

DU TÆNKER PÅ FÆLLESSKABET



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

LEDEREVNER

Du tager ofte styringen
i en gruppe og får alle
deltagere inddraget.
Andre lytter til dig og er tit
med på dine idéer.

DE 24 STYRKER



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVÆJLEDNING

DU TÆNKER PÅ FÆLLESSKABET



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

SAMARBEJDE

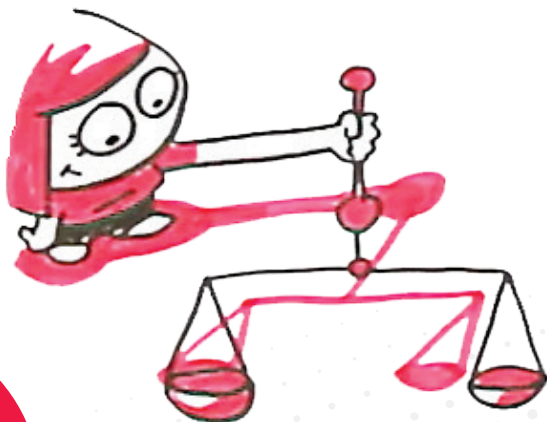
Din familie og dine venner kan regne med dig, når der er opgaver, der skal løses. Du er god til at få gruppearbejde til at fungere og nyder fællesskaber.

DE 24 STYRKER



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVEJLEDNING

DU TÆNKER PÅ FÆLLESSKABET



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

AT VÆRE FAIR

For dig er det meget
vigtigt, at andre bliver
behandlet fair
– også selvom du ikke
nødvendigtvis mener det
samme som dem.

DE 24 STYRKER



UUKOLDING

UNGDOMMENS UDDANNELSESVEJLEDNING

DU TÆNKER PÅ FÆLLESSKABET



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

TILGIVELSE

Du ved, at alle begår fejl,
og du er åben for, at der
kan være en forklaring på,
hvorfor nogle mennesker
handler, som de gør. Hos
dig får alle en ny chance.

DE 24 STYRKER



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVEJLEDNING

DU TÆNKER OVER TINGENE



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

VIDEBEGÆR

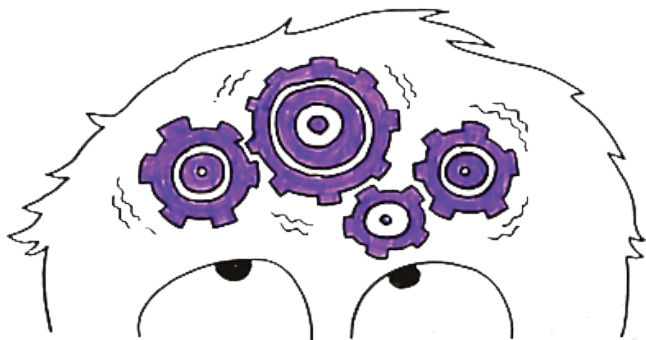
Du elsker at lære nye ting
– både ved at se, lytte,
røre og gøre tingene.
Både i skolen og i fritiden
suger du viden til dig.

DE 24 STYRKER



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVEJLEDNING

DU TÆNKER OVER TINGENE



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

VISDOM

Dine venner går ofte
til dig efter gode råd,
for du er nemlig god til
at tænke tingene på en
anderledes måde.

DE 24 STYRKER



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVEJLEDNING

DU TÆNKER OVER TINGENE



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

ÅBENHED OG KRITISK TÆNKNING

Du sætter dig ind i tingene, så du kan se det fra forskellige vinkler, før du siger din mening.

DE 24 STYRKER



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVEJLEDNING

DU TÆNKER OVER TINGENE



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

NYSGERRIGHED

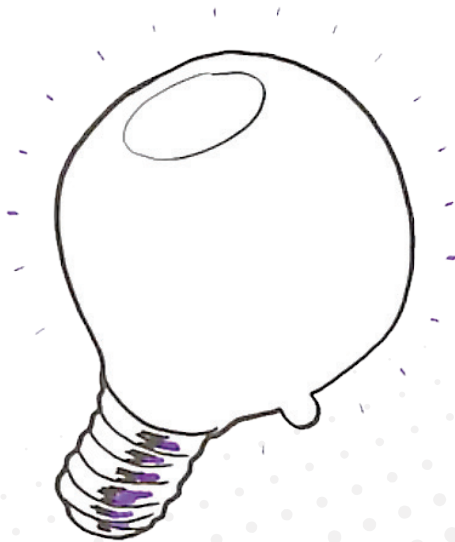
Du stiller mange spørgsmål og vil gerne fordybe dig. Du vil gerne vide en masse om meget.

