

Övning

Öka medvetenheten om din egen kompetens

Vad: Få en överblick över dina egna erfarenheter, styrkor och egenskaper, samt vilka uppgifter du gillar och inte gillar lika mycket.

Varför: Hitta den röda tråden i din egen bakgrund.

Hur: Använd tidigare erfarenhet och skriv ner dina roll/arbetsuppgifter, vad du gillade, inte gillade och vilka kompetenser du använde. I tabellen på den här sidan hittar du ett exempel på hur du kan fylla i.

Roll / Var?	Arbetsuppgifter	Gillade	Gillade inte	Jag var bra på det här	Kompetenser jag använde
Projektledare på Konsultfirma Pilen	Göra förstudier, upprätta projektplaner, uppföljning, utvärdera/uppdatera, dokumentera	Att planera från A-Ö, jobba processinriktat	Dokumentationen	Behovsanalys ute hos kund	Organiserad och välplanerad, lyhörd för kunds behov, uppföljning, avslut
Dagbarnvårdare på Gasellen	Ta hand om barn, omvårdnad, kommunikation med föräldrar, aktiviteter utomhus, aktiviteter inomhus	Uteaktiviteter, underlätta lek	Hålla ordning på leksaker och utrustning	Få barnen att börja med aktiviteter	Kreativ, omtänksam, strukturerad

Övning 2

Öka medvetenheten om din egen kompetens

Roll / Var?	Arbetsuppgifter	Gillade	Gillade inte	Jag var bra på det här	Kompetenser jag använde

Sammanfattning

Kan du se en röd tråd? Vilka arbetsuppgifter vill du ha mer av? Vilka arbetsuppgifter vill du ha mindre av? Har du någon/några du skulle vilja ha, men saknar idag?