



**Samvirkende
Menighedsplejer**

Samtalegruppe/aktivitetsgrupper for unge

Til gruppeledere og andre interesserede

Dette materiale beskriver procedurer og rammerne omkring samtalegrupper, som er udviklet af Samvirkende Menighedsplejer. Dette papir henvender sig til gruppeledere, andre frivillige og fagpersoner, der er en del af samtalegrupperne.

Indhold

Introduktion til materialet.....	2
Lidt om projektet.....	3
Hvorfor samtalegrupper for unge i kirkeligt regi?	3
Hvad er en samtalegruppe/aktivitetsgruppe i dette regi?	3
De frivillige gruppelederes rolle	4
Fagpersonens rolle	4
Forældrenes rolle	5
Kommunikation i gruppen.....	6
Gør det konkret	6
At være i følelsernes magt	6
Sårbarhed.....	6
Metode.....	7
Materialer	7
Forberedelse	7
Hjælpemidler	8
Økonomi	9
Dagens program og øvelser	9
Rekruttering af deltagere.....	9
Åbne/lukkede grupper.....	9
Facebook og tavshedspligt.....	9
Børneattester.....	10
Litteratur.....	10
Bilagsliste.....	11

Introduktion til materialet

Dette materiale, du sidder med, er tænkt som en introduktion til vores tanker og overvejelser om samtalegrupper for unge. Du kan bruge det som ramme om dit arbejde, som inspiration til arbejdet som samtalegruppeleder eller som redskab. Den metode du vælger, skal først og fremmest være i overensstemmelse med dine personlige præferencer som gruppeleder.

Selv om metoden matcher dig, vil det dog ofte indledningsvis kunne føles lidt akavet at skulle bruge særlige samtalemetoder og teknikker. Men fortvivl ikke – øvelse gør mester. Det centrale i arbejdet som samtalegruppeleder er det fundamentale medmenneskelige møde.

Lidt om projektet

- **Målgruppe:** Projektets målgruppe unge i alderen ca. 14 til 20 år.
- **Formål:** er at skabe rammerne for, at unge kan mødes i grupper og gennem samtale og aktiviteter i netværket bliver mere opmærksomme på deres egen identitet og selvværd. Dette skal medvirke til, at de unge bliver bedre til at tage initiativ til at hjælpe hinanden og fremme deres egen situation, således de bliver mere handlekraftige og bliver bedre til at stå på egne ben og tage hånd om sig selv og hinanden i deres ungdomsliv, med skolegang/uddannelse og gode fritidsaktiviteter.
- **Projektets hvordan:** Samtaleforløb ledet af frivillige gruppeledere og forgår i en vekslen mellem aktivitet og samtale.

Hvorfor samtalegrupper for unge i kirkeligt regi?

Lokale kirker har i forvejen kontakt til sårbare familier med unge mennesker fx gennem feriehjælp, julehjælp, gudstjenester, netværk osv. Familierne kender kirken, rammerne og har måske nogle personlige relationer her. Ofte oplever både børn, unge og voksne det er et trygt sted og som et sted man kan regne med. Tryghed og tillid er vigtige elementer i forbindelse med samtalegrupper. Med afsæt i de kristne værdier har kirken et godt fundament til at arbejde med menneskelivets mange udfordringer. Dette giver, i vores forståelse, et unikt afsæt til at menighedsplejen etablerer samtalegrupper.

Hvad er en samtalegruppe/aktivitetsgruppe i dette regi?

Samtalegrupperne er for 4-6 unge i alderen ca. 14-20 år. I samtalegruppen er det muligt for den enkelte at komme til orde og vende egne problemstillinger i forhold til et konkret tema. Temaet kan fx være ensomhed, veninder/venner, skilsmisse, selvværd, misbrug, kærestesorger osv. Formålet er at give de unge mulighed for at møde ligesindede omkring meningsfulde emner og skabe passende rammer og struktur for gruppedeltagerne, så de kan udveksle erfaringer og skabe netværk indbyrdes. Ydermere ledsages dette af rådgivning og input fra professionelle og frivillige i det omfang dette er aktuelt og muligt. Det er samtidig en mulighed for de unge til at få gode oplevelser sammen med andre unge i forbindelse med de sociale aktiviteter som fx teatertur, besøg på uddannelser, sportsaktivitet o.lign. De unge og de frivillige mødes i alt 16 gange. Fx kan første del af mødet have fokus på et emne, og man kan slutte med et spil eller have en mere løs samtale omkring en kop the.

