

## Beslutsfattande och agerande

### Område: Framsikt

**Syfte:** Skapa mod inför beslutsfattande. Att få individen agera i stället för att vara passiv. Med övningen vill vi få individer att få reflektera över misstag och undersöka vilket lärande som finns samt utmana våra rädslor.

**Arbetsgång:** Övningen innehåller två delar. Beslutsfattande och agerande.

#### **Del 1. Om beslutsfattande.**

Steg 1. Gruppledaren presenterar följande frågeställning;

När gjorde du senast ett ”misstag”, där du fick kunskap (i efterhand) som du inte fått om du hade ”spelat safe”? Hur såg du på misstaget när det hände?

Deltagarna får individuellt skriva ner berättelsen och besvara frågeställningen.

Steg 2. Gruppledaren presenterar följande frågeställning;

Med perspektiv – Vad lärde du dig? Vad mer?

-Skulle du vilja ha misstaget ogjort?

Deltagarna skriver ner sina tankar. Och sedan redovisar för varandra. Diskutera.

#### **Del 2. Om agerande**

Steg 1. Gruppledaren ställer följande fråga;

- Vilken aktivitet är du rädd för att genomföra?

Deltagarna får sedan individuellt skriva ner en aktivitet som de känner en viss oro/osäkerhet inför.

Steg 2. Gruppledaren ställer följande frågor;

Låt oss testa, vad är det värsta som kan hända? Och vad blir konsekvenserna om du inte provar? Deltagarna skriver ner sina tankar.

Redovisa. Diskutera.

Steg 3. Gruppledaren avslutar övningen med följande fråga, hur tänker ni kring er aktivitet? Jag tänker...

- Yes, jag gör mitt bästa!

- Göra något annat...

- Göra ingenting!

Gör en kort muntlig genomgång med samtliga deltagare.

Sammanfatta, vad kan vi lära oss av övningen?