

Hvad er jeg god til? Kompetencehjulet

Formål

Få et overblik over hinandens kompetencer. Når I skal lave en aktivitet sammen, er det vigtigt at vide, hvad I hver især er gode til. Hvordan kan vi allesammen bidrage til fællesskabet?

Hvad er du god til?

Det kan være svært at se og sige højt, hvad man er god og dårlig til. Men det kan også være rigtig rart og givende når andre fortæller det.

Det giver både selvtillid at finde ud af, hvad man er dygtig til (fx samarbejde, overblik, kommunikation eller samtaler), og samtidig finde ud af, om der er nogle ting, man gerne vil være bedre til.

Det skal I bruge:

- En øvelsesleder
- Alle deltagere skal have en kopi af arbejdsarket "Kompetencehjulet" (se. s. 3)
- Blyanter
- Kuglepenne

Sådan gør I:

- Alle får et kompetencehjul
- Øvelseslederen præsenterer kompetencehjulet
 - Læser alle spørgsmålene op
 - Viser, hvordan man udfylder den, ved at tage udgangspunkt i sig selv. 1 er den laveste, og 10 er den højeste score.
 - Kom gerne med eksempler: *"Jeg synes selv, at jeg er godt til at planlægge, fordi jeg har været med til at planlægge en af vores aktiviteter, derfor placerer jeg mig på 8"* eller *"Jeg synes ikke, jeg er så god til opsøgende arbejde, fordi jeg bliver genert, når jeg taler med kvinder, jeg ikke kender, derfor har jeg placeret mig på 2."*

TIP: Som øvelsesleder er det en god ide at komme med et eksempel på noget, man er god til, og noget man er mindre god til. Det skaber en tryk atmosfære, hvor det er okay både at sætte ord på styrker og svagheder. Det er vigtigt at vise, at der ikke er rigtige og forkerte svar, og at man ikke behøver at være god til alt.

- Alle bruger 5 minutter på at udfylde deres egen kompetencestjerne **med blyant**, uden at tale med hinanden.
- Så sætter I jer sammen 3 og 3
- Hver person fortæller, hvor hun har sat kryds. Fortæl hvorfor og giv eksempler.
- Nu skal de andre sige, hvis de er uenige. Tit kan man ikke selv se, hvad man er god til, mens det kan

være tydeligt for andre.

- Skriv nu ind **med kuglepen**, hvis der er noget der ændrer sig.
- Slut øvelsen af:
 - Brug 5 minutter hver især på at se på jeres kompetencehjul, og sæt jer ét personligt mål.
Hvad kunne jeg godt tænke mig at blive bedre til? Skriv det nederst på kompetencehjulet.

TIP: Gem jeres kompetencehjul, så I senere kan se om I har rykket jer. I kan også bruge dem, når I skal lave jeres CV.

Kompetencehjulet

KOMPETENCEHJULET

