

Ge varandra er bruksanvisning – övning för teamutveckling

Så genomför ni övningen

Alla i teamet får blanketten *Ta fram din bruksanvisning* med tydliga anvisningar om:

- **Varför ni gör övningen.** Exempelvis för att lära känna varandra bättre, underlätta kommunikationen, identifiera vad begreppet "arbetsglädje" betyder för olika personer i teamet eller nyttja teamets styrkor mer effektivt.
- **När svaren ska vara klara.**
- **Hur ni genomför övningen.** Dela era bruksanvisningar i teamet på det sätt som passar er bäst. Tala om hur övningen kommer gå till.

Alla förbereder sina svar individuellt i lugn och ro. Därefter samlas ni för att dela med er av era svar. Ni kan göra detta under en konferens, en teamaktivitet eller som en punkt på ett ordinarie teammöte – välj det sätt som passar er bäst.

Att dela bruksanvisningarna

- **I mindre team:** Gå laget runt och låt alla läsa upp sina bruksanvisningar. Det är viktigt att alla har förberett sig så att de kan ge sin fulla uppmärksamhet till den som talar.
- **I större team:** Om gruppen är stor, eller om någon är obekvämt med att tala inför alla, kan ni istället sitta två och två (eller i smågrupper) och dela med varandra. Sedan kan ni presentera varandras bruksanvisningar i storgrupp, exempelvis genom att en person berättar: "*Jag satt med Agnes och Henrik, och det här är Agnes bruksanvisning*". Det brukar leda till både skratt och många aha-upplevelser.

På nästa sida hittar ni blanketten som kan skrivas ut.

Blankett: Ta fram din bruksanvisning

Instruktioner

Svara på frågorna nedan och ta med dina svar till det tillfälle där ni ska dela era bruksanvisningar. Några meningar per fråga räcker. För att göra det lättare för andra att förstå vad du uppskattar eller saknar, inkludera gärna konkreta exempel.

Till exempel:

- Om du värdesätter att alla är förberedda inför möten, beskriv ett tillfälle när ett väl förberett möte gjorde stor skillnad.
- Om du uppskattar kreativitet, ge exempel på när gruppen senast var riktigt nytänkande.

Ju tydligare du är, desto lättare blir det för andra att förstå och ta hänsyn till dina behov.

Frågor att besvara

1. **Hur skulle du beskriva dig själv?** Om du har gjort en personprofil tidigare, dela gärna information därifrån. Om inte, beskriv hur du brukar agera på jobbet. Är du initiativrik eller mer avvaktande? Tänker du mer på **vad** som ska göras än **vem** som gör det? Är du spontan eller eftertänksam? Föredrar du tydliga instruktioner eller mer frihet i ditt arbete? (Om du tycker att det är svårt att beskriva dig på det här sättet för att du kan växla mellan olika sätt att vara eller att du uppfattar dig själv som att du nog är "lite av allt" - så skriv det. Det är också ett sätt att beskriva sig själv.)
2. **Vilka är dina styrkor?** Vad har du lätt för och vad ger dig energi? Vad bidrar du med till teamet? Är det något du skulle vilja göra mer av?
3. **Vad kan vara en utmaning för andra i samarbetet med dig?** Vilken feedback har du fått tidigare? Har du märkt att du ibland krockar med vissa typer av personer? Om du inte vet, fråga någon som känner dig väl.
4. **Vad uppskattar du när du ska samarbeta med andra?** Tänk på situationer där du lämnat ett möte med energi – vad var det som hade hänt då? Exempelvis en lättsam ton, tydlig struktur, snabb och effektiv kommunikation, vi var kreativa och nyskapande eller att alla fick komma till tals.
5. **Vad kan störa dig i samarbetet?** När blir du frustrerad eller irriterad? Till exempel för mycket trams, otydliga mål, avbrott eller att vissa personer tar över samtalen.
6. **Vad behöver du från andra för att trivas och prestera?** Under vilka omständigheter bidrar du bäst till teamet? Till exempel: Behöver du mer frihet, tydligare instruktioner, mer återkoppling eller att någon frågar hur du mår?

7. **Vad behöver du inte?** Finns det något som andra gör i all välmening som egentligen är onödigt eller irriterande för dig? Exempelvis att du får hjälp utan att ha bett om det, att någon alltid peppar dig eller att du ofta blir tillfrågad hur du mår när du egentligen bara vill jobba på.

Gör övningen – och använd insikterna!

Gå laget runt och lyssna på varandra. Anteckna det som är viktigt att komma ihåg. Målet är inte att alla ska få sin önskelista uppfylld, utan att skapa en arbetsmiljö där alla blir hörda och där ni bättre kan använda varandras styrkor. Det handlar om att mötas på halva vägen – så att alla i teamet får det de behöver för att trivas och lyckas tillsammans.

Lycka till!

Är ni ett team som inte brukar göra teamövningar kan ändå denna övning "Ta fram din bruksanvisning" fungera. Övningen är tillräckligt tydlig och konkret för att gå hem i alla läger och resultatet brukar överlag vara positivt.

