

## Personlige samtaler med alle BydelSMØDRE

### Formål

Personlige samtaler mellem den enkelte BydelSMØDRE og forkvinden eller koordinatoren kan være en god måde at:

- at skabe en god og tillidsfuld kommunikation
- at få indblik i hvad der motiverer den enkelte BydelSMØDRE
- at forstå, hvor meget energi den enkelte BydelSMØDRE har

Når man sidder i et lokale med en masse andre kvinder, så kan det være svært at sige, hvad man ønsker og brænder for. Det er lettere, når man sidder to og to, at få sagt, hvad man har på hjerte. Man lærer hinanden at kende på en ny måde, når man holder en personlig samtale. Man kan få snakket om, hvad den enkelte har lyst til at lave, hvad der sker i hendes privatliv, om hun har travlt, eller om hun har overskud.

### Sådan gør I

- Aftal et tidspunkt, hvor I kan snakke sammen, uden at der er andre til stede. Det kan være en gåtur, på en cafe eller hjemme hos en af jer.
- Skab en hyggelig og afslappet stemning.
- Lyt aktivt og stil åbne spørgsmål – husk BydelSMØDREnes metoder

### Spørgsmål, du kan stille

- *Hvordan synes du, det går?*
- *Hvad kan du bedst lide ved at være BydelSMØDRE?*
- *Er der noget, du synes er svært?*
- *Hvad synes du, du er god til?*
- *Hvilke opgaver har du mest lyst til at lave i BydelSMØDRE-gruppen? (Nævn evt. nogle eksempler på opgaver)*
- *Har du nogle forslag til ting, som vi kunne gøre anderledes i gruppen, eller som du synes, at vi mangler?*
- *Hvordan ser din hverdag ud i øjeblikket? Har du travlt, eller har du god tid?*