Valores personales para marcar

Una herramienta de Everyday Insight
myvaluescardsort.com

Los 83 valores del Personal Values Card Sort. Revisa la lista dos veces y luego elige los cinco que más te importan.

☐ **Primera vuelta.** Marca todo lo que te importe aunque sea un poco. ☆ **Segunda vuelta.** Ponle estrella a lo que es muy importante.

Conexión y relaciones

☐ ☆ Cuidar	☐ ☆ Compasión	☐ ☆ Cooperación	☐ ☆ Cortesía	☐ ☆ Fidelidad
☐ ☆ Familia	☐ ☆ Perdón	☐ ☆ Amistad	☐ ☆ Generosidad	☐ ☆ Ayudar
☐ ☆ Intimidad	☐ ☆ Recibir amor	☐ ☆ Amar	☐ ☆ Monogamia	☐ ☆ Acompañar
☐ ☆ Romance	☐ ☆ Servicio	☐ ☆ Sexualidad	☐ ☆ Tolerancia	

Yo y mi vida interior

☐ ☆ Aceptación	☐ ☆ Autoaceptación	☐ ☆ Autoestima	☐ ☆ Autoconocimiento	☐ ☆ Autenticidad
☐ ☆ Paz interior	☐ ☆ Atención plena	☐ ☆ Esperanza	☐ ☆ Humildad	☐ ☆ Humor
☐ ☆ Autocontrol	☐ ☆ Tiempo a solas			

Crecimiento, aprendizaje y propósito

☐ ☆ Crecimiento	☐ ☆ Propósito	☐ ☆ Conocimiento	☐ ☆ Creatividad	☐ ☆ Apertura
☐ ☆ Desafío	☐ ☆ Dominio	☐ ☆ Logro	☐ ☆ Esfuerzo	☐ ☆ Espiritualidad
☐ ☆ Voluntad de Dios				

Integridad y aporte

☐ ☆ Honestidad	☐ ☆ Confiabilidad	☐ ☆ Responsabilidad	☐ ☆ Deber	☐ ☆ Compromiso
☐ ☆ Virtud	☐ ☆ Justicia	☐ ☆ Contribución	☐ ☆ Paz mundial	☐ ☆ Ecología
☐ ☆ Precisión	☐ ☆ Racionalidad	☐ ☆ Realismo	☐ ☆ Inconformismo	

Vitalidad, alegría y aventura

☐ ☆ Aventura	☐ ☆ Emoción	☐ ☆ Cambio	☐ ☆ Riesgo	☐ ☆ Diversión
☐ ☆ Placer	☐ ☆ Ocio	☐ ☆ Pasión	☐ ☆ Belleza	☐ ☆ Flexibilidad

Estabilidad, salud y seguridad

☐ ☆ Salud	☐ ☆ Condición física	☐ ☆ Seguridad	☐ ☆ Estabilidad	☐ ☆ Orden
☐ ☆ Comodidad	☐ ☆ Moderación	☐ ☆ Sencillez	☐ ☆ Tradición	☐ ☆ Riqueza

Autonomía, influencia y reconocimiento

☐ ☆ Autonomía	☐ ☆ Independencia	☐ ☆ Autoridad	☐ ☆ Poder	☐ ☆ Fama
☐ ☆ Popularidad	☐ ☆ Atractivo			
☐ ☆ Otro	☐ ☆ Otro			

Mis cinco

De los valores con estrella, los cinco con los que te quedarías si solo pudieras tener cinco.

1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____ 5 _____

Valores 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. Dominio público. La agrupación por temas se agregó para facilitar la lectura.
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