

LEWENSESENSIE

September 2011

Uitgawe 10

www.youcan.co.za



PUT KRAG UIT JOU WAARDES

Deur Jannie P. Rossouw

‘n Huis met ‘n fondasie op vaste grond sal die natuur se aanslae van wind en weer deurstaan. Dit verseker dat die huis se struktuur ge-anker bly. Ons fondasie as mense is ons waarde sisteem. Dit is daardie diep gewortelde oortuigings waarin ons ‘n onwrikbare geloof het.

Wanneer ons oor waardes praat, is daar twee perspektiewe :

1. **My Waardes** – dit waarin ek glo en dit waarvoor ek staan

2. **Wat ek na waarde skat** - die dinge wat vir my belangrik is

Beide perspektiewe het ‘n invloed op die besluite wat ons neem.

Volgens Hyrum W. Smith in sy boek “What Matters Most – The Power of Living Your Values”, is daar vier natuurlike wette van waardes.

1. Daar is bewustelike of onbewustelike innerlike waardes wat ‘n besluite invloed op ons uiterlike gedrag uitoefen.

2. Die volgende natuurlike wet is ‘n verlengstuk van die eerste, ons natuurlike optrede is in lyn met ons innerlike waardes.

3. Ons kan ons persoonlike effektiwiteit verbeter indien ons weet wat ons innerlike waardes is.

4. Ons sal innerlike vrede ervaar indien ons gedrag behyn is met ons innerlike waardes.

Kom ons gaan kyk na ‘n paar voorbeelde van Persoonlike Waardes :

- **Eerlikheid** : my bedoeling om in opregtheid te handel
- **Integriteit** : om by jou beginsels te staan
- **Hulpvaardig** : my ingesteldheid om diensbaar te wees

- **Werksetiek** – my waarde-sisteem laat my eienaarskap van my verantwoordelikhede neem
- **Respek** : om eerbied te openbaar aan ‘n ander persoon
- **Regverdigheid** : om billik binne alle omstandighede op te tree

Voorbeelde van wat ek van waarde ag :

- **Gebalanseerdheid** : Die strewe om balans in my lewe na te streef
- **Harmonie** : My strewe om konflik te beperk en/of te vermy
- **Eie tyd** : Die wete dat ek myself moet versorg
- **Deelname** : My strewe om ander se opinies te respekteer en in ag te neem
- **Finansiële Onafhanklikheid** : My strewe dat my inkomste my uitgawes moet oorskry

Maar hoe identifiseer ons waardes ?

Die antwoord is geleë daarin om die regte vrae aan jouself te stel :

1. Watter mense, aktiwiteite of dinge is belangrik vir my ?

Voorbeelde :

Mense wat vir my belangrik is : my man/vrou, my kinders, my ouers/skoonouers, my vriende, my bure

Aktiwiteite wat vir my belangrik is : my werk/loopbaan, om genoeg oefening te kry, om gesond te eet, tyd saam met my gesin

2. Wat sou ek doen as ek net 6 maande oor gehad het om te lewe ?

Voorbeelde : ek sal vrede maak met mense met wie ek in onmin lewe, ek sal

betrokke raak om die nood in my gemeenskap te verlig, ‘n oorsese reis, ek sal meer lag en pret hê, ek sal meer na die sonsopkoms en ondergang kyk

3. Wat sou ek graag wil hê moet mense eendag by my begrafnis van my sê ?

Voorbeelde : dat ek ‘n verskil in die wêreld en ander mense se lewens gemaak het, dat ek alle mense wat my pad gekruis het met respek banteer het, dat ek nie mense misbruik het en oor hulle geloop het om my persoonlike drome en ideale te bereik nie, dat ek as leier die respek van my oor –en ondergeskiktes verdien het, dat ek empatie getoon het teenoor mense wat my vertrou het met hulle persoonlike omstandighede, dat ek meer geluister en minder gepraat het.

4. Is daar iets wat ek innerlik voel ek moet nastreef ?

Voorbeeld : ek wil gelukkig wees in my werk, ek wil betrokke wees om die nood in my gemeenskap te verlig, ek wil mense help om hulle volle potensiaal te bereik.

Waar mee is ek besig wanneer ek die grootste emosie van innerlike vrede en harmonie ervaar ?

Voorbeelde : wanneer ek met my kinders speel, wanneer ek rustig met my vrou/man in gesprek is, wanneer ek my sangtalent met mense deel.

5. Waaraan sal ek my lewe wil wy ?

Voorbeelde : om die beste in my veld of sport te wees binne die begrensing van my vermoë, gemeenskapsdiens.

6. Wat veroorsaak pyn vir my ?

(Die antwoord kan waardes aandui wat vir jou belangrik is) Voorbeelde : wanneer ek nie regverdig behandel word nie, wanneer ek vals beskuldig word, wanneer iemand disrespekvol teenoor my

optree, wanneer daar onmin beers, wanneer ek nie tyd het vir die mense vir wie ek omgee nie, wanneer my opinie nie gevra word nie, wanneer ek nie in beheer van my lewe voel nie

Nadat jy ‘n lys van waardes gemaak het, vra ook vir jouself WAAROM die waardes vir jou belangrik is.

Die antwoorde op die “waaroms” help jou om vas te stel of ‘n geïdentifiseerde waarde werklik belangrik is vir jou .

Noudat ek weet wat my waardes is, is die vraag hoe ek dit moet prioritiseer ?

Kom ons verduidelik dit aan die hand van ‘n voorbeeld :

Waarde – Eerlikheid

Waarde wat ek nastreef – Finansiële Onafhanklikheid

Gestel iemand nader my vir ‘n eenmaal-in-‘n-leef tyd besigheidsgeleentheid. Die uitkoms sal my en my gesin se finansiële onafhanklikheid verseker. Daar is net een klein uitdaging – die besigheidsgeleentheid is nie 100% wettig nie. Wat gaan ek doen ?

In die geval moet ek besluit of ek my waarde van “eerlikheid” gaan ondermyn om ‘n ander waarde van “finansiële onafhanklikheid” na te streef. Die antwoord behoort voor-die-hand-liggend te wees. Ek kan nie een waarde ten koste van die ander van die hand wys nie, aangesien ek nie innerlike vrede sal ervaar indien ek in onwettige transaksies betrokke gaan raak nie.

Waardes is en bly die onsigbare kompas wat ons handeling en besluite rig.

Kopiereg Aanduiding : Hierdie dokument is die alleeneienaarskap van Bright Future Training.

Geen duplisering van enige aard word toegelaat sonder die skriftelike toestemming van Bright Future Training en die skrywer nie.