

Kompetencer – et arbejdsark

Før oplæringsperiode - efter indgåelse af uddannelsesaftale.

Hvad er de tre kompetencer?

Personlige	Personlige kompetencer er bestemt af dine grundlæggende menneskelige egenskaber, dine holdninger, din selvindsigt og dine erfaringer. Det kan f.eks. være, at du er vedholdende, positiv eller lyttende.
Faglige	Faglige kompetencer beskriver hvilke arbejdsopgaver, du kan udføre. Din uddannelse har selvfølgelig betydning, tidligere/nuværende job eller gennem fritidsaktiviteter. Det kan f.eks. være, at du taler flydende engelsk, eller er supergod til hovedregning eller skriver godt dansk.
Sociale	Sociale kompetencer er evnen til at være nysgerrig, at udtrykke følelser og forstå andres behov. Det kan f.eks. være at tage del i ansvaret for fællesskabet eller indgå i relationer med andre.

Hvilke kompetencer beskriver dig?

Sæt X ved de personlige, faglige og sociale kompetencer, som du synes kendetegner dig. Udvalg de 3 vigtigste under hver af de tre kompetenceområder og giv et eksempel på, hvordan de hver især kommer til udtryk. Vær så konkret som muligt i eksemplerne.

Personlige	Sæt X	Faglige	Sæt X	Sociale	Sæt X
Loyal		Malke		Empatisk	
Humørfyldt		Traktorkørekort		Samarbejdsvillig	
Gå på mod		Reparere maskiner		Udadvendt	
Tålmodig		Se sygdomstegn hos dyr		Serviceminded	
Selvstændig		Sammensætte foderplan		Nærværende	
Effektiv		Regne den ud		Tillidsvækkende	
Grundig		Kørekort		Situationsfornemmelse	
Omstillingsparat		Engelsk		God til at lytte	
Mødestabil		Samfundsfag		Høflig	
Ansvarsbevidst		Medicinhåndtering		Indfølingsevne	
Energisk		Udvidet første hjælp		Kontaktskabende	
Hurtig i opfattelsen		Biologi		Social	
Stabil		Hygiejnekursus		Tolerant	
Struktureret		Svejsekursus (§17)		Pålidelig	
Velformuleret		Kastrerings- og bedøvelseskursus		Nysgerrig	
Engageret		RDR-kursus (farligt gods)		Åben	
Præcis og nøjagtig		Brandbekæmpelse		Smilende	

Mine tre vigtigste personlige kompetencer er:

Personlig kompetence	Eksempel på, hvor jeg har brugt kompetencen

Mine tre vigtigste faglige kompetencer er:

Faglig kompetence	Eksempel på, hvor jeg har brugt kompetencen

Mine tre vigtigste sociale kompetencer er:

Social kompetence	Eksempel på, hvor jeg har brugt kompetencen