

Hej!

**“suntarbetsliv**



**Kommunal.**



Akademikerförbundet SSR



**AkademikerAlliansen**



Lärarförbundet



**VISION**



P A C T A

**ledarna**  
SVERIGES CHEFSORGANISATION

# Vad är Bättre möten?

- Suntarbetslivs digitala verktyg för arbetsgrupper som vill utveckla kommunikation vid möten.
- Det har en varierande pedagogisk form med texter, film, poddradio, tester, både enkelt och fördjupningsmaterial med mera.
- Det är tillgängligt via dator, läsplatta och mobil.



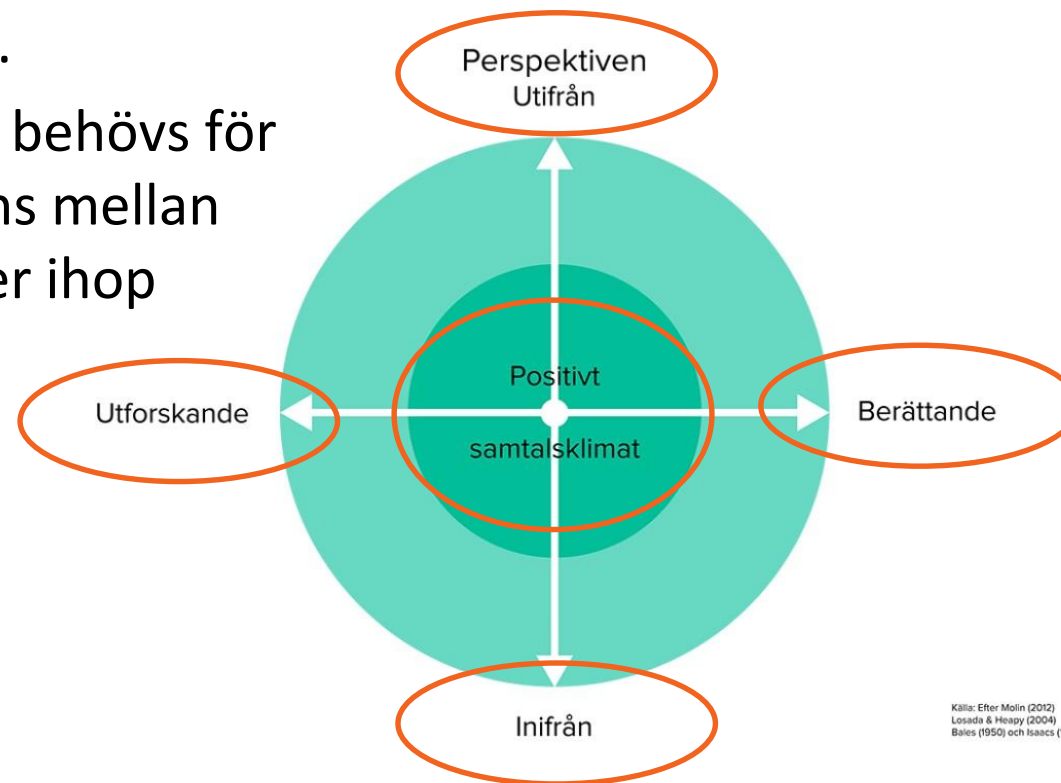
# Vad innehåller Bättre möten?

- Startside med introduktion till ämnet
- Teori om kommunikation
- Teori om möten
- Testa era möten: 5 frågor om möteskvalitet, 22 frågor om kommunikationsmönster
- Utveckla era möten: övningar för träning av kommunikation för grupp och individ

# Vad baseras Bättre möten på?

- Det bygger på kunskaper från forskningen om balanserad kommunikation.
- Forskningen visade att det som behövs för en god kommunikation är balans mellan fyra olika perspektiv som hänger ihop parvis.

- Utifrån – Inifrån
- Utforskande – Berättande
- Positivt samtalsklimat



Källa: Efter Molin (2012)  
Losada & Heapy (2004)  
Bales (1950) och Baacs (1999)

# För vem är Bättre möten utvecklat?

- För chefer och skyddsombud
- För grupper som träffas regelbundet, till exempel:
  - Arbetsgrupper
  - Ledningsgrupper
  - Samverkansgrupper
  - Projektgrupper

Bättre möten är anpassat för kommuner, landsting, regioner och Pactabolag.



---

“suntarbetsliv

# Hur använder man Bättre möten?

- Främst i grupp vid ordinarie möten men också individuellt.
- Man kan börja var som helst – t.ex. med en övning som verkar intressant.
- Man kan också gå igenom modulerna i ett flöde:
  - Skaffa kunskaper i teoriavsnitten: se filmer, lyssna på poddradio, läsa, skriva ut material med mera.
  - Testa er möteskvalitet eller kommunikationsmönster och få underlag för vad gruppen kan utveckla.
  - Träna kommunikation med alla övningar.



# När är det lämpligt att använda Bättre möten?



- Vid ordinarie möten när verksamhetsfrågor ändå ska diskuteras.
- Övningarna förutsätter ett konkret samtalsämne.
- Utvecklingsfrågor lämpar sig särskilt väl.

# När är det inte lämpligt att använda Bättre möten?

- Vid konflikthantering.
- Testerna ska aldrig användas för att utvärdera eller jämföra mellan olika grupper. Syftet med testerna är att gruppen ska få underlag för sin egen utveckling.



# Vilken effekt ger Bättre möten?

- Träning av balanserad kommunikation.
  - En balanserad kommunikation bidrar till ett kreativt mötesklimat med mer energi, delaktighet och effektivitet.
  - I förlängningen leder det till att verksamheten och arbetsmiljön utvecklas.
  - Forskningen visade positivt samband mellan träning av kommunikation med välbefinnande, stämning, rolltydlighet, socialt stöd och engagemang.
  - Även lärandet i grupper påverkades positivt.
-

# Hur är Bättre möten kvalitetssäkrat?

- Det är väl förankrat av arbetsmarknadens parter inom kommuner, landsting, regioner och Pactabolag.
- Kunskaperna bakom Bättre möten, bygger på forskning, som bedrivits i arbetsgrupper inom kommuner och landsting.
- Forskarna har även deltagit i utvecklingsarbetet av verktyget tillsammans med Suntarbetsliv.
- Användare har medverkat i utvecklingen.



---

**“suntarbetsliv**

# “suntarbetsliv

Tillsammans gör vi jobbet bättre

*Var vill du börja?*