف خود			
۴۳	مطالبه‌گر بودن			
۴۴	محافظه‌کار بودن			
۴۵	سیاست‌ورزی در روابط			
۴۶	دور از اجتماع بودن			
۴۷	پیشرو بودن			
۴۸	محتاط بودن			
۴۹	دوری از یکنواختی و ثبات			
۵۰	بنیان‌گذار بودن			

