

Läsunderlag: Flytten

Du som leder workshopen läser texten nedan högt för alla, pausa gärna lite mellan punkterna för att lämna tid för reflektion:

Ställ dig avslappnat, ta ett djupt andetag och känn kontakten med underlaget. Blunda gärna!

Låt sedan tankarna ta dig tillbaka till en flytt som du har varit med om... Det kan vara en flytt du genomförde för länge sedan eller nyligen. Den kan ha genomförts i ditt privatliv eller i ditt arbetsliv...

- Vilka tankar och känslor återkommer till dig när du återkallar flytten?
- Vilka positiva och negativa känslor väcks till liv?
- Blev det som du tänkt dig och vad förde den med sig i ditt liv?
- Så här i efterhand: vad kan du se att du eventuellt lärde dig genom flytten?

Kom i lugn takt tillbaka till ditt här-och-nu. Öppna ögonen!



URSÄKTA RÖRAN - OMSTÄLLNING PÅGÅR

- Omställning pågår. Ständigt. Samhällen, arbetsplatser och individer har alltid anpassat sig till nya förhållanden och utvecklat lösningar som svar på nya behov.
- Sverige gick från att vara fattigt och eländigt till utvecklat och modernt. Lämna jordbruket för industrialismen, tjänstesamhället för informationssamhället.
- Med nya sätt att organisera, arbeta och lära möter vi nu det globaliserade och digitaliserade samhällets nya utmaningar.
- Då som nu blir det rörigt och stökigt. Leder till oro och motreaktioner. Det kan slå hårt mot vissa och gynna andra. Men i det stora är omställning sällan farligt eller dåligt. Det är en förutsättning för utveckling.



Diskussionsunderlag Flytten

Fundera på frågorna om flytten och reflektera över hur du ser på förändring generellt i förhållande till din flytt. Dela sedan din upplevelse av flytten med en annan deltagare.

Samtala och lyssna aktivt på varandra i 5 minuter.

- Samtala om vilken typ av förändring du genomgick?
- Vad krävdes av dig för att genomföra flytten? Hur var det och vad det ledde till?
- Hur skiljer sig era berättelser åt? Vilka erfarenheter är gemensamma?
- Hur är förändringar att genomföra för dig?