



Manuskript för Dialogpaus-dialoger – identifiering av kunnande som tema

Längd 90–120 min

ERÄTAUKO



Principer och manuskript för Dialogpaus-dialogen

Detta diskussionsmanuskript stöder dig när du leder en Dialogpaus-dialog om identifiering av kunnande. Du kan antingen leda diskussionen på nätet eller som ett fysiskt möte.

Följande principer styr Dialogpaus-dialoger om att upptäcka kunnande:

- En positiv inställning och uppskattning av människan
- Man fokuserar på det kunnande som deltagarna har – inte på vad de inte har. Utvärdering, jämförelse och värdering av kunnande är inte en lämplig utgångspunkt för diskussionen.
- Kunnande som har uppstått var som helst är värdefullt – vare sig det har uppstått i arbetslivet, vardagen, på fritiden, i familjelivet, utbildningen osv.

I varje diskussion är det viktigt att stämningen är jämlik och förtroendefull samt att man fördjupar sig i temat och att avslutningen är bra.

I instruktionerna hittar du till vänster hur diskussionen fortlöper och till höger exempel på vad du kan säga. Utnyttja manuskriptet och anpassa det uttryckligen för din egen diskussion!

ERÄTAUKO



Inledning

LÄSINSTRUKTIONER

Vanligt typsnitt = säg till exempel så här

*Kursiverat typsnitt = hjälp åt diskussionsledaren
för diskussionen*

Rött = ändra vid behov

<u>Kl.</u>	<u>Längd (min)</u>	<u>Del</u>
(komplettera) 2		Inledning
3		Spelregler
5		Inledning
5		Vi bekantar oss med varandra
5		Förberedelse
15		Vi inleder en gemensam diskussion
40 (+30)		Vi fördjupar oss i temat
4		Vi skriver ner insikter
9		Vi delar med oss av insikter
2		Tack och avslutning

Tidsplanen är riktgivande!

Totalt 90 min (120 min)

ERÄTAUKO

Inledning



Välkommen till en Dialogpaus-diskussion om identifiering av kunnande!

Syftet med denna diskussion är att upptäcka sitt eget kunnande som kan innebära kunskaper, färdigheter, styrkor, attityder och andra saker som man är bra på. Alla skaffar sig kunnande i många olika miljöer, men det är inte alltid lätt att lägga märke till sitt eget kunnande. Kommunikation och andra människor har en central roll i att man inser vilket kunnande man har. Ett bra sätt att få upp ögonen för sitt kunnande är jämlika och konfidentiella samtal.

I denna diskussion diskuteras **kunnande brett, dvs. ni får diskutera kunnande i anknytning till vad som helst (ELLER ...vi diskuterar kunnande särskilt i anknytning till X).**

Jag är diskussionsledare. I dag är vårt syfte inte att uppnå ett resultat som vi enas om, utan att bättre förstå temat och varandra.

2 min

Spelreglerna för en konstruktiv diskussion

1. **Lyssna** på andra, avbryt inte.
2. **Gå med** i andras diskussion.
3. **Berätta** om dina egna erfarenheter.
4. **Ställ frågor** om du inte riktigt förstår.
5. **Var närvarande och respektera** andra och den förtroendefulla stämningen.
6. **Reflektera i lugn och ro.** Lämna utrymme för ofullständighet.

ERÄTAUKO

I diskussionen används Spelreglerna för en konstruktiv diskussion, vi går nu snabbt igenom dem...
(reglerna till vänster i punkterna 1.–6. och nedan ytterligare exempel på vad man kan säga)

1. **Om du ordnar en nätdiskussion: Vi håller i övrigt mikrofonen stängd och öppnar den först när det är vår tur att tala. Jag uppmantrar er att fortsätta efter varandras inlägg, även om detta på distansmöten kan leda till att man pratar i mun på varandra. Vid behov fördelar jag ordet under diskussionen. Vi har kameran på om bara möjligt.**

2. Använd vardagsspråk – vi försöker koppla det vi själva säger till vad andra precis har sagt.

3. Vi delar med oss av våra erfarenheter om temat. Du kan fortsätta efter att en annan har berättat som sina erfarenheter och berätta hur din egen erfarenhet är likadan eller annorlunda.