Initiativet er udsprunget af Familienetværk, Tidsmaskinen og Folkekirkens Feriehjælp, som alle er projekter hos Samvirkende Menighedsplejer, udført i samarbejde med lokale menighedsplejer.

De frivillige gruppelederes rolle

Det er de frivillige gruppeledere, der leder gruppen. Der er to gruppeledere pr. gang – hvor den ene er primær gruppeleder. Gruppelederne er tovholdere og ordstyrere og hjælper gruppen med at skabe en god stemning og dynamik. Desuden støtter gruppelederne gruppen ved håndtering af konflikter.

Gruppeledernes rolle er den samme, uanset om en gæst deltager eller ej. Når gæsten deltager, gøres der plads til et mindre oplæg, og gæsten kan også byde ind sammen med gruppen i selve diskussionen efterfølgende.

- Gruppelederen sender en sms ud til alle deltagere om formiddag inden mødet
- Gruppelederen skaber tydelig struktur fx ved at skrive dagsordenen op på tavlen og sørger for at gruppen holder sig til dagsordenen
- Gruppelederne styrer ordet og talerækken i gruppen. Vær opmærksom på at lave konkrete aftaler med deltagerne om, hvordan man byder ind i samtalen på en ordentlig måde. Hvis en deltager kommer ind på et emne, som ikke relaterer sig til dagens emne, kan man anvende tavlen som "parkeringsplads" og tage emnet op på dagsordenpunktet "dagens frie emne". Deltagerne informeres om parkeringspladsens anvendelse.
- Det er også gruppelederne, der sørger for at de ting, gruppen aftaler, bliver skrevet ned.

"Et helt centralt element i det personlige møde mellem gruppelederen og deltageren er gruppelederens evne og villighed til at lytte nysgerrigt med henblik på at forstå deltagernes egen forståelse og logik. For at kunne det, er det afgørende, at vi som gruppeledere i mødet med deltagerne kan sætte parentes om vores egne personlige præferencer og ideer om det gode, smukke og rigtige liv". Citat fra bogen "Sorggrupper i kirken" af Hansen, Hansen og Busch.

Det kan anbefales at læse denne bog.

Fagpersonens rolle

Fagpersonen fungerer som gæst i samtalegruppen, som kan være med til at bringe inspiration og faglige input ind i gruppen.

Gæstens opgaver er:

- At holde korte oplæg om de emner, gruppen ønsker at arbejde med. Der aftales emner på forhånd, så gæsten kan nå at forberede sit oplæg.
- Gæsten deltager herefter i gruppen sammen med de øvrige gruppemedlemmer og byder ind med perspektiver og ideer til strategier, som deltagerne kan blive inspireret af i deres dialog. Gæsten er ikke ordstyrer.

Forældrenes rolle

Er den unge under 18 år, skal der indhentes en samtykkeerklæring fra forældrene. Nogle af de unge kommer måske på eget initiativ. Det er dog vigtigt at forældrene samtykker omkring et forløb i en samtalegruppe, da den unges deltagelse i gruppen kun kan fungere, hvis alle parter går ind for det. Her spiller forældrene en stor rolle.

