

Studieplan



# Motivera ideella

En studieplan för föreningar som vill  
utveckla det ideella engagemanget



# Motivera ideella

Människors drivkrafter ser olika ut. För att öka engagemanget i den egna föreningen och organisationen gäller det att du som ledare eller förtroendevald skapar rätt förutsättningar för dem som vill engagera sig.

I **Motivera ideella** finns användbar kunskap om människors behov och drivkrafter. Här finns också belysande exempel, reflekterande frågor och förslag på hur ni kan arbeta vidare för att nå era mål. Med rätt stöd och ledarskap kommer de ideella både att stanna och bli fler!

**Aron Schoug** forskar i pedagogik på Stockholms universitet med särskilt intresse för civilsamhälle, ideellt arbete, demokrati och gruppkommunikation. Han är medförfattare i antologin **Förtroendevald** och sedan länge själv ideellt engagerad i flera föreningar.

Boken kan beställas från Idealistas förlag:

<https://idealistas.se/bocker/motivera-ideella/>

## Om studiecirkeln

Denna studieplan föreslår fyra digitala träffar där den första handlar om att genomföra digitala möten och de tre följande är kopplade till varsitt avsnitt i Motivera ideella. Kommer cirkeln att genomföras på plats i en lokal där alla deltagarna är med fysiskt så kan ni välja att hoppa över introduktionen med att genomföra digitala möten.

Målgrupp är föreningsaktiva som vill ta tillvara och utveckla engagemang i sin organisation. Deltagarna behöver ingen tidigare erfarenhet av digitala möten, men det är bra med grundläggande datakunskaper. Cirkeln kan genomföras via dator med kamera och mikrofon alternativt läsplatta eller smart telefon. Tänk dock på att videoverktyget kan ha lite olika funktioner beroende på om det används via dator eller telefon.

Tips på digitala verktyg, förhållningssätt vid digitala möten och andra råd finner du på Studieförbundet Vuxenskolans hemsida under föreningsutveckling [www.sv.se/foreningsutveckling/digital-verksamhet/](http://www.sv.se/foreningsutveckling/digital-verksamhet/)

Cirkeln kan genomföras med en grupp av deltagare från hela landet från olika föreningar eller en styrelse eller arbetsgrupp som vill starta ett förändringsarbete.

## Val av webverktyg

Det finns en lång rad olika leverantörer av videomöten. Om cirkeln hålls för en viss förening är det klokt att undersöka om de redan arbetar med en web-lösning eller till exempel har abonnemang via sin riksorganisation. Välj gärna ett system som är gratis för användaren och inte kräver att ett kreditkort kopplas till tjänsten. Fundera också på hur deltagarna kommer att använda webmöten, är det främst för mindre arbetsmöten, utbildning för större grupper eller årsmöten med möjlighet till förhandling och omröstning.

Komplettera gärna de digitala träffarna med övriga verktyg i form av omröstningar, enkäter och filmer. Det finns många bra verktyg samlade på [www.sv.se/cirkelledare/material-metoder-och-tips/digitala-verktyg](http://www.sv.se/cirkelledare/material-metoder-och-tips/digitala-verktyg)



## Till cirkelledaren

Bekanta dig med det digitala verktyg ni valt att genomföra utbildningen i. Tänk på att arbetsfältet kan se olika ut för deltagare som medverkar via telefon eller läsplatta. Om det är en stor grupp eller många datorovana deltagare är det en fördel om du har en medhjälpare som kan stötta deltagarna via telefon under pågående träff. För deltagare som är mer erfarna av digitala möten kan steg 1 och 2 under första träffen vara mer som en snabbcheck.

Upprätta en närvarolista och glöm inte att lämna denna till din SV-avdelning. Efter sista träffen bör du genomföra en utvärdering samt lyfta frågan om gruppen vill gå vidare och fördjupa sina kunskaper eller genomföra någon träff för repetition.

Håll kontakt med din SV avdelning för ytterligare hjälp och stöd. Här kan du också få tillgång till fler digitala verktyg och via [www.sv.se](http://www.sv.se) tips om SVs övriga erbjudande till föreningar.

## Första träffen med incheckning

Om gruppen är ovan vid digitala möten eller om det finns deltagare som är osäkra på att tekniken fungerar är det bra att erbjuda en längre stund för incheckning. Öppna det digitala mötesrummet i god tid före utsatt starttid och erbjud dropp-in för deltagarna. Ha samtidigt telefonen tillgänglig så att du kan guida via telefonsamtal ifall någon har problem att ansluta till mötet. Hälsa deltagarna välkomna och stäm av att ljud och bild fungerar.

