



## Adfærdskortlægning af mig:

**Mig :** \_\_\_\_\_

### Behov for stabilitet

I hvilket omfang jeg reagerer følelsesmæssigt på modgang

**Ukuelig:** \_\_\_\_\_

Reagerer roligt og velovervejet, når noget går galt. Fokuserer på løsninger frem for problemer

**Lydhør:** \_\_\_\_\_

Reagerer fornuftigt under normale arbejdsbetingelser. Kan reagere følelsesmæssigt under pludseligt pres

**Reaktiv:** \_\_\_\_\_

Reagerer følelsesmæssigt på modgang og kan bekymre mig i lang tid

### Udadvendthed

I hvilket omfang jeg aktivt holder kontakten med andre

**Indadvendt:** \_\_\_\_\_

Foretrækker at arbejde alene. Er stille. Undgår lederroller og giver plads til andre i gruppediskussioner

**Både ud- og indadvendt:** \_\_\_\_\_

Arbejder lige godt alene og sammen med andre. Maser mig aldrig frem, men tager kommandoen, når det er nødvendigt

**Udadvendt:** \_\_\_\_\_

Tager aktivt kontakt til andre. Er varm og entusiastisk overfor andre og beslutsom og energisk på arbejde

### Åbenhed

I hvilket omfang jeg søger nye oplevelser og nye ideer

**Konservativ:** \_\_\_\_\_

Foretrækker status quo frem for fornyelse. Holder mig til gennemprøvede metoder. Kommer sjældent med nye ideer

**Mådeholden:** \_\_\_\_\_

Ønsker som regel at bevare det, der virker, men er åben overfor nye tiltag, der kan forbedre. Kan lide at holde ting enkle, men undgår aldrig komplicerede problemer

**Spørgende:** \_\_\_\_\_

Kommer ofte med nye ideer og metoder. Foretrækker komplekse koncepter fremfor simple. Kommer med selvstændige argumenter

### Imødekommenhed

I hvilket omfang jeg sætter andres interesser før egne

**Udfordrende:** \_\_\_\_\_

Forsvarer direkte egne behov. Ser ofte andre som konkurrenter og bliver let involveret i konflikter

**Forhandlende:** \_\_\_\_\_

Afvejer omhyggeligt egne behov mod andres. Stræber efter kompromisser til fordel for begge parter

**I stand til at tilpasse mig:** \_\_\_\_\_

Giver som regel hellere efter end vikler mig ind i konflikter og diskussioner. Underspiller vigtigheden af egne færdigheder

### Samvittighedsfuldhed

I hvilket omfang jeg er velorganiseret og målbevidst

**Fleksibel:** \_\_\_\_\_

Flytter let opmærksomheden fra en opgave til den næste. Accepterer uperfekte resultater. Bekymrer mig sjældent om detaljer

**Afbalanceret:** \_\_\_\_\_

Sætter realistiske mål for mig selv. Planlægger og strukturerer, men ligger luft ind til pludseligt opståede opgaver

**Fokuseret:** \_\_\_\_\_

Sætter udfordrende mål for mig selv, som er svære at nå, og er besat af at ville være bedst. Arbejder koncentreret med min opgave uden at lade mig distrahere