

# LEG I MØDER - SJOVT, FOKUSERET & ENGAGERENDE

Måske deltager du jævnligt i denne form for møder: Et stort, bredt mødebord i et alt for lille rum, hvor alle er godt bænkedede på deres stole.

Der er ingen plads til at bevæge sig rundt, og knap nok plads til at stå op, hvis der er behov for at strække ben undervejs.

I disse fysiske rammer skal en meget vigtig (læs: ofte lang) dagsorden nås.

Det kan være en ren kamp enten at lede eller bare at overleve sådanne møder. Her er mine tre forslag til, hvordan du i løbet af få minutter kan skabe afveksling, skærpe fokus, få rørt noget af kroppen og endda give deltagerne mulighed for at reflektere over mødet.

Det er tre små lege, som hurtigt kan introduceres og som har en høj risiko for latter og god energi. Derudover er en positiv bivirkning, at mødedeltagerne får mulighed for at "fordøje" hvad der er sket indtil da på mødet.

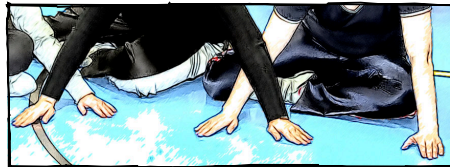
Nyere forskning viser desuden, at det at lege i forbindelse med beslutningsprocesser og andre arbejdsprocesser skaber mere innovative og kreative resultater.

Det kan være, at du ikke er vant til at bruge lege når du faciliterer eller leder i dit arbejde. Måske vil du først træne med de nærmeste kollegaer eller derhjemme med familie og venner. Prøv det af et sted hvor du føler dig sikker og vær forberedt! For det smitter, og du risikerer at folk vil have mere!

På side 2 har jeg skrevet nogle overvejelser, jeg finder nyttige når jeg iværksætter lege i mit arbejde.

## 1. Pitch Patch

Mødedeltagerne placerer deres hænder fladt på bordet foran deres nabo (som illustreret på billedet).



Hænderne skal nu efter tur – i urets retning – banke med flad hånd een gang. Bemærk, at det er hændernes rækkefølge, ikke deltageres! Når du har banket med din venstre hånd kommer først venstre sidemands højre hånd, dernæst højre sidemands venstre hånd og så din højre hånd.

Først gælder det om at få systemet lært, så lad det bare køre nogle runder, indtil du kan se, at deltagerne har styr på det.

Næste trin er at indføre et retnings skift. Det vil sige, at hvis en person banker to gange med flad hånd skifter retningen, så hændernes banken går *mod* urets retning, indtil næste person vælger at banke to gange ved sin tur.

Variation: Hvis en hånd banker på det forkerte tidspunkt skal den om på ryggen. Det øger kravet til koordination efterhånden som der bliver færre og færre hænder. Opmærksomheden flytter sig fra sidemanden og ud i rummet.

*Nøgleord: Hurtighed, overblik, latter, energi, bevægelse, fokus, kaos.*



## 2. Detektiv

- 1) Find en partner over for dig. Indtag en positur og "frys" et øjeblik, så I har tid til at studere hinandens kropsholdning, tøj, smykker og andre detaljer. Husk din egen positur også! (tid: 30 sekunder).
- 2) Vend ryggen til hinanden og lav om på 2 ting ved jeres egen positur og 3 ting ved jeres egen påklædning. (tid: 1-1½ minut).
- 3) Når signalet gives, vender I jer om og indtager den nye positur med ændringerne.
- 4) Begynd nu med at gætte hvad der er ændret (1 minut til hver person).

Hvis der er tid til det kan runden gentages, nu med den oplysning, at man ikke må ændre det samme igen, men gerne må kopiere den anden delvist.

*Nøgleord: Fokus på detaljer, nærvær, latter, øget selvbevidsthed.*

### 3. Snap!

Man spiller mod den, der sidder over for en. Illustrer hvordan spillet fungerer ved at bruge en af deltagerne som din egen spiller. Du angiver et tema for spillet.

