

The background features abstract, stylized illustrations of human faces and hands in shades of purple and teal. The faces are simplified, with large eyes and simple mouths. The hands are shown in various orientations, some with fingers spread. The overall aesthetic is modern and clean.

Vi möts digitalt

ANVÄND VÅR SAMTALSMODELL

Bilda 

VI MÖTS DIGITALT

Det är i samtalet, i mötet med andra som vi kan lära oss om varandra, få kunskap av varandra och fördjupa vår förståelse för varandra. Om de sociala fysiska kontakterna blir begränsade kan vi mötas digitalt. För det finns teknik som kan hjälpa oss att ändå mötas, att starta en studiecirkel online!

INFÖR STARTEN

Sätt samman en grupp. Kanske ett gäng från arbetsplatsen, gamla vänner eller föräldrar med barn på samma dagis/skola?

Ni bör vara **minst 3 personer** i gruppen och helst inte fler än 8 för att alla ska kunna få tillfälle att prata.

Välj en podd, ett sommarprat, ett TV-program eller en film som ingen i gruppen har sett eller hört tidigare. Det är roligare med något som ger en ny upplevelse åt alla.

Utse en samtalsledare. Det är tryggt att ha någon som har funderat lite mer och tänkt ut några frågor. Samtalsledaren håller också i samtalsstrukturen och tiden, så att alla får utrymme och allas erfarenheter tas tillvara. Skifta gärna samtalsledare från träff till träff.

Fika och småprat är en bra start på träffen, en stund innan själva cirkeln startar. Det ger alla möjlighet att landa i gruppen. Uppmana alla att göra i ordning sitt eget fika hemma hos sig i förväg.

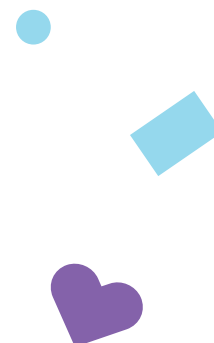
Ni kan **bestämma en tid** och koppla upp er tillsammans. Kom överens om hur ofta ni vill ses. Kanske varje vecka, så hinner alla lyssna igenom t.ex podden ni väljer.

Var inte rädd för att uttrycka din åsikt! Själva poängen är att ni som lyssnare/tittare med olika erfarenheter och uppfattningar når fram till ny förståelse – en åsikt kan bli en insikt.

SPELREGLER FÖR DET DIGITALA SAMTALET

Spelregler som hjälper er att skapa ett öppet och lärande samtal är:

- Det personliga vi delar stannar i gruppen.
- Det är ok att prova tankar och att ändra sig.
- Jag har rätt att vara tyst.
- Alla talar i jagform.
- Alla hjälps åt alla hålla tidsramarna.
- Alla bidrar med sitt perspektiv och värdesätter att få ta del av andras.



SAMTALSMODELL FÖR MÖTET

Inledande runda

Börja med en runda där var och en får berätta om sin upplevelse av det ni lyssnat på eller sett. Det kan vara helt fria tankar, eller, om ni har ett tema, vara kopplat till det.

En annan ingång kan vara konkreta frågor som:

- Var det något som berörde dig extra mycket?
- Var det något du gillade i samtalet?
- Vad tyckte du särskilt mycket om?
- Var det någonting som du blev riktigt förvånad över?
- Var det något du inte gillade?
- Var det några ställen som var tråkiga?
- Fanns det upprepningar i samtalet?
- Var det något du inte förstod eller tyckte var svårt?
- Fanns det en röd tråd i samtalet?
- Hur mycket uppskattade du att du lyssnade på samtalet

Var och en får 3–5 minuter till sitt förfogande. Det är alltid ok att passa, att låta ordet gå vidare om man inte vill säga något.

I rundan får var och en berätta utan att bli avbruten. Syftet är att man ska få sätta ord på och prova sina tankar, utan att behöva förklara och försvara. Samtidigt tränar man sig att lyssna och ta in olika perspektiv.

Gemensamt samtal

När rundan är klar öppnar ni för ett gemensamt samtal utifrån era olika perspektiv. Det kan vara bra om samtalsledaren förberett några frågor. Förslag på typ av frågor:

- Fastnade du för något speciellt i det du läste?
- Kändes berättelsen trovärdig? Angelägen?
- Vilka känslor drabbades du av när du tittade/lyssnade?
- Hur knyter det an till ditt eget liv och dina erfarenheter?
- Mötte du några nya perspektiv? Hur tänker du kring det?
- Gjorde du någon ny upptäckt eller insikt? Hur kan du använda dig av det?

Avslutande runda

Avsluta samlingen med en runda där var och en har möjlighet att säga något kort om det ni lyssnat på eller sett, till exempel:

- Nya tankar jag fått med mig idag...
- Jag skulle vilja samtala vidare om...
- Något jag skulle vilja veta mer om...

TIPS FÖR ATT MÖTAS ONLINE

Vi har samlat ihop några tips på olika metoder att använda. Olika typer av "videosamtal" där man kan koppla upp sig med sin smartphone, surfplatta eller dator. Du behöver också en internetuppkoppling och gärna ett headset.

För att du som ledare ska känna dej trygg med videomötet i en distanscirkel rekommenderar vi att du använder dig av det videoverktyg som de är vana vid. Och för de som inte redan har ett favoritvideomötesverktyg kan vi tipsa om dessa:

Teams har en gratisversion av Teams som tillåter upp till 300 användare. Obegränsat antal chatt och att gäster kan bjudas in. Varje deltagare kan max dela eller bifoga 2GB filer i chatten. Inom gruppen och kanaler kan max 10 GB filer delas.

Skype har ljud och videosamtal för upp till 50 personer. Publika Skype och Teams bygger på samma lösning, vilket gör att de påminner om varandra i funktion och gränssnitt.

Google Hangouts är Googles version av videosamtal för max 25 personer samtidigt. Har du ett gmail-konto är detta ett enkelt alternativ.

Instagram har även de videochatt men för max 6 personer samtidigt.

Facebook messenger tillåter videochat med max 6 personer samtidigt. För använda messenger behöver du inte ha ett Facebook-konto, utan det räcker med att ladda ned appen och koppla till ditt telefonnummer.

Snapchat har många unga användare. Snapchat har videochattar för upp till 15 personer samtidigt.

Discord används flitigt bland yngre, särskilt av gameare. Anses som ett enklare alternativ till Skype.

Whereby är ett smidigt alternativ för att mötas online. Gratisversionen (kräver registrering) tillåter 4 deltagare att mötas i ett "rum" online.

Ta kontakt med din verksamhetsutvecklare nära din ort och starta en studiecirkel. Då kan du också få tips om hur du kan göra och vad ni kan lyssna på. Lycka till!

WWW.BILDA.NU/LYCKAT-DIGITALT-MOTE