

# OPPGAVER

# Samling 1

Kurs i rolleforståelse og partsamarbeid



inkluderende arbeidsliv

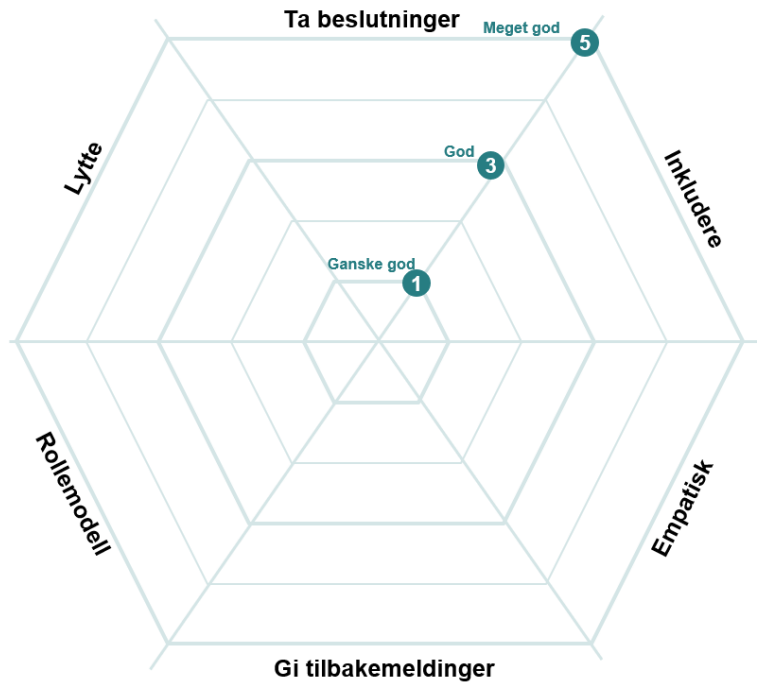
# Deg i rollen din

## Oppgave til egen refleksjon

---



inkluderende arbeidsliv



## Deg i rollen din

---

Du involverer deg i andre, du tar initiativ og du viser vei. Du går i dialog, lytter, inkluderer og gir tilbakemeldinger. Du tar beslutninger og oppnår resultater innenfor ditt ansvarsområde.

# Beskrivelse rolleferdigheter

Rolleferdigheter er noe som utvikles over tid. Vi har alle våre styrker og områder vi kan utvikle og styrke.

Hva med deg?

## Empatisk

Handler om å se ansatte fra deres ståsted, og å forstå og ivareta ulike perspektiver på en situasjon eller en utfordring. Hvor sterk er din empati?

## Inkludere

Samskaping at vi gjør ting sammen og spiller hverandre gode er et uttrykk for inkludering. Det styrker eierskap, ansvarlighet, og ikke minst gjennomføringsevne. Hvor på skalaen er du?

## Ta beslutninger

Å beslutte handler bl.a om å sette retningen, tydeliggjøre valg, oppsummere, avslutte eller komme videre. Det handler også om tydelighet og ryddighet. Vurder din fremgangsmåte.

## Gi tilbakemeldinger

En tilbakemelding har som formål å inspirere til forbedring. Kritikk mottas negativt, mens en konstruktiv tilbakemelding gir motparten et handlingsvalg. Hvordan vurderer du deg selv og din styrke her?

## Lytte

Å lytte er en bevisst og aktiv handling som i seg selv er inkluderende. Tar vi oss tid til å lytte styrker vi hverandres forståelse og får til bedre samarbeid. Når du lytter skaper du tillit. Hvordan er din lytteevne?

## Rollemodell

Medarbeidere påvirkes i størst grad av ledere sin atferd og spesifikke handlinger, og i mindre grad av informasjon. Kjenner du tygghet i rollen som leder, verneombud eller tillitsvalgt ?

# Oppgave 1

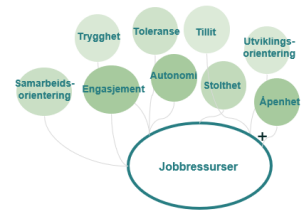
## Våre jobbressurser

---



inkluderende arbeidsliv

# Gruppeoppgave 1: Jobbressurser



Opgaven handler om jobbressurser – altså de grønne balongene i modellen. Vi tar fatt i jobbkravene( Blå dråper) senere i dag.

5 min

## Hensikt

Reflektere over de faktorer som skaper et godt arbeidsmiljø og hvordan hver av dere bidrar til å levendgjøre disse faktorene.

