

Startpakke for samskaping

Start og avslutt et møte:

Innsjekk og utsjekk



Innsjekk:

Standpunkt

Standpunkt er en innsjekkøvelse som kan varieres i det uendelige og tilpasses til akkurat det dere skal jobbe med. Øvelsen er enkel og fleksibel, nær sagt uavhengig av tid til disposisjon og antallet deltakere.

DU TRENGER

- God plass i rommet
- 5–50 personer

METODE

Standpunktøvelsen kan benyttes bare for at folk skal bli kjent og for å skape god stemning, men den kan også brukes i en mer faglig tilnærming. Ofte brukes den som en kombinasjon av sosialt og faglig. Det er spørsmålene som blir stilt, som bestemmer hvordan retningen og utbyttet blir. Det er ofte vellykket å starte med noen spørsmål som skaper uformell stemning. Deretter kan det legges opp til noen runder hvor dere kobler tettere til dagens tema, som forventninger til oppgaven og faglige spørsmål.

Opplegget går ut på å gi uttrykk for mening ved å plassere seg i rommet. Det kan være ved å danne en imaginær linje, å danne en stor sirkel, eller ved å stille seg i hjørnene i rommet. Etter hvert som spørsmålsrundene kommer, skal deltakerne synliggjøre hvordan de stiller seg, ved å innta aktuell plassering.

Eksempler på sosiale spørsmålsrunder:

- Still dere på rekke etter fornavn (alfabetet A–Å)
- Ordne dere etter fødselsdag (månedene i året)
- Still dere opp i hver ende av linjen etter hva dere foretrekker (fisk eller kjøtt, danse eller løpe)
- Still dere på rekke etter hvor lang reisetid dere hadde for å komme hit

- Gå i det hjørnet i rommet som viser hvor dere bor (sør, nord, vest, øst), hvilken årstid dere liker best (sommer, vinter, høst, vår), etc.

Eksempler på faglige runder:

- Still opp etter hvor lenge dere har jobbet i denne bransjen, eller vært ansatt på dette stedet.
- Still dere opp i hver ende av linjen etter dere anser som viktigst inn i dette arbeidet, resultater eller relasjoner.
- Organiser dere etter kjennskap til dagens tema (kan stille opp på linje eller i sirkel, avhengig av antall og plass i rommet).

Når alle har inntatt sin posisjon, kan fasilitator invitere deltakerne inn til å fortelle i gruppa, ved å stille ett eller flere oppfølgingsspørsmål til standpunktet. Deretter kan det tas nye spørsmålsrunder.



Innsjekk:

Tidsreisen

Tidsreisen er en enkel innsjekk ved starten av et møte, som samtidig er en fin måte for deltakerne å lande i det dere skal gjøre sammen, og samtidig avstemme sine forventninger til møtet.

DU TRENGER

- Stoler i en sirkel (4–15 deltakere)
- Noen postit-lapper og tusj/penn
- En vegg å henge lappene på

METODE

Sett dere i sirkel (gjærne uten bord foran dere), og ha med dere lapper (gjærne i A5) og en tusj hver. Forklar for deltakerne at du skal ta dem med på en liten tidsreise fram i tid, hvor dette møtet/kurset allerede har funnet sted.

Hjelp deltakerne å tenke seg fram i tid gjennom å be dem lukke øynene og si: «Det er nå i morgen kl 10. Du sitter med en god kopp kaffe og tenker på møtet vi hadde i går, og du er veldig fornøyd med det vi kom fram til eller fikk gjort på møtet. Hva var det som skjedde? Hva gjorde vi eller avklarte vi på møtet som gjør at du er så fornøyd?»

Gi dem noen minutter til å tenke over og skrive ned på to forskjellige lapper:

Lapp 1 – hva, helt konkret, er det de er så fornøyd med gjeldende møtet? Hva skjedde som var så bra, som ga så mye energi? Be dem konkretisere så godt de kan.

Lapp 2 – hva gjorde de selv for å få til dette? Hvordan bidro akkurat de til at møtet ble så vellykket?

Når alle har fått tenke noen minutter og har skrevet ned sine tanker på de to lappene, tar dere to runder hvor dere forteller hverandre i tur og orden hva dere har skrevet. Heng opp lappene på en tavle eller en vegg etter hvert som dere deler.

- **Runde 1/Lapp 1:** Hvorfor er du så fornøyd? Hva var det som gjorde møtet så bra?
- **Runde 2/ Lapp 2:** Hvordan bidro du selv til at det ble et godt møte?

Fin din rolle



Å bli utfordret på hvilken rolle du har i å skape et godt møte, gjør noe med måten vi deltar på – vi forstår at alles rolle er viktig, og vi tar ansvar for å koble oss på.



Innsjekk:

To sannheter, én løgn

To sannheter og én løgn egner seg godt i oppstarten av en samskapingsprosess (eller prosjektstart) for å skape en uformell stemning hvor deltakerne blir bedre kjent med hverandre.

DU TRENGER

- En liten gruppe (4-10 personer)
- Stoler i sirkel

METODE

To sannheter, én løgn er en måte for en ny gruppe å se bak titler, roller og profesjon. Metoden legger et godt grunnlag for tillit og trygghet i samskapingen videre.

Be alle deltakerne om å tenke over to ting om dem selv som er sanne, og en ting som

ikke er sann. Formuler en påstand som «jeg har hoppet 50 hopp i fallsjerm» eller «jeg har vært medlem i ... siden jeg var åtte år» eller noe lignende. Velg ut ting som er spesielle for deg, ikke noe som kan gjelde de fleste andre.

Når alle har plukket ut tre ting, tar dere en runde hvor hver og en presenterer de tre påstandene om seg selv i vilkårlig rekkefølge. Deretter skal de andre gjette på hva som er sant eller usant. Når alle har gjettet, avsluttes runden med at den som har presentert gir de andre fasiten.



Innsjekk og utsjekk:

Værmelding

Værmelding er en enkel øvelse som egner seg både til å sjekke inn og ut av møter. Det er en fin øvelse for å starte gjentakende gruppemøter.

DU TRENGER

- Bilder med værikon
- 3-8 deltakere

METODE

Stemning og følelser symboliseres med værrikoner.

Trinn 1

Start med å plassere lapper med de ulike værrikonene på bordet eller gulvet foran dere. Fjern alle andre ting fra bordet/gulvet. Skriv ut værrikonene, og laminere dem gjerne. Husk å skrive ut flere kort av hvert ikon. Kanskje gruppa er i kollektivt solskinn i dag?

Trinn 2

Be alle deltakerne velge seg et eller et par værikon (i stillhet) som beskriver hvordan de har det i dag – eller hvordan dagen/uka så langt har vært. Be dem tenke over hvordan de kan beskrive hvordan de har det, ved

hjelp av dette værikonet. Det kan føles litt rart første gangen, men dere blir fort vant til å si ting som:

«Forrige uke startet med ganske tykk tåke, som heldigvis lettet halvveis ut i uka etter at jeg hadde fått levert den rapporten jeg har jobbet med i det siste. Resten av uka var det sol med lett skydekke».

Eller:

«I dag har det vært strålende sol hele dagen, etter et par dager med storm for å rekke å få unna ..».

Dette er en fin måte å få legge fra seg ting som du har vært opptatt med før møtet, samt kjenne etter hvor du er nå.

Som en utsjekk kan dere runde av gjennom å be gruppa om å avgi en ny værmelding om hvordan de forventer at uka som kommer vil bli.

