



## Övning 4, träff 5

### Färdighetsträning av svåra situationer

Övningen bygger på de situationer som ni tagit med till kollegieträffen och görs med fördel i mindre grupper.

- Beskriv i korthet den situation där du hade svårt att få gehör för din kompetens, eller svårt att få med dig andra personer. Vad hände?
- Givet det du vet idag, vad hade du kunnat göra annorlunda? Bolla detta i gruppen och gör sedan utforskande rollspel.
- Tips till rollspelen:
  - Korta rollspel (ca 1 min)! Kör samma sekvens flera gånger.
  - Testa olika ledarbeteenden, ta hjälp av bilden nedan och beteendexempel på baksidan.
  - Den som inte deltar i själva rollspelet har som uppgift att observera och hjälpa till med vad ledaren kan säga/testa i stunden. Ni gör detta tillsammans. Huvudfokus är på träning och utforskande, inte prestation.
  - Byt roller och se till att alla gruppdeltagares situationer hinns med.

				
<b>Villkorligt belönande</b>	<b>Vara ett föredöme</b>	<b>Inspirera /motivera</b>	<b>Intellektuell stimulering</b>	<b>Personlig omtanke</b>
Tydliggör förväntningar och mål, belönar leverans	Visar moral och styrka, starkt fokus på laget	Tecknar positiv framtid, visar tro på gruppen	Främjar kreativitet, lärande, problemlösning	Ser individens behov och förmågor, coachar

## Beteendexempel

### Villkorligt belönande

- Ge positiv feedback till den som presterar som förväntat (dvs inte bara för överprestation)
- Tydliggör roller/förväntningar/något annat
- Skapa kortsiktiga delmål för ett långsiktigt mål

### Förebild

- Stå upp för ett värde du tror på
- Prioritera gruppens intressen i en fråga, framför dina egna

### Inspirera & motivera

- Understryk likheterna mellan vad ni önskar åstadkomma (ert "varför")
- Förmedla en positiv framtidsbild

### Intellektuell stimulering

- Initiera ett samtal som fokuserar på att utforska nya idéer tillsammans
- Berätta om ett eget misstag och vad du lärde dig

### Personlig omtanke

- Lyssna aktivt och sammanfatta sedan vad personen sa
- Lyft fram den andres goda förmåga till något