

Övning – Arbetsplatsens spelregler 20 min (HANDLEDARMATERIAL)

Inled med att fråga:

- Vilka av er har pratat om och kommit överens om sociala regler på er arbetsplats?

Låt gärna deltagarna lyfta goda exempel och berätta hur de gick tillväga och vilka deras erfarenheter har varit.

Hänvisa till arbetet vi gjorde med kursens spelregler och att det var mer ett införande än att skapa delaktighet i formuleringen.

Instruktion

Låt deltagarna föreställa sig att de tillhör samma arbetsplats och att vi nu har påbörjat ett arbete med att formulera arbetsplatsens spelregler, som annars är outtalade och som styr och påverkar vårt beteende, relationer och arbetsmiljö. Be dem att läsa igenom instruktionerna, välja en eller flera frågeställningar och börja formulera några spelregler utifrån de tips som presenteras i dokumentet.

Handled deltagarna under övningen.

Sammanställ övningen och låt deltagarna dela med sin av sina upplevelser och nyformulerade spelregler. Ställ frågan vad de kan tänka sig ta med sig hem till sina egna arbetsplatser.

Deltagarna hittar övningen i deltagarmaterialet.

Övning – Arbetsplatsens spelregler

1. DISKUTERA NÅGON/NÅGRA AV FÖLJANDE FRÅGESTÄLLNINGAR!

- ☐ Hur vill vi vara och behandla varandra?
- ☐ Hur vill vi hantera konflikter och andra problem?
- ☐ Hur öppna och uppriktiga vill vi vara i vår grupp?
- ☐ Hur vill vi reagera när en kollega får problem?
- ☐ Hur behandlar vi en ny gruppmedlem?
- ☐ Hur vill vi använda humor i gruppen?
- ☐ Hur kan vi förbereda oss för förändringar?
- ☐ Vilken kontakt och sätt har vi till andra grupper?
- ☐ Hur förhåller vi oss till företagets spelregler, policy och målsättningar?
- ☐ Vad vill vi att vår arbetsplats skall stå för?

2. FORMULERA ER GRUPPS SPELREGLER!

Låt alla vara med och sätta ord på hur ni vill ha det (se nedan råd och tips).

3. ACCEPTERA SPELREGLERNA

Har alla accepterat spelreglerna och börjat fundera på vad var och en behöver göra för att leva upp till dem? Renskriv dem i så fall och sätt upp dem där alla kan se dem! Vill ni vara extra tydliga med att ”testa” om gruppen är med så erbjud att skriva under (inga juridiska bindningar).

Undertecknad ställer upp på företag/avdelnings spelregler, är med på att föra en kontinuerlig dialog om hur vi tolkar dessa spelregler och kommer att göra sitt bästa att leva upp till dem.

Åtta tips om konsten att formulera spelregler

1. Skriv korta meningar om det du vill och förväntar dig istället för en negation. Det är skillnad på: Vi tillämpar konstruktiv kommunikation och: Vi använder inte negationer.
2. Börja gärna meningen med: Vi... och försök även att få med ordet varandra i meningen. Det bygger laganda och betonar vi-känslan.
3. En bra spelregel bör fungera som en vägledning, uppmaning och skall inspirera till att tänka till och agera på ett positivt sätt.
4. Varning för formuleringar som innehåller ett öppet eller dolt hot om bestraffning (då faller hela idén med spelregler).
5. Ha så få punkter/spelregler som möjligt. Över åtta - tio börjar det bli komplicerat.
6. Själva vitsen är att alla är med om att formulera gruppen/arbetsplatsens spelregler samt att alla tänker till på vad varje punkt innebär i praktiken. Att formulera spelregler är en process.
7. Revidera regelbundet era spelregler. Något som skall tas bort, läggas till eller förtydligas?
8. Se till att alla berörda får ett exemplar av spelreglerna och att de är uppsatta där samtliga dagligen kan se dem.

