

Valgkompetanse

Hvordan tar du valg? Se på utsagnene og vurder om dette er noe du gjør sjeldent eller ofte.

**Jeg vurderer
positive og negative
sider før jeg tar et
valg i en sak.**

Dersom du svarer «ofte» på denne påstanden, viser du at du er flink til å ta valg! Å tenke på både det som er bra og det som ikke er så bra før du bestemmer deg, er akkurat det smarte valg handler om. Det betyr at du tenker godt gjennom ting og ikke bare velger det første som faller deg inn. Superbra jobbet!

Valgkompetanse

Hvordan tar du valg? Se på utsagnene og vurder om dette er noe du gjør sjeldent eller ofte.

Jeg vet hvorfor jeg skal velge (jeg har forstått hensikten ved å ta et valg).

Dersom du ofte kan si «Jeg vet hvorfor jeg skal velge», betyr det at du er skikkelig god til å forstå hvorfor du tar et valg. Å vite grunnen til at du velger noe, viser at du tenker gjennom valgene dine og forstår hva som er viktig for deg. Det er akkurat slik man tar kloke beslutninger. Flott jobbet!

Valgkompetanse

Hvordan tar du valg? Se på utsagnene og vurder om dette er noe du gjør sjeldent eller ofte.

Når jeg skal ta et valg finner jeg svaralternativene selv.

Dersom du ofte sier «Når jeg skal ta et valg finner jeg svaralternativene selv», kan det bety at du kanskje går glipp av viktige ideer og perspektiver. Selv om det er bra å være selvstendig, er det også viktig å huske at andre mennesker – som venner, familie eller lærere – ofte kan gi gode råd eller komme med løsninger du ikke har tenkt på. Å være åpen for andres meninger og ideer kan hjelpe deg å ta enda bedre valg!

Valgkompetanse

Hvordan tar du valg? Se på utsagnene og vurder om dette er noe du gjør sjeldent eller ofte.

Når jeg tar valg stoler jeg mest på magefølelsen.

Dersom du ofte sier «Når jeg tar valg stoler jeg mest på magefølelsen», kan det bety at du tar beslutninger basert på følelser fremfor å tenke dem grundig gjennom. Selv om det å lytte til magefølelsen din kan være bra i noen situasjoner, er det viktig å huske at gode valg ofte krever litt mer enn bare følelser. Å tenke på fakta, vurdere ulike sider ved valget, og kanskje snakke med andre om det, kan hjelpe deg å ta mer balanserte og veloverveide beslutninger.

Valgkompetanse

Hvordan tar du valg? Se på utsagnene og vurder om dette er noe du gjør sjeldent eller ofte.

**Jeg kan bli
overrasket over
konsekvensene av
mitt valg.**

Dersom du ofte sier «Jeg kan bli overrasket over konsekvensene av mitt valg», kan det tyde på at du kanskje ikke alltid tenker nok gjennom hvilke resultater valgene dine kan føre til. Det er viktig å prøve å forutse hva som kan skje etter at du har tatt et valg, både på kort og lang sikt. Å tenke over mulige konsekvenser før du bestemmer deg, kan hjelpe deg å unngå overraskelser og gjøre valg som du blir mer fornøyd med i lengden.

Valgkompetanse

Hvordan tar du valg? Se på utsagnene og vurder om dette er noe du gjør sjeldent eller ofte.

Jeg bruker tid på å gjøre valg.

Dersom du ofte sier «Jeg bruker tid på å gjøre valg», betyr det at du er nøye og tenker godt gjennom ting før du bestemmer deg. Det er kjempebra å ikke haste med viktige valg! Men husk, noen ganger i livet må vi ta raske valg også. Det er lurt å øve seg på å tenke fort og fortsatt gjøre gode valg, selv når vi ikke har mye tid. Bra jobbet med å være nøye, og husk å øve på de raske valgene også!

Valgkompetanse

Hvordan tar du valg? Se på utsagnene og vurder om dette er noe du gjør sjeldent eller ofte.

Jeg vurderer mange ulike løsninger før jeg tar et valg.

Dersom du ofte sier «Jeg vurderer mange ulike løsninger før jeg tar et valg», viser det at du er superflink til å se på mange forskjellige muligheter. Det er kjempebra, fordi det betyr at du ser på alle de forskjellige veiene du kan gå før du bestemmer deg. Å tenke på mange løsninger gjør at du kan velge det som er aller best for deg. Flott jobbet med å være grundig og kreativ i dine valg!

Valgkompetanse

Hvordan tar du valg? Se på utsagnene og vurder om dette er noe du gjør sjeldent eller ofte.

**Når jeg forteller
hva jeg har valgt
pleier jeg å fortelle
grunnene for at jeg
tok dette valget.**

Dersom du ofte sier «Når jeg forteller hva jeg har valgt, pleier jeg å fortelle grunnene for at jeg tok dette valget», betyr det at du er veldig flink til å tenke over og forklare valgene dine. Det er kjempebra! Det viser at du ikke bare velger tilfeldige ting, men at du har gode grunner bak valgene dine. Dette hjelper deg ikke bare å ta gode valg, men også å forklare til andre hvorfor du tok dem. Supert jobbet med å være så gjennomtenkt!

Valgkompetanse

Hvordan tar du valg? Se på utsagnene og vurder om dette er noe du gjør sjeldent eller ofte.

Jeg finner ut hva som er viktig og verdifullt for meg, og bruker dette til å hjelpe meg i valget.

Dersom du ofte sier «Jeg finner ut hva som er viktig og verdifullt for meg, og bruker dette til å hjelpe meg i valget», viser det at du er god til å forstå hva som betyr mest for deg. Det er kjempeviktig for å gjøre valg som får deg til å være glad og fornøyd. Ved å vite hva som er viktig for deg, kan du velge ting som passer best med dine interesser og verdier. Flott jobbet med å kjenne deg selv og bruke det til å ta smarte valg!

Valgkompetanse

Hvordan tar du valg? Se på utsagnene og vurder om dette er noe du gjør sjeldent eller ofte.

Jeg liker å følge strømmen og gjøre det samme som de fleste andre gjør.

Hvis du ofte velger å «følge strømmen» og gjøre det samme som de fleste andre, kan det bety at du ikke alltid stopper opp for å tenke på hva som faktisk er best for deg personlig. Selv om det kan føles trygt å gjøre som andre, er det viktig å huske at gode valg også handler om å vite hva som passer dine egne interesser, behov og verdier. Å ta selvstendige valg som reflekterer hvem du er, kan være veldig givende og hjelpe deg å utvikle din egen identitet og selvtillit.