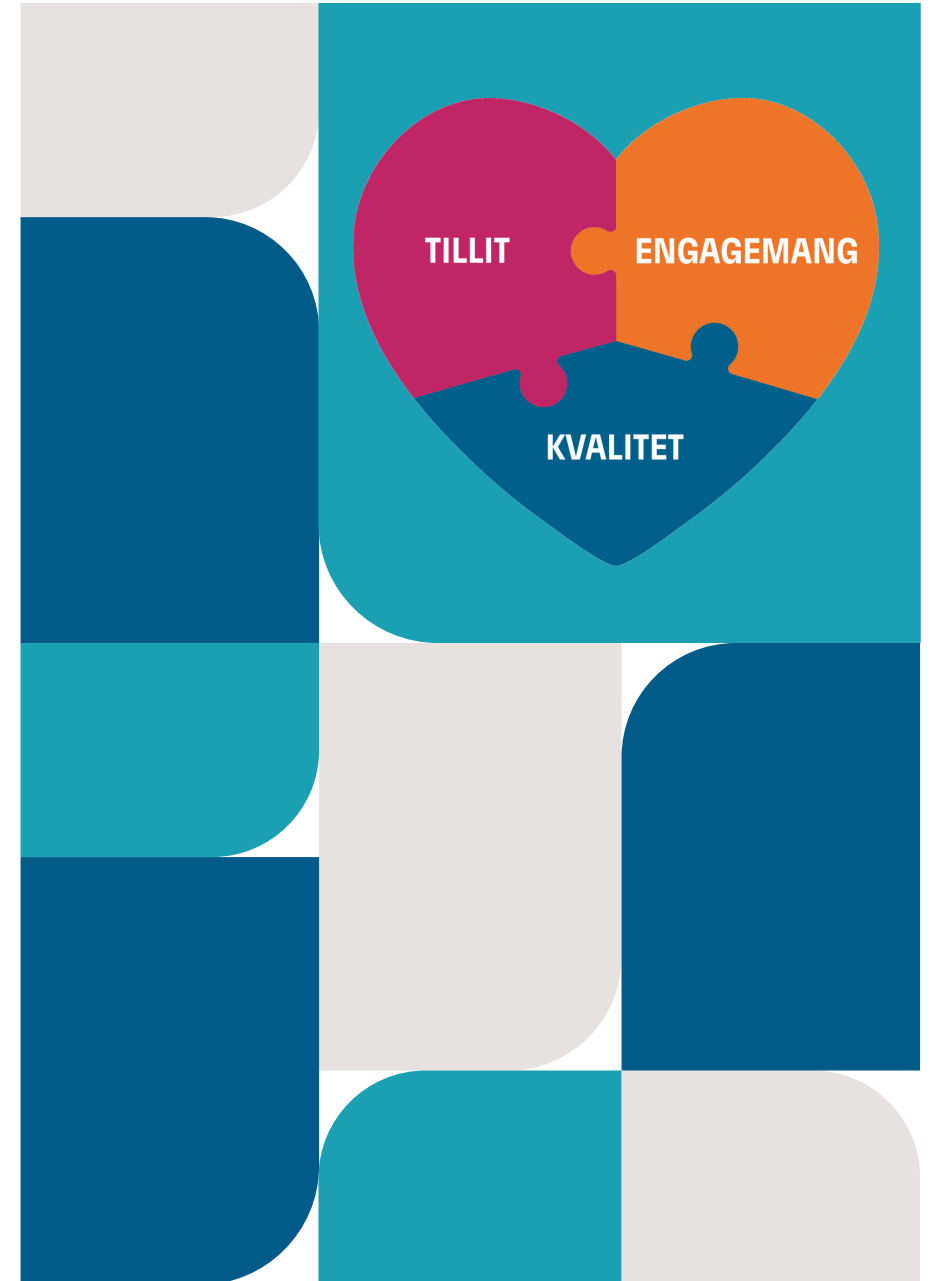
