



## Inledning och syfte

När du introducerar dig själv och programmet, berätta gärna något om dig själv och din bakgrund. Beskriv gärna varför företaget valt att arbeta med programmet och varför de blivit inbjudna att få denna utvecklingsmöjlighet.



## Nyttan med utbildningen

Några effekter av programmet:

- Ökad självinsikt kring drivkrafter under två förutsättningar - när det går bra och när man upplever konflikt.
- Utveckla social kompetens som leder till produktivare och mer välfungerande relationer på arbetet.
- Bli mer öppen för och nyfiken på andras perspektiv och känslor, alltså öka den empatiska förmågan.
- Förståelse för vad som driver människor och hur man kan använda de inre drivkrafterna för att nå ökad framgång.
- Förebygga konflikt genom att förstå vad som kan trigga igång den och hur man kan göra lämpliga anpassningar i såväl beteende som perception.
- Använda en kommunikativ stil som passar behoven hos den person du vill nå fram till.
- Skapa ett arbetsklimat som ökar möjligheterna för alla i gruppen att kunna göra sitt bästa på arbetet.
- Bygga upp motståndskraft för att möta motgångar genom att göra nödvändiga justeringar som leder till mer produktiva resultat.
- Mer avsiktligt välja styrkor för att nå avsedd effekt och resultat.
- Koppla lärandet till en specifik, aktuell och vardaglig situation.

## ATT SÄGA:

**Välkommen till – Resultat genom Relationer.**

**Jag heter \_\_\_\_\_, och kommer vara er handledare under dagen. Min förhoppning är att ni kommer lära er viktiga och intressanta saker. Värdet av det vi kommer arbeta med ligger främst i förmågan att använda dessa insikter i praktiken och därmed bli ännu mer effektiv - inte bara genom att nå bättre resultat utan även att behålla och utveckla goda relationer och samarbeten.**

*Försäkra dig om att deltagare som deltar virtuellt har loggat in.*

**Om du inte redan har gjort det, öppna ett nytt fönster och logga in på [app.corestrengths.com](https://app.corestrengths.com). Precis som bilden visar. Du kommer behöva denna sida för dagens arbete.**

**Det bästa är om du kan ha Core Strengths-fönstret öppet bredvid presentationsfönstret så att du kan se båda samtidigt.**

## BILD 1.02 skiljer sig mellan virtuell och fysisk utbildning.

### \* FYSISK VERSION

#### ATT SÄGA:

Introducera utbildningsmaterialet

[Klicka fram animationen #1](#)

Arbetsboken kommer vara huvuddokumentet idag. Det finns flera ställen där du kan fylla på information och notera dina egna insikter. Skriv ditt namn i arbetsboken. På alla bilder jag kommer visa finns en sidmarkering i det övre högra hörnet som motsvarar den sida vi är på i arbetsboken. Det gör det lätt när du snabbt önskar hitta vilken sida vi är på. Som du ser här är vi på sidan 1...

[Klicka fram animationen #2](#)

Här kan du skriva ditt namn i arbetsboken.

Du har också fått en Snabbguide. Den kommer vi att arbeta med under utbildningen och den är även mycket användbar efter utbildningen som ett stöd för att förbättra samarbetet med andra.

Dina resultat är också tillgängliga online tillsammans med extra funktioner som jag kommer visa senare under dagen.

### FYSISK



### Material

Deltagarmaterialet för Core Strengths Resultat genom Relationer innehåller följande tryckt material:

- Arbetsbok
  - SDI Snabbguide (även på Core Strengths appen i Apples och Google Plays appbutiker)
  - Strength Deployment Inventory kartläggningsresultat
- SDI 2.0 skall vara gjord som ett förarbete och kartläggningsresultaten utskrivna för att kunna delas ut under utbildningen.



### Arbetsboken: Sidan 1

Deltagarna skall skriva sina namn och datum på sidan 1. Det finns även utrymme att anteckna handledarens namn och kontaktuppgifter.



**BILD 1.02 skiljer sig mellan virtuell och fysisk utbildning.**

VIRTUELL



### Digital Arbetsbok

Deltagarmaterialet för Core Strengths Resultat genom Relationer innehåller följande material:

- Digital Arbetsbok
- SDI Snabbguide (i den digitala arbetsboken och i appen Core Strengths i Apple- och Google Play-butikerna)
- Digital handlingsplan

Strength Deployment Inventory kartläggningsresultat SDI 2.0 skall vara gjord som ett förarbete.



