

## 2. Reflektionsövningar

### C. "Synliggör"

#### Härskartekniker

Tidsåtgång: 30 min  
Informationsblad till samtalsledaren

### Förberedelse

- Läs igenom informationen.
- Skriv ut alla fall och frågeställningar kopplade till varje fall.
- Skriv ut faktabladet om de olika härskarteknikerna.

### Gör så här

- Dela upp gruppen i mindre grupper (3-5 personer per grupp).
- Läs upp informationen om vad härskartekniker är innan du delar ut fallen 1-5.
- Dela ut faktabladet om härskartekniker.
- Varje grupp får ett fall att diskutera i 10 min.
- Reflektion i helgrupp: Varje grupp får 5 minuter på sig att läsa upp sitt fall och presentera vad de diskuterat utifrån frågeunderlaget.

### Spelregler

Påminn gruppen om spelreglerna. Fullständig version av spelreglerna finns under del 2 och 3 på hemsidan.

- Utgå ifrån att "alla" finns i rummet (de av oss som..).
- Kom ihåg att alla har olika erfarenheter och förkunskaper så visa respekt.
- Provtänk och tolka varandra snällt.

### Talarmanus

Härskartekniker är olika beteenden, gester och ord som används för att trycka ner och förminska andra för att hävda sig själv och få övertag. Vi har alla både blivit utsatta, och själva utsatt andra även om det ofta sker omedvetet. Alla kan säkert komma ihåg tillfällen de har blivit utsatta men inte lika många är nog medvetna om när de har utsatt andra. Personer i maktposition behöver vara extra medvetna om detta då det har ett större ansvar och är påverkar normer i organisationen.

Härskartekniker är vanligt förekommande på alla arbetsplatser. Härskartekniker utövas oftast inte medvetet eller av illvilja. Därför är det viktigt att börja prata och identifiera förekommande härskartekniker så att vi kan bemöta när de väl förekommer men framförallt arbeta främjande och förebyggande.