## Ønsket Resultat

Dere skal ha skrevet ned alle positive faktorer dere har snakket om, samt eksempler fra deres arbeidsplass.

## Agenda

**TID:** 30 minutter

**Fasilitator:** IA-rådgiver

**Referent:** Velg en i gruppen til å notere, og presentere etterpå.

a) **Individuell:**  
**Hvilke faktorer beskriver arbeidsmiljøet hos dere?**

Velg 1-3 faktorer som representerer din arbeidsplass på en god måte. Ved at du kan si:  
«Vi praktiserer faktoren *trygghet* på arbeidsplassen vår på en god / svært god måte»

5 min

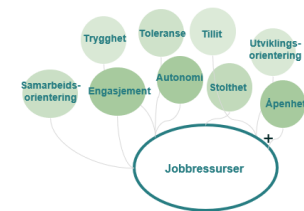
b) **Individuell:**  
**Hva konkret gjør du for å levendgjøre ressursene i hverdagen?**

Ta fatt i en av faktorene du har valgt ut - f.eks tillit. Reflekter over hvordan nettopp du bidrar til å levendgjøre denne faktoren på arbeidsplassen din?

20 min

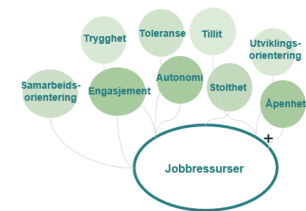
c) **Gruppesamtale:**  
**Sammenlign de positive faktorene hver enkelt har valgt**

Start med å la hver og en presentere sine svar på oppgave a) og b) over. Har dere en eller flere faktorer felles? Reflekter sammen om faktor(ene) og hvordan dere sammen kan bidra til å levendgjøre dem. Dersom dere ikke har noen felles faktorer så velg 1 faktor hver.



# Individuell oppgave: Jobbressurser

A) Hvilke faktorer beskriver arbeidsmiljøet hos dere?	B) Hva konkret gjør du for å levendegjøre ressursene i hverdagen?
Velg 1-3 faktorer som representerer din arbeidsplass på en god måte. Ved at du kan si: «Vi praktiserer faktoren <i>trygghet</i> på arbeidsplassen vår på en god / svært god måte»	Ta fatt i en av faktorene du har valgt ut - f.eks tillit. Reflekter over hvordan nettopp du bidrar til å levendegjøre denne faktoren på arbeids-plassen din?
<i>Fyll ut..</i>	<i>Fyll ut...</i>
...	...
...	...