### \* VIRTUELL VERSION

#### ATT SÄGA:

Hjälp deltagarna att hitta till sin arbetsbok. De skall klicka på Utveckla därefter Utbildning och välja rätt grupp. På gruppssidan finns en länk till att öppna arbetsboken.

Låt oss börja med att säkerställa att alla har öppnat sin arbetsbok.

Om du har loggat in så borde du se en toppnavigering - välj Utveckla och därefter Utbildning och sen rätt grupp. Här borde dagens grupp ligga. Välj den.

[Klicka fram animationen #1](#)

Klicka på din arbetsbok. Det öppnas en ny browserflik med din arbetsbok. Placera denna flik på din skärm så du både kan se mötet och arbetsboken på samma gång.

[Klicka fram animationen #2](#)

Klicka på Fortsätt eller på den högra pilen så kommer du till sidan 2.

[Klicka fram animationen #3](#)

Notera att min bild har en 2:a högst upp i det högra hörnet. Din arbetsbok har också en siffra högst upp till höger. Du kan när som helst skriva in sidnumret här så att vi kan ha samma sida uppe.

[Klicka fram animationen #4](#)

Din arbetsbok har en snabbnavigeringsfunktion. För att använda den klickar du på de tre strecken högst upp till vänster. Då får du upp en innehållsförteckning med direktlänkar till en Snabbguide, en Handlingsplan och en utskriftsversion av dina kartläggningsresultat. Vi kommer att använda dessa under utbildningen.



BILD 1.03

## BILD 1.03 skiljer sig mellan virtuell och fysisk utbildning.

### \* FYSISK VERSION

#### ATT SÄGA:

Det här är inte en utbildning där du kan sitta tyst och bara lyssna. Tvärtom. Du kommer att bli involverad i både samtal och övningar under dagen. Det finns en viktig poäng med detta och det är att lärandet ökar. I denna anda sätter vi igång direkt med en tävling i grupp. Det kan vara en fin start på att synliggöra vikten av att kunna samarbeta väl för att lösa en uppgift.

Ni kommer arbeta i lag om 6–8 personer. Ni får alla samma uppgift och ert mål är att flytta föremålen från stol 1 på den här sidan rummet till stol 2 på den andra sidan rummet så fort som möjligt.

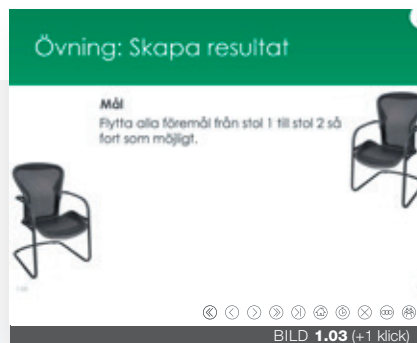
#### Klicka fram animationen #1

Gå igenom reglerna på bilden. Undvik medvetet att ge ytterligare instruktioner - låt lagen tolka reglerna som de själva vill...

Ni har 8 minuter att fullfölja era tre försök—och förbättra er mellan varje försök.

Jag sätter på timern.

FYSISK



#### Regler

1. Alla i respektive lag måste delta.
2. Använd bara en fingerspets för att flytta föremålen.
3. Varje lag har tre försök.
4. En i varje lag måste ta tiden.



#### Timer (8:00)

Använd "Timer"-knappen för att räkna ner tiden som lagen har att göra sina tre försök.



#### Om övningen

Det är meningen att den här övningen skall bli lite av en överraskning för deltagarna. Använd den som en startövning i syfte att få alla aktiva att komma igång.

Förbered rummet med stolar på motsatta sidor i rummet. På ena sidans stolar lägger du föremålen som skall flyttas. Alla typer av föremål fungerar, men försök se till att föremålen är av olika typ och form, så att man inte kan använda samma flytteknik för alla föremål.

