

# SUMO-analyse: individuel

Du skal tænke dine styrker, dit udviklingspotentiale, dine muligheder og opmærksomhedspunkter i den relation og kontekst, der er aktuel.

## Eksternt fokus

## Internt fokus

### Muligheder

Muligheder du ser for at udvikle dig i den aktuelle relation med dit team/din organisation. Prøv at se bort fra evt. begrænsninger.

- Hvilke muligheder kan du se der kommer ud af at arbejde sammen med teamet?
- Er der noget ude i fremtiden, som kan blive en mulig styrke for dig?
- Hvis nuværende vilkår eller begrænsninger ikke var tilstede mere - hvilke muligheder ser du så for dig?

### Styrker

Faglige, personlige og relationelle styrker og kompetencer. Det du er god til allerede som du gerne vil bygge videre på.

- Hvilke styrker synes du at du har og hvilke styrker fortæller du andre at du har?
- Hvad synes du lykkes eller hvad er du mest stolt af ved dine kompetencer og egenskaber?
- Hvilke styrker kendetegner dig når du samarbejder med andre?
- Gode erfaringer med tidligere opgaver.

### Udviklingspotentiale

Det som fungerer eller kompetencer du besidder, som du med fordel kan opøve. Dit uudnyttede potentiale. F.eks. færdigheder du har, men mangler træning i.

- Hvilke af dine kompetencer kan du med fordel sætte mere fokus på og udvikle?
- Hvad vil du gerne kunne?
- Måske noget af det du har nævnt ved styrker?

### Opmærksomhedspunkter

Det du skal du være særlig opmærksom på, bl.a. også ydre vilkår og faktorer.

- I forhold til din relation til teamet og teamets relation til dig?
- Noget du skal gøre mindre af?
- Er der nogle udefra kommende vilkår, som du skal være opmærksom på? (regler, økonomi, bemanning, strategi, andres ansvar/behov osv.)