

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!



## 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 ca. 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 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. (på tværs af arbejdsgrupper, leder/medarbejdere mv.)

## Selve spillet

Der skal stå 3 skåle på spillebordet:

- Jaskål
- Nej skål
- Ved ikke skål
- Kortene lægges på bordet med bagsiden opad.

1. etape - Træk et kort (15-20 min)

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

- Erudsagnet 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.
- Fortælle 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 besluttes, hvem der har ansvaret
- Nyt opfølgingsmøde aftales

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

 BAU Jord til Bord

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

 BAU Jord til Bord

Der er klikedannelse hos os!

 BAU Jord til Bord

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

 BAU Jord til Bord

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

 BAU Jord til Bord

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

 BAU Jord til Bord

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

 BAU Jord til Bord

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

 BAU Jord til Bord

## 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 ca. 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 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. (på tværs af arbejdsgrupper, leder/medarbejdere mv.)

## Selve spillet

Der skal stå 3 skåle på spillebordet:

- Jaskål
- Nej skål
- Ved ikke skål
- Kortene lægges på bordet med bagsiden opad.

1. etape - Træk et kort (15-20 min)

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

- Erudsagnet 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.
- Fortælle 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 besluttes, hvem der har ansvaret
- Nyt opfølgingsmøde aftales

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



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



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, 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 ca. 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 er ansvarlig for denne tavshedspligt.

Grupesammensætning

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

### Selve spillet

Der skal stå 3 skåle på spillebordet:

- Jaskål
- Nej skål
- Ved ikke skål
- Kortene lægges på bordet med bagsiden opad.

1. etape - Træk et kort (15-20 min)

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

- Erudsagnet 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.
- Fortælle 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 besluttes, hvem der har ansvaret
- Nyt opfølgingsmøde aftales