

Ett modernt social hållbarhetsinitiativ



ICbility

*// Rustar unga att hantera oliktankande
och utmaningar i en komplex värld //*

FRYSHUSET

Med stöd från:

Next in Mind



ALLMÄNNA
ARVSFONDEN

Unga idag lever i en alltmer komplex värld som kännetecknas bl.a. av ökad stress, osäkerhet, otrygghet, intolerans mot olika åsikter. Det är avgörande att unga får rätt verktyg att hantera oliktankande och de utmaningar som de dagligen möter.

ICbility är ett forskningsbaserat program som Fryshuset har tagit fram tillsammans med University of Cambridge och Umeå universitet specifikt för ungas behov i Sverige.

Programmet fokuserar på att ge deltagarna ökad självkännedom, social medvetenhet, relationsfärdigheter samt förmåga till självreglering och bättre beslutsfattande.

Detta är viktigt för alla – i skolan, för unga medarbetare och blivande ledare på arbetsplatsen och i vardagslivet.



IC // Integrative Complexity // ICbility //

"Ability to see". Förmåga att se och reglera hur vi tänker för att hantera olikheter och motgångar.

> 45 års forskning

15 år av IC-baserade program internationellt

Forskningsbaserat – bra resultat

ICbility är forskningsbaserat och utvecklat tillsammans med:



Social impact

2030 siktar vi på att ha utbildat

> **200**

Processledare som driver kurser i Sverige

90%

Av deltagarna ger IC-programmet ett positivt omdöme

Skala: dålig, ganska dåligt, bra, mycket bra och utmärkt = 90%

8,3 Programmets betydelse för deltagarna professionella utveckling i en skala 1-10.

ICbility är del av incubatorprogrammet

Next in Mind



ICbility-programmet riktar sig främst mot unga och vuxna som jobbar med unga:

- Gymnasieskolor
- Universitetsstudenter
- Unga medarbetare
- Blivande ledare
- Ledare inom sport & idrotten
- Mötesplatser för unga

UNIKT & KOMPLETTERANDE:

- Fokus på hur vi tänker och inte vad
- Försöker inte ändra grundvärderingar och åsikter
- Strukturerad träning för att bygga resiliens och självreglering
- Skiljer sig från förmedling av kunskap, värdegrund eller verktyg

Högt IC

Ett nyanserat och flexibelt tänkande. Möjlighet att se flera sidor av en fråga – fler valmöjligheter, olika förklaringar och rimligheten i andra personers perspektiv inklusive relationen mellan dessa, även när vi inte delar samma åsikt.

IC // *Integrative Complexity*

IC är ett psykologiskt mått och koncept om hur vi nyanserar och ser kopplingar mellan olika perspektiv. Det berör hur vi samlar in och hanterar information, hur vi tar beslut, samt hur vi uppfattar oss själva, andra och omvärlden.

IC handlar om hur vi tänker, inte vad vi tänker.

Lågt IC

Ett kategoriskt svartvitt tänkande. När vi vill skydda det egna perspektivet till varje pris. Ett tunnelseende där vi tappar den större bilden.

Det är vanligt att hamna i lågt IC, som det tenderar att göra när vi känner oss hotade, stressade, osäkra eller något viktigt står på spel för oss. Det kan bli destruktivt om vi fastnar i ett lågt IC.

Öppenhet – konstruktiva vägar framåt
Innovation – kreativa lösningar
Ledarskap – förbättrade beslutsprocesser

”ability to see”

ICbility = *förmågan att kunna se och reglera hur vi tänker*

// Resiliens - Självkännedom – Social medvetenhet –
Relationsfärdigheter - Självreglering – Beslutsfattande //

Fientlighet – polarisering
Tunnelseende – förhastade beslut
Defensivt – fokus på det egna perspektivet

// Vad säger forskningen? //

Över 40 års forskning pekar på hur IC kan ha stor inverkan på hur konflikter utvecklas och hur beslut fattas. När IC är låg förenklar vi ofta komplexa problem, vilket kan leda till impulsiva och konfrontativa strategier. Högre IC gör det däremot lättare att balansera olika perspektiv och hantera konflikter mer konstruktivt.

