

## Tidslinjen

### Hvad skete der, og hvordan kommer vi videre?

#### Hvorfor skal I bruge Tidslinjen?

Tidslinjen er en god proces, når I har udfordringer med det psykiske arbejdsmiljø. Måske har I brug for at dele perspektiver på jeres fælles historie og de bump, der har været på vejen frem til der, hvor I er nu. Tidslinjen skaber også overblik over, hvad I indtil nu har gjort for at afhjælpe problemet/-erne.

Med afsæt i dette kan I finde et fælles attraktivt fremtidsbillede, som I gerne vil arbejde frem i mod. Fx "et godt tværfagligt samarbejde om kerneopgaven" eller "et samarbejde, der bygger på tillid og respekt". Dette er jeres forandringsønske.

#### Hvornår skal I bruge Tidslinjen?

I skal bruge Tidslinjen, når I har brug for at forstå hinandens perspektiver, finde fælles fodfæste og formulere et ønske for forandring.

#### Hvad skal I bruge for at kunne lave Tidslinjen?

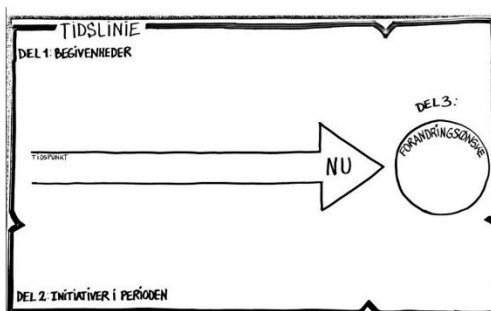
Post-its, kopi af tidslinjeplanchen.

#### Hvor lang tid tager Tidslinjen?

1-2 timer, afhængigt af antallet af deltagere og hvor meget I har på hjerte.

#### Del 1: Begivenheder

Hæng Tidslinjeplanchen op.



#### Skriv ned

Skriv hver især stikord på post-its om betydningsfulde oplevelser eller begivenheder, som I hæfter jer ved i perioden, hvor jeres problemstilling er opstået – både positive og negative. For eksempel "Ny leder ansat", "Implementering af xx", "Workshop", "Besked om yy" eller "Ny teamorganisering". Det kan også være "Bestemte måder at tale med hinanden på" og lignende.

Skriv kun én oplevelse eller begivenhed pr. post-it.

#### Placer post-its og fortæl

I skiftes nu til at placere én post-it ad gangen over tidspilen, hvor den tidsmæssigt hører hjemme. I fortæller ud fra spørgsmålene:

- Hvad skete der, hvem gjorde hvad og hvornår?
- Hvilken betydning vurderer jeg, den har haft for vores problemstilling?
- Hvad fortæller valget af oplevelse/episode om, hvad der er betydningsfuldt for mig?

Resten af gruppen lytter. Man må spørge ind, men ikke diskutere.

#### Tal om det samlede billede

Når alle post-its er placerede, taler I sammen om:

- Hvordan er det at se det samlede billede? Hvad får vi øje på?

#### Del 2: Initiativer i perioden

Reflekter nu sammen ud fra følgende spørgsmål:

- Hvad har vi allerede forsøgt at gøre for at afhjælpe vores problemstilling?

## Tidslinjen

### Hvad skete der, og hvordan kommer vi videre?

- Hvad har været særligt hjælpsomt, som vi skal huske at tage med os frem over?

Notér vigtige pointer på post-its. Ét tiltag pr. post-it. Placer dem under tidspilen, hvor I skønner, at de tidsmæssigt hører hjemme.

### Del 3: Forandringsønske

I lyset af del 1 og 2 taler I nu sammen om:

- Hvad kunne udgøre en værdifuld forandring for os og være et attraktivt og realistisk fremtidsbillede?
- Hvad vil vi gerne opnå sammen?

Formuler i fællesskab og skriv jeres bud på planchen. I kan evt. bruge post-its, hvis I har flere bud på forandringsønsker og har brug for at drøfte den endelige formulering. Den endelige formulering skrives i cirklen på planchen.

Et godt forandringsønske kunne fx være "Vi har et samarbejde, der bygger på tillid og respekt", "et godt tværfagligt samarbejde om kerneopgaven" eller "Vi vil være bedre til at forebygge vold og trusler".

### Hvad gør I efter Tidslinjen?

Når I kender jeres forandringsønske, kan I gå i gang med at udforske, hvordan det kan realiseres. Her kan I bruge forskellige andre metoder, som fx "Omvendt brainstorm", som I finder på [www.sparkweb](http://www.sparkweb). Hvis I ønsker at arbejde videre med kerneopgaven, kan I finde inspiration i publikationen "Forebyg stress i fællesskab" (BFA) eller "Styrk Samarbejdet" på hjemmesiden [www.vpt.dk](http://www.vpt.dk).

