

RECHERCHER SES VALEURS PERSONNELLES

Eudes Séméria

La recherche de ses valeurs personnelles peut se faire en fonction de plusieurs critères. Les voici :

- 1) Une valeur, telle qu'on l'entend ici, est une priorité. Elle est une préoccupation toujours plus ou moins présente, même en toile de fond.
- 2) En tant que priorité, une valeur est constitutive de ce que l'on est. Autrement dit, c'est quelque chose que l'on ne peut pas m'enlever sans faire de moi quelqu'un d'autre.
- 3) Une valeur est un engagement. Autrement dit, une valeur se révèle dans ce *pour quoi* on lutte, ou ce *contre quoi* on lutte. Il faut donc « choisir son camp » dans divers domaines de la vie.
- 4) Une valeur est un engagement *constructif*. Il convient alors de se demander comment telle ou telle préoccupation nous construit, nous fait évoluer.

Une valeur est donc une priorité constitutive de ce que je suis, s'exprime par des actes et des comportements, et participe à un engagement qui me construit et me fait évoluer.

Nota : pour rechercher vos valeurs (elles sont multiples) il est utile d'explorer l'actualité (journaux, etc.) et de noter ce qui vous fait réagir, ce qui vous heurte. Tous les domaines peuvent être explorés, des plus quotidiens aux plus généraux : actualité internationale, politique, idéologies, mais aussi nourriture, etc. L'objectif est d'examiner vos points de vue sur ce qui vous entoure (écologie, guerre, féminisme, etc.).