

ceExcellence

nå din fulla potential

Värderingstriangeln

Värderingarnas funktion kan delas in i 4 delar; (Rokeach, 1976)

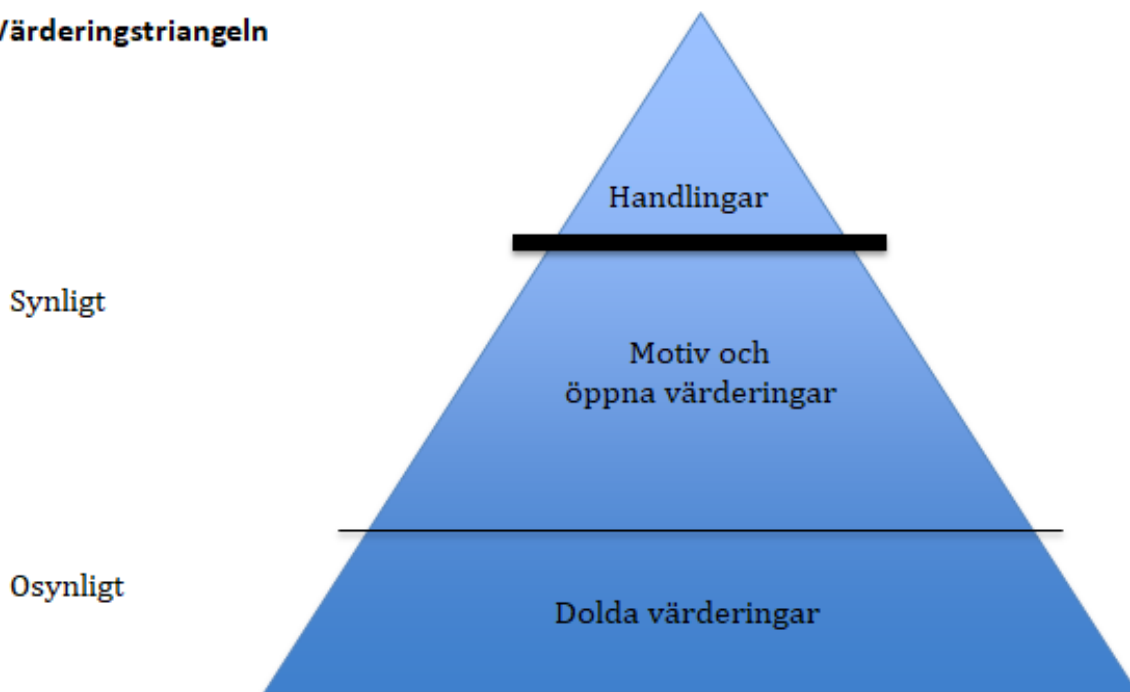
- 1. Vägvisare** – för våra handlingar, åsikter och attityder
- 2. Plan** – för konfliktlösning och beslut – vad skall vi välja och hur skall vi lösa konflikter
- 3. Motivation** – värderingar är drivkraften bakom vårt beteende
- 4. Grundpelare för självkänsla** – värderingar hjälper till att upprätthålla och öka vår självkänsla

Vad vi uppfattar som rätt och orätt styrs inte bara av lagar eller regler utan av våra värderingar. Alla har något slags inre värde- och normsystem, som talar om vad som är rätt och orätt och hur vi bör handla i olika situationer.

Detta system grundas på en uppsättning principer för vårt handlande.

Värderingar är förankrade i våra grundläggande behov och i våra preferenser, och de har utvecklats över tid genom bland annat vår erfarenhet, läran och påverkan från omgivningen. De dolda kan ta sig i uttryck i handlingar och motiv för handling. En värderingskartläggning kan vara värdefullt att använda i coachingsprocessen för att göra personen medveten om sina medvetna och omedvetna värderingar och på vilket sätt det kan påverka drivkraften och styra handlingar i hans/hennes beteende.

Värderingstriangeln



Källa: Kaufmann och Kaufmann, 1998

Whitworth kompletterade även modellen med flera konkreta frågeställningar för att få igång dialogen. Här är några exempel på frågor:

- "När är du mest motiverad?"
- "Vad är det som gör en dag till en verkligt bra dag för dig?"
- "Vad saknar du?"
- "När är du mest dig själv?"
- "Vad är det värsta du vet?"
- "Händer det att du är så engagerad att du glömmer bort tid och plats? Vad håller du då på med?"
- "Vad är du mest stolt över?"
- "Beskriv två "gyllene ögonblick" i ditt liv"

ceExcellence

nå din fulla potential

Reflektionsfrågor

- Finns det andra metoder och verktyg som du använder för att synliggöra och medvetandegöra individens värderingar? Isåfall vilken/vilka?
- Om individen inte kan hitta konkreta värdeord, fundera på vilket sätt du kan stötta personen med att finna värdeord.
- Vilka värdeord associerar du med ditt arbete?