

# Velkommen til BG Play your Talent Lifeskills program

I dette program vil du blive trænet i vigtige "lifeskills" og dit unikke talent. Ved at investere tid og energi i Play Your Talent Lifeskills program, vil du opnå en større indsigt i de kompetencer og værdier som du allerede besidder, men du vil også blive bevidst om dit udviklingspotentiale i forhold til at forme den fremtid du ønsker dig. Den kommer ikke nødvendigvis af sig selv, men skabes af den om der ser den!

Programmet er bygget op omkring moduler med et tema, øvelser og refleksioner. Opbygningen af modulerne samt den tematiske rækkefølge er ikke tilfældig, og hvad du lærer i modul 1, skal bruges i modul 2, lige som modul 3 bygger på det du lærte i modul 2, og så fremdeles. For at få det fulde udbytte af Play Your Talent Lifeskills program, er det derfor vigtigt at du investerer den tid og energi i forløbet, som der er lagt op til. I sidste ende er det en investering i dig selv og din fremtid.



## Modul 1: Hvem er jeg?

Hvad er jeg god til, hvad er mit særlige talent og hvad kan jeg have svært ved?

## Modul 2: Hvad er min mission og mine værdier?

Hvad er mit særlige ståsted hvor det meste giver mening for mig?

## Modul 3: Perspektiv og samarbejde

Der er flere perspektiver at anskue verden på end dit eget, men hvordan ser du andres? Hvad er din superkraft og hvad er dit bidrag i samarbejde med andre. Hvordan kan du "låne" andres talenter?

## Modul 4: Kommunikation

Hvordan kan jeg kommunikere på en god måde via mine talenter, og hvad er mine styrker og faldgrupper?

## Modul 5: Konflikt håndtering

Hvordan kan jeg blive dygtig til at løse konflikter og hvad er mine reaktionsmønstre. Hvordan bryder jeg med eventuelle uhensigtsmæssige mønstre?

## Modul 6: Fremtiden

Hvad kan jeg blive med mit talent, og hvordan bygger jeg bro mellem min sport og min karriere? Hvilken karrierer passer til mig, og hvordan passer jeg på mig selv og min power i alt det her?

## Modul 7: Game-plan og diplom

Udvikling af din egen personlige game-plan på udvalgte områder for fremtiden, og opsamling på Play Your Talent Lifeskills programmet