

Tips på teambuilding!

- **Planera för en teambuildingsaktivitet.** Det kan vara en enkel och gratis övning på arbetsplatsträffen eller en större teambuildingaktivitet där ni åker iväg. Nedan finns exempel. Hör av dig om du behöver hjälp. Jobbar ni på distans? Då finns alternativ även för er. <https://eventeffect.se/lista-15-teambuildingaktiviteter-for-din-kick-off/>
- **Gå laget runt:** När ni har konferens eller månadsmöte, ägna den första halvtimmen eller timmen till att göra en runda där var och en får berätta om sitt personliga nuläge. Det kan vara att man berättar om ett privat dilemma som tar mycket energi eller ett lyckat uppdrag man är stolt över eller ett misslyckat uppdrag man har det jobbigt med. Frågan man ställer till alla kan vara ”Hur är det för dig att vara här idag?” eller ”Vad snurrar i ditt huvud just nu?”. När alla fått säga något kommer det dels vara lättare att fokusera på det ni ska prata om på mötet eftersom man fått rensa tankarna och dels kommer ni att lära känna varandra bättre och veta vad som pågår i varandras liv.
- **Rensa ut gruset:** I arbetsmötet har ni en stående punkt där ni kan ta upp allt det som är i vägen för bra kommunikation eller bra prestation men som vi inte pratar om. T ex eventuella konflikter, missnöjen och annat ”grus”. Det kan vara irritation över att en kollega ofta glömmer att städa upp i kursrummet eller att någon annan fick ett uppdrag som jag gärna velat ha eller att jag vill stämma av att jag och en kollega är ok med varandra efter förra veckans meningsskiljaktigheter. Det kommer hjälpa er att rensa ut sådant som annars kan ligga i vägen för samarbete och i värsta fall växa till riktigt stora konflikter. Det gör det mindre dramatiskt att ta upp och med tiden blir man mer och mer van att prata om det som kan kännas obekvämt och lite läskigt. Använd förslagsvis begreppen obehagligt, olustigt, obegripligt och orättvist för att komma igång med diskussionen. Det är bra att skriva ner vad som blir överenskommet, så att det finns något att falla tillbaka på. Ibland förekommer uttryck som ”här är stämningen rå men hjärtlig” eller ”här är det högt i tak”. Men vad betyder det? Kom ihåg att det måste vara acceptabelt för alla, även för till exempel nyanställda och inhyrd personal.
- **Fira** för att visa uppskattning och belysa vad som är viktigt. Vare sig det gäller försäljning, prestation och resultat eller kulturella hjältar som arbetar konsekvent utifrån bolagets värderingar – fira och visa er uppskattning!

Tips teambuilding på distans

<https://www.aktiviteter360.se/digital-teambuilding/>

https://www.greenhatpeople.com/sv/online-team-building/?gclid=CjwKCAjwqML6BRAHEiwAdquMne4os9KEOzcBiXuszcZPCgN2Dtxa4Uof2B4bHbZufjKo9YdYuzCDhoCXKsQAvD_BwE

- Fika eller efter worka tillsammans, ring upp på zoom och ni kan snacka ihop
- Träna tillsammans genom att ha en messengergrupp där ni tränar och peppa varandra, eller bestäm en tid när ni tränar samtidigt.
- Ordna quiz, bingo eller någon annan social lek eller tävling.