Eksempel 1: "Stikord fra punkt to, som vi har overstået." Hvis punkt to eksempelvis var næste uges afdelingsmøde, kan det gå sådan her for sig:

- A. Spillerne holder den ene hånd med håndfladen opad, som om de har en stak kort liggende i hånden.
- B. Med den anden hånd tager de et fiktivt kort og smider det foran hinanden på bordet. Samtidig med at kortet smides, siger de deres stikord højt: "Mødeindkaldelse!" - "Dagsorden!" - "Powerpoint!" - "Kaffe!" etc. Man må gerne gentage de ord der bliver sagt.
- C. Når spillerne på et tidspunkt siger det samme stikord samtidigt: "Dagsorden!" - "Dagsorden!" gælder det om at være hurtigst. Det sker ved at snuppe den fiktive stak kort og sige højt: "SNAP!". Kun hvis der samtidig siges Snap!, kan man beholde kortene.
- D. ...Og spillet går videre.

Eksempel 2: Snap! kan også spilles på metaplan med for eksempel: "Stikord for elementer i et godt møde" - "Højdepunkter i mødet indtil nu - i stikord" osv. Leg gerne med sværhedsgraden i denne slags temaer. Det er ikke så vigtigt, at deltagerne rammer de samme ord ofte, men at de får tænkt over mødet. Spiller du Snap! senere i det samme møde, så lad deltagerne selv vælge temaet.

*Nøgleord: Fokus, association, energi, metaplan, latter, konkurrence, bevægelse, refleksion, skærpet opmærksomhed.*

### Når du bruger lege så...

#### ✓ gør det fordi du har lyst til det!

Al udvikling drives frem af lysten til at opnå noget bestemt. Det gælder også for dig, når du introducerer en leg eller et spil. Det mest smittende er, når en person leder an gennem sin lidenskab og sit engagement.

#### ✓ gør det fordi du er overbevist om, at det vil tilføre noget godt til mødet!

Leg er meget mere seriøst end vi går og tror. Vi har en kedelig voksen tendens til at dømmes leg til noget, børn gør. Men leg handler om at træne vores evne til at indgå i samarbejde, til at sætte klare mål og at kunne håndtere kaossituationer (træne vores stress tolerance). Det handler også om at lære sine egne grænser at kende og at tillade andre at sætte grænser.

#### ✓ gør altid din instruktion enkel og kort!

*"Der findes ingen sand forståelse. Kun mere eller mindre nyttige misforståelser."*  
- Steve de Shazer.

Gør det klart, at nu kommer der en instruktion og overlad så resten til deltagerens egen tolkning. Her kommer legens sande natur frem - nemlig gennem egne tolkninger. Det overrasker mig gang på gang, hvordan en leg kan blive bedre på grund af såkaldte misforståelser, (eller: selvstændige tolkninger).



#### ✓ slip legen løs! Lad andre overtage den eller byde ind med en ny leg!

Lad deltagerne tage ansvar. Lad dem selv organisere sig. Understøt frem for at styre. Lysten til at tage ansvar og drive noget fremad er det bedste og mest holdbare brændstof i en person og i en gruppe.

### Om at bruge lege

Jeg oplever ofte, at en person fortæller mig, "jamen den leg kender jeg da godt. Jeg har bare oplevet den på en anden måde."

- Ja selvfølgelig er det den samme leg! Lege er universelle. De indeholder typer af udfordringer og veje til succesoplevelser, som vi har lyst til at gentage.

Lege giver også mulighed for at eksperimentere med rammer og regler og bringer os dermed ud af vores daglige rutiner og vanetænkning (noget jeg mener vi burde gøre meget mere).

- Og glem ikke: Slip styringen!

Tak til:

Hans Fluri, Schweiz  
Kati Hankovszky, Ungarn/Schweiz  
Paul Z Jackson, England

for at have introduceret mig for legene.

(illustration af et sæt Snap! kort...)