

Hvad er at 'Gøre God'?

Begrebet at 'GØRE GOD' stammer fra improvisationsteater ('teatersport'). Det er den tilgang der gør improvisationerne mulige, det at vi gensidigt og hele tiden har fokus på at hjælpe hinanden med at stå skarpt i vores (improviserede) roller og på at gribe mulighederne i det hinanden gør, selv om vi som oftest famler til en start. Som tilskuer ser du legen og galskaben, men neden under bestræber vi os som spillere konsekvent og systematisk på at gøre hinanden 'gode' i vores roller, ellers falder scenerne fra hinanden.

GØRE GOD i det 'virkelige' liv

Oversat til livet uden for de skrå brædder, er at GØRE GOD at fokusere på mulighederne i det andre gør og 'gå med'. Det er at have øje for de positive intentioner og bestræbelser også i de handlinger der ikke sidder lige i skabet, det er at være oprigtigt nysgerrig og glemme sig selv, det er at udfordre kærligt og give 'potentiale-feedback', det er at være fuldt ud til stede i nuet, rette opmærksomheden udad, slippe kontrollen og have tillid til processen, det er at eksponere det ufærdige og invitere til samspil. Alt sammen tilsat en knivspids opmærksomhed på vores 'status' i situationen (balancen i relationen til andre).

GØRE GOD er at fremme det bedste i hinanden – med forsæt! GØRE GOD er helt bevidst at gøre relationer og samspil rundt om én selv, og derved skabe engagement, dynamik og bevægelse. At gøre god er derfor også en måde at bryde potentielt konfliktoptrappende mønstre og vende 'nej-attituder' til 'ja-attituder'.

GØRE GOD er en livsfilosofi og en bevidsthedstilstand, det er en grund-positiv tilgang til at møde andre mennesker. Det betyder ikke at du bare skal sige 'ja' til hvad som helst, tværtimod, det er helt ok at være kritisk, det centrale er hvordan du er kritisk, at du har fokus på at bygge op i stedet for at bryde ned.

GØRE GOD er hoved, hjerte og krop i ét, intuition og inspiration, det er legende alvor, fokuseret træning med glimt i øjet. Og det er handling og modet til at give af sig selv.

GØRE GOD-tilgangen kan noget unikt som fundament for dit virke som leder, underviser, vejleder, konsulent m.fl. (og for os som mennesker i det hele taget, selvsagt). Det virker faktisk, men du skal reelt ville det. Du skal oprigtigt ønske at gøre mennesker omkring dig gode, i stedet for selv at 'shine'!

Sunde dynamiske arbejdspladser

GØRE GOD er modsætningen til fejlfindingskultur, mistillids- og kontroltænkning, spidse albuer (konkurrence), 'lonely riders', dominerende ego'er, selviscenesættelse og selvbeskyttelse, performancetænkning, stresskultur m.v.

GØRE GOD-tænkningen ligger til grund for vores måde at arbejde med bæredygtig ledelses- og teamudvikling. Ambitionen er at bidrage til at skabe sunde dynamiske arbejdspladser hvor mennesker trives og udvikler sig. Hvor vi bevidst skærper vores blik for hinandens kvaliteter og sammen skaber det ingen af os kunne have skabt alene. Hvor vi til det yderste bestræber os på at skabe et psykisk

arbejdsmiljø (en tillidskultur) som understøtter at vi når de mål organisationen er sat i verden for, på en sund og bæredygtig måde.

Det kræver øvelse

Det er imidlertid ikke tilstrækkeligt at vi beslutter os for at gøre hinanden gode. At Gøre God handler om det du formår at gøre lige her og nu i splitsekundet, det handler om din tilstedeværelse, din opmærksomhed udad, dit mindset og dine rygmarvsreaktioner. Mange af os skal i en eller anden grad bryde mønstre her for at finde 'ja-attituden' frem. Vi kan ikke bare vælge at gøre hinanden gode og tænke os til det. Vi skal have kroppen med. Det er i kroppen de instinktive reaktioner ligger, her vi sender og modtager de helt afgørende kommunikative signaler om at vi 'går med den anden' og bestræber os på at fremme det bedste i den anden (eller det modsatte). Så vi skal faktisk træne vores rygmarvsreaktioner. Træne vores tilstedeværelse og vores evne til instinktivt at være i 'gøre godmode'. Heldigvis er det sjovt at træne at gøre god, rigtig sjovt endda. Det giver et energiboost til gruppen i sig selv, og giver dermed også et godt afsæt til at komme i gang med at gøre hinanden gode.

Du kan tilmelde dig gruppen 'Kunsten at gøre god' [her](#)