5. Vi fokuserar på varandra och situationen. Under diskussionen använder vi inte sociala medier eller något annat, vi koncentrerar oss på stunden. I dag diskuterar vi också konfidentiellt. Du kan gärna berätta att du har deltagit i diskussionen, men citera andra bara med deras tillåtelse.

Förbinder vi oss tillsammans att följa dessa spelregler?

Bra, då fortsätter vi.

3 min

Inledning

<u>Kl.</u>	<u>Längd (min)</u>	<u>Del</u>
(komplettera)	2	Inledning
	3	Spelregler
	5	Inledning
	5	Vi bekantar oss med varandra
	5	Förberedelse
	15	Vi inleder en gemensam diskussion
	40 (+30)	Vi fördjupar oss i temat
	4	Vi skriver ner insikter
	9	Vi delar med oss av insikter
	2	Tack och avslutning

Tidsplanen är riktgivande!

Totalt 90 min (120 min)

ERÄTAUKO

”

Inledning

Du kan utnyttja följande video då du inleder diskussionen (LÄNK youtu.be/5uIdeSQ_MkQ) Om du ordnar en nätdiskussion rekommenderar vi att du delar videolänken till deltagarna och låter var och en se den självständigt för att undvika tekniska problem.

Diskussionsledaren kan också själv inleda diskussionen om temat (exempel på vad du kan säga finns på nästa stordia). Du kan skraddarsy innehållet så att det passar din diskussion.

Du kan också använda en aktuell nyhet, artikel, situationsbild, upplevelse eller undersökning inledningen

5 min

Inledning

<u>Kl.</u>	<u>Längd (min)</u>	<u>Del</u>
(komplettera)	2	Inledning
	3	Spelregler
	5	Inledning
	5	Vi bekantar oss med varandra
	5	Förberedelse
	15	Vi inleder en gemensam diskussion
	40 (+30)	Vi fördjupar oss i temat
	4	Vi skriver ner insikter
	9	Vi delar med oss av insikter
	2	Tack och avslutning

Tidsplanen är riktgivande!

Totalt 90 min (120 min)

ERÄTAUKO



Exempel på vad du kan säga i inledningen

Några ord om dagens tema: även om vi lär oss mycket under hela livet i många slags situationer, är det inte alltid lätt att upptäcka eller att berätta om vårt eget kunnande. Vi ser inte alltid själv våra egna styrkor, och ofta fokuserar vi på vad vi inte kan, eller så tänker vi att alla andra kan ändå många saker bättre än vi. Allt kunnande är emellertid värdefullt! Alla samlar på sig kunnande i många omgivningar – ibland till och med utan att märka det. Förutom kurser och utbildningar lär vi oss bland annat i arbetslivet, av fritidsaktiviteter och mänskliga relationer. Kunnandet kan till exempel vara yrkeskunskaper, en smidig vardag, trädgårdsskötsel, arbete eller klubbverksamhet. Man gör klokt i att fråga sig själv: vad är jag bra på? När andra människor ber mig om hjälp, hurdana saker ber de om? Vad brukar andra berömma mig för? Ofta syns kunnandet också i interaktion med andra.

Vi bekantar oss med varandra

<u>Kl.</u>	<u>Längd (min)</u>	<u>Del</u>
(komplettera)	2	Inledning
	3	Spelregler
	5	Inledning
	5	Vi bekantar oss med varandra
	5	Förberedelse
	15	Vi inleder en gemensam diskussion
	40 (+30)	Vi fördjupar oss i temat
	4	Vi skriver ner insikter
	9	Vi delar med oss av insikter
	2	Tack och avslutning

Tidsplanen är riktgivande!

Totalt 90 min (120 min)

ERÄTAUKO

Vi bekantar oss med varandra

Nu bekantar vi lite oss med varandra. Vi tar en snabb genomgång: berätta för gruppen ditt förnamn och med en mening/ett ord vad du är bra på.

Tack för att ni delade med er.

Alternativt kan du också dela upp gruppen i par och låta deltagarna bli bekanta med varandra och komma in på temat i par, varefter varje par berättar för hela gruppen sina förnamn, en sak som de är bra på samt vilka tankar inledningen väckte.

5 min

Förberedelse

<u>Kl.</u>	<u>Längd (min)</u>	<u>Del</u>
(komplettera)	2	Inledning
	3	Spelregler
	5	Inledning
	5	Vi bekantar oss med varandra
	5	Förberedelse
	15	Vi inleder en gemensam diskussion
	40 (+30)	Vi fördjupar oss i temat
	4	Vi skriver ner insikter
	9	Vi delar med oss av insikter
	2	Tack och avslutning

Tidsplanen är riktgivande!