DE 24 STYRKER



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVÆJLEDNING

DU TÆNKER OVER TINGENE



KILDEHENVISNING: **UDDANNELSESGUIDEN.DK**

OPFINDSOMHED

Du er nysgerrig på,
om noget kan gøres på
en anderledes eller
smartere måde?
Du får ofte nye idéer.

DE 24 STYRKER



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVEJLEDNING

DU ER NOGET FOR ANDRE



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

SOCIAL INTELLIGENS

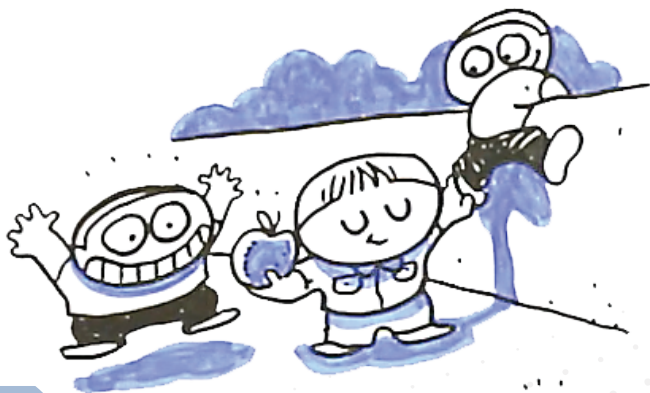
Du er god til at sætte dig i andres sted og forstå dem. Dine venner føler sig godt tilpas i dit selskab, og de føler sig set og hørt.

DE 24 STYRKER



UU KOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVEJLEDNING

DU ER NOGET FOR ANDRE



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

OMSORG

Når folk omkring dig har brug for hjælp, kan de regne med dig.

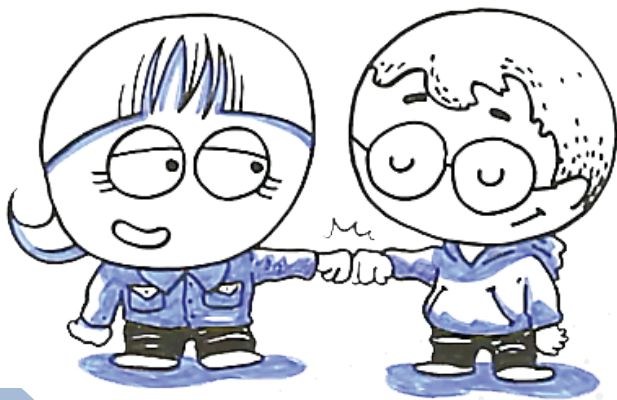
Du er hjælpsom, og du lytter både til dine venners gode og mindre gode historier.

DE 24 STYRKER



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVÆJLEDNING

DU ER NOGET FOR ANDRE



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

NÆRVÆR

Det betyder meget
for dig at være tæt på
mennesker, du holder af.
Du knytter gerne tætte
bånd med mennesker i din
nærmeste omgangskreds.

DE 24 STYRKER



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVEJLEDNING

DU ER DISCIPLINERET



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

SELVKONTROL

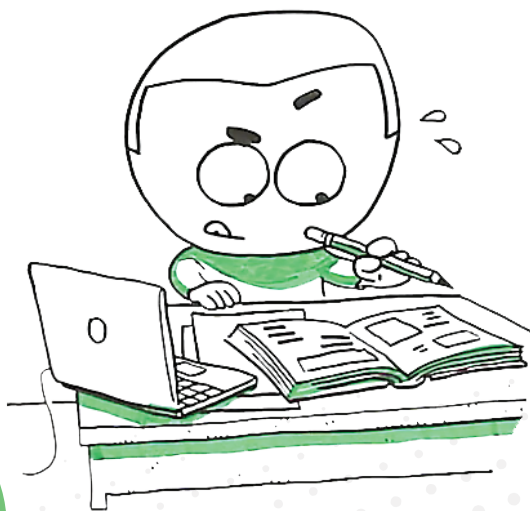
Du har selvdisciplin, og det betyder, at fornuften ofte vinder over lysten. Du ved, at følelser til dels kan styres af dig selv.

