

Jeg kunne ønske mig arbejdsopgaver med mere **ansvar!**



Jeg kunne ønske mig at tale mere med min nærmeste **leder!**



Jeg kunne ønske mig mere **indflydelse** på mine arbejdsopgaver!



Jeg kunne ønske mig mere **feedback** på mit arbejde!



Jeg kunne ønske mig mere **variation/flere udfordringer** i mine daglige arbejdsopgaver!



Jeg kunne ønske mig mere **støtte og anerkendelse** fra mine kolleger!



Jeg kunne ønske mig mere **samarbejde** med mine kolleger i dagligdagen!



Jeg kunne ønske mig mere **information**, om hvad der sker og hvad der kommer til at ske!



Jeg ville ønske vores **omgangstone/kommunikation** var bedre!



Jeg kunne godt tænke mig mere **kundekontakt!**



Jeg ville ønske, at vi var bedre til  
at **løse konflikter**  
og **uoverensstemmelser!**



Jeg kunne ønske, at det var mere  
tydeligt, når jeg har gjort mit arbejde  
godt (**succes/mål!**)



Der er **klikedannelse** hos os!



Jeg kan godt føle mig **ensom**  
og **isoleret!**



Jeg kan godt føle mig **stresset**  
i perioder!



Jeg synes det er svært at **tackle**  
"kunderne"!



Jeg kunne ønske mig en højere grad af  
**frihed i mit arbejde!**



Jeg synes der ind imellem foregår  
**mobning** på arbejdspladsen!



Jeg kunne ønske mig lidt  
**mere ledelse!**



Jeg kunne godt tænke mig **mere tid**  
til mine arbejdsopgaver!



Jeg kunne ønske, at vi blev behandlet  
lidt mere **retfærdigt!**



Jeg kunne ønske mig flere  
**meningsfulde** opgaver!



## Forord

BAU 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 med forskellige udsagn, som omhandler emner, man ved har betydning for trivslen. Kortene er designet, så spillerne skal fokusere på ønsker til fremtiden. Spillet tager ca. 2 timer og det anbefales, at der udpeges en 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.

**Detskalindenspillet understreges, at**

- der er tavshedspligt i forhold til de historier, der høres under spillet
- man er velkommen til at fortælle sin egen historie
- alle på arbejdspladsen er ansvarlig for denne tavshedspligt.

### Gruppensammensætning

- 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 mv.)

### Selvespillet

Kortene klippes ud og lægges på bordet med bagsiden opad.  
Der skal stå 3 skåle på spillebordet:

1. Ja skål
2. Nej skål
3. Ved ikke skål

### 1. etape - Træk et kort (15-20 min)

Deltagerne trækker på skift et kort og læser det højt for gruppen. Kortet lægges i en af de 3 skåle, efter reglerne:

- 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 min)

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 2 vigtigste prioriteringer udvælges.
- Ved flere grupper samles prioriteringerne.

### 3. etape - Handlingsplan (ca. 40 min)

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