

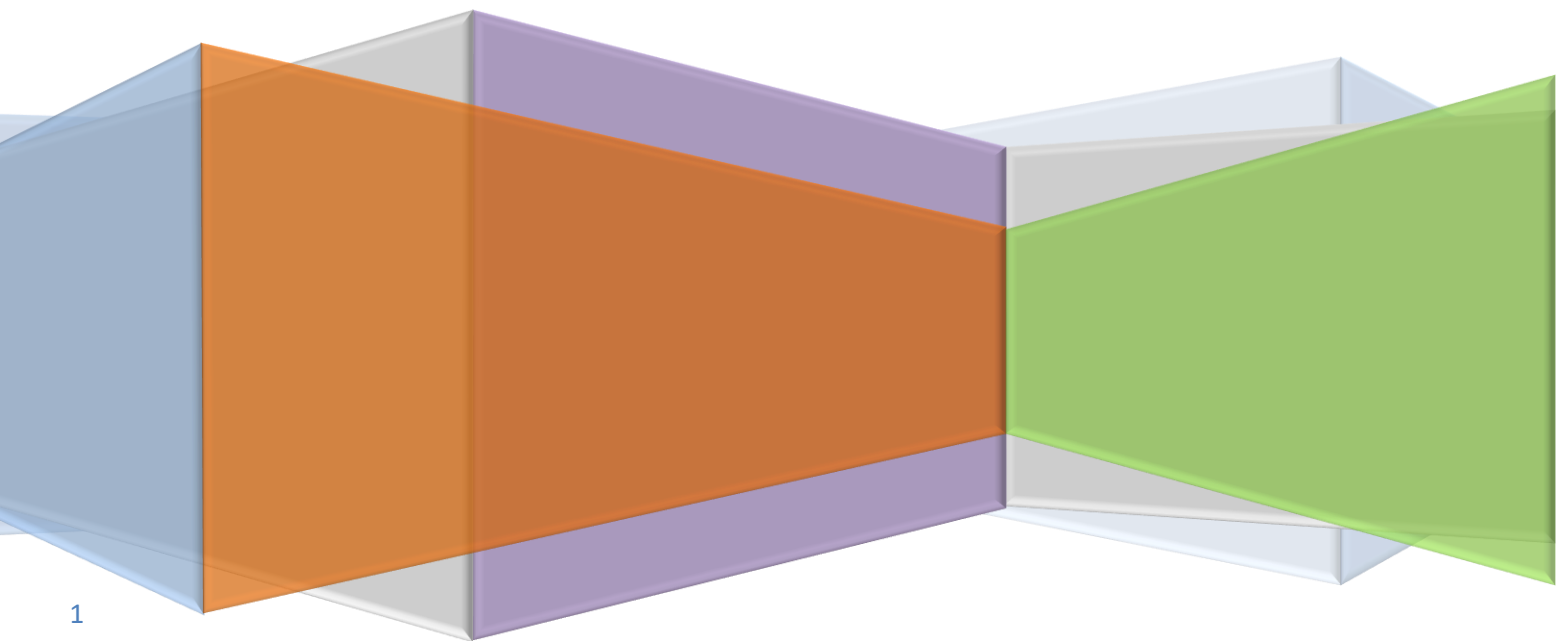


## **IO2. Naloga 2.2**

# **Delajte počasi, delajte bolje**

## **Orodje za usposabljanje**

### **Past pomagača**



1



## IME ORODJA: Smrdljiva riba

### ORGANIZACIJA IN DRŽAVA: GROWTH COOP, Španija

Online

V živo

#### Pregled (Kaj se boste naučili?):

Kratka aktivnost, ki se osredotoča na razpravo o problemih, povezanih s splošno temo. Namen aktivnosti je ustvariti odprto atmosfero in sprostiti napetosti v skupini. Smrdljiva riba je metafora za "stvar, ki jo nosiš naokoli, a o njej nerad/-a govoriš", vendar dlje, kot jo skrivaš, bolj smrdi. S tem, ko "smrdljivo ribo" položimo na mizo, se udeleženci poistovetijo drug z drugim, se počutijo bolj sproščeni glede izražanja svojih problemov in odkrijejo področja za učenje in razvoj. To orodje se lahko uporablja tako v živo kot online.

#### Cilj (Zakaj se boste to naučili?):

Smrdljiva riba je metafora za "stvar, ki jo nosiš naokoli, a o njej nerad/-a govoriš", vendar dlje, kot jo skrivaš, bolj smrdi. Smrdljiva riba je uporabna tehnika za razpravo o stvareh, o katerih si ne upamo govoriti v službi, ker nas je strah reči "ne" in nas to privede do situacije, ko se zaradi preobremenjenosti z drugimi nalogami ne moremo posvetiti lastnim zadolžitvam.