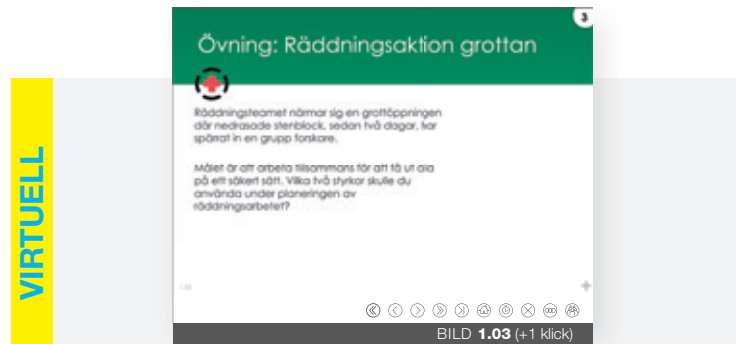
Du kan välja att lägga in lekfulla kommentarer som "Jag har sett det här göras mycket snabbare." eller "Är det här verkligen det snabbaste ni kan...?"



#### Arbetsboken: Sidan 3



**BILD 1.03 skiljer sig mellan virtuell och fysisk utbildning.**



**Regler**

1. Alla i respektive lag måste delta.



**Om övningen**

Det är meningen att den här övningen skall bli lite av en överraskning för deltagarna. Använd den som en startövning i syfte att få alla aktiva att komma igång.

**\* VIRTUELL VERSION**

**ATT SÄGA:**

Läs situationen från bilden. Brodera gärna ut, men säg ingenting som avslöjar det som kommer i de två nästa animeringarna.

*Klicka fram animeringen #1*

Här finns en lista över styrkor. Ni behöver enas om två stycken.

Vi börjar med att öppna upp en chattfunktion. Skriv in ett meddelande som går till alla med de två styrkor du skulle använda för att planera räddningsaktionen.

När alla har skrivit in sina förslag så kommer vi att samtala om det.

När alla har skrivit in sina förslag så kommer vi att samtala om det.

Led ett samtal för att komma fram till vilka två styrkor gruppen skulle använda. Be dem att notera vad de kom överens om i sina arbetsböcker.

*Klicka fram animeringen #2*

Skriv in "Kommunicera med forskarna" i chatten så det visuellt blir en tydlig skillnad mellan de två försöken. Be deltagarna upprepa processen och komma överens om vilka två styrkor de skulle använda för att kommunicera med de instängda forskarna.

*Klicka fram animeringen #3*

Skriv "Vädervarning" i chatten för att skilja på de olika svaren. Upprepa processen med den nya informationen som utgångspunkt.



BILD 1.04

## BILD 1.04 skiljer sig mellan virtuell och fysisk utbildning.

### \* FYSISK VERSION

#### ATT SÄGA:

Så, ta nu några minuter för att i respektive lag reflektera över frågorna på skärmen. Frågorna finns även i era arbetsböcker.

#### FRÅGOR:

I tillägg till frågorna på skärmen kan du även ställa dessa frågor:

**Var alla aktivt engagerade?**

**Var det kul?**

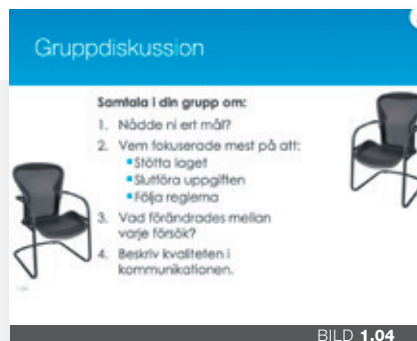
**Gjorde alla sitt bästa?**

**Kom allas förslag fram?**

#### ATT SÄGA:

Målet var att flytta sakerna från en stol till den andra - men det var inte syftet med övningen. Mål och syfte är inte samma sak. Syftet med denna övning var att utforska hur vi arbetar ihop, därför våra relationer påverkar vårt resultat.

FYSISK



### Timer (3:00)

Använd "Timer"-knappen för att räkna ner tiden som grupperna har för sina samtal:

1. Nådde ni målet?
2. Vem fokuserade mest på att:
  - Stödja laget
  - Slutföra uppgiften
  - Följa reglerna
3. Vad ändrades mellan varje försök?
4. Beskriv kommunikationen.



### Om övningen

Lagen kan ha gjort olika tolkningar av uppgiften.

- Vilket var det snabbaste försöket—kortast tid att flytta föremålen från en stol till den andra?
- Hur mycket tid fanns kvar när ALLA grupper var klara?

