

## Kwadrant waarden

Waarden geven richting aan je acties; hoe je jezelf, anderen en de wereld om je heen wilt behandelen. Ze beschrijven waar je voor wilt staan in het leven en je werk. Ze vormen de basis van het groeikompas: ze helpen je een richting te vinden, op koers te blijven en je weg weer te vinden, mocht je daarvan zijn afgeweken. Waarden kun je altijd toepassen, ook als het even heel erg tegenzit.

## Hoe ontdek jij jouw waarden?

Als jij jouw waarden niet helemaal helder hebt kun je onderstaande stappen gebruiken om ze in kaart te brengen.

**Stap 1** – Beschrijf een moment (of meer) in je leven waar je echt helemaal gelukkig was. Dit kan werk gerelateerd zijn, of privé– de keus is aan jou. Benoem daarbij zo specifiek mogelijk:

- Wat was ik aan het doen?
- Was ik met anderen? Zo ja, met wie?
- Waarom (en op welke manier) betekende dit moment zoveel voor me?
- Wat maakte me zo gelukkig?

**Stap 2** – Beschrijf een moment (of meer) in je leven waar je je trots voelde. Benoem daarbij zo specifiek mogelijk:

- Waarom was ik trots?
- Wat droeg bij aan dit gevoel van trots?
- Heb ik dit met anderen gedeeld? Zo ja, met wie?

**Stap 3** – Benoem 10 waarden die volgens jou passen bij de antwoorden die je net hebt beschreven.

Je kunt daarbij gebruik maken van de lijst in de bijlage. Gebruik dit als een eerste selectie van waarden die jou aanspreken en bij jou passen. Mochten de waarden die jij zoekt niet op deze lijst staan, dan zou je op internet kunnen zoeken naar meer inspiratie.

**Stap 4** - Prioriteren van jouw waarden.

Kiezen is soms best lastig, maar door drie waarden te kiezen creëer je meer helderheid en richting. De andere waarden zijn niet waardeloos, alleen op dit moment binnen de huidige context minder belangrijk voor jou. Kies dus drie waarden die het belangrijkste voor jou zijn.

**Stap 5** – Check!

Hoe weet je nu dat je de juiste waarden hebt gekozen? Pak je top drie-lijst erbij, en stel jezelf de volgende vragen:

- Kan ik deze waarden gebruiken bij het invullen van mijn groeikompas?
- Ben ik trots op deze lijst van kernwaarden?
- Herkennen mensen die me goed kennen, deze top drie bij mij?
- Zou ik deze waarden ook willen naleven als ik onder druk sta of in tijden van onzekerheid?



## Waarden en uitdagingen

Hoe kunnen waarden je helpen bij een uitdaging of probleem?

**Stap 1 – Uitdaging of probleem;** Beschrijf een uitdaging die je op dit speelt in jouw leven. Dat kan op zakelijk of persoonlijk terrein zijn, dat kun je zelf bepalen. Benoem daarbij:

- Wat de uitdaging is
- Waarom dit een uitdaging voor je is
- Binnen welke context dit een uitdaging voor je is
- Wie of wat is betrokken bij deze uitdaging

Vat de uitdaging samen in een paar kernwoorden of een korte zin die de uitdaging beschrijft. **Deze kun je boven aan in jouw groeikompas noteren.**

**Stap 2 – helden;** Onze helden vertellen veel over wie we willen zijn. Met helden bedoelen we hier mensen die jij bewondert. Je kunt hierbij denken aan iemand die je kent, zoals een familielid, een vriendin of je (sport)leraar van vroeger. Je zou ook kunnen denken aan een beroemd iemand, zoals een filmster, een sporter of een politicus. Het maakt niet uit of je deze persoon persoonlijk kent of niet. Het maakt zelfs niet uit of hij of zij nog leeft. Zolang je maar kunt benoemen waarom je hem of haar bewondert; welke karaktereigenschappen en/of waarden herken je daarin.

**Stap 3 – Visualiseer;** Beeld je in of fantasieer over hoe zou jouw held omgaan met jouw uitdaging? Probeer je dit zo specifiek mogelijk voor te stellen aan de hand van de volgende vragen.

- Wat zie je hem of haar doen?
- Wat denkt hij of zij?
- Welke emotie heeft hij of zij daarbij?

**Stap 4 – Reflecteer;** vraag jezelf af hoe jouw held jou kan helpen bij jouw uitdaging.

- Wat zeggen de waarden van jouw held over jou?
- Hoe kun je deze waarden zelf inzetten bij het aangaan van jouw uitdaging?
- Wat doet met jouw perspectief op je uitdaging?

**Stap 5 – Pas toe;** Als jij je laat leiden door deze waarden die jij zo bewondert. Hoe zou jij dat dan toepassen op je uitdaging? Welke concrete stap kun je dan nu zetten in het aangaan van je uitdaging? Je kunt je antwoorden gebruiken bij het invullen van waarde gedreven acties op je groeikompas.

Mocht je het na deze oefening niet lukken om het Waarden kwadrant van het groeikompas in te vullen, of vind je het nog lastig om je waarden te benoemen, neem dan contact met ons op. We kijken graag met je mee.

**Meer lezen?** Boek Tem de Krokodil – Hylke Faber

**Meer leren over groeileiderschap?**

- Kijk voor ons aanbod op [Growth Leaders Network](#)



Meer lezen? Boek tem de krokodil

Meer leren? Leading Self

