

Personlige udviklingsmål i praktik for Louise Kristensen

I dette dokument definerer du, inden praktikstarten, dine personlige udviklingsmål for praktikken. På Cphbusiness har vi valgt at rammen for dette, skal være vores værdier: Dare, Share og Care.

I bilaget på næste side finder du en række eksempler du kan bruge og uddybe, så de passer til det, som er relevant for netop dig og dit praktikophold.

Måske ser du at der er overlap mellem Dare, Share og Care. Det gør ikke noget. Det vigtigste er at det du skriver, passer til netop dine personlige udviklingsmål i praktik.

Formuler minimum ét udviklingsmål for hver af de 3 kategorier Dare, Share og Care – men gerne flere.

DARE
<i>I løbet af min praktik vil jeg gerne blive bedre til at...</i>
Turde præsentere mine ideer foran kolleger, også selvom jeg ikke er sikker på, hvordan de vil blive modtaget.
Prøve nye metoder eller værktøjer i mit arbejde, selvom jeg risikerer at begå fejl.
Opsøge viden inden for områder, hvor jeg føler mig mindre erfaren, for at styrke mine kompetencer.
SHARE
<i>I løbet af min praktik vil jeg gerne blive bedre til at...</i>
Bidrage til samarbejdet ved at tilbyde mine ressourcer og viden, når andre har brug for hjælp.
Dele mine erfaringer og fejl åbent med mit team, så vi sammen kan lære af dem.
Dele min feedback og input i teammøder for at bidrage til løsninger af udfordringer.
CARE
<i>I løbet af min praktik vil jeg gerne blive bedre til at...</i>
Være lyttende over for mine kolleger og forstå deres synspunkter og behov.
Bidrage aktivt til det sociale liv på praktikpladsen, f.eks. ved at deltage i arrangementer eller smalltalk.

Bilag: Eksempler på personlige udviklingsmål

Dare

1. spørge kolleger om hjælp
2. præsentere for kolleger
3. opsøge ny viden
4. at fejle
5. at prøve noget nyt af
6. forfølge din drømme
7. gå i gang med en svær opgave
8. træffe beslutninger
9. tage initiativ
10. tage kontakt til kolleger, kunder og/eller samarbejdspartnere
11. komme med konstruktiv kritik
12. at være kreativ
13. Tage imod kritik

Share

1. dele din viden
2. dele dine materialer
3. dele dine arbejdsopgaver
4. dele dine erfaringer
5. dele fejl
6. dele oplevelser (både gode og dårlige)
7. tage del i samfundsansvar
8. tage del i at løse professionelle udfordringer på praktikpladsen
9. bidrage godt til samarbejde
10. være gavmild med din tid
11. dele dit netværk
12. Dele følelser

Care

1. Være lyttende
2. Udvide omsorg for kolleger
3. Bidrage til det sociale liv på praktikpladsen
4. Tage ansvar for at andre trives
5. Udvide tillid
6. Være tilgivende over for mig selv og andre
7. Tager vare på dig selv
8. Bidrage til teamprocesser hvor alle er inkluderet
9. Være åben over for nye/andre synspunkter og ideer
10. Tage ansvar for samarbejdet
11. Tage ansvar for arbejdsopgaverne
12. tage ansvar for samfundet