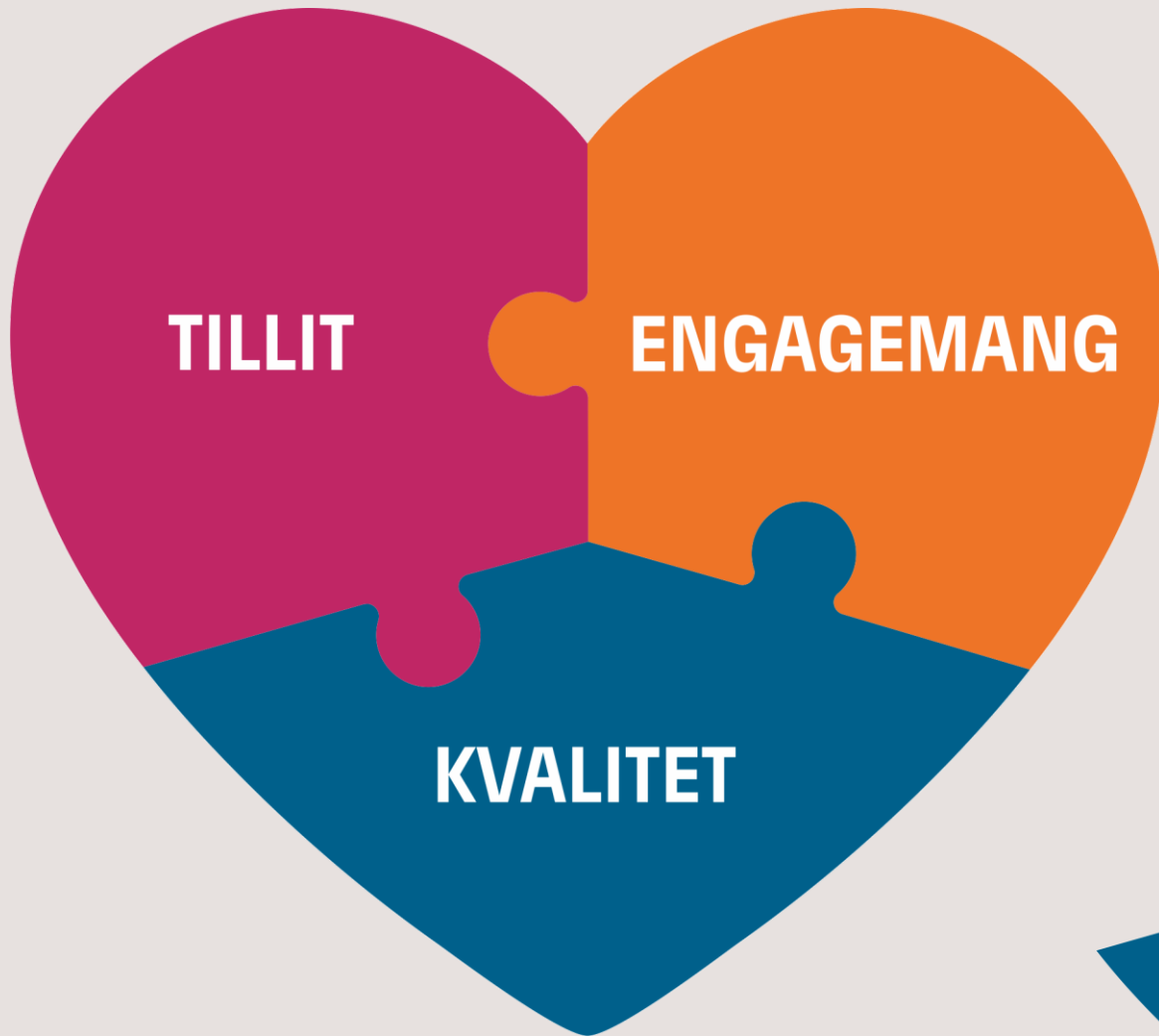


