

## **Veiledning til bruk av refleksjonskort:**

Vi har skrevet et forslag til hvordan kortene kan brukes i en personalgruppe. (Det er selvfølgelig ikke noe i veien for at kortene kan brukes av hvem som helst)

### **Struktur:**

- Sett av tid til refleksjon hver uke.
- Hvem som helst kan delta fra gang til gang.
- Det anbefales at nærmeste leder er med på refleksjonene, som et ledd i å forankre recoveryorientering i ledelsen. Dette gjør det også lettere å ta avgjørelser for å omsette eventuelle refleksjoner i praksis.
- Beregn 30 minutter, prøv å ikke avslutte refleksjonen før tiden er ute.
- Skriv referat/stikkord fra hver refleksjon og gjør det tilgjengelig for alle ansatte.

### **Praktisk:**

- Bestem om dere vil snakke etter tur, eller ha en åpen dialog.
- En i gruppa trekker et kort og leser det høyt.
- Reflekter rundt påstanden på kortet.
- Knytt gjerne påstanden til en konkret case dere jobber med, eller et eksempel fra praksis.
- For å gjøre det mer konkret: Les påstanden en gang til med ditt eget navn, og tenk på en spesifikk case. Eks: *Torbjørns handlinger er med på å fremme selvstendighet for Vegard.*