# Att mötas på distans

**Välkommen till en digital träff innan själva studiecirkeln startar! Att genomföra bra möten på distans kräver faktiskt mer än att alla deltagare kan koppla upp sig och få ljud och bild att fungera. Här är en träff kring den digitala mötesformen.**

### STEG 1

Stäm av att alla deltagare har fungerande ljud och kamera. Gör en genomgång av de olika funktionerna i webverktyget och kontrollera att alla deltagare hittar de olika funktionerna:

- Mikrofon, på/av
- Kamera, på/av
- Chattfunktion
- Deltagarlista
- Eventuella funktioner för att begära ordet, göra "tumme upp" eller kommunicera frånvaro
- Dela dokument

### STEG 2

Hur vill vi kommunicera digitalt? Kom överens om era spelregler. Nedan följer några förslag att utgå ifrån:

- Ha mikrofonen i tyst läge
- Ha kameran på
- Begär ordet genom att slå på mikrofonen och säga ditt namn
- Gör korta pauser ofta, gärna varje halvtimme
- Sitt stilla i en ljus, tyst miljö, det är tröttande för övriga deltagare med en kamera som skakar och brusigt ljud i bakgrunden
- Använd tydliga rundor så att alla deltagare kommer tilltals och ingen "försvinner" under träffen.
- Använd webverktygets funktion för att dela in er i mindre grupper eller om verktyget ni arbetar i saknar ett sådant kan ni arbeta i grupperna genom telefonsamtal eller andra "grupprum" via sociala media tex Facebook eller Google Duo.

### STEG 3

Bra möten och inkludering – det är lika lätt eller svårt som när vi träffas digitalt som när vi träffas i ett mötesrum. Dela in er i mindre grupper med hjälp av det digitala verktyget eller byt telefonnummer i gruppen och ring upp varandra alternativt träffas i ett annat digitalt mötesrum på Facebook, Duo eller Google Meet. Avsätt 20 minuter för att reflektera över frågorna på sidan 43 i Motivera ideella.

#### ATT DISKUTERA:

- Har du själv erfarenheter av distansmöten i föreningssammanhang? Hur fungerade det?
- Vilka möjligheter och utmaningar upplever du med distansmöten som alternativ till fysiska möten?

Återsamlas i helgrupp och jämför era svar. Skriv gärna korta minnesanteckningar i chattfunktionen eller i ett gemensamt Power Point-dokument som cirkelledaren delar med hela gruppen.

#### AVSLUTNING

Stäm av att alla deltagare har boken **Motivera ideella** och kom överens om att läsa avsnitten Redskap för att öka det ideella engagemanget, Ledarskap för inre motivation samt Livspusslet i fokus till nästa träff.



#### Till nästa gång:

Läs avsnitten **Redskap för att öka det ideella engagemanget**, **Ledarskap för inre motivation** samt **Livspusslet i fokus**.

# Redskap för att öka det ideella engagemanget

## Ledarskap för inre motivation och livspusslet i fokus

**Inled träffen med att göra en runda där alla deltagare får checka in sig och stäm av om det finns frågor eller reflektioner från den förra träffen. Använd chattfunktionen eller ett blädderblocksark för att skriva upp eventuella punkter på.**

Låt därefter var och en göra en kort presentation av sin förening om deltagarna kommer från olika föreningar, samt berätta om en situation då ni upplevt starkt engagemang i föreningslivet.

- Min förening i korthet
- En situation, förening eller aktivitet som präglats av starkt engagemang bland deltagarna

Titta på sidan 18 i boken, jämför de situationer ni just beskrivit med modellen för inre motivation.

### **ATT DISKUTERA:**

- Stämmer teorin med din erfarenhet?
- Räcker det att de ideella i din förening har dessa tre behov tillfredsställda för att de ska vara motiverade? Eller behövde dom också något annat? I så fall vad?

Gör en kort bensträckare och dela sedan in gruppen i mindre grupper och diskutera frågeställningarna som finns i boken. Avsätt minst 30 minuter innan ni gör redovisning i helgrupp.

### **ATT DISKUTERA:**

- Hur ser ni på ledarskap i din förening? Är det något ni diskuterar?
- Reflektera om inkluderande ledarskap i din förening
- Är ledarskapet kopplat till en viss person eller är det något som fler kan utöva?
- Vilka är de största ledarskapsutmaningarna i föreningen?

