

Tjek ud

Formål

Få en fornemmelse af, hvordan alle i gruppen synes møderne går. Det er også godt at slutte møderne af med, at man får tænkt over, hvad der har været vigtigt og hvad man tager med sig hjem.

Det skal I bruge

- En øvelsesleder
- Plads på gulvet

Tid: 10 min i slutningen af mødet

Sådan gør I

- Stil jer i en rundkreds
- Vælg et spørgsmål, som I synes passer godt til mødet i dag (I kan også vælge at skifte mellem spørgsmålene, hver gang I holder et nyt møde)
- En ad gangen fortæller i fx:
 - Hvordan gik mødet?
 - Hvad fik jeg med, som jeg kan bruge?
 - Hvad er det vigtigste, jeg tager med hjem?
 - Hvad vil jeg helt sikkert fortælle videre til min familie eller andre?
 - På en skala fra 1-10 hvordan har jeg det nu?
- Når alle har sagt noget, slutter mødet.