Muy importante para mí	Importante para mí	No importante para mí
MONTÓN	MONTÓN	MONTÓN
Aceptación que me acepten tal como soy	**Acompañar** cuidar a otras personas y ayudarlas a crecer	**Amar** dar amor a otras personas
Amistad tener amistades cercanas que me apoyen	**Apertura** abrirme a nuevas experiencias, ideas y opciones	**Atención plena** vivir con atención plena en el presente

Atractivo

tener un aspecto físico atractivo

Autenticidad

actuar de acuerdo con quien realmente soy

Autoaceptación

aceptarme tal como soy

Autoconocimiento

conocerme a fondo y con honestidad

Autocontrol

tener disciplina en lo que hago

Autoestima

sentirme bien conmigo

Autonomía

decidir por mi cuenta y ser independiente

Autoridad

dirigir a otras personas y responder por ellas

Aventura

vivir experiencias nuevas y emocionantes

Ayudar

ser de ayuda para otras personas

Belleza

apreciar la belleza que me rodea

Cambio

tener una vida llena de cambios y variedad

Comodidad

tener una vida agradable y cómoda

Compasión

preocuparme por otras personas y actuar en consecuencia

Compromiso

asumir compromisos duraderos y con sentido

Condición física

estar en buena condición física y tener fuerza

Confiabilidad

ser alguien en quien se puede confiar

Conocimiento

aprender y aportar conocimiento valioso

Contribución

dejar una huella duradera en el mundo

Cooperación

trabajar en equipo con otras personas

Cortesía

tratar a otras personas con consideración y cortesía

Creatividad

tener ideas nuevas y originales

Crecimiento

seguir cambiando y creciendo

Cuidar

cuidar a otras personas

Deber

cumplir con mis deberes y obligaciones

Desafío

enfrentar tareas y problemas difíciles

Diversión

jugar y divertirme

Dominio

hacer bien las cosas del día a día

Ecología

vivir en armonía con el medio ambiente

Emoción

tener una vida llena de emociones fuertes

Esfuerzo

trabajar con esfuerzo y hacer bien lo que me toca

Esperanza

mantener una actitud positiva y optimista

Espiritualidad

crecer y madurar espiritualmente

Estabilidad

tener una vida estable y sin sobresaltos

Fama

que me conozcan y me reconozcan

Familia

tener una familia feliz y cariñosa

Fidelidad

ser leal y fiel en mis relaciones

Flexibilidad

adaptarme con facilidad a situaciones nuevas

Generosidad

dar lo que tengo a otras personas

Honestidad

vivir con honestidad y decir la verdad

Humildad

vivir con humildad, sin presumir

Humor

ver el lado divertido de mí y del mundo

Inconformismo

cuestionar y desafiar la autoridad y las normas

Independencia

no depender de otras personas

Intimidad

compartir con otras personas lo más íntimo de mí

Justicia

promover un trato justo e igualitario para todas las personas

Logro

lograr cosas importantes

Moderación

evitar los excesos y buscar el equilibrio

Monogamia

tener una sola relación cercana y amorosa

Ocio

darme tiempo para descansar y disfrutar

Orden

tener una vida ordenada y organizada

Pasión

tener sentimientos profundos por ideas, actividades o personas

Paz interior

sentir paz interior

Paz mundial

trabajar por la paz en el mundo

Perdón

saber perdonar a otras personas

Placer

sentirme bien

Poder

tener control sobre otras personas

Popularidad

caerle bien a mucha gente

Precisión

que mis opiniones y creencias sean acertadas

Propósito

tener sentido y rumbo en mi vida

Racionalidad

guiarme por la razón y la lógica

Realismo

ver las cosas y actuar con realismo y sentido práctico

Recibir amor

que me quieran las personas cercanas a mí

Responsabilidad

tomar decisiones responsables y llevarlas a cabo

Riesgo

arriesgarme y probar suerte

Riqueza

tener dinero de sobra

Romance

vivir un amor intenso y apasionado

Salud

tener salud y sentirme bien físicamente

Seguridad

vivir a salvo y con seguridad

Sencillez

vivir con sencillez, con pocas necesidades

Servicio

estar al servicio de otras personas

Sexualidad

tener una vida sexual activa y satisfactoria

Tiempo a solas

tener tiempo y espacio para estar a solas

Tolerancia

aceptar y respetar a quienes no son como yo

Tradición

seguir las costumbres respetadas del pasado

Virtud

llevar una vida moralmente pura y ejemplar

Voluntad de Dios

buscar y seguir la voluntad de Dios

Otro valor

Otro valor

Otro valor

Otro valor

Sobre esta baraja

Los valores y sus descripciones vienen del Personal Values Card Sort de W. R. Miller, J. C'de Baca, D. B. Matthews y P. L. Wilbourne, Universidad de Nuevo México, 2001. Esta versión en español es de Everyday Insight y sigue el original, sin sus números de tarjeta ni fechas de revisión.

Los autores pusieron la clasificación de valores en el dominio público. Se puede copiar, adaptar y usar sin pedir permiso.

Para usar la baraja, pon cada tarjeta en uno de los tres montones, luego elige tus diez valores más importantes y después tus cinco principales, en orden. La hoja de registro y las instrucciones en myvaluescardsort.com te guían paso a paso.

Cómo imprimirla

- Imprime al tamaño real, sin ajustar a la página. En cartulina dura más.
- Para la versión con reverso, imprime por los dos lados y voltea por el borde largo.
- Para la versión Avery, usa hojas Avery 5371 u otras hojas de tarjetas de presentación de 2 por 3.5 pulgadas, con diez tarjetas por página.

Para la educación y la reflexión. No sustituye la atención profesional.
Se puede copiar libremente para uso personal, clínico y educativo. © 2026 Everyday Insight LLC · myvaluescardsort.com