Totalt 90 min (120 min)

ERÄTAUKO

”

Förberedande övningar: Reflektion över egna erfarenheter

Ta nu lite tid för dig själv. Skriv ner på datorn eller papper vilka erfarenheter eller tankar inledningen och/eller presentationen väckte hos dig.

Detta tar cirka fem minuter. Ni kan börja...
... Nu är det dags att sluta.

Alternativt kan du också dela upp gruppen i par och låta deltagarna bli bekanta med varandra och komma in på temat i par, varefter varje par berättar för hela gruppen sina förnamn, en sak som de är bra på samt vilka tankar inledningen väckte.

5 min

Vi inleder en gemensam diskussion

<u>Kl.</u>	<u>Längd (min)</u>	<u>Del</u>
(komplettera)	2	Inledning
	3	Spelregler
	5	Inledning
	5	Vi bekantar oss med varandra
	5	Förberedelse
	15	Vi inleder en gemensam diskussion
	40 (+30)	Vi fördjupar oss i temat
	4	Vi skriver ner insikter
	9	Vi delar med oss av insikter
	2	Tack och avslutning

Tidsplanen är riktgivande!

Totalt 90 min (120 min)

ERÄTAUKO



Vi inleder en gemensam diskussion

Nu vore det trevligt att höra vilka tankar och erfarenheter detta väckte. Vem vill börja ...Och ni andra, tänkte ni på likadana eller annorlunda saker? Vilka tankar uppstår nu och vilka erfarenheter tänker ni på när ni lyssnar på varandra?

15 min

Vi fördjupar oss i temat

<u>Kl.</u>	<u>Längd (min)</u>	<u>Del</u>
(komplettera) 2		Inledning
3		Spelregler
5		Inledning
5		Vi bekantar oss med varandra
5		Förberedelse
15		Vi inleder en gemensam diskussion
40 (+30)		Vi fördjupar oss i temat
4		Vi skriver ner insikter
9		Vi delar med oss av insikter
2		Tack och avslutning

Tidsplanen är riktgivande!

Totalt 90 min (120 min)

ERÄTAUKO

”

Vi fördjupar oss i temat:

Nu har temana x, y, z kommit upp, har ni ännu tankar eller erfarenheter om dessa som ni vill dela?

- *Ni kan fortsätta diskussionen om dessa teman eller plocka frågor från sidorna 11–13. Syftet är inte att ställa alla frågor, utan plocka 4–5 frågor. Man kan upprepa de viktigaste frågorna några gånger. Emellanåt kan du använda individuell reflektion i samband med en ny fråga.*
- *Du kan ställa en fråga direkt till en deltagare, om det är svårt att få i gång diskussionen.*
- *Påminn vid behov om spelreglerna för en konstruktiv diskussion som ni tillsammans har förbundit er till.*
- *Styr deltagarna till att fortsätta efter ett inlägg och att berätta om sina egna erfarenheter.*
- *Se till att också de tystare deltagarna får prata och att de som är aktiva inte tar all plats.*

40 (+30) min

HJÄLPFRÅGOR 1/3

Kunnandets betydelse och olika sammanhang – Fundera över kunnande i olika sammanhang, till exempel på jobbet, i mänskliga relationer, fritidsaktiviteter, studier. I vilka olika sammanhang är kunnande särskilt viktigt för dig?

Energi

- I vilket sammanhang kände du sist att du var i ditt rätta element eller gjorde något som var naturligt för dig?
- Varifrån får du energi?
- Vad får dig att upptäcka att du kan något eller är bra på något?

Beröm och andra som spegel –Ofta ser man sitt eget kunnande som en självklarhet, men det är lättare för andra att upptäcka det.

- Vilket beröm eller vilken uppmuntring har du fått till exempel av chefen, en kollega, en vän eller en familjemedlem?
- Vad skulle din bästa vän eller en människa som känner dig väl säga att du är bra på?
- Har någon annan upptäckt vad du kan? Berätta om denna situation.
- När upptäckte du senast att ditt kunnande uppskattades? Berätta om denna situation.
- Med vem har du pratat om ditt kunnande? Berätta om denna situation.
- Har du något särskilt kunnande som någon annan inte har? Har du upptäckt att du kan något som någon annan inte kan?