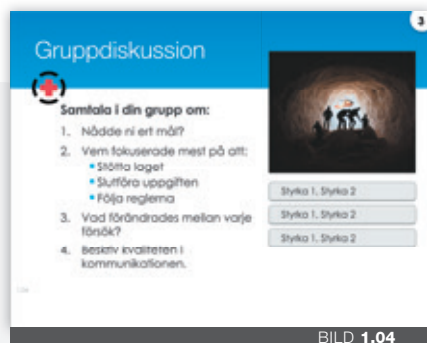
Lagen kan även ha gjort olika, eller kreativa, tolkningar av reglerna. En del lag kan anklaga andra för att fuska eller bryta mot reglerna.



### Arbetsboken: Sidan 3

### BILD 1.04 skiljer sig mellan virtuell och fysisk utbildning.

VIRTUELL



#### Timer (3:00)

Använd "Timer"-knappen för att räkna ner tiden som grupperna har för sina samtal:

1. Nådde ni målet?
2. Vem fokuserade mest på:
  - Stödja laget
  - Slutföra uppgiften
  - Följa reglerna
3. Vad ändrades mellan varje försök?
4. Beskriv kommunikationen.



#### Om övningen

Gruppen kommer troligen ha olika uppfattningar som sannolikt är oenighet (inte konflikt).

Uppgiften var att samarbeta bra OCH rädda forskarna.



#### Arbetsboken: Sidan 3

#### \* VIRTUELL VERSION

#### ATT SÄGA:

Låt oss ta några minuter för att samtala om frågeställningarna på bilden. De finns även i din arbetsbok.

#### FRÅGOR:

*I tillägg till frågeställningarna på bilden kan du även fråga gruppen något av nedanstående:*

**Kom allas förslag fram/ togs i beaktande?**

**Hur fungerar chattfunktionen för var och en?**

**Behöver vi ha några "regler" kring kameror eller mikrofoner?**

#### ATT SÄGA:

**Målet var att komma överens om ett par styrkor som skulle vara användbara i respektive räddningsförsök.**

**Men det var inte syftet med själva övningen. Mål och syfte är inte samma sak.**

**Syftet med övningen var att undersöka hur vi arbetar tillsammans, eftersom relationer påverkar det resultat vi får.**

FRÅGOR:

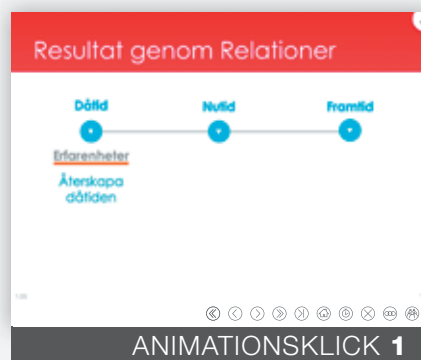
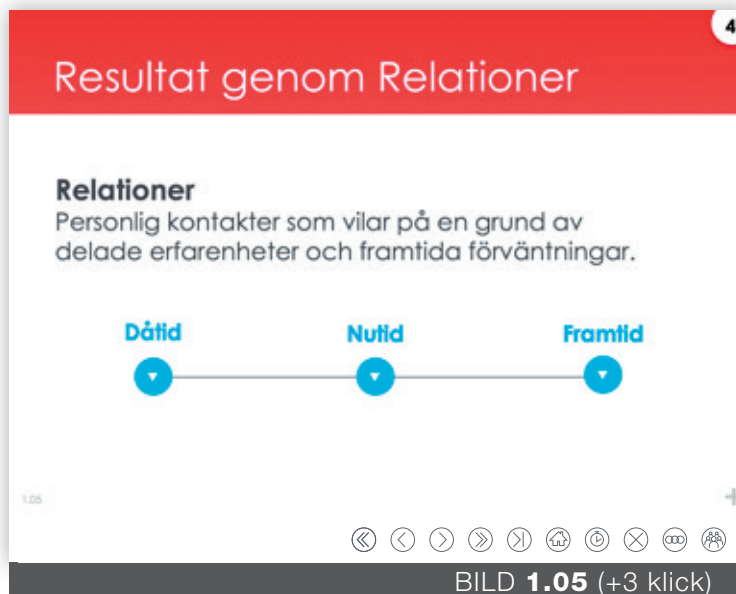
Våra relationer påverkar de resultat vi får varje dag. Bra relationer skapar bra resultat ... och dåliga relationer kan sta i vägen för resultaten.