Forældrenes rolle ved den unges deltagelse i samtalegruppen:

- Samtalegruppen er udelukkende for den unge, og det der bliver diskuteret, skal hverken deles med forældre, søskende eller andre
- Det er dog vigtigt, at forældrene er positive overfor samtalegruppen og vil fungere som gode samarbejdspartnere. Hermed menes at forældrene - i samarbejde med samtalegruppelederne - planlægger samt koordinerer aftaler mellem den unge og gruppen; for eksempel, hvilke dage man aftaler at mødes, varigheden af aftalen samt ankomst og afhentning, således der er enighed herom
- Forældrene skal være tålmodige i forhold til samtalegruppen og give den tid og mulighed for at udvikle sig
- Forældrene skal være forstående og ikke forvente mirakler i forhold til samtalegruppens indflydelse på barnet. Det er vigtigt at huske på, at samtalegruppen ikke er en professionel hjælpeforanstaltning for den unge. Det er udelukkende en gruppe af unge samt frivillige gruppeledere der kan støtte, men ikke opdrage den unge
- Forældrene skal være åben overfor samtalegruppen og give plads til den unges liv
- Forældrene skal støtte deres barn, også igennem eventuelle vanskeligheder i samtalegruppen
- Forældrene kontakter gruppelederne, hvis der skulle opstå en konflikt i samtalegruppen

Kommunikation i gruppen

Gør det konkret

Det er vigtigt at være meget konkret, når man fortæller, hvad rollen som frivillig gruppeleder er, fx: Man får ikke løn; Man gør det i sin fritid; Man er ikke fagperson osv. Man skal løbende opfriske denne viden hos deltagerne, som beskrevet i ovenstående afsnit.

Det er også vigtigt at være konkret i forhold til, hvad gruppedeltagerens eget ansvar er i forhold til gruppen. Det er ikke tilstrækkeligt at sige, at man som gruppe medlem har "medansvar". Beskriv konkret, hvad den enkeltes ansvar er, fx: At melde afbud; At komme til tiden eller give besked hvis forsinket; At sige til, hvis man ikke føler sig tilpas i gruppen; At sige til, hvis man har en dårlig dag, der påvirker ens deltagelse i gruppen osv.

At være i følelsernes magt

Man kan opleve at dagens tema sætter følelsesmæssige reaktioner i gang, som kan forekomme voldsomme, og som man som gruppeleder skal kunne rumme. Disse reaktioner kan nemt komme til at fylde meget og måske flytte fokus fra temaet og udbyttet hos de øvrige deltagere, men det er helt naturlige reaktioner på tidligere oplevelser. Det er vigtigt her, at den enkelte oplever sig hørt, samtidig med at man bliver taget hånd om. Her kan gruppelederen for eksempel parkere følelserne til en individuel snak i pausen, hvor der også kan henvises til andre samtalemuligheder i andet regi.

Det kan også medføre, at energien det ene øjeblik er meget høj og pludselig daler stærkt i en gruppe. Det skal man som gruppeleder oftest tage alvorligt ved fx at spørge ind til, hvorfor den lave energi er opstået, og om der er behov for en pause.

Sårbarhed

Nogle mennesker kan være særligt sårbare over for kritik eller at blive afbrudt. Mange kan have erfaringer med en følelse af at "fylde for meget" sammen med andre. Deres sårbarhed overfor adfærd, der kan tolkes som afvisning, kan være stor.

Som gruppeleder skal man derfor være ekstra opmærksom, når man gentagne gange er nødt til at afbryde samme person. Vær opmærksom på at afbryde nænsomt og anerkendende – brug evt. parkeringspladsen eller henvis til, at vi har nogle punkter, vi skal nå igennem på dagsordenen.

Det er en god ide på forhånd at have talt med vedkommende om, hvordan man kan hjælpe med at styre, hvor meget vedkommende siger i gruppen. Man kan spørge vedkommende eller komme med forslag til, hvordan man kan hjælpe ved fx at afbryde på en god måde. Det er generelt vigtigt at have tydelige aftaler med gruppen om, hvordan man styrer ordet og afbryder hinanden. Der aftales derfor altid sociale spilleregler ved det første gruppemøde, som nedskrives, så man løbende kan genopfriske aftalerne.