Att rekrytera nya förtroendevalda och fånga upp engagemanget hos ideella är en fråga som ofta väcks inom föreningslivet. Dela in er i mindre grupper och titta på frågorna på sidan 41 i boken. Utgå ifrån den förening där ni är verksamma eller dela med er av goda exempel från andra föreningar där ni är eller har varit engagerade tidigare.

### ATT DISKUTERA:

- Hur tar ni hand om nya ideella och ser till att de kommer tillrätta i föreningen?
- Finns det kompetenser ni efterfrågar när ni söker nya ideella?
- Vilka kompetenser har de ideella i din förening och hur drar ni nytta av dem?

### TILL NÄSTA GÅNG

Läs sidorna 48-104. Titta uppgiften på sidan 46-47 i boken. Dela in i lämpliga grupper eller arbeta enskilt beroende på om deltagarna kommer från samma eller olika föreningar.

Gör uppgiften och förbered en kort presentation av engagemanget i er förening till nästa gång. Beskriv också om ni redan arbetar med punkterna på sidan 47, eller om det är något ni vill utveckla i er förening. Sammanfatta gärna uppgiften i en Power Point så att den är lätt att visa vid nästa träff.

- Vad är det i föreningens arbete som gör de ideella stressade?
- Vilka bitar, förutom det ideella engagemanget, har de i sina livspussel som ni behöver förhålla er till?
- Vad kan göras för att hjälpa de ideella att få plats med engagemanget i sina livspussel och känna mindre stress?



#### Till nästa gång:

Läs sidorna 48-104.

Gör uppgiften på sidan 46-47 och förbered en kort presentation av engagemanget i er förening.

Arbeta i grupp eller enskilt.



# Eldsjälar och atmosfär

## Sakfrågorna och gruppdynamiken i fokus

**Välkomna till den tredje träffen! Börja med att redovisa uppgiften från förra gången. Avsätt minst 5 minuter för varje redovisning och öppna därefter för diskussion i helgrupp.**

### FÖRSLAG PÅ FRÅGOR ATT DISKUTERA:

- Vilka likheter/skillnader finns från de olika presentationerna?
- Vilka av punkterna på sidan 47 tar ni med er? Finns det andra tips som ni kan dela med er av från nuvarande eller tidigare föreningsengagemang?

Gör en kort bensträckare och avsätt därefter 3 minuter där var och en får fundera kring frågorna på sidan 52.

### TYST REFLEKTION:

- Finns den någon person i den förening som sticker ut som en riktig eldsjäl? Hur kan föreningen bäst ta vara på det engagemanget?
- Hur är balansen mellan administrativa uppgifter och sakfrågor i styrelsearbetet?

Stäm av om någon vill dela med sig av sina tankar. Lista gärna tips på hur vi tar vara på eldsjälares engagemang i chattfunktionen eller på ett blädderblocksark.

Ta fram frågorna på sidan 86 i boken och dela in er i grupper. Om ni kommer från olika föreningar är det bra om ni skapar blandade grupper med erfarenhet från flera föreningar. Avsätt minst 20 minuter och anteckna gärna svaren i ett gemensamt formulär eller Power Point.

### ATT DISKUTERA:

- Hur arbetar ni för att skapa en trygg och positiv atmosfär i din förening?
- Är ni bra på att lyssna och bekräfta varandra?
- Redovisa i helgrupp och komplettera tipslistan i chattfunktionen eller blädderblocksarket från förra övningen.

Gör en kort paus och dela därefter in er två och två och dela med er av era bästa erfarenheter kring mötesstruktur, ansvarsfördelning och föreningens organisation. Titta gärna på frågorna på sidan 96.

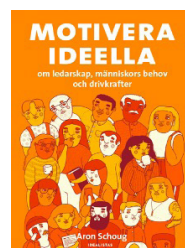
### ATT DISKUTERA:

- Hur tänker ni kring mötesstruktur?
- Hur mycket tid lägger ni på att sätta ihop en dagordning?
- Har ni klart avgränsade roller och ansvarsområden? Hur arbetar ni för att få gruppmedlemmarna att känna sig behövda?
- Hur tar ni vara på ideellas olikheter?

### TILL NÄSTA GÅNG

Läs sidorna 105-153.

