

Feedback om styrkor

Område: Insikt

Syfte: En styrka är en kombination av tre saker: talang, kunskap och färdighet. Det är med våra styrkor vi bidrar positivt till vår arbetsgrupp och organisation. När vi presterar som bäst är det med hjälp av våra styrkor. En grupp blir stark när den känner till och använder sina styrkor! I den här övningen tränar vi på att spana efter varandras styrkor och hur de bidrar till våra framgångar i arbetet.

Arbetsgång: Dela in deltagarna i smågrupper. Var och en funderar en stund på vilka styrkor som var och en av de andra i den lilla gruppen har. Skriv ner tre stycken styrkor för varje person.

När alla tänkt klart turas ni om i den lilla gruppen att berätta om vilka styrkor ni ser hos varandra och förklara vad som har gjort att ni har sett dem och vad styrkorna tillför arbetsgruppen.

Till exempel: ”En styrka du har är att du är hjälpsam, eftersom att du alltid finns där och ger en hjälpsam hand när det behövs. Det är jättebra för vår arbetsgrupp för arbetet känns lättare när vi hjälper varandra.”

För att visualisera styrkorna i gruppen kan ni skriva ner dem på ett blädderblad, som sedan sätts upp på väggen. När alla grupper satt upp sina blädderblad har ni en hel vägg full med styrkor! Ta gärna ett foto för att dokumentera!

Nedan finns en lista med styrkor som ni kan skriva ut, så att deltagarna har något att utgå ifrån. Ett alternativ till lista är att använda [Metodbankens Styrkekort](#).

Avslappnad
Beslutsam
Bestämd
Bra på att arbeta på egen hand
Bra på att organisera
Bra på att planera
Bra på att samarbeta
Diskussionsivrig
Drivande
Effektiv
Empatisk, visar omsorg
Energisk
Entusiastisk
Envis
Flexibel
Företagsam
Försiktig
Generös
Gott självförtroende
Har humor
Har stor integritet
Händig
Hjälpsam
Intresserad av att lära sig nya saker
Kan arbeta hårt
Kan hantera motgångar
Kan ta instruktioner
Känslig
Klok
Kreativ
Lär sig snabbt
Lätt för att uttrycka sig
Lojal

Lugn
Lyhörd, bra på att lyssna
Metodisk
Modig
Målmedveten
Noggrann
Nyfiken
Orädd
Pålitlig
Pigg
Positiv
Praktiskt lagd
Punktlig
Respektfull
Självständig
Social och utåtriktad
Spontan
Stark
Stresstålig
Strukturerad
Tålmodig
Tar initiativ
Tillåtande
Tycker om utmaningar
Undersökande
Uthållig
Vänlig
Ärlig
Ödmjuk
Öppen för nya idéer

Metodbanken