Det modsatte opleves også ofte i en gruppe, nemlig at der kan være en deltager, der ikke giver sig selv lov til at fylde noget. Her er det gruppelederens ansvar at sørge for, at der bliver skabt plads, og at det gøres på en nænsom måde, så den enkelte ikke oplever sig udstillet og kommer til at føle ubehag ved opmærksomheden. Ofte sidder deltagerne med tidligere negative oplevelser omkring kravet om at være mere i fokus. Her handler det om at man, som gruppeleder, viser at man har set dem, og fremstiller det som et tilbud på deres præmisser. Dette kan gøres ved, at man forinden aftaler hvordan det kan gøres.

Metode

Samtalegruppen er ikke behandling eller terapi, men man kan lade sig inspirere af generelle ideer inden for samtalebaseret hjælpearbejde. Disse bruges i en række forskellige professioner: psykologi, psykiatri, pædagogik, undervisning og andet socialt arbejde. Vi er selv inspireret af det systemiske-narrative psykologiske felt og anbefaler at hente ideer og inspiration fra det systemiske-narrative psykologiske felt. Der er skrevet et godt kapitel om metodeovervejelser i bogen "Sorggruppe i Kirken" side 63-93. Vi kan anbefale at læse dette kapitel.

Vi kan også anbefale at læse "Kort over narrative landskaber" af Michael White.

Materialer

Følgende materialer kan være en hjælp ved gruppeforløbene: Flipover, tusscher, tangles, ur, kuglepenne, papir, navneskilte og mapper til papir samt små notesbøger - gerne forskellige, så man kan vælge den, der passer bedst.

Forberedelse

En vigtig del af forberedelsen er at gøre lokalet klar. Før deltagerne kommer, sørger gruppelederne for, at lokalet er ryddeligt og at forstyrrende elementer,

som ikke har noget med gruppen at gøre, er fjernet. I kan også fjerne malerier eller plakater fra væggene, rydde op på reolerne og i det hele taget sørge for, at rummet fremstår roligt og uden forstyrrende indtryk. Vær kritisk og forsøg at forudse, om der er ting i lokalet, som kan distrahere eller på anden måde fjerne fokus fra dagens emne.

Lav en lille label den første gang, som de kan bruge som navneskilt. Så ved man, at man er ventet og velkommen.

Deltagerne får en notesbog – som de skriver i eller vælger at tegne i undervejs eller hvad der giver mening for dem – det er helt deres egen – der er ingen regler for hvad de skal med den.

Husk også, at

- Stille vand og glas frem
- Skrive dagens dagsorden og tiderne op på tavlen eller på flip over papir, som kan hænge på væggen.
- Gøre *parkeringspladsen* klar. (Beskrives længere fremme).
- Sætte *Tangles* frem. (Beskrives længere fremme).
- Printe/kopiere de materialer, som skal udleveres

Når I er velforberedte, sender I desuden et signal til gruppen om, at I har overskud og styr på tingene, og det giver tryghed for deltagerne, og tiltro til jer som gruppeledere.

Hjælpemidler

Det kan være en fordel at benytte sig af enkle hjælpemidler, som kan være med til at understøtte strukturen og gøre det nemmere for deltagerne at opretholde koncentration og fokus.

Tangles

Tangles er små dimser, som man kan dimse med, hvis man er urolig eller har svært ved at koncentrere sig. Fysisk aktivitet kan hjælpe på opmærksomheds- og koncentrationsniveauet. Hvis deltagerne har behov for det, kan de vælge en *tangle*, som de kan sidde med under gruppen.

Parkeringspladsen

Parkeringspladsen er en plads på tavlen eller fx et stykke flipoverpapir hængt op på væggen. Her kan du parkere emner, som ikke er relevante i forhold til dagens emne. Når et emne dukker op, så spørg om det er ok, at vi skriver det op på parkeringspladsen. På denne måde husker I, at I skal vende tilbage til

emnet, fx under *Dagens frie emne*, og deltageren får visualiseret, at emnet bliver husket. Han/hun behøver derfor ikke huske på det og kan koncentrere sig om dagens emne.

