

## KAPITEL 3

### RÅD 16: VIS DINE EGNE BEGRÆNSNINGER, BED OM HJÆLP, OG HOLD FAST I, AT ANSVARET TIL ALLE TIDER ER DIT



#### Ramme:

Varighed: 60-75 minutter alt efter antallet af ledere

Forberedelse: Læs rådet, og reflektér over spørgsmålene på side 101.

Udvælg en facilitator inden øvelsen, som har forberedt øvelsens forløb, og som styrer tiden.



#### Formål:

At reflektere sammen over, hvordan I hjælper hinanden i ledergruppen og deler ud af jeres styrker og begrænsninger.



#### Sådan gør I:

**Trin 1:** Overvej hver især i ti minutter, hvor gode I er til at bede hinanden om hjælp i ledergruppen. Herunder også, hvor gode I er til selv at tilbyde hjælp og tage imod den. Find gerne eksempler.

**Trin 2:** Tag en runde, hvor I alle deler jeres overvejelser fra trin 1.

**Trin 3:** Drøft, på hvilken måde I med fordel kunne hjælpe hinanden yderligere. Drøft også, om der er barrierer herfor.

**Trin 4:** Hvis I har adgang til jeres personlighedstest, så brug disse til at få et overblik over jeres samlede styrker. Hvis I ikke har, så tal om dem ud fra egne refleksioner. Drøft også, om I har særlige faglige kompetencer eller erfaringer (om den enkelte har), som de andre kan få glæde af. Aftal i givet fald hvordan.



#### Vær opmærksomme på:

At øvelsens kvalitet står og falder med jeres evne til at være ærlige og sårbare og til at rumme dette også hos hinanden. Den forudsætter en vis grad af psykologisk tryghed mellem jer.

At personlighedstest kan være en platform til at tale om dette emne, som gør det lidt mindre sårbart, fordi I lader testen tale. Det kræver dog, at I alle oprigtigt ønsker at skabe en større hjælpsomhed i gruppen.