Välj uppgiften på sidan 70 eller 102 som hemuppgift till nästa gång. Låt deltagarna arbeta enskilt eller i grupper, beroende på om deltagarna kommer från samma eller olika föreningar. Försök fördela uppgifterna så att halva gruppen arbetar med varsin uppgift. Sammanfatta gärna hemuppgiften i en Power Point så att den blir lätt att redovisa vid nästa träff!



#### Till nästa gång:

Läs sidorna 105-153.

Välj uppgiften på sidan 70 eller 102 som hemuppgift till nästa gång.

Arbeta i grupp eller enskilt.

# Beslut och dialog

## Beslutsprocesserna i fokus och dialog för att lösa dilemman

**Välkommen till den sista träffen! Inled med att göra en runda för att fånga upp eventuella frågor eller reflektioner från förra träffen. Därefter låter ni grupperna redovisa hemuppgiften från förra gången, avsätt max 5 minuter per grupp och öppna sedan för gemensam diskussion i helgrupp.**

Jämför vad ni kommit fram till och lista gärna i chattfunktionen eller på ett blädderblocksark.

### **ATT DISKUTERA:**

- Likheter och skillnader mellan olika föreningar
- Vilka goda exempel kan vi ta tillvara och använda?

Reflektera över osynliga hierarkier och ojämlikhet i er förening. Dela in er i grupper om två och två och avsätt minst 30 minuter för att diskutera frågorna på sidan 124.

### **ATT DISKUTERA:**

- Kan du se några mönster kring vilka som tar plats och gör sina röster hörda i din förening?
- Hur bra är ni på att inkludera personer som befinner sig utanför er norm? Till exempel unga om majoriteten är äldre, eller tvärt om?
- Förekommer härskartekniker så som förlöjligande och osynliggörande på era
- möten? Hur tar de sig uttryck i så fall?

Återsamla deltagarna i helgrupp och gör en runda där varje grupp får dela med sig av sina tankar. Gör en kort paus och titta därefter gemensamt på sidan 139. Dela om möjligt in deltagarna i grupper så att de kommer från samma förening. Avsätt 10 minuter och diskutera frågorna.

## ATT DISKUTERA:

- Vilket eller vilka av perspektiven känns mest aktuellt i din förening? Vad beror det på?
- Anser du att ni försummar något av perspektiven i din förening? I så fall, skulle det kunna förklara varför ni har svårt att få ideella att engagera sig?

## SAMMANFATTNING

Boken **Motivera ideella** presenterar fyra perspektiv på motivation och fyra principer för ledarskap. Dela in er i grupper och sammanfatta vad ni tar med er från boken och de gemensamma träffarna in i ert kommande föreningsarbete. Använd punkterna som underlag och diskutera det som är relevant för er. Avsätt minst 30 minuter och presentera sedan vad ni kommit fram till i helgrupp.

### Perspektiv för motivation

1. Livspusslet
2. Sakfrågor
3. Gruppdynamik
4. Beslutsprocesser

### Perspektiv för ledarskap

1. Att utgå ifrån individen
2. Att arbeta tillsammans
3. Att utöva ett aktivt ledarskap för struktur
4. Att undvika styrning som kväver lust och spontant engagemang

Avsluta den sista träffen med en runda där var och en av deltagarna får 1 minut att berätta om vad de tar med sig från **Motivera Ideella**. Gör sedan en utvärdering, gärna i ett digitalt formulär som cirkelledaren sammanställer och skickar in till er lokala SV-avdelning tillsammans med närvarolistan.

## Lycka till med ert fortsatta engagemang!



Plats för nytänkande

## Studieförbundet Vuxenskolan

Studieförbundet Vuxenskolan är en idéburen folkbildningsorganisation och vår idé och verksamhet är starkt förankrad i demokrati, jämställdhet, humanism och hållbarhet.

Vår värdegrund och vision bidrar till att frigöra människors kraft, engagemang och utveckla sin kreativa förmåga.

Kontaktuppgifter till din SV-avdelning hittar du på [www.sv.se/avdelningar](http://www.sv.se/avdelningar)

© Studieförbundet Vuxenskolan 2021

Kontaktperson SV: Lars-Erik Larsson · [larserik@sv.se](mailto:larserik@sv.se)

Sammanställning studieplan: Erika Olsson Vreta Jord & Ord · [erika@vretagard.se](mailto:erika@vretagard.se)

[www.sv.se](http://www.sv.se)