DE 24 STYRKER



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVÆJLEDNING

DU ER DISCIPLINERET



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

OMTANKE

Du tænker, før du taler, og du overvejer konsekvenserne, før du handler. Du tænker tingene grundigt igennem og træffer oftest fornuftige valg.

DE 24 STYRKER



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVÆJLEDNING

DU ER DISCIPLINERET



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

BESKEDENHED

Du hviler i dig selv, og du ønsker ikke at prale eller spille klovn for at få opmærksomhed. Du kan sagtens være stolt af en flot præstation - uden at det kræver likes på fx Instagram.

DE 24 STYRKER



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVEJLEDNING

VERDEN ER STØRRE END DIG



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

OPTIMISME

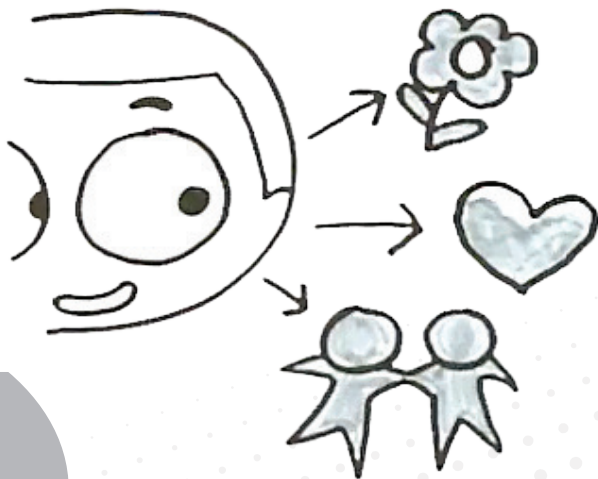
Du ser positivt på livet
– også selvom tingene
ikke altid går din vej.
Du ser lyst på fremtiden
og tænker, det nok skal
blive godt.

DE 24 STYRKER



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVÆJLEDNING

VERDEN ER STØRRE END DIG



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

TAKNEMMELIGHED

Du værdsætter både små og store ting i livet, og du fortæller andre om det. Folk omkring dig ved, at de betyder noget for dig. Du er taknemmelig for det, andre gør for dig.

DE 24 STYRKER



UU KOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVEJLEDNING

VERDEN ER STØRRE END DIG



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

PÅSKØNNELSE

Du ser det smukke i dine omgivelser og fortæller om det. Det kan være en flot naturoplevelse, en smuk bygning eller en fed designet bil.

DE 24 STYRKER



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVÆJLEDNING

VERDEN ER STØRRE END DIG



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

HUMOR

Du tager ikke alting så bogstaveligt men er i stedet god til at se tingene fra en skæv vinkel og få andre til at smile med dig.

DE 24 STYRKER



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVÆJLEDNING

VERDEN ER STØRRE END DIG



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

SPIRITUALITET

Du tænker, du er en del af
noget større. Du er åben
for, at der ikke kun er én
mening med livet.

DE 24 STYRKER



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVÆJLEDNING

DU TØR VÆRE DIG SELV



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

MOD

Du tør godt kaste dig ud
i nye udfordringer.
Du siger din mening og tør
stå fast på den.

DE 24 STYRKER



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVÆJLEDNING

DU TØR VÆRE DIG SELV



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

BEGEJSTRING

Når du bliver optaget af
noget, går du all in på det.
Du er fuld af energi og
gå-på-mod.

