

Spil om psykisk arbejdsmiljø

(inspireret af BAR Jord til Bords spil om psykisk arbejdsmiljø)

Forord

BAR jord til bord har udviklet et spil om psykisk arbejdsmiljø og trivsel. Psykisk arbejdsmiljø handler om, hvordan vi hver især trives med vores arbejde, vores kolleger og vores ledelse. Det gavner alle, hvis der er trivsel på arbejdspladsen.

Spilleregler

Spillet består af 22 kort, som alle omhandler emner, som man ved har betydning for trivslen. Kortene er designet, så spillerne skal fokusere på ønsker til fremtiden. Spillet tager i alt 2 timer. Og det anbefales, at der er én, der "styrer" spillet.

Den, der styrer, skal være opmærksom på følgende:

- Tiden skal overholdes
- Alles mening er værdifuld
- Alle skal lytte til alle
- Ingen snak to og to under spillet

Det skal inden spillet understreges, at

- Der er tavshedspligt for alle spillere i forhold til de historier, der høres under spillet
- Man er velkommen til at fortælle sin egen historie
- Alle på arbejdspladsen/holdet er ansvarlig for denne tavshedspligt

Gruppesammensætning

- Lav grupper med 4-6 deltagere
- Der kan godt være flere grupper og spil i gang på samme tid
- Vurder hvordan grupperne bedst sammensættes (f.eks. på tværs af arbejdsgrupper, leder/medarbejdere m.v.)

Selve spillet

Kortene lægges på bordet med bagsiden opad.

Der skal stå tre skåle på spillebordet:

- Ja skål
- Nej skål
- Ved ikke skål

1. etape – træk et kort (15-20 minutter)

Deltagerne trækker på skift et kort og læser det højt for gruppen og kortene fordeles i skålene:

- Er udsagnet genkendeligt (bare for én), skal det i ja skålen
- Er gruppen i tvivl skal det i ved ikke skålen
- Siger alle klart nej, skal det i nej skålen

2. etape – prioritering og historier (ca. 40 minutter)

Gruppen tager alle kortene fra ja skålen og ved ikke skålen og prioriterer dem. Vigtigst, næst vigtigst, osv.

- Fortæl de historier, der knytter sig til det enkelte kort
- Alle skal have mulighed for at fortælle en historie
- De to vigtigste prioriteringer udvælges
- Ved flere grupper samles prioriteringerne (underviser)

3. etape – handlingsplan (ca. 40 minutter)

- Der snakkes om, hvordan man ønsker at arbejde videre med prioriteringerne (ideer, ønsker m.v.)
- Det besluttet hvem der har ansvaret
- Nyt opfølgingsmøde aftales