



importante para ti de la relación de pareja, entonces la persona comienza a decir cosas como: comunicación, amor, fidelidad etc. Esto nos ayuda a descubrir los valores de los valores más tangibles.

Una vez se tienen los valores, entonces se hace un ejercicio para estratificar los valores, de mayor importancia a menor importancia. Aquí es donde las personas descubren, frecuentemente para gran sorpresa de ellos, como le dan mayor valor a una cosa sobre otra. Cuando esto sucede entonces puede decidir reestructurar esta estratificación a una que sea más apropiada. Por ejemplo, subir familia en la lista, o quizás estabilidad financiera. Encontramos que frecuentemente al darle mayor valor a una cosa sobre otra es la causa del sabotaje. O sea, sacrificio salud sobre hacer dinero, o sacrificio familia sobre la religión.

¿Que cosas son importantes para ti? ¿Estás seguro de que tus valores están estratificados de una forma que te brinde bienestar familiar, bienestar financiero, salud, espiritual o intelectual? ¿A que cosas le gustaría dedicarle más tiempo y energía y no lo hace por dedicarle el tiempo a otras cosas? Esto puede ser un conflicto de valores que debe resolver.