DE 24 STYRKER



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVÆJLEDNING

DU TØR VÆRE DIG SELV



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

ÆRLIGHED

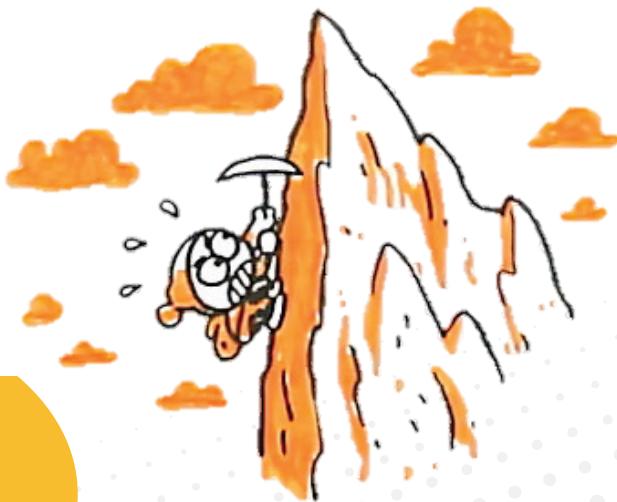
Du gør sjældent noget, der går imod dine værdier, og du synes, det er vigtigt at tale sandt.

DE 24 STYRKER



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVÆJLEDNING

DU TØR VÆRE DIG SELV



KILDEHENVISNING: [UDDANNELSESGUIDEN.DK](http://uddannelsesguiden.dk)

VEDHOLDENHED

Du arbejder hårdt for at nå dine mål. Når du går i gang med noget, så gør du det færdigt - også når det bliver svært.

DE 24 STYRKER



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVÆJLEDNING

DU ER SOCIAL



UDDANNELSESPARATHEDSVURDERING

RESPEKT

Du udviser respekt for andre. Fx lytter du til andres meninger uden at forstyrre.

Du følger skrevne og uskrevne spilleregler.

Du har en grundlæggende situationsfornemmelse og forståelse for andre.



UU KOLDING

UNGDOMMENS UDDANNELSESVEJLEDNING

UDDANNELSESPARATHEDSVURDERING

DU ER SOCIAL



UDDANNELSESPARATHEDSVURDERING

TOLERANCE

Du kan acceptere
og samarbejde med
mennesker, der er
anderledes end dig selv.
Du kan aflæse situationer
og mennesker.
Du udviser forståelse for
andre menneskers behov
og forskellighed.



UU KOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVEJLEDNING

DU ER SOCIAL



UDDANNELSESPARATHEDSVURDERING

SAMARBEJDSSEVNE

Du kan samarbejde om at løse opgaver/problemer.

Du kan gå på kompromis og håndtere at skulle gå med på andres ideer.

Du kan hjælpe andre og selv modtage hjælp.

Du kan modtage feedback fra dine lærere.



UUKOLDING

UNGDOMMENS UDDANNELSESVÆJLEDNING

DU HAR PERSONLIGHED

- og du tager ansvar



UDDANNELSESPARATHEDSVURDERING

MØDESTABILITET

Du møder til tiden.
Du har lavt/intet fravær.



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVEJLEDNING

UDDANNELSESPARATHEDSVURDERING

DU HAR PERSONLIGHED

- og du tager ansvar



UDDANNELSESPARATHEDSVURDERING

SELVSTÆNDIGHED

Du kan løse opgaver selv,
også selv om læreren ikke
er til stede.

Du er i stand til at komme
i kontakt med andre
mennesker og danne
nye relationer.

Du tager initiativ.



UUKOLDING

UNGDOMMENS UDDANNELSESVEJLEDNING

DU HAR PERSONLIGHED

- og du tager ansvar



UDDANNELSESPARATHEDSVURDERING

VALGPARTHED

Du kan engageret og
aktivt træffe beslutninger.
Du er bevidst om, at valg
har konsekvenser.
Du kan begrunde dit valg.



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVEJLEDNING

UDDANNELSESPARTHEDSVURDERING

DU HAR PERSONLIGHED

- og du tager ansvar



UDDANNELSESPARATHEDSVURDERING

MOTIVATION

Du deltager aktivt i undervisningen og indgår i diskussioner i klassen.

Du kan modtage kollektive beskeder.
Du laver også de mindre spændende opgaver.



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVEJLEDNING

DU HAR PERSONLIGHED

- og du tager ansvar



UDDANNELSESPARATHEDSVURDERING

ANSVARLIGHED

Du laver lektier og afleverer opgaver til tiden.

