

# Omat arvot

- Ihminen tekee joka päivä pieniä tai isoja valintoja ja pohtii silloin mikä olisi oikea ja paras mahdollinen valinta.

Esimerkiksi:

Söisikö aamupalaksi puuroa vai jättisikö aamupalan väliin?

- Omien arvojen tunnistaminen on tärkeää, sillä arvot ohjaavat valinnan tekemistä.

# Omat arvot

- Jos koululainen arvostaa esimerkiksi koulunkäyntiä tai terveyttä, hän valitsee puuron aamupalaksi, jotta jaksaisi olla koulussa paremmin.
- Kun voimme elää omien arvojen mukaista elämää ja tehdä omien arvojen mukaisia valintoja, tuntuu elämä hyvältä.
- Arvovalinnoilla on näin ollen yhteys hyvään elämään.

# Omat arvot

- Ihmisillä voi olla erilaisia arvoja.
- Toinen arvostaa enemmän luontoa, toinen terveyttä, kolmas haluaa menestystä.
- Kun ymmärtää, että arvostamme eri asioita, ymmärrämme toisiamme paremmin.