



Государственное
учреждение «Забайкальский Центр
психолого-педагогической, медицинской и
социальной помощи «Семья»



*«Ценности человека
во многом
определяют его
жизненный путь...»*

Государственное учреждение
«Забайкальский Краевой Центр
психолого-педагогической,
медицинской и социальной
помощи «Семья»

Адрес: г.Чита, ул. Ленина, 27а

Телефон: +7 914 438 90 50

+7 914 469 50 80

E-mail: semya2003@list.ru

Наш сайт: www.centр-semya.ru



(для обучающихся)

*«Мои жизненные
ценности»*

Чита, 2021 г.

Жизненные ценности—это цели, ориентиры, приоритеты, стремления, идеалы, это то, во что верит человек.

Жизненные ценности есть у каждого человека. Они формируются еще в детстве, а во взрослой жизни оказывают влияние на поступки людей, принятие их решений, на личностный выбор.

Ценности – внутренняя сила, которая влияет на мировоззрение и формирование нашей личности. По мере того как мы взрослеем, соответственно могут меняться, изменяться и наши ценности.

Каждому человеку необходимо четко разбираться в своей внутренней **«системе координат»** (то что важно для меня...). Это понимание поможет в решении непростых вопросов, в момент, когда необходимо сделать выбор.

Большую роль в процессе формирования наших жизненно важных ценностей играют родители, учителя, люди, с которыми общаемся, книги, которые читаем, фильмы, которые мы смотрим, другими словами—окружающий нас мир!



Какие могут быть жизненные ценности?

Список жизненных ценностей огромен, а вот и некоторые из них:

1. Личная жизнь и отношения.

Это отношения с твоими родителями, сестрами и братьями, родственниками, друзьями значимыми для тебя людьми. Любовь, семья, взаимопонимание, близкие, отдых и развлечения—это ценности радости и отношений. Здесь присутствует любовь—как радостная забота, внимание, уважение. Получение удовольствия от путешествия в другую страну, игры в футбол и т.д.

2. Дело, карьера. Здесь собрано все, что касается твоего будущего: твоих идей, планов, социального развития (карьера, статус).

3. Личностное развитие. Личностный рост по другому можно называть «Мудрость». Это проявляется в зрелости, умении принимать взвешенные решения, поступки, внимание к другим людям. Не стоит забывать про образование. Сложно делать свое дело не имея достаточно знаний и навыков. Любое обучение приводит к личностному росту.

4. Здоровье. Ценность тела—внешность, развитая мускулатура, умение танцевать, хорошее самочувствие и др.—в общем здоровье. Эта ценность лежит на стыке двух сфер—когда человек занимается своим здоровьем, он обязательно развивается.

По мере того как человек взрослеет, развивается, он сам определяет свои ценности.

Бывает такое, что в погоне за богатством и властью люди забывают о более важных ценностях, такие как семья, здоровье, дружба.

Не зря пословица гласит: «Имеючи не берем, а потерявши плачем».

Попробуй написать, что для тебя наиболее важно в жизни?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

«Жизнь—это бесценный дар! Умей расставлять приоритеты, выбирай ценности правильно! Удачи тебе!»