Økonomi

Sogne der ønsker at oprette en samtalegruppe for unge, kan sende en ansøgning til Samvirkende Menighedsplejer.

Sognet kan søge om 5.000 kr. til dækning af forplejning, materialer og aktiviteter.

Ansøgningen sendes til klp@menighedsplejer.dk

Dagens program og øvelser

For hver gruppe laves en dagsorden, som er målrettet det tema mødet har fokus på. Denne beskriver overordnet rammerne for forløbet. Der er en dagsorden for hver gang, hvortil der henvises til en række øvelser, som de frivillige gruppeledere kan anvende.

Øvelser findes i bilagene bagerst i dette dokument.

Rekruttering af deltagere

Det kan være unge der har deltaget på Folkekirkens Feriehjælp. Ligeledes kan præsterne have været i kontakt med mulige unge til samtalegruppen.

Det er også en mulighed at kontakte kommunens Børn- og familieafdeling og fortælle om tilbuddet.

Åbne/lukkede grupper

Samtalegruppen er som udgangspunkt en lukket gruppe. Der inviteres 4-6 deltagere, som fortsætter i gruppen hele forløbet. Det vurderes, at det vil skabe for stor forvirring og uro i gruppen, hvis der løbende optages nye deltagere.

Facebook og tavshedspligt

Det er vigtigt at opfordre gruppeditagerne til at vente med at lave en Facebookgruppe til det officielle forløb er slut. Dette er for at undgå, at der deles informationer på Facebook, som ikke er kendte i gruppen/af gruppelederne. Hvis gruppen alligevel vælger at oprette en Facebookgruppe er det vigtigt at tale med gruppen om, hvad fortrolighed og tavshedspligt betyder – også i Facebookgruppen. Desuden er det vigtigt, at man som gruppeleder ikke bliver en del af gruppen. Man har heller ikke som gruppeleder ansvar for, hvilke informationer der deles på Facebook.

Børneattester

Alle frivillige skal aflevere en børneattest. Den kan indhentes hos politiet.

Litteratur

Cullberg, Johan: *Krise og udvikling*, Hans Reitzel, 2007

Hansen, Hansen og Busch: *Sorggrupper i kirken – Når sorgen bæres sammen*, RPF, 2014

Murphy, Kate: *Kunsten at lytte til andre - Sådan får du bedre relationer gennem bedre samtaler*, People'sPress, 2020

White, Michael: *Kort over narrative landskaber*, Hans Reitzel, 2008

Bilagsliste

Bilag 1	Øvelse til præsentation af deltagere
Bilag 2	Øvelse til aftale af sociale spilleregler
Bilag 3	Øvelse til evaluering
Bilag 4	Øvelse til "Runden (siden sidst)"
Bilag 5	Øvelse til præsentation af fagperson og de frivillige gruppeledere
Bilag 6	Ramme for indledende oplæg
Bilag 7	Øvelse til aftale af emne-bibliotek
Bilag 8	Øvelse til opsamling
Bilag 9	Øvelse til dagens frie emne
Bilag 10	Eksempel på forløb
Bilag 11	Frivilligprofil

Bilag 1

Øvelse til præsentation af deltagere

Præsentation af hinanden.

Følgende øvelser kan bruges til inspiration, når deltagerne skal præsenteres.

Gruppelederne laver en runde – hvor deltagerne bliver bedt om at præsentere sig – forinden har alle fået information om, hvad man kan sige noget om ...måske på en lille huskeseddel

Hjælpe spørgsmål:

Hvad hedder du?

Hvor gammel er du?

Hvor bor du?

Hvordan bor du? Alene, sammen med andre.

Hvad er dine stærke sider?

Hvad kan være svært for dig?

Hvad vil du gerne kendes for?

Hvad kendetegner en god dag for dig?

Hvis en af dine nærmeste skulle beskrive dig, hvad vil de så fortælle om dig?

Hvad håber du at få ud af gruppeforløbet?

