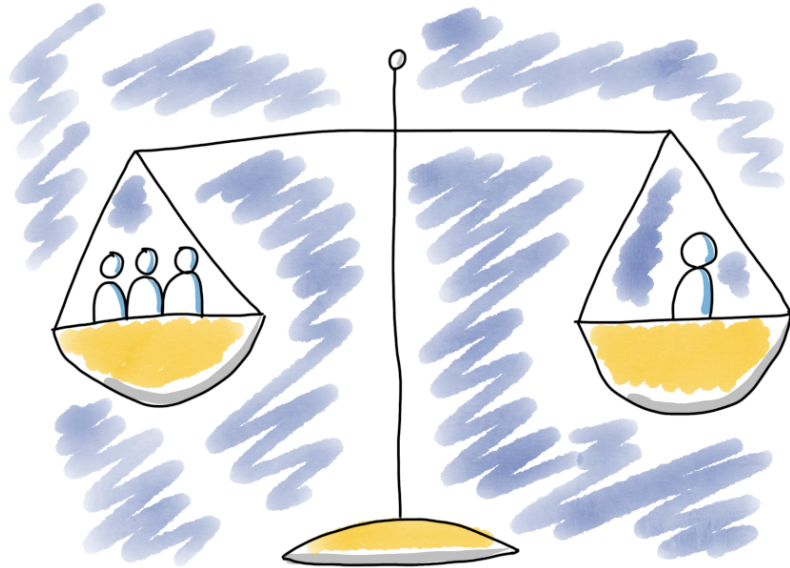


## Att balansera av team- och individuellt arbete



### Syfte

- Skapa en gemensam syn i teamet vad gäller fördelar, nackdelar och personliga preferenser för att arbeta väl ihop som ett team och när man arbetar individuellt.
- Skapa verktyg som gör det möjligt för teamet att dra nytta av, och undvika nackdelar med, båda arbetsmetoderna.
- Möjliggöra och inspirera varje teammedlem att ta ansvar för välbefinnandet hos alla andra teammedlemmar.

### Tid som krävs

35-50 minuter

### Material som Krävs

- 8 flipchartpapper, whiteboardmarkörer.
- Tejp.
- Post-it-lappar och några andra små anteckningspapper.

## Förberedelser

- Säkerställ att en grundläggande nivå av psykologisk trygghet finns i teamet innan ni gör detta.
- Tejpa ett stort kors på golvet.
- Placera små anteckningslappar/Post-it vid ändarna av tejpens: team/individ, +(positiv)/-(negativ).
- Förbered din agenda så att atmosfären i rummet är bra när ni börjar. Du kanske vill göra en energiaktivitet? Detta passar bra som en uppföljning till "Journey Lines" eller "Me Map".

## Hur

Förklara att:

- Målet med övningen är att utforska och lära känna våra olika erfarenheter och tankar kring att arbeta individuellt och i team.
- Det finns inget rätt och fel, bara olika erfarenheter och tankar.
- Målet är inte att få alla att tänka att 100% nära teamarbete är den enda rätta lösningen.

## Intro/uppvärmning

Förklara de två axlarna: positiv, negativ, arbeta som ett team och arbeta individuellt. Bjud in deltagarna att gå runt på rutnätet och försöka tänka på egna erfarenheter från de olika kvadranterna. Ge dem 2 minuter i tystnad för att göra detta. Syftet är att börja minnas exempel och fokusera. När du ger dessa instruktioner - visa genom exempel, det är effektivare än att bara förklara.

## Utforskning av för- och nackdelar

I det här avsnittet kommer vi att utforska för- och nackdelarna med först individuellt arbete och sedan teamarbete. Vi börjar med positivt - individuellt. Personer som uppskattar individuellt arbete kan känna sig mer obekväma i en agil kontext. Genom att göra det först visar och erkänner vi giltigheten och vikten av allas åsikter/upplevelser.

- Skriv "Positivt - Individuellt" som rubrik på ett flipchartpapper.
- Få alla att stå i den positiva - individuella kvadranten.
- Be en av teammedlemmarna att anteckna på flipchartpappret medan alla teammedlemmar delar med sig av sina erfarenheter av de positiva aspekterna av individuellt arbete.
- När ni är klara, spara flipchartpappret någonstans synligt. På väggen, golvet eller var det nu fungerar i rummet ni använder.

Upprepa denna process i denna ordning (nytt flipchartpapper för varje):

- Negativt - Individuellt arbete.
- Positivt - Teamarbete.
- Negativt - Teamarbete.

### **Reflektion, vilket arbetssätt är bäst?**

Facilitera en snabb reflektion/diskussion:

- Är teamarbete alltid det bästa tillvägagångssättet för alla typer av arbete?

Slutsatsen kan vara något i stil med “Vi behöver vara kloka och välja ett arbetssätt som maximerar de positiva sidorna av båda sätten att arbeta.”

Fråga teamet om de håller med om detta påstående.

### **Varningssignaler och åtgärder**

“Låt oss tänka på hur vi kan uppnå detta i praktiken!” - På ett nytt flipchartpapper, skriv “Individuellt arbete - varningssignaler”. Fråga teamet: “Hur kan vi se om vi är på väg in i de negativa aspekterna av individuellt arbete?”

Låt en teammedlem anteckna medan teamet delar med sig av sina idéer om detta.

När några varningssignaler har samlats in, byt till att samla åtgärder.

“Vilka åtgärder skulle vi vidta när vi märker dessa tecken - för att komma tillbaka till en av de positiva kvadranterna”

Återigen, låt en teammedlem anteckna medan teammedlemmarna kommer med förslag.

Upprepa för teamarbete.

### **Reflektion, vem är ansvarig?**

Ställ frågan:

- Vem är ansvarig för att vi befinner oss i det positiva? I den bästa av världar så skulle detta vara alla teammedlemmars ansvar.

### **Nuvarande preferenser**

“Vi är alla människor, och vi kan ha våra preferenser för hur vi vill arbeta. Detta kan förändras från vecka till vecka, dag till dag etc., beroende på många saker som livet i allmänhet.”

“Låt oss avsluta med att utforska var du känner dig mest hemma just nu på rutnätet. Om du har en preferens: stå på team-individ-axeln för att visa vad det är” (Gör det själv när du förklarar)

### **Slutsatser**

Okej, tack alla för att ni delade med er av era erfarenheter och skapade alla dessa fina affischer!

Facilitera en avslutning för teamet. Syftet är att få medköp för eventuella nästa steg och att fira och förstärka insikter eller lärande.

Att avsluta på en positiv not är också bra!

Här är några möjliga frågor du kan be dem diskutera, t.ex. i par (välj en eller två):

- Vad var mest intressant eller värdefullt för dig i denna övning/workshop?
- Vad tror du att vårt team kan vinna på att leta efter dessa varningssignaler/vidta åtgärder?
- Vad behövs för att vi ska följa upp detta och inte låta det försvinna?
- Vad mer behöver vi göra för att få de fördelar vi har pratat om?
- Hur tror du att uppmärksamhet på detta kan öka välbefinnandet i vårt team?