Reflektionsövning Professionella drivkrafter

*En kultur präglad av tillit, engagemang
och kvalitet*





Vi litar på varandra.
Vi är delaktiga och inkluderande.
Vi främjar öppenhet och dialog.



Vi hjälper varandra att lyckas.
Vi visar omtanke.
Vi kan vårt uppdrag och vet vem vi är till för.



Vi drivs av förbättringar.
Vi vågar prova nytt och annorlunda.
Vi arbetar för ett hållbart arbetsliv.

Förberedelse



SVÅRIGHETS-GRAD

Enkel övning
Inga förkunskaper
behövs



ARBETSGRUPP

Kan utföras i hela
gruppen, eller i
mindre grupper



TID

Avsätt 60-75
minuter till
aktiviteten,
beroende på
gruppens storlek

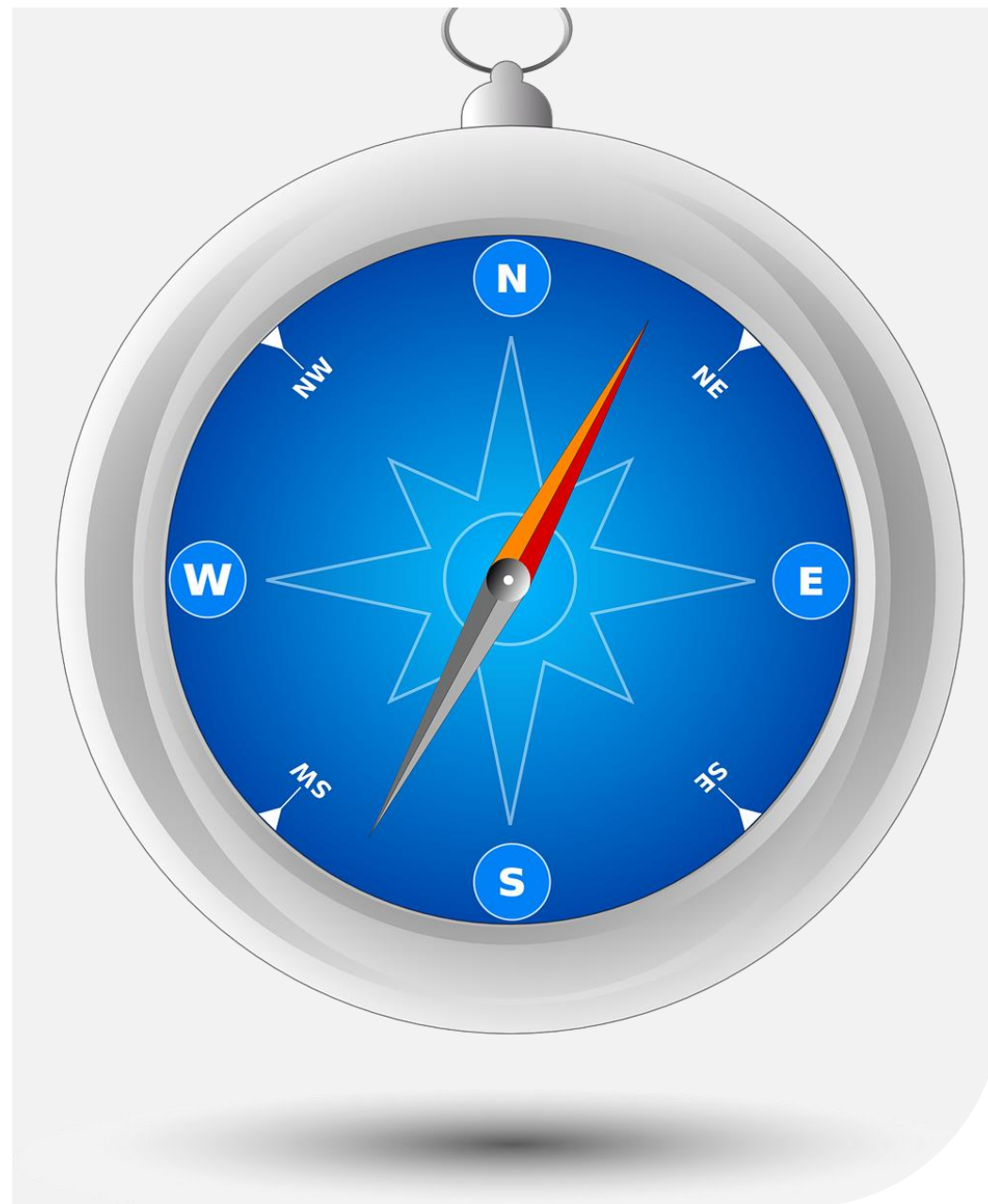


MATERIAL

Skriva ut
papper med
kompassen och
frågorna

Syfte med övningen

Öka medvetenheten om egna och andras drivkrafter på arbetsplatsen vilket skapar gemensam förståelse och riktning.



Engagemang och motivation

Motivation

Är en känsla av lust/olust vi har som individer och som styrs av två grundläggande perspektiv:

- att undvika obehag
- att få känna behag

Engagemang

Inställning och beteenden vi har för och till våra arbetsuppgifter, kollegor och organisationen vi arbetar i.

Engagemang är ett resultat av alla de saker som motiverar oss som individer. Detta resultat tar sig uttryck i olika beteenden och olika grader av engagemang.