# Gruppeoppgave 1: Jobbressurser

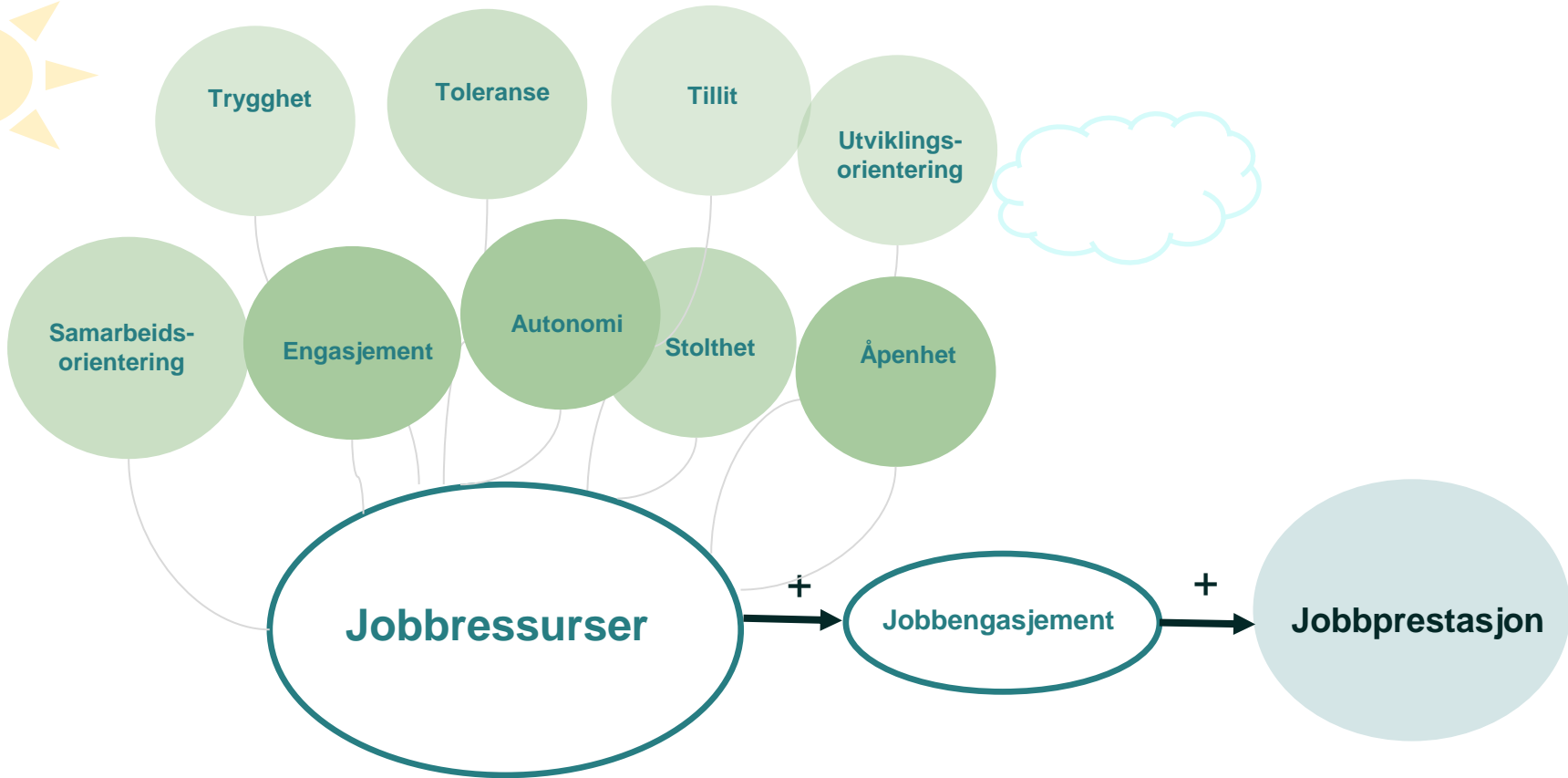
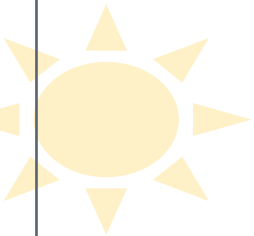
## C) Gruppesamtale: Sammenlign de positive faktorene hver enkelt har valgt

Start med at hver og én presenterer sine svar på oppgave a) og b)

Har dere én eller flere faktorer felles? Reflekter sammen om faktoren(e) og hvordan dere sammen kan bidra til å levendegjøre dem. Dersom dere ikke har noen felles faktorer så velg én faktor dere kan samle dere om.

*Fyll ut..*





# JOBRESSURSER

## TOLERANSE

- Raushet i kulturen
- Det er lov å ha ulike meninger
- Det er lov å gjøre feil
- Vi skal ikke skjule «feil»

## SAMARBEIDSORIENTERING

- At vi planlegger sammen
- At vi pløyer jorda sammen
- Fokus på at samarbeid gir best kvalitet

## UTVIKLINGSORIENTERING

- Alle er med og skaper forbedring
- Felles arbeid om verdier
- Alle tar et ansvar for positive endringer

## TILLIT

- Stole på hverandre
- Gi reelt ansvar
- Påta seg ansvar

## ÅPENHET

- Krever at informasjonen flyter
- Døren inn til ledelsen står åpen
- Ekte interessert og lyttende i forhold til medarbeidere
- Vi tør å gi og vi tør å få tilbakemelding

## TRYGGHET

- Takhøyde
- Tørre å stille «dumme spørsmål»
- «Her er det lov å tenke og si det, og det blir smakt på»
- Visshet om at vi støtter hverandre når ting er vanskelige

## ENGASJEMENT

- Glød
- Det å brenne for noe
- Ta et ekstra tak for egen arbeidsplass
- Følelse av eierskap til egen virksomhet

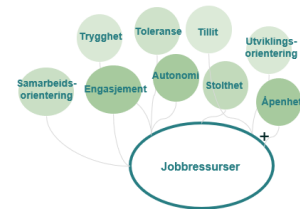
## AUTONOMI

- Ha innflytelse og ansvar
- Medarbeidere kan påvirke egen arbeidshverdag
- At ledere er villige til å gi fra seg autoritet
- Hvis du har gitt ansvaret fra deg, må du ikke gå inn og overstyre.


## STOLTHET

- En sterk identifisering med virksomheten
- Høy trivselsfaktor
- Godt omdømme

# Samtalekort til fasilitator/møteleder



## Samtalekort



Denne faktoren har fått mange stemmer.  
Hvem av dere vil komme med et eksempel på hva dere gjør for at denne faktoren realiseres så godt på deres arbeidsplass?