#### Gradiva:

A4 listi papirja z natisnjenim velikim obrisom ribe.

**Čas:** 20-30 minut

**Ciljna skupina:** Celotna organizacija in ekipa, delavci in zaposleni.

#### Navodila za moderatorje

S svojimi besedami predstavite namen vaje. Pojasnite, da je namen raziskati in deliti skrbi posameznikov, ki so povezane s temo delavnice. Na ta način odpremo razpravo in se začnemo soočati s skrbmi in prepoznamo možnosti, da jih premagamo.



## Naloge in postopek

### **Korak 1:**

#### **Namen**

Predstavite namen vaje. Pojasnite, da je namen raziskati in deliti skrbi posameznikov, ki so povezane s temo delavnice ali ki se nanašajo na prihodnost. Na ta način odpremo razpravo in se začnemo soočati s temi skrbmi in prepoznamo možnosti, da jih premagamo.

Izvedba vaje v živo: Razdelite A4 liste papirja z natisnjenim obrisom ribe vsakemu udeležencu. Razložite metaforo smrdljive ribe: "Smrdljiva riba je stvar, ki jo nosiš naokoli, a o njej nerad/-a govoriš, vendar dlje kot jo skrivaš, bolj smrdi." Gre za metaforo za strah ali anksioznost; gre za stvar, ki se bo še poslabšala, če je ne priznate in se z njo ne soočite.

### **Korak 2:**

Udeleženci imajo približno 5 minut časa, da oblikujejo svojo smrdljivo ribo, ki se navezuje na temo delavnice.

Na primer, če je tema delavnice digitalna tehnologija, smrdljiva riba lahko govori o strahovih, ki so povezani z digitalnimi spremembami. Če je tema delavnice sprememba organizacije dela, smrdljiva riba lahko govori o strahovih, povezanih s spremembami znotraj organizacije. Udeleženci naj napišejo le nekaj besed ali izrazov znotraj telesa ribe.



### **Korak 3:**

Ko vsi udeleženci oblikujejo svojo smrdljivo ribo, naj vsak svojo smrdljivo ribo predstavi pred skupino.

Vsak udeleženec ima na voljo 30-60 sekund. Nadaljujte tako dolgo, dokler ne pridejo na vrsto vsi udeleženci.



Lahko se odločite, da razstavite vse smrdljive ribe na steni kot v galeriji. To velja ne glede na to, ali vajo izvajate v živo ali preko spleta. Dobro je, da se vrnemo k skicam kasneje in naslovimo določene strahove, ki so bili izraženi na začetku.

### **Korak 4:**

#### **Zaključek**

Pojasnite, da s tem, ko "poločimo ribo na mizo", naredimo pomemben prvi korak pri soočanju z našimi strahovi in skrbmi. Če je potrebno, pojasnite, da bodo koraki delavnice, ki bodo sledili, ponudili dodatno možnost odkrivanja smrdljive ribe.



## Prilagoditev spletni implementaciji

Pri online srečanjih lahko delite spodnjo skico.



- Odkar je prišlo do spremembe, se je spremenila kultura v naši pisarni.
- Nova ekipa ima veliko sestankov.
- Strah me je, da bo naša ekipa zaradi prihoda novih zaposlenih razpršena.
- Ne zmorem videti dlje kot 3 mesece.
- Nisem več prepričan, kaj je cilj naše ekipe.
- Nove prioritete v meni povzročajo zmedo.
- Ponovno imamo novo vodstvo. Ali bo bolj učinkovito?
- Kako je ta sprememba drugačna od spremembe 3 leta nazaj?
- Skrbi me, da imam tako veliko ekipo.

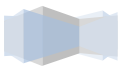


### **Povezava s spretnostjo**

Orodje je povezano s sovražnikom osredotočenega in učinkovitega dela, tj. past pomagača, ki zaposlene vodi v situacijo, ko postanejo preobremenjeni z nalogami in obveznostmi drugih, ker ne znajo reči "ne" in ne znajo postaviti mej. Ko nas drugi dojemajo kot osebo, na katero lahko vedno računajo, pademo v past: postanemo preobremenjeni z obveznostmi, ker imamo neracionalen strah, da nas bodo drugi zavrnili. Ta vaja lahko pomaga zaposlenim, da izrazijo svoje skrbi in potrebe.

### **Zaključek in ocena**

S tem, ko "smrdljivo ribo" položimo na mizo, se udeleženci poistovetijo drug z drugim, se počutijo bolj sproščeni glede izražanja svojih problemov in se naučijo, kako postaviti meje na delovnem mestu.





Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union



Slow, Necessary  
And Improves  
the Level

[www.slow-work.eu](http://www.slow-work.eu)