Inre och yttre drivkrafter



Yttre



Inre



Självbestämmandeteorin

Autonomi

(Självbestämmande)

Självbestämmande och möjlighet att påverka

Kompetens

Att känna sig duktig och få utveckla sig

Tillhörighet

Att vi är del av en grupp och kan vara oss själva

Känslomässig press

När du arbetar för att externa faktorer hotar din identitet

Ekonomisk kompensation

När en extern faktor får dig att arbeta. Du arbetar för att erhålla belöning eller undvika bestraffning

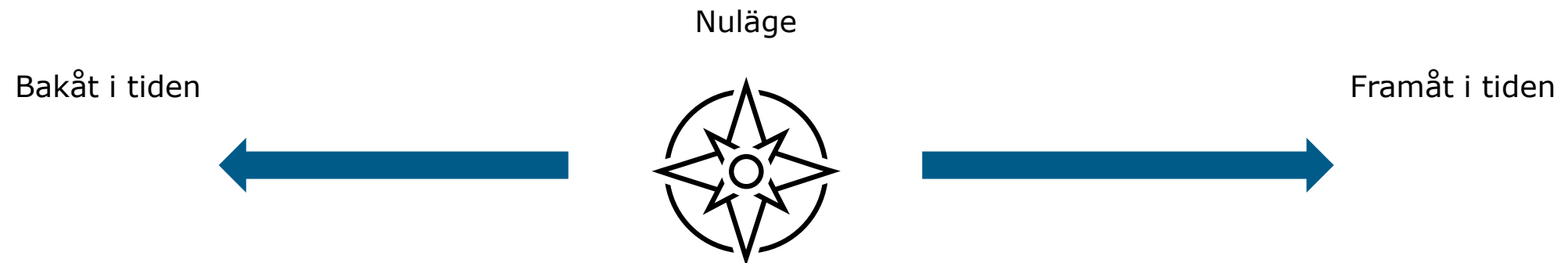
Självbestämmandeteorin



Reflektionsövning – professionella drivkrafter

Vad är viktigt och gör att jag känner motivation i arbetet?

Vad skapar drivkraft och engagemang i mig?



1. Här och nu?
2. Hur var det tidigare – bakåt i tiden?
Något som var annorlunda då?
3. Kommer det att se likadant ut i framtiden?

10 minuters egenreflektion
20 minuters reflektion i smågrupper
Lyfta några insikter in i den stora gruppen

Avslutning

Vilka delar av värdegrunden tycker vi att vi har berörd i dag?



Vi litar på varandra.
Vi är delaktiga och inkluderande.
Vi främjar öppenhet och dialog.

Vi hjälper varandra att lyckas.
Vi visar omtanke.
Vi kan vårt uppdrag och vet vem vi är till för.



Vi drivs av förbättringar.
Vi vågar prova nytt och annorlunda.
Vi arbetar för ett hållbart arbetsliv.