Du kan koncentrere dig om undervisningen og om at arbejde med en opgave.

Du kan modtage konstruktiv kritik og påtage dig din del af ansvaret.



UU KOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVEJLEDNING

UDDANNELSESPARATHEDSVURDERING

INSTRUKTION

UDDANNELSESPARATSVURDERING

Når du går i grundskolen eller på en ungdomsuddannelse er der en række uskrevne regler for, hvordan du skal gebærde dig. Disse uskrevne regler er vigtige for dig at være beviste om. Hvis fx du ofte kommer for sent, mister du hver dag vigtig læring i klasseværelset, og du får en mindre god start på dagen. Det kan desuden risikere at blive en dårlig vane, der følger med i voksenlivet, og hvis du kommer for sent på arbejde flere gange, vil du blive afskediget. Gode vaner giver dig et forspring i mange af livets situationer.



UUKOLDING
UNGDOMMENS UDDANNELSESVÆJLEDNING

INSTRUKTION

STYRKER # FÆRDIGHEDER

Er du god til at spille fodbold eller lave mad?

Det er fedt at være god til noget, men det er ikke styrker. Det er færdigheder.

Når du skal finde frem til dine styrker skal du et spadestik dybere. Du skal spørge dig selv; "Hvad er det egentlig, der gør mig god til bestemte ting? Der kan fx være mange grunde til, at du er god til fodbold. Måske er din styrke, at du er kreativ. At du læser spillet taktisk. Forklaringen kan dog også være, at du træner hårdt. At du bliver ved og ved – også når det bliver træls. Så er en af dine styrker sikkert, at du er vedholdende.



UUKOLDING

UNGDOMMENS UDDANNELSESVÆJLEDNING

DE 7 HURTIGE

Quiz & Byt

Uddel et kort til hver elev i klassen. Eleverne går rundt imellem hinanden og laver Quiz & Byt, hvor den ene elev skal fortælle om en styrke, og den anden skal så gætte hvilken, der tales om. Når de begge har gjort dette, bytter de kort og finder en ny makker.

Den gode stol

Eleverne står i en rundkreds og trækker skiftevis et kort. De skal så give kortet til en anden elev, som de mener har denne styrke. Læreren skal være meget opmærksom på, at alle får en styrke så ingen elever føler sig glemt.

Dramaet

Klassen deles i to hold. Hold 1 sender en elev op, som trækker et styrkekort og derefter dramatiserer styrken. Der må bruges krop og korte ord (ikke sætninger), men styrken må ikke nævnes. Hold 1 skal nu prøve indenfor fx to min at gætte styrken. Derefter går turen over til Hold 2. Et rigtig svar giver et point.

Styrke-Selfie

I grupper á tre skal eleverne tildele hinanden tre styrker. Det er vigtigt, at de alle i gruppen taler om det, og at de til sidst kan argumentere over deres valg. Vælg tre styrker, som ingen i gruppen har modtaget. Kom med eksempler på nogen, I kender, der har disse styrker.



UUKOLDING

UNGDOMMENS UDDANNELSESVEJLEDNING

DE 7 HURTIGE

Overkill

I grupper á tre elever tildeles holdet tilfældigt et-to styrkekort. Grupperne har nu 10 min. til at lave et lille drama over en styrke, der er blevet for meget. Fx for gavmild, så man giver alt det væk, man selvejer til andre. For omsorgsfuld, så man glemmer at passe på sig selv! De øvrige skal efter dramaet prøve at gætte, hvilken styrke, de andre viste overdrevet. Dette kunne give anledning til nogle gode snakke på klassen om trivsel og personlig udvikling.

Cartoon

Gå sammen i en gruppe. Lav en lille billedserie på fem - ti billeder, hvor I viser jeres styrker. Billederne kan I fx tegne selv, finde i ugeblade eller på internettet.

Poeten

Gå sammen i en gruppe. Lav et digt, hvor I bruger gruppens "styrker", forklarer hvad styrkerne er, og hvordan man kan udvikle dem.



UUKOLDING

UNGDOMMENS UDDANNELSESVEJLEDNING