

GUIDE TILL ENERGIGIVANDE DIGITALA MÖTEN

1. Förbered extra mycket!

Att förbereda inför workshops är alltid viktigt, men särskilt online. När alla är utspridda har du mindre kontroll och deltagarna tenderar att bli mer otåliga. Förbered och öva!

2. Var extra tydlig

Online-formatet ställer krav på oss att vara ännu tydligare än vid det fysiska mötet. Deltagarna distraheras lättare eller kan vara rädda för att ställa frågor. Begränsa och förmedla tydligt vad ni ska åstadkomma.

3. Klar agenda och struktur

Att skapa en klar tidsstruktur och agenda hjälper deltagarna att hålla fokus om de är distraherade online, och vad de kan förvänta sig under workshopen. Se också till att hålla de ramar du satt upp.

4. Flera pauser

Det kan vara svårt och tröttande att följa med i online workshops utan några raster. Särskilt i långa övningar eller möten bör du lägga in pauser, gärna flera stycken, själva eller tillsammans.

5. Arbeta själv – sedan i par eller smågrupper

Låt deltagarna först arbeta själva för att samla tankarna och sedan i par eller mindre grupper. Fördelen med par är att alla måste vara aktiva. Samarbete online är svårt med fler än 4-5 personer så håll grupperna små.

6. Rör på er

Bygg in rörliga tillfällen under workshopen. Forskning visar att man är mer kreativ när man står upp. Få deltagarna att resa sig från sin plats framför datorn, röra på sig lite, byta ställning och få upp energin.

7. Tid för reflektion

Det är viktigt att hinna reflektera efter mötet och inte bara rusa in i nästa möte. Bygg in ordentlig tid att reflektera och dela tankar.

8. Öva teknik – innan

Se till att ni har övat på tekniken innan er online-workshop eller möte. Det kan hända många oväntade saker under tiden, och det är skönast både för er och deltagarna om ni är förberedda.