

Hold møde i frisk luft! Guide til Walk 'n talk-møder

Selv om Walk 'n Talk er et velkendt begreb, er det stadig ikke en særligt udbredt professionel mødeform. Det kan hænge sammen med, at kolleger kan synes, at det ikke er 'rigtigt arbejde', når man forlader det traditionelle kontor eller mødelokale. Men det er en uheldig opfattelse, som afskærer mange fra en nyttig og ofte idégenererende mødeform, som øger trivsel, arbejdsglæde og kreativitet.

Undersøgelser har vist, at gående møder kan have positive effekter på sundhed, trivsel, humør, kollegiale relationer, idéudvikling og kreativitet.¹

Hvorfor holde gående møder?

En tur ud i den friske luft giver inspiration og ny energi. Det øger sundhed og trivsel – og det holder energiniveauet oppe - også efter mødet sidst på eftermiddagen. Et møde væk fra det gængse mødelokale kan også bidrage til en anden og evt. mere åben og fortrolig dialog.

Hvilke mødetyper er velegnede walk'n'talk møder?

- Møder med få deltagere eller opdelt i mindre grupper (2-3 personer)
- Møder med fokus på idégenerering og projektudvikling
- Møder med fokus på problemløsning
- Møder med afklaring af konkrete svar
- Møder med fokus på refleksion over egen eller gruppens virke
- Møder med henblik på at lære nye samarbejdspartnere at kende

Gående møder kan have en varighed mellem 15-60 minutter. Det anbefales at benytte velkendte ruter af velkendt længde, så opmærksomhed udelukkende er rettet på mødets indhold og ikke på at finde vej og overholde tiden.

Forberedelse og opfølgning på gående møder:

For personer, som ikke er vant til eller har erfaringer med walk'n'talk-møder er det væsentligt, at mødeplanlæggeren ved indkaldelsen gør det klart, hvorfor mødet afholdes gående og ikke på traditionel vis. På den måde skal mødet sælges på forhånd, og ikke påduttet som en overraskelse. Vedlæg gå-ruten med mødeindkaldelsen, så mødedeltagerne kan forberede rette valg af fod- og overtøj.

Korte gå-møder:

Aftal på forhånd mødets formål. Hvad skal vi opnå sammen?

Ved mødets afslutning bliver man enige om mødets konklusion, som eventuelt skrives ned (fx sms eller e-mail på mobiltelefon).

¹ Oppezzo, M., Schwartz, D.L. Give your ideas some legs: The positive effect of walking on creative thinking (2014) Journal of Experimental Psychology: Learning Memory and Cognition, 40 (4), pp. 1142-1152.

Længere gå-møder:

Aftal dagsorden med punkter, der skal nås undervejs – gerne med tidsangivelse til hvert punkt.

Beslut, hvem der er mødets referent.

Delkonklusioner/stikord skrives løbende ned i notesbog/mobiltelefon).

Ved mødet afslutning bliver man enige om mødets konklusioner, som referenten skriver ned (fx sms eller e-mail på mobiltelefon.

Hvilke møder er ikke velegnede til gående møder?

- Formelle møder med dagsorden og referat
- Møder med mange deltagere
- Møder om personlige, etiske, fortrolige og andre arbejdsmæssige problemstillinger, der ikke egner sig til et åbent offentligt rum.
- Møder med formelle præsentationer
- Budgetmøder og lign. med gennemsyn af dokumenter

På Campus Odense finder du SDUs første markerede Walk 'n Talk-ruter på Campus Odense:

Blå rute (se markeringspæl):

Start v. Forskerparken (2 km)

Grøn rute (se markeringspæl):

Start v. Ægget (2,5 km)

Begge ruter er markeret m pæle for hver 50 m.

Ruterne ses på oversigtskort nedenfor.