Forslag til materialer

Skriv evt. spørgsmål op på en tavle/flipover

Alternativ

Postkortmetoden

Hvis man ønsker at gøre præsentationen lidt lettere, kan man bede deltagerne om at vælge et postkort fra en bunke man har med - fx samlet fra gratis postkort. De skriver lidt på deres postkort og fortæller hvorfor de har valgt lige netop det kort og bruger det efterfølgende som grundlaget for præsentationen af dem selv. Postkortet beholder de og lægger det sammen med notesbogen.

Det er en god idé at gruppelederne indleder præsentationen ved at fortælle om deres postkort først for på den måde at være rollemodeller.

Bilag 2

Øvelse til aftale af sociale spilleregler

Formål med øvelsen

Øvelsen går ud på, at deltagerne sammen bliver enige om, hvordan omgangstonen og de sociale spilleregler skal være i gruppen. Skal telefonen være på lydløs? Hvordan afbryder vi hinanden? Går vi i gang selvom nogle kommer for sent? Hvad er det enkelte gruppemedlems ansvar overfor fællesskabet/gruppen? Vær opmærksom på brugen af Facebook, da det er svært at styre i forhold til tavshedspligt og foreslå gruppen at vente med at oprette en Facebookgruppe til det officielle forløb er slut.

Fremgangsmåde

Én af gruppelederne styrer ordet og skriver alle gruppens input op på en flipover. Øvelsen kan evt. indledes med, at alle deltagere får 5 min. til at nedskrive egne forventninger til gruppens sociale spilleregler. Man kan eventuelt bruge spørgsmålet: Hvad skal der til for at I tænker det kan være et godt sted at komme, og noget I kan glæde jer til? Herefter bedes deltager bringe deres forventninger ind i gruppen. Når gruppen ikke har flere input, er det gruppelederens opgave at få deltagerne til at prioritere, hvad der skal med i en gruppekontrakt. En anden gruppeleder skriver ned på A4 papir og renskriver til næste gruppemøde.

Start med at tydeliggøre, hvad der på forhånd er fastlagt for gruppen (krav til deltagerne):

- Gruppen skal i fællesskab lave en aftale om gensidig tavshedspligt og fortrolighed
- Særlige problematikker der har været oppe i gruppen, drøftes ikke videre i pausen
- Vi taler ikke om nogle, der ikke er til stede
- Man skal melde afbud til gruppelederen

Herefter styrer én af gruppelederne ordet og skriver alle gruppens input op på en flipover. Øvelsen kan evt. indledes med, at alle deltagere får 5 min. til at nedskrive egne forventninger til gruppens sociale spilleregler. Herefter bedes deltagerne bringe deres forventninger ind i gruppen. Når gruppen ikke har flere input, er det gruppelederens opgave at få deltagerne til at prioritere, hvad der skal med i en gruppekontrakt. En anden gruppeleder skriver ned på A4 papir og renskriver til næste gruppemøde.

Afsæt tid

30-60 min. til drøftelse og forhandling (obs. på, at det kan være meget individuelt, hvor meget tid, den enkelte gruppe skal bruge på denne øvelse)

Forslag til materialer

- Blyant/kuglepen
- Flip-over/smartboard/tavle
- Tusch

Bilag 3

Øvelse til evaluering

Formål med øvelsen

Efter hver mødegang sættes der tid af til evaluering af mødet. Formålet er at få talt om, om stemningen har været god, og om man har oplevet sig hørt. Derudover skal øvelsen motivere gruppedeltagerne til at reflektere over, hvad de særligt tager med sig fra mødet.

Fremgangsmåde

Deltagerne bedes besvare følgende spørgsmål:

- Hvordan har det været for dig at deltage i gruppen i dag?
- Hvad har du været særligt inspireret af i dag? (fx en aha-oplevelse)

Sæt evt. to min af til individuel refleksion, hvor det er muligt at skrive sine tanker ned. Tag en runde, så alle kommer til orde, hvis de ønsker det.

