

MODUL 6

Bydelismødrenes metoder: Den gode samtale

Tid	Program	Indhold/ metode	Ansvarlig	Mål	Materialer
17.00-17.15	Tjek ind	Alle finder én de ikke har talt så meget med før. To og to taler om hvilken rolle en Bydelsmor har.	Koordinator	Fællesskab, nærhed og tillid. Opmærksomhed på dagens tema.	
	Hvad lærte jeg sidst	Alle sætter sig ved siden af en ny. To og to taler om, hvad de kan huske fra modul 5.		Samtale og erindring.	
17:15-17:20	Præsentation Program	Koordinatoren underviser i metodemodulerne Dagens formål <ul style="list-style-type: none">• At lære rammerne for den gode samtale.• At forstå aktiv lytning, åbne spørgsmål og evnen til at guide i beslutningsprocesser.• At skelne mellem privat person og professionel Bydelsmor. Dagens emner <ul style="list-style-type: none">• Hvordan I skaber rammerne for den gode samtale.• Hvordan I klæder kvinden på til selv at træffe beslutninger.• Hvordan I giver kvinden ansvar for egne valg og passer på jer selv.	Koordinator	Forudsigelighed og tryghed.	Tavle/flipover med dagens program.
17.20-17.30	Kortlægningsøvelse (eksisterende viden)	Samtale i plenum <ul style="list-style-type: none">• <i>Hvornår er man en god lytter?</i>	Koordinator	Fokus på emnet Refleksion over hvornår man selv føler sig hørt.	Tavle/flipover skriv eksempler op i to koloner: aktiv/ikke aktiv

*Teksten i (...) henviser til under hvilken mappe, du kan finde materialet på din lukkede hjemmesideadgang.

MODUL 6

Bydelismødrenes metoder: Den gode samtale

		<ul style="list-style-type: none">• <i>Hvad er aktiv lytning/ikke aktiv lytning</i>			Aktiv lytning og åbne spørgsmål (jf. faglig inspiration)*
17.30-17.40	Øvelse i aktiv/ikke aktiv lytning	To og to skiftes til at fortælle om sin sidste ferie i ét minut. <ul style="list-style-type: none">- Første gang er den anden aktivt lyttende; nikker, anerkender, holder øjenkontakt.- Anden gang er den anden ikke aktivt lyttende; Kigger væk, er uopmærksom, roder med noget andet.		At erfare skiftet mellem aktiv/ikke aktiv lytning og den følelse det ene og det andet efterlader.	
	Opsamling i plenum	2-3 giver eksempler på deres oplevelse.			
17.40-17.50	Kortlægningsøvelse (eksisterende viden)	Samtale/brainstorm i plenum <ul style="list-style-type: none">• <i>Hvad er et åbent spørgsmål?</i>- <i>Hvad skete der...</i>- <i>Vil du fortælle om...</i>- <i>Afhvilke grunde gjorde...</i>- <i>Hvad er dine tanker om...</i>• <i>Undgå lukkede spørgsmål (ja/nej)</i>	Koordinator	Sikre forståelse for åbne spørgsmål.	Tavle/flipover notér eksempler på åbne spørgsmål.
17.50-18.00	Øvelse i åbne spørgsmål	To og to lærer på skift så meget som muligt om, hvad den anden lavede sidste søndag på 2 minutter. <ul style="list-style-type: none">• Stil kun åbne spørgsmål		Afprøve åbne spørgsmål og lære hinanden at kende.	
18.00-18.15	Oplæg: Privat vs. professionel	Som Bydelismødre er I holdnings-neutrale Det er ikke jeres rolle at ytre jeres personlige holdning.	Koordinator	At forstå de to positioner og vigtigheden af at skelne selvom det kan være svært.	Tavle/flipover - visuel: Notér privat vs. professionel og de væsentligste pointer på forskellen.

*Teksten i (...) henviser til under hvilken mappe, du kan finde materialet på din lukkede hjemmesideadgang.

