

HALLOJ! Välkommen på #Killmiddag!

-Här nedan följer några punkter som kan vara till hjälp under samtalet.

Innan samtalet

- Kom överens inom gruppen innan ni börjar prata att det som sägs under #killmiddagen sägs i förtroende och stannar i rummet.
- Utse en samtalsledare som har i uppdrag att hålla koll på att samtalet håller sig till ämnet, och att ni bemöter varandra respektfullt. Denna person kan växla under kvällens gång i samband med byte av diskussionsfråga, eller vara samma person hela kvällen.
- Ha inte för stora samtalsgrupper, ca fyra personer är bra.
- Bestäm hur ordet ska fördelas. Det är vanligt med exempelvis rundor, handuppräckning, lista eller någon annan form av system för att se till att var och en får komma till tals. En bra grej är att låta minst 2 personer komma till tals från att du själv har pratat, och innan du ber om ordet igen.

Under samtalet

- När du själv pratar, utgå från dig själv och dina erfarenheter.
- När andra pratar, utgå från att alla gillar olika och har olika erfarenhet. Döm inte personer men skapa ett öppet och tillåtande samtalsklimat där ni kan prata om varandras olika val och preferenser.
- Lyssna på varandra.
- Tolka varandra snällt. Det krävs mod och tillit för att dela med sig av sina upplevelser. Ifrågasätt aldrig någon annans erfarenhet. Du behöver inte hålla med eller känna igen dig. Låt var och en ha rätt till sin upplevelse.
- Stötta varandra, även om du inte håller med helt och hållet. Det ska gå att säga hur något känns och bli accepterad för det.
- Skapa en stämning där alla får fråga när den inte förstår något.

Efter samtalet

- Gå en runda och låt var och en få möjlighet att lägga till, korrigera eller kommentera något som har kommit upp under samtalet.
- Låt var och en kort beskriva vad den kommer ta med sig av samtalet som varit under #killmiddagen.
- Om ni vill: starta en gruppchatt eller liknande där ni kan fortsätta samtalet även efter middagen.
- Sätt ett nytt datum för nästa #killmiddag
Påminn varandra om att allt som sagts under middagen stannar i rummet