Några exempel på välformulerade spelregler:

Vi är öppna, ärliga och uppriktiga mot varandra (talar MED inte OM).

Vi delar med oss av vår kunskap till varandra.

Vi visar hänsyn och är toleranta mot varandras olikheter.

Vi måste anpassa oss och göra det bästa möjliga av situationen.

Vi hjälper, ställer upp och ber varandra om hjälp.

Övning – Arbetsplatsens spelregler (DELTAGARMATERIAL)

Föreställ er att ni tillhör samma arbetsplats och att vi nu har påbörjat ett arbete med att formulera arbetsplatsens spelregler, som annars är outtalade och som styr och påverkar vårt beteende, relationer och arbetsmiljö. Läs igenom instruktionerna, välj en eller flera frågeställningar och börja formulera några spelregler utifrån de tips som presenteras i dokumentet.

1. DISKUTERA NÅGON/NÅGRA AV FÖLJANDE FRÅGESTÄLLNINGAR!

- ☐ Hur vill vi vara och behandla varandra?
- ☐ Hur vill vi hantera konflikter och andra problem?
- ☐ Hur öppna och uppriktiga vill vi vara i vår grupp?
- ☐ Hur vill vi reagera när en kollega får problem?
- ☐ Hur behandlar vi en ny gruppmedlem?
- ☐ Hur vill vi använda humor i gruppen?
- ☐ Hur kan vi förbereda oss för förändringar?
- ☐ Vilken kontakt och sätt har vi till andra grupper?
- ☐ Hur förhåller vi oss till företagets spelregler, policy och målsättningar?
- ☐ Vad vill vi att vår arbetsplats skall stå för?

2. FORMULERA ER GRUPPS SPELREGLER!

Låt alla vara med och sätta ord på hur ni vill ha det (se nedan råd och tips).

3. ACCEPTERA SPELREGLERNA

Har alla accepterat spelreglerna och börjat fundera på vad var och en behöver göra för att leva upp till dem? Renskriv dem i så fall och sätt upp dem där alla kan se dem! Vill ni vara extra tydliga med att ”testa” om gruppen är med så erbjöd att skriva under (inga juridiska bindningar).

Undertecknad ställer upp på företag/avdelnings spelregler, är med på att föra en kontinuerlig dialog om hur vi tolkar dessa spelregler och kommer att göra sitt bästa att leva upp till dem.

Åtta tips om konsten att formulera spelregler

1. Skriv korta meningar om det du vill och förväntar dig istället för en negation. Det är skillnad på: Vi tillämpar konstruktiv kommunikation och: Vi använder inte negationer.
2. Börja gärna meningen med: Vi... och försök även att få med ordet varandra i meningen. Det bygger laganda och betonar vi-känslan.
3. En bra spelregel bör fungera som en vägledning, uppmaning och skall inspirera till att tänka till och agera på ett positivt sätt.
4. Varning för formuleringar som innehåller ett öppet eller dolt hot om bestraffning (då faller hela idén med spelregler).
5. Ha så få punkter/spelregler som möjligt. Över åtta - tio börjar det bli komplicerat.
6. Själva vitsen är att alla är med om att formulera gruppen/ arbetsplatsens spelregler samt att alla tänker till på vad varje punkt innebär i praktiken. Att formulera spelregler är en process.
7. Revidera regelbundet era spelregler. Något som skall tas bort, läggas till eller förtydligas?
8. Se till att alla berörda får ett exemplar av spelreglerna och att de är uppsatta där samtliga dagligen kan se dem.

Några exempel på välformulerade spelregler:

Vi är öppna, ärliga och uppriktiga mot varandra (talar MED inte OM).

Vi delar med oss av vår kunskap till varandra.

Vi visar hänsyn och är toleranta mot varandras olikheter.

Vi måste anpassa oss och göra det bästa möjliga av situationen.

Vi hjälper, ställer upp och ber varandra om hjälp.