"Men vad är en relation egentligen?" Den enklaste definitionen av en relation är en koppling. Uttryckt i mänskliga termer, en relation är en koppling mellan människor som bygger på en grund av delade erfarenheter och förväntningar på framtiden.

*Klicka fram animeringen #1*

Ett sätt att utveckla relationer är att titta tillbaka i tiden. Om vi tar oss tiden att försöka förstå människor och våra tidigare erfarenheter, upptäcker vi ofta att felaktiga antaganden påverkar vårt omdöme. Eller vi hittar missad information som, om vi hade känt till den tidigare, skulle ha gjort stor skillnad. Det för vi in vår nya kunskap i nuet.

(fortsätter på sidan 9)



### Arbetsboken: Sidan 4

Deltagarna skall skriva "Erfarenheter" på den tomma raden.



### Lär av historien

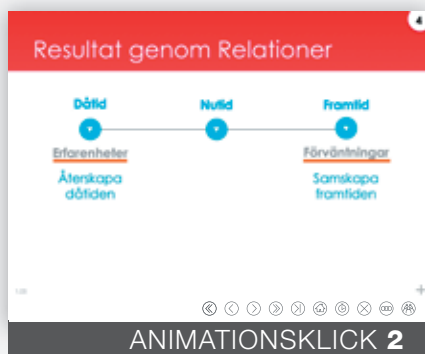
När tidigare erfarenheter ses i nytt ljus, främjar det bättre förståelse och uppskattning av andra, som kan leda till bättre samarbete och inkludering.

Omformulering av tidigare erfarenheter kan också innefatta förlåtelse eller släppa fördomar, agg eller förbittring.

(fortsätter på sidan 9)



## NÄR DET GÅR BRA



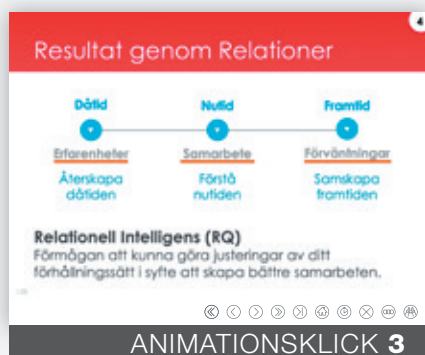
### Arbetsboken: Sidan 4

Deltagarna skall skriva "Förväntningar" på den tomma raden.



### Återskapa framtiden

Vi kan göra ett bättre jobb i att återskapa framtiden när vi förstår på vilket sätt människor vill bli behandlade, på samma sätt som framtida resultat kommer vara tilltalande eller attraktiva för dem. Att klargöra förväntningar om framtida samverkan och resultat kan utveckla relationer.



### Arbetsboken: Sidan 4

Deltagarna skall skriva "Samarbete" på den tomma raden.



### Behärska situationen

Texten i Arbetsboken för Behärska situationen är en förhandsvisning av 1-2-3-modellen. Den kan användas som en övergång för att överväga deltagarnas situation som är på nästa bild.

### Klicka fram animeringen #2

Vi återskapar även framtiden. Människor har förväntningar på varandra, även om vi ibland inte lär oss om varandras förväntningar förrän det är försent. Om vi har dåliga erfarenheter kring en person sedan tidigare, förväntar vi oss oftast dåliga erfarenheter i framtiden. Samtidigt som, om relationerna har varit bra så förväntar vi oss att det skall fortsätta.

Men om vi lär oss hur andra vill bli bemötta - vad som belönar dem, vad de uppskattar - så kan vi använda dessa förväntningar för att utveckla vår vardagliga samverkan.

### Klicka fram animeringen #3

Arbetet med att återskapa dåtiden och samskapa framtiden görs i nuet. Och det görs parallellt med våra dagliga interaktioner. Det är i nutiden som vi hanterar våra uppfattningar, bedömningar, beslut, beteenden, känslor och vår kommunikation.

Under tiden vi har tillsammans idag kommer jag be er att fokusera på en aktuell situation och arbetsrelation. Jag kommer guida er genom en process som kommer utveckla en relation på arbetet så att du kan nå bättre resultat i framtiden.

Att utveckla din Relationella Intelligens innebär att skapa genuina kontakter med andra människor. Du får bättre resultat genom relationer.

# RESOURCES

## Avsnitt 1: Virtuellt bildindex

## \* VIRTUELL VERSION

Bilden 1.02 - 1.04 skiljer sig åt för virtuella och personliga klasser.

