

## KAPITEL 7

### RÅD 36: VÆR BEVIDST OM DINE MOTIVER

**Ramme:**

Varighed: 45-60 minutter alt efter antallet af ledere  
Forberedelse: Læs rådet, og reflekter over spørgsmålene på side 216.  
Udvælg en facilitator inden øvelsen, som har forberedt øvelsens forløb, og som styrer tiden.

**Formål:**

At træne i at være hinandens rådgivere.

**Sådan gør I:**

**Trin 1:** Overvej, hvornår I hver især har været i en situation, hvor jeres adfærd er blevet påvirket af et indre motiv, f.eks. forskelsbehandling, omstændigheder, kontekst – f.eks. dårligt humør, en travl dag eller andet.

**Trin 2:** Udvælg en af jer, der har rollen som fortæller. Resten har rollen som rådgivere.

**Trin 3:** Fortælleren fortæller om sin situation fra trin 1. De andre lytter, spørger og hjælper med at komme helt til bunds i motiverne i den beskrevne situation – dvs. hjælper med at skabe bevidsthed og indsigt.

**Trin 4:** Tag en runde, hvor rådgiverne hver især præsenterer deres overvejelser om den fortalte situation og giver et godt råd til fortælleren. Husk, at det skal være tilpasset fortælleren og vedkommendes situation. Det er op til fortælleren, om vedkommende vil anvende rådene eller ej – vedkommende kan også blot nøjes med at takke for rådet.

**Vær opmærksomme på:**

At det ikke er sikkert, at du selv kender dine motiver helt til bunds. Dine kollegers spørgsmål efterfølgende kan derfor godt opleves som lidt intimiderende og ubekvemme, fordi du skal ned i et ubevidst område for at reflektere.

At øvelsen kun har tid til, at én leder tager fortællerrollen. Gentag derfor evt. denne øvelse flere gange, så alle kommer igennem fortællerrollen.