*<Turid>, kunne du gi oss eksempel på hva dere gjør hos dere som gjør at <åpenhet> er en positiv jobbressurs hos dere?*

Hva tenker dere andre om dette som her ble sagt?  
Som kjenner seg igjen i det <Turid> sier?  
Hvorfor tror du at det er sånn?  
Kan du utdype?



## Samtalekort



På faktoren xxx hva har du nevnt der <Lave>? Hva gjør du som <leder> for å få denne faktoren til å spille godt på deres arbeidsplass?»

«På hvilken måte vil et godt partssamarbeid påvirke arbeidsmiljøet?»

«Opplever du at det er hindere for at du skal få bidratt på en konstruktiv måte med gode forebyggende tiltak på deres arbeidsplass?» Hvis ja – utdypes.

«Hva skal til for å overkomme hinderet?»

«Hvordan kan du bidra til det?»

# Oppgave 2

## Partsam arbeidet i hverdagen

---

# Gruppeoppgave 2: Partssamarbeidet i hverdagen



## Hensikt

Felles refleksjon over et positivt partssamarbeidet, og hvordan dere kan spille hverandre gode. Hvordan samarbeidet eventuelt kan styrkes?

## Ønsket Resultat

Nedskrevet 2-3 punkter på situasjoner hvor dere trenger å støtte hverandre mer. Hver part skal gi eksempler på hva de selv bidrar med eller vil bidra mer med framover – for et styrket arbeidsmiljø.

## Agenda

**TID:** 20 minutter

**Fasilitator:** IA-rådgiver

**Referent:** Velg en i gruppen til å notere, og presentere etterpå.

5 min

### A) Individuell oppgave

Hvordan opplever du din rolle som henholdsvis leder, tillitsvalgt eller verneombud? Tenk på muligheter og utfordringer i rollen. I hvilke situasjoner kan du trenge / ønske deg støtte og hjelp dra de to andre partene? Noter deg noen stikkord fra din refleksjon

15 min

### B) Gruppesamtale

Alle deler sine refleksjoner i gruppen. Start med at hver av dere kort presenterer sine stikkord. De to andre lytter og noterertankene de gjør seg. Til slutt er ordet fritt.



# Notatark for hver av partene

## VERNEOMBUD

I hvilke situasjoner kan du som **verneombud** trenge / ønske deg støtte og hjelp dra de to andre partene? Noter deg noen stikkord fra din refleksjon

Jeg trenger støtte fra **tillitsvalgt** i situasjoner som:

Jeg trenger støtte fra **leder** i situasjoner som:

## LEDER

I hvilke situasjoner kan du som **leder** trenge / ønske deg støtte og hjelp dra de to andre partene? Noter deg noen stikkord fra din refleksjon

Jeg trenger støtte fra **verneombud** i situasjoner som:

Jeg trenger støtte fra **tillitsvalgt** i situasjoner som:

...

## TILLITSVALGT

I hvilke situasjoner kan du som **tillitsvalgt** trenge / ønske deg støtte og hjelp dra de to andre partene? Noter deg noen stikkord fra din refleksjon

Jeg trenger støtte fra **leder** i situasjoner som:

Jeg trenger støtte fra **verneombud** i situasjoner som:

...

# Grppesamtale 1: Støtte hverandre



## B) Grppesamtale: Om å støtte hverandre i partsamarbeidet

Alle deler sine refleksjoner i gruppen. Start med at hver av dere kort presenterer sine stikkord. De to andre lytter og noterer refleksjonene de gjør seg mens de lytter til de andre. Etter at alle har snakket er ordet fritt. Har dere felles perspektiver? Eller er det forskjellige tilnørminger til dette spørsmålet? Støtt hverandre i samtalen og

*Fyll ut .....*

# Samtalekort til fasilitator/møteleder

Samtalekortet hjelper dere å komme i gang.  
Det kan benyttes av fasilitator og av deltakerne



## Samtalekort til gruppeoppgave 2

<navn>? I hvilke situasjoner trenger du som <leder> støtte /hjelp fra tillitsvalgt og / eller verneombud?

«På hvilken måte vil et godt partssamarbeid påvirke arbeidsmiljøet?»

«Opplever du at det er hindere for at du skal få bidratt på en konstruktiv måte med gode forebyggende tiltak på deres arbeidsplass?» Hvis ja – utdypes.

«Hva skal til for å overkomme hinderet?»





