

OVERSIGT OVER DE 24 STYRKER

Her finder du en oversigt over de 24 styrker, der er kernen i styrkebaseret udvikling. Du kan tage VIAs test på min hjemmeside www.daisylovendahl.dk, men du kan også bruge dem ved at udvælge de 3-5 styrker, som er mest dig, og tænke over, hvordan du kan bruge dem mere aktivt i din hverdag. Vær opmærksom på, at VIAs styrketest ofte har flere ord i overskriften. For at gøre det mere enkelt at omtale styrkerne, har jeg valgt kun at bruge et ord som 'autenticitet' frem for 'ærlighed, autenticitet og ægthed'. Jeg har tilføjet tre uddybende ord til hver enkelt styrke under styrkens navn. Teksten, der forklarer styrken, er taget direkte fra VIAs test.

Kreativitet

originalitet – skaberkraft – idérigdom



At tænke på, hvordan ting kan gøres på nye måder, er en essentiel del af, hvem du er. Du er aldrig tilfreds med at gøre noget på den gængse måde, hvis en bedre måde er mulig.

Autenticitet

oprigtighed – ærlighed – troværdighed



Du er et ærligt menneske – ikke alene ved at tale sandt, men ved at leve dit liv på en oprigtig og autentisk måde. Du er nede på jorden og uden forstillelse; du er en reel person.

Visdom

perspektiv – klogskab – mening



Selv om du måske ikke opfatter dig selv som klog, ser dine venner dig sådan.

De værdsætter dit syn på tingene og kommer til dig for at få gode råd. Din måde at anskue verden på giver mening for dig selv og andre.

Retfærdighed

lighed – princip – etik



At behandle andre retfærdigt er et af dine grundlæggende principper. Du lader ikke dine personlige følelser påvirke beslutninger, der berører andre. Du giver alle en chance.

Dømmekraft

åbenhed – kritisk tænkning – argumentation



At gennemtænke og se tingene fra alle sider er vigtige dele af, hvem du er. Du drager ikke forhastede konklusioner, og dine beslutninger beror alene på solide beviser. Du er i stand til at ændre din holdning.

Social begavelse

empati – tilpasning – motivation



Du er bevidst om andre menneskers motiver og følelser. Du ved, hvordan du skal begå dig i forskellige sociale sammenhænge, og du forstår at få andre til at føle sig godt tilpas.

Lederskab

helhed – inklusion – handlekraft



Du udmærker dig inden for ledelse: opmuntrer en gruppe til at få ting fra hånden, og opretholder harmonien i gruppen ved at få alle til at føle sig inkluderet. Du er god til at organisere aktiviteter og sørge for, at de bliver udført.

Videbegær*viden – læring – orientering*

Du elsker at lære nye ting, hvad enten det er gennem undervisning eller på egen hånd. Du har altid holdt af skolen, læsning og museer, hvor end der er mulighed for at lære.

Entusiasme*energi – passion – begejstring*

Uanset hvad du foretager dig, forholder du dig til det med begejstring og energi. Du gør aldrig noget halvt eller halvhjertet. For dig er livet et eventyr.

Kærlighed*relation – nærhed – dybde*

Du værdsætter tætte forhold til andre mennesker, især til dem hvor fortrolighed og omsorg gengældes. De mennesker, med hvem du føler dig tættest forbundet, er også dem, som føler sig tættest forbundet med dig.

Nysgerrighed*spørgsmål – udforskning – horisont*

Du er nysgerrig over for alt. Du stiller altid spørgsmål og finder alle emner og temaer fascinerende. Du elsker at opdage og udforske.

Vedholdenhed*grundighed – målrettethed – arbejdsomhed*

Du arbejder hårdt for at fuldføre det, du begynder på. Uanset opgaven får du den ud ad døren til tiden. Du bliver ikke distraheret, når du arbejder, og du finder tilfredsstillelse i at færdiggøre opgaver.

Mod

tapperhed – overbevisning – engagement



Du er en modig person, som ikke viger for trusler, udfordringer, besværligheder eller smerte. Du tør tage bladet fra munden i den gode sags tjeneste – selv i modvind. Du handler ud fra dine overbevisninger.

Samarbejde

loyalitet – fællesskab – relation



Du udmærker dig som del af en gruppe. Du er et loyalt og dedikeret gruppe-medlem. Du gør altid din del af arbejdet og arbejder hårdt for din gruppes succes.

Optimisme

håb – fremsynethed – tillid



Du forventer det bedste af fremtiden, og du arbejder for at opnå det. Du tror på, at fremtiden er noget, du kan kontrollere.

Generøsitet

venlighed – tjenstvillighed – storsind



Du er venlig og generøs over for andre, og du har aldrig for travlt til at gøre en tjeneste. Du nyder at gøre noget godt for andre, selv hvis du ikke kender dem så godt.

Fornuft

rationalitet – forsigtighed – grundighed



Du er en omhyggelig person, og dine valg er konsekvent fornuftsprægede. Du hverken siger eller gør ting, du senere kan fortryde.

Barmhjertighed

tilgivelse – fleksibilitet – storsind



Du tilgiver dem, der har gjort dig uret. Du giver altid folk en chance til. Dit ledende princip er barmhjertighed – ikke hævn.

Taknemmelighed

opmærksomhed – værdsættelse – ydmyghed



Du er bevidst om de gode ting, der sker for dig, og du tager dem aldrig for givet. Familie og venner kender dig som en taknemmelig person, fordi du altid tager dig tid til at udtrykke din påskønnelse.

Selvkontrol

disciplin – koncentration – fokusering



På en selvbevidst måde kontrollerer det, du føler, og det, du gør. Du er en disciplineret person. Du har kontrol over dine lyster og følelser – ikke omvendt.

Humor

leg – glæde – spontanitet



Du elsker at grine og drille. At give andre et smil på læben er vigtigt for dig. Du prøver at se den lyse side i enhver situation.

Det sublime

excellence – værdsættelse – skønhed



Du lægger mærke til og værdsætter skønhed, det excellente og/eller den dygtige udførelse på alle livets områder – fra natur til kunst, til matematik, til videnskab, til hverdagslivets oplevelser.

Åndelighed

mening – eksistens – formål



Du har en stærk og sammenhængende opfattelse af et højere formål og en mening med universet. Du ved, hvor du passer ind i det større hele. Dine overbevisninger danner baggrund for dine handlinger og er en kilde til støtte for dig.

Beskedenhed

ydmøghed – fokus – resultat



Du søger ikke rampelyset, men foretrækker at lade dine handlinger tale for sig selv. Du anser ikke dig selv for at være noget særligt, og andre anerkender og påskønner din beskedenhed.