

Övning

Dina färdigheter

Dina färdigheter är de förmågor som du har och som du använder både privat och i arbetslivet. Några färdigheter är du riktigt bra på och vill använda, andra behöver du kanske utveckla och träna mer på. Genom arbete, studier, engagemang och intressen av olika slag kan du aktivt utveckla dina färdigheter.

Nedan finner du exempel på färdigheter. Börja med att markera de färdigheter som du upplever att du har idag. Markera därefter de färdigheter som du eventuellt vill utveckla eller saknar. Du hittar plats att göra din summering längre ner i dokumentet.

Färdigheter	Har idag	Vill utveckla/saknar
Kommunikativ förmåga:		
Förmåga att uttrycka mig muntligt		
Förmåga att uttrycka mig skriftligt		
Hålla muntliga presentationer		
Skapa presentationer och skriva rapporter		
Kunskaper i engelska		
Kunskaper i andra språk		
Lyssna på och förstå andra		
Sprida information		
Sammanfatta möten		
Leda möten		
Presentera idéer		
Teamwork:		
Arbeta effektivt med människor med olika bakgrund		
Se styrkor hos övriga gruppmedlemmar		
Insikt om egna styrkor och begränsningar		
Tydliggöra de olika rollerna i gruppen		
Fördela arbetsuppgifter inom gruppen		
Utföra överenskomna arbetsuppgifter		
Bygga vidare på andras idéer		
Visa ledarskapsförmåga		
Coacha och motivera andra		
Kunna ge konstruktiv feedback		
Reda ut olikheter i åsikter		
Samarbeta och bidra till gruppens resultat		

Färdigheter	Har idag	Vill utveckla/saknar
Problemlösning:		
Analysera fakta		
Tydliggöra problem		
Ta fram kreativa och praktiska lösningar		
Visa initiativ i att identifiera och lösa problem		
Lösa problem självständigt		
Lösa problem i team		
Fatta beslut		
Göra realistiska handlingsplaner		
Implementera och granska lösningar		
Utvärdera processer och resultat		
Innovation/entreprenörskap:		
Värdera affärsmässigheten i en idé		
Vara kreativ och skapa innovativa lösningar		
Se möjligheter som inte andra ser		
Identifiera kunders krav och behov		
Överföra idéer till handling		
Samverka med intressenter och sponsorer		
Använda olika kommunikationskanaler		
Marknadsföra och sälja produkter och tjänster		
Planera/organisera:		
Sätta tydliga och nåbara mål och delmål		
Planera resurserna pengar, tid och personal		
Leda, koordinera och granska eget och andras arbete		
Leda, utveckla och motivera dig själv och andra		
Samla, analysera och organisera information		
Ta initiativ och fatta beslut		
Bidra till kontinuerliga förbättringar		
Rapportera utveckling och resultat		
Utvärdera		

Färdigheter	Har idag	Vill utveckla/saknar
Lärande:		
Ansvara för det egna lärandet		
Dela kunskaper och erfarenheter med andra		
Vara pedagogisk		
Bidra till lärandet i en grupp		
Använda olika sätt att lära nytt (ex. kurser, mentorskap, nätverk, kollegor)		
Ha en vilja till livslångt lärande		
Vara öppen för nya idéer och tekniker		
Självinsikt:		
Ha en egen vision och egna karriärmål		
Ha tilltro till egna idéer och visioner		
Ha tilltro till min egen förmåga		
Se mina egna begränsningar		
Värdera och granska egna prestationer		
Arbeta under press		
Hantera stress		
Kunna återhämta mig efter stress		

Skriv ner dina **5** främsta färdigheter som du är bra på och vill använda.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Skriv ner dina **3-5** främsta färdigheter som du vill utveckla.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.