Gruppelederne svarer også på spørgsmålene.

Afsæt tid

15 min.

Forslag til materialer

Deltagerne kan tegne eller skrive deres tegne tanker ned, hvis de ønsker det.

Bilag 4

Øvelse til "Runden (siden sidst)"

Formål med øvelsen

Formålet med øvelsen er at give deltagerne mulighed for at fortælle, hvad der særligt har fyldt siden sidst. Derudover giver den gruppen mulighed for at vide, om der er særlige hensyn, der skal tages til den enkelte deltager.

Fremgangsmåde

Det er vigtigt, at øvelsen ikke kommer til at fylde for meget af mødet. Derfor skal gruppelederen være skarp på at formidle til deltagerne, hvad formålet er med øvelsen, og hvor lang tid hver deltager har til at fortælle. Gruppelederen beder hver deltager forholde sig til følgende spørgsmål.

- Hvilke tanker har du fra sidst? Har du oplevet, at noget er blevet anderledes?
- Er der nogen særlige hensyn, vi skal tage til dig i dag?

Gruppelederne svarer også på spørgsmålene. Hvis en deltager har oplevet nogle ting, som fylder meget for vedkommende, men som ikke relaterer sig til gruppens emne, skrives dette op på "Parkeringspladsen".

Afsæt tid

2-3 min. pr. deltager.

Bilag 5

Præsentation af fagperson og frivillige gruppeledere

Formål med øvelsen

Formålet med øvelsen er at gøre det tydeligt for gruppen, hvad det betyder at være frivillig gruppeleder, hvilken rolle man har, og hvad man som deltager kan forvente. Derudover skal fagpersonens rolle præsenteres.

Fremgangsmåde

De frivillige bruger 5-7 min. på at fortæller, hvad det vil sige at være frivillig gruppeleder. Vær konkret.

- Forklar fx, at man ikke får løn, og at man gør det i sin fritid
- Fortæl gerne om jeres egen motivation for at være frivillig gruppeleder
- Fortæl, at I ikke er fagpersoner, men at I har en uddannelse i at være frivillige gruppeledere af forskellige typer grupper

Fagpersonen bruger 5 min på at præsentere dem selv og hvad deres opgave er:

- Rollen som fagperson i en gruppe i frivilligt regi (er ikke gruppeleder men byder ind med faglig viden som inspiration til gruppen og står til rådighed ved spørgsmål)

Bilag 6

Ramme for indledende oplæg

Formål med oplægget

Oplægget har til formål dels at give deltagerne et indblik i hvilke udfordringer, der kan være på spil, når man har fx studerende/ung. Dels kan oplægget være med til at sætte refleksioner i gang hos deltagerne i forhold til, hvad de selv oplever af udfordringer i hverdagen i relation til at være studerende/ung. Dette skal munde ud i en fælles drøftelse af hvilke emner, der skal danne ramme for de enkelte mødegange.

Indhold

Fagpersonen holder et fagligt oplæg om et emne, og hvilke udfordringer, der typisk kan være forbundet til dette:

Der anvendes faglig viden og erfaringer fra praksis i oplægget. Det er vigtigt at deltagerne oplever genkendelighed ift. temaet og en vis medinddragelse.

Afsæt tid

20 min til oplægget

Forslag til materialer

- Evt. powerpoint eller andet visuelt materiale
- Notesbogens anvendes

Bilag 7

Øvelse til aftale af emnebibliotek

Formål med øvelsen

Formålet med øvelsen er, at gruppen sammen med gruppelederne aftaler en række emner, som gruppen ønsker at have særligt fokus på i relation til temaet "studerende" eller "ung". Emnerne skal danne ramme om snakken ved de enkelte mødegange.

