

Checklista **Goda gruppsamtal**

Grunden för ett tryggt samtal är att skapa möjligheter för människor att känna sig engagerade och inkluderade på sina egna villkor. Vi behöver bekräfta varandra och ge lika plats åt alla att höras. Med goda samtal ökar vi vår gemensamma kraft och förståelse för varandra. Det bidrar till ett inkluderande samhällsklimat. I denna checklista finns tips att tänka på före, under och efter ett gruppsamtal.

FÖRE

- ✓ Hur gör vi så att alla kan delta på lika villkor?
 - Är tiden för träffen anpassad till de som ska vara med?
 - Är platsen tillgänglig och anpassad för alla?
 - Hur kan vi anpassa utifrån gruppens olika språkförutsättningar?
- ✓ Gör upp rollfördelningen i gruppen:
Vem/vilka ansvarar för att ställa i ordning till träffen? Vem/vilka tar fram material? Ska vi utse en person som leder samtalet?
- ✓ Planera hur träffen ska läggas upp men var flexibel när det behövs.
- ✓ Gör ett körschema med tid för instruktioner, paus, fika och reflektion.
- ✓ Prata om bemötande och gemensamma regler ni vill ha i gruppen. Ta tillsammans fram en instruktion om bemötande för era samtal.
Exempelvis kan det vara:
 - Vi kommer i tid och meddelar innan vi börjar om vi behöver gå tidigare.
 - Vi är närvarande i samtalet och har telefonen på ljudlös.
 - Vi tar plats på våra egna villkor. Var och en bestämmer själv vad den vill eller inte vill berätta.
 - Vi hjälps åt att ge och ta plats. Alla som vill får komma till tals.
 - Vi har en tystnadsförbindelse. Det som sägs i gruppen stannar i gruppen.

- Vi lyssnar, tar varandra på allvar och accepterar att vi tycker olika.
- Vi skrattar med, inte åt.
- Vi tänker på att inte prata snabbt så att alla förstår.

UNDER

- ✓ Använd er planering, rollfördelning och instruktioner om bemötande som ni tagit fram.
- ✓ Var flexibla när det behövs.
- ✓ Använd hjälpmedel eller bilder och filmer som stöd.
- ✓ Fördela ordet jämt i gruppen.
- ✓ Håll på tiderna som bestämts och avsluta när ni har tänkt.
- ✓ Avrunda och avsluta samtalet. Prata om vad som gått bra och vad som kan förbättras.

TIPS!

Använd kroppsspråk.
Förklara med bilder och filmer.
Vid behov, be någon tolka.
Dela in er mindre grupper så att fler kan dela och prata.
Börja med en runda där alla kort berättar hur de vill bidra.

EFTER

Efter träffen behöver vi fundera på vad som fungerat bra och om det finns något vi vill ändra till nästa gång. Det är värdefullt för gruppens lärande och utveckling.

- ✓ Finns det något vi vill ändra till nästa gång?
- ✓ Fick de som ville prata den möjligheten?
- ✓ Blev någon inte lyssnad på och varför?
- ✓ Fanns det något som gjorde att någon kände sig osäker eller ovälkommen?
- ✓ Vad gör att personer trivs och vill fortsätta?