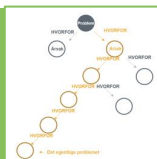
# Oppgave 3

## Hvordan finne og definere rett problem ?

---



# Gruppeoppgave 3: Rotårsaksanalyse



## Hensikt

Reflektere over hvilke faktorer som påvirker arbeidsmiljøet i negativ retning, og hva som er årsaken.

## Ønsket Resultat

Hver enkelt deltaker skal ha reflektert og notert på sin modell. Gruppen skal ha dokumentert faktorer på hva som er mest tyngende på deres arbeidsplass, og hva dere ser som årsaken til problemet.

## Agenda

**TID:** 50 minutter

**Fasilitator:** IA-rådgiver

**Referent:** Velg en i gruppen til å notere, og presentere etterpå.

5 + 5 min

### A) Individuell. Jobbkraav

Velg 1- 3 jobbkraav eller «dråper» som har størst negativ innflytelse på deres arbeidsmiljø? Hvordan kommer dette til uttrykk

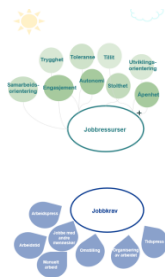
### B) Individuell: Jobbressurser

Velg 1-3 ressurser eller «ballonger» som i liten eller svært liten grad er tilstede på deres arbeidsplass. Hvordan kommer dette til uttrykk?

10 min

### C) Del i gruppen

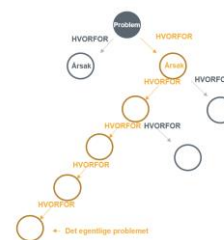
Del deres individuelle refleksjoner oppg A) og B). Snakk en av gangen mens de to andre lytter. Gi hverandre kommentarer til slutt. **(10 min)**

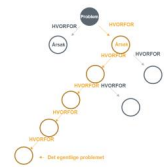


40 min

### C) Rotårsaksanalyse

Gruppen velger **én** faktor dere ønsker å ta tak i, og undersøke nærmere. Kjør en rotårsaksanalyse.





# Individuell oppgave: Jobbkrav og ressurser

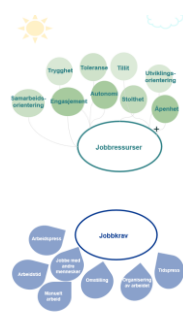
NOTATARK

A) Krav (blå dråper)
Velg 1- 3 jobbkrav eller «dråper» som har størst negativ innflytelse på deres arbeidsmiljø? Hvordan kommer dette til uttrykk?
Fyll ut ....



B) Ressurser (grønne ballonger)
Velg 1-3 ressurser eller «ballonger» som i liten eller svært liten grad er tilstede på deres arbeidsplass. Hvordan kommer dette til uttrykk?
Fyll ut ....





# Gruppesamtale 1: Problemsammenheng

NOTATARK

## B) Del i gruppen 10 min

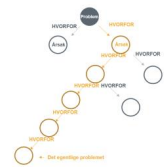
I denne delen skal dere dele med gruppen. Hver deltaker deler sine refleksjoner fra oppgave A og B. Dere andre lytter og noterer stikkord. Deretter er ordet fritt slik at dere kan kommentere og utdype problemforståelsen dere imellom. Økten oppsummeres ved at dere sammen blir enige om ett problem som dere alle ønsker å ta tak i gjennom en rotårsaksanalyse

Faktorer som påvirker arbeidsmiljøet i negativ retning

Jobbressurser som trengs å styrkes): .....

Jobbkrev som er for krevende

Problemet vi vil analysere videre er: .....

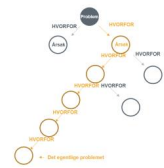


# Skjema for utfylling av rotårsaksanalyse

Fyll inn Hovedproblem: Fyll inn her.....

1 Hvorfor?	• fordi.....
2 Hvorfor?	• fordi
3 Hvorfor?	• fordi
4 Hvorfor?	• fordi
5 Hvorfor?	• fordi

NOTATARK




# Skjema for utfylling av rotårsaksanalyse

Fyll inn hovedproblem her: .....

1 Hvorfor?	• fordi.....
2 Hvorfor?	• fordi
3 Hvorfor?	• fordi
4 Hvorfor?	• fordi
5 Hvorfor?	• fordi

NOTATARK

The background is a solid teal color. On the left side, there are several overlapping, curved, semi-transparent shapes in various shades of teal, creating a layered, abstract effect. The text is positioned on the right side of the image.

Dere har 60 min til rådighet i  
grupperommet

# Avslutning

---

*Hvordan kan min rolle utgjøre en forskjell for arbeidsmiljøet på min arbeidsplass?*

*Ta kontakt hvis dere lurer på noe.*





# Takk for i dag

---