Fremgangsmåde

Øvelsen igangsættes umiddelbart efter oplægget (bilag 6). Øvelsen består af tre faser:

1. I første fase bedes alle deltagere notere 2-3 fokuspunkter i relation til emnet, som vedkommende kunne tænke sig at have fokus på i løbet af forløbet.
2. Anden fase er en fælles dialog om hver enkelt deltagers individuelle fokuspunkter. Gruppelederen noterer fokuspunkterne ordret på en tavle/flip-over, så de bliver tydelige for alle i gruppen. Gruppelederne kan også bringe forslag op.
3. I tredje fase skal gruppen prioritere 9 emner, som skal danne ramme om de resterende 9 mødegange.

Gruppelederne laver en oversigt over hvilke temaer, der kommer til at danne ramme om de forskellige mødegange. Oversigten udleveres evt. til hver enkelt deltager. Der er også mulighed for at gruppelederne blot lader et par mødegang stå åben.

Bilag 8

Øvelse til opsamling

Formål med øvelsen

Øvelsen foregår den sidste mødegang. Formålet er, at deltagerne får opsummeret, hvad de seneste 9 mødegange har handlet om. Derudover får deltagerne mulighed for at sætte ord på, hvad de særligt har fået ud af de 9 gange, om der har været noget, de særligt har haft fokus på, og om de har oplevet, at gøre noget anderledes end tidligere (udvikling).

Fremgangsmåde

Øvelsen har 3 faser:

1. Gruppelederen opsummerer emner og fokus fra de sidste 9 gange
2. Deltagerne får nu 10 min til at tænke over, hvad de særligt har fået ud af forløbet
3. Deltagerne bliver nu bedt om at fortælle gruppen (gruppelederne styrer snakken):
 - Hvad de har været særligt inspireret af under forløbet (fx et bestemt tema, en særlig strategi, en kommentar fra gruppelederne eller andre i gruppen, selve gruppesammenholdet, de andre i gruppen osv.)
 - Har noget fra gruppemøderne fået dig til at gøre noget andet i dagligdagen, som du måske ellers ikke ville have gjort
 - Har du oplevet at udvikle dig i forhold til dine fokusområder?

Afsæt tid

10 min til oplæg fra gruppelederen

10 min til individuel refleksion

30 min. til gruppesnak

Bilag 9

Dagens frie emne

Formål med øvelsen

Formålet med dagsordenspunktet "dagens frie emne" er at give plads til emner, som måske fylder meget for en deltager på dagen, og som også er meningsfuldt for andre deltagere at tale om. Det kan også være emner, som deltagerne kommer på i løbet af forløbet, som ikke er kommet med i emnebiblioteket. Hvis der ikke er nogen frie emner, bruges tiden til at tale om dagens emne.

Fremgangsmåde

Brug tavlen til at skrive emner op, som dukker op i løbet af gruppemødet. Når I når til dagens frie emne, skal gruppelederne hjælpe deltagerne med at prioritere et emne. Hvis der er flere emner, gruppen ønsker at snakke om, skriver gruppelederne de øvrige emner ned og tager dem med til "dagens frie emne" næste gang gruppen mødes.

Bilag 10

Eksempel på forløb i samtalegruppen

Dagsorden for 1. mødegang:

16.00-16.15	Introduktion til forløbet og præsentation og de frivillige
16.15-16.45	Præsentation af deltagerne
16.45-17.00	Aftale sociale spilleregler for gruppen
17.00 -17.35	Lave emnebiblioteket
17.35-17.45	Introduktion til næste møde
17.45-18.00	Evaluering

Der indlægges to små pauser efter behov.

Dagsorden for 2.-9. mødegang:

16.00 -16.30	Runden (siden sidst)
16.30-16.45	Oplæg om dagens emne
16.45-17.25	Dagens emne, erfaringsudveksling
17.25 -17.40	Dagens frie emne
17.40-17.45	Præsentation af emne til næste gang
17.45-18.00	Evaluering

Der indlægges to små pauser efter behov.

Dagsorden for 10. mødegang:

16.00-16.30	Runden (siden sidst)
16.30-17.30	Erfaringsudveksling om udbytte og ønsker
17.30-17.45	Dagens frie emne

17.45-18.00

Evaluering

Der indlægges to små pauser efter behov.