MODUL 6

Bydelsmødrenes metoder: Den gode samtale

		<p>Koordinator viser tydeligt forskellen på privat og professionel, ved at positionere sig to forskellige steder i rummet.</p> <p>En professionel Bydelsmor arbejder indenfor dansk lovgivning om demokratiske rettigheder og pligter. Jf. tavshedspligt og underretningspligt.</p> <p>Husk Bydelsmødrenes værdier.</p>			<p>Privat vs. professionel (jf. faglig inspiration)</p> <p>Bydelsmødrenes værdier (jf. administration) omdelt på intromodulet.</p>
18.15-18.45	Aftensmad		Inddrag Bydelsmødrene i at stille klar og rydde op.	Fællesskab og hygge.	Ex. Forudbestilt mad.
	Afkrydsning	Afkrydsning og kontaktoplysninger	Koordinator	Administrativt krav.	Deltagerliste (jf. administration)
18.45-19.00	Oplæg: Rammerne for den gode samtale.	<p>Fagligt oplæg – samtale rammer</p> <p>Med fokus på forandring kortlægges:</p> <ul style="list-style-type: none">• Hvor er vi? (hvad er situationen)• Hvor vil vi gerne hen? (hvilke forandringer ønskes)• Hvad kræver det? (hvilke beslutninger og handlinger kræves hos den enkelte kvinde). <p>Samtalen inddeles i 3 faser:</p> <p>Det er Bydelsmors ansvar at skabe indledende tryghed og at lave en afrunding, hvor planen er tydelig.</p> <p>1. Fase: <i>Hvad er målet med samtalen</i></p>	Koordinator	Ny viden og konkrete værktøjer. 3 centrale pointer.	<p>Metodiske greb for den gode samtale (jf. værktøjer til Bydelsmor).</p> <p>Samtalens ramme (jf. værktøjer til Bydelsmor).</p>

*Teksten i (...) henviser til under hvilken mappe, du kan finde materialet på din lukkede hjemmesideadgang.

MODUL 6

Bydelismødrenes metoder: Den gode samtale

		<p>2. Fase: <i>Hvad er kvindens historie</i></p> <p>3. Fase: <i>Hvad er planen</i></p>			
19.00-19.25	<p>Operationalisering/Rollespil – case</p> <p>Feedback-kultur</p> <p>Kort opsamling</p>	<p>En kvinde melder sig som "Bydelsmor", en som "kvinde", koordinator styrer samtalen med udgangspunkt i samtale ramme.</p> <p>Husk vores værdier. Det er vigtigt, at vi behandler hinanden med en god feedbackkultur:</p> <ul style="list-style-type: none">• Kærligt• Konkret• Konstruktivt <p>Koordinator samler op i plenum efter hver fase:</p> <ul style="list-style-type: none">• <i>Hvad gik godt?</i>• <i>Hvad kunne Bydelsmor ellers have spurgt om?</i>• <i>Er der noget der mangler at blive talt om?</i> <p>Efterfølgende fortsætter grupper på tre rollespil omkring casen efter samme model.</p> <ul style="list-style-type: none">• 1-2 grupper fremlægger.	Koordinator	<p>Aktivering af den nye viden.</p> <p>Videndeling. Er der "huller" der skal følges op på?</p>	<p>Cases (jf. Case-inspiration). OBS: det er kun hende der spiller "kvinden", der læser casen.</p>
19.25-19.35	Samtaleskema	<p>På PowerPoint vises samtalskemaet og udfyldes på baggrund af rollespilsøvelsen.</p>	Koordinator	<p>Kendskab til samtalskema</p>	<p>Samtaleskemaet på "det digitale værktøj" – Bydelsmor appen.</p>

*Teksten i (...) henviser til under hvilken mappe, du kan finde materialet på din lukkede hjemmesideadgang.

MODUL 6

Bydelismødrenes metoder: Den gode samtale

		OBS! Det er vigtigt, altid at dokumentere kontakten til kvinder i lokalområdet gennem vores samtaleskema i det digitale værktøj.			
19.35-19.40	Hjemmeopgave	Til næste gang skal kvinderne tale med 3 veninder eller kvinder de møder ud fra den afprøvede model og dyderne om at: <ul style="list-style-type: none">• Lytte aktivt• Stille åbne spørgsmål• Være professionel• Sætte rammerne for den gode samtale Hvordan kan du guide kvinden til selv at træffe beslutninger! Notér efter samtalerne hvad der gik godt og hvad der var svært?	Koordinator	Afprøve Bydelsmor metoden for den gode samtale i praksis og på "egne ben."	Tavle/flipover til at notere opgaveformuleringen.
19.40-19.45	Hvad skal vi næste gang?	Emne: Modul 7 Metode: Hjælp til selvhjælp og opsøgende arbejde Underviser: (...)	Koordinator	Forberedelse og forudsigelighed.	
19.45-20.00	Tjek-ud	I en rundkreds på gulvet fortæller alle kort hvad de vil tage med sig fra dagens undervisning.	Koordinator	Fælles afslutning og refleksion.	

*Teksten i (...) henviser til under hvilken mappe, du kan finde materialet på din lukkede hjemmesideadgang.