Förmågan att upprätthålla sitt IC i mötet med oliktankande är även kopplat till möjligheten att hantera svåra konflikter. Experimentella studier visar att under samtal med stora meningsskiljaktigheter leder högt IC till ett betydligt mer konstruktivt samtalsklimat och dialog, och med en markant ökning i att kunna finna gemensamma vägar fram eller överenskommelser, trots oliktankande. Strukturerade dialoger som stärker IC kan dessutom öka tillit och samarbetsförmåga. Utöver detta relaterar IC till vår förmåga att självreglera. IC kan på så sätt stärka ens resiliens genom att främja ett flexibelt tänkande.

IC kan även vara en viktig faktor i hur väl ledare och organisationer klarar av att hantera komplexa beslut. Ledare som uppvisar högt IC tenderar att kunna balansera flera perspektiv och vara mer benägna att hitta diplomatiska lösningar. Andra studier visar att högre IC förbättrar kvaliteten på beslut under riskfyllda och osäkra förhållanden genom att stärka individens förmåga att integrera motstridig information och möjliggöra mer flexibla beslutsstrategier.

Ledare som uppvisar högt IC tenderar att vara bättre på att integrera olika perspektiv och anpassa sitt ledarskap efter situationen. Detta kan skapa en mer dynamisk och engagerande arbetsmiljö, där medarbetare trivs och vågar tänka i nya banor. Forskning visar också att denna typ av ledarskap är relaterat till ett ökat engagemang och främjande av nytänkande.

Fryshuset har i samarbete med University of Cambridge tagit fram "ICbility" – ett IC-baserat program utvecklat för svenska förhållanden. Umeå Universitet (Institutionen för folkhälsa och klinisk medicin) har dessutom genomfört en gedigen extern utvärdering av programmet med positiva resultat.

Så hur är upplägget?

Programmet är upplevelse- och deltagandebaserade och drivs inom tre olika kontexter/målgrupper:

- 16 – 19 år inom skola
- 18 – 25 år utanför skolan
- Vuxna som jobbar eller möter unga

Kurserna:

- 8 sessioner, plus en intro-session
- Ofta 1 gång/vecka. Det finns intensiva upplägg
- Ca 2 - 2.5 tim / session
- Ca 16 deltagare per kurs
- Genomförs av två certifierade processledare
- Strukturerad exponering av olika IC-nivåer.

1 Vad betyder det att höra till?

2 Vad är hälsa?

3 Livslångt lärande?

4 Vad är makt?

5 Vad övertygar oss?

6 Sammanhang och delaktighet?

7 Leva tillsammans med oliktankande?

8 Vi firar det vi lärt oss!

Sveriges största mötesplats för unga

Metoder & arbetssätt

Global kompetens
Kunskaps- och
verksamhetsområden
Akademin

Lokala initiativ
Med och för unga
Lokala mötesplatser

Ny kunskap & erfarenhet

12 000

Unga deltar varje månad i
Fryshusets verksamheter

2 000 000

Interaktioner med unga varje år

1 540

Elever går i någon av Fryshusets
skolor: Grundskola, gymnasium,
folkhögskola och yrkesskola



UNGDOMAR.SE

40 000 / mån

Unga hänger på den digitala plattformen

FRYSHUSET

60 projekt och verksamheter

Dans, sport och musik,
sociala projekt eller enbart
en mötesplats för alla unga

Skolor och utbildningar

Arbetsmarknadsinsatser.



ICbility

Utvecklas av Fryshusets verksamhet IC
Sverige.

Från en forskningsbaserad pilotstudie, som
nu siktar på att skala upp och skapa en
verklig samhällpåverkan.

Ett modernt hållbarhetsinitiativ som kan
implementeras i skola, på arbetsplatsen,
inom idrotten och på mötesplatser för
unga i lokala miljöer.

Ett långsiktigt projekt för att skapa mer
resilienta unga personer.

Unga är kanske det viktigaste Sverige har i
dag...*framtidens kompetens*

ICbility har dels ett **Advisory board** med kompletterande kompetenser
inom näringslivet, skola, universitet-forskning och ledarskap.

Samt ett **Ungdomsråd**, som består av unga kursdeltagare som hjälper
oss att vara verklighetsförankrade med unga och deras perspektiv.