**Bokseminarie 2021-09-15: Grupp 9 *Diskussion kring Kapitel 8:***

* Ledarens uppgifter och ledarens stilar nämns i denna kapitel. Vad projektledaren gör och de tre olika ledarstilarna analyserades. Mellan de tre stilar kom det fram till att en bra ledare är en som behärskar alla tre ledartyper.
* Aktivt lyssnade diskuterades i detta kapitel och tips kring hur man kan vara mest engagerad i gruppen för att undvika missförstånd och skapad stress. Frågor som man bör ställa för sig själv för att kunna analysera situation innan man gör en handling.

***Diskussion kring kapitel 2&3:***

* Värderingar och beteenden, samt personligheter som påverkar gruppen och dess arbete diskuterades i dessa två kapitel. Att det är mer av en fördel att det finns så många olika personligheter, men att det handlar om att samarbeta som grupp för att använda de fördelar som kommer med att vara olika individer med olika tankar och idéer utan att forma någon konflikt. Att använda jag-budskapen, dess fördelar för att kunna ge och hantera feedback i grupparbeten var och intressant. Att en feedback är en gåva och inte något negativt att få då man utvecklas som person.

***Diskussion kring kapitel 7:***

* Myers-Briggs Type indicator, hur människors likheter och olikheter kan beskrivas med fyra faktorer uttryckta som par av motpoler. Introvert eller extrovert, intuition eller sinnesintryck, tanke eller könskaraktär, improviserande eller planerande. Hur en blandning av varje eller mellan något av varje är bra, men hur extrema poler kan skapa problem där personen för svårt att överväga en alternativ inställning till situationer.

***Diskussion kring kapitel 4:***

* Mental-träning beskrev i detta kapitel, där man lär sig öva på att tänka och fråga sig själv varför man känner någonting, varför man vill göra en viss handling för att undvika med att hoppa från Känsla och handling samt öva på att minska sin egen stress.

***Diskussion kring kapitel 5:***

* De fyra rummen och hur man kan gå igenom de olika ställningar i en grupp projekt samt i livet. Vi som personer kommer förflytta oss i de fyra rummen. Man kan bli stressat eller missnöjd vilket kan leda en i exempelvis förnekelse rummen vilket länkas till kapitel 4 på hur man kan öva på mental-träning för att undvika stress och kunna hantera varje rum på bästa sätt. Att vi kan nästan se på de fyra rummen som steg man kommer ta och det är viktigt att kunna vara sandad och tänka ut innan man låter känslor ta över.

***Diskussion kring kapitel 12:***

* WBS och Pertschema ger en bra översikt på hur saker hör ihop, vad som är beroende eller oberoende av alla andra stegen i arbetet. Det kan minska på stressnivån då allt kommer bli mer tydligt och arbetet kan bli bättre uppdelat.

***Diskussion kring Kapitel 14:***

* Kapitlet handlar om att testa slutprodukten och dess alla delar för att täcka hela produkten. Men det finns ingen krav på hur bra testen ska vara vilket leder till att man kanske väljer att fortsätta testa tills man når en viss mängd fel. Felsekvensen kanske sjunkit till en viss nivå, men man fortsätter testa tills man når sin egen specificerad mängd fel eller tills tiden på projektarbetet är slut.

***Vad som kan nyttjas i vår Lego-projekt:***

Vi ska jobba för att implementera jag-budskapet för att öva på en positivt feedback loop, vilket är som nämnd en gåva som vi bör som grupp bli bra på att ge för att utvecklas inom projektet men även som individer.

Mental-träning är något som alla kan öva på för att inte falla ner i stresskonen, ta beslut direkt efter en känsla och frysa ner i grupp arbetet. Att kunna öva på att bearbeta sina egna känslor, accepter att du existerar, analysera de och förstå sig själv. Genom att förstå sig själv blir man bättre på att kommunicera vad man verkligen vill göra vilket ökar på Johari-fönster rutan “Arenan” . Dessutom kan man jobba sig igenom smekmånad fasen i projektet och nå samarbets fasen där alla förstår varandras behov och idéer, och är lika delaktiga i arbetet, diskussioner och konstruktion av projektet.