HJÄLPFRÅGOR 2/3

Betydelsen av intresse och motivation

- Är det som du kan ofta sådant som du också är intresserad av?
- Finns det något sådant som du är intresserad av, men inte ännu kan så bra?

Att sätta ord på sitt kunnande

- Hur upplever du att det är att sätta ord på ditt kunnande?
- Hur känns det att prata om sitt eget kunnande?
- Är det lätt eller svårt att hitta ord som beskriver ditt kunnande? Vad tror du att det beror på?
- I vilka situationer har det varit svårt att berätta om sitt eget kunnande?

Känslor

- Hur känns det att reflektera över sitt eget kunnande?
- Vad känns svårt och varför?
- Vilka känslor väcks då man upptäcker sitt kunnande?
- Har du varit i situationer där du har upplevt att ditt eget kunnande inte räcker till?

HJÄLPFRÅGOR 3/3

Överförbarhet

- Har du märkt att du använder ett visst kunnande i olika livsområden? (mänskliga relationer, arbetet, en hobby, fritiden, studier...)
- Har du haft nytta av kunnandet i ett visst livsområde också annanstans? Eller har du tänkt att du i fortsättningen skulle kunna utnyttja detta också i något annat livsområde?
- Hur skulle du kunna använda det kunnande som du redan har?

Du kan också använda en övning där man gör upp en lista över kunskaper

- Ta papper och en penna.
- Gör upp en lista över allt som du är bra på. Det kan gälla vardagen, arbetet, mänskliga relationer, hobbyer, studier, vad som helst. Var inte blyg eller självkritisk, utan sätt igång och skriv ner allt som du kommer på.
- Sedan delar vi med oss av detta tillsammans.

Vi fördjupar oss i temat

<u>Kl.</u>	<u>Längd (min)</u>	<u>Del</u>
(komplettera) 2		Inledning
3		Spelregler
5		Inledning
5		Vi bekantar oss med varandra
5		Förberedelse
15		Vi inleder en gemensam diskussion
40 (+30)		Vi fördjupar oss i temat
4		Vi skriver ner insikter
9		Vi delar med oss av insikter
2		Tack och avslutning

Tidsplanen är riktgivande!

Totalt 90 min (120 min)

ERÄTAUKO



Så här styr du deltagarna i att prata om sina erfarenheter

Berätta om en upplevelse, händelse eller situation som har påverkat hur ni tänker om temat. Vem vill börja?

Vilka erfarenheter kom ni andra att tänka på när ni lyssnade på den här erfarenheten?

Du kan vid behov själv föregå med exempel. Berätta om någon egen erfarenhet som har påverkat dina åsikter om det tema som behandlas.

Så här aktiverar du tysta deltagare

Ta senast nu hänsyn till de personer som har pratat allra minst. Fråga vad han/hon/de tänker om temat eller diskussionen.

Nu har vi redan fått höra en del om er. Därför frågar jag nu vad ni som ännu inte har sagt så mycket har i tankarna?

Vi skriver ner insikter

<u>Kl.</u>	<u>Längd (min)</u>	<u>Del</u>
(komplettera)	2	Inledning
	3	Spelregler
	5	Inledning
	5	Vi bekantar oss med varandra
	5	Förberedelse
	15	Vi inleder en gemensam diskussion
	40 (+30)	Vi fördjupar oss i temat
	4	Vi skriver ner insikter
	9	Vi delar med oss av insikter
	2	Tack och avslutning

Tidsplanen är riktgivande!

Totalt 90 min (120 min)

ERÄTAUKO

Vi skriver ner insikter



Tack för en bra och konstruktiv diskussion! Nu börjar vi närma oss slutet av diskussionen. Nu ber jag att var och en reflekterar en stund ensam och skriver ner på papper eller datorn:

(Välj 1–2)

- En insikt, tanke eller känsla som du tar med dig från diskussionen och som gäller identifiering av kunskande?
- Vad har du i och med diskussionen upptäckt om ditt eget kunskande?
- Vad förstår du nu bättre om ditt kunskande?
- Vad i diskussionen har varit betydelsefullt för dig?

Skriv nu ner dina insikter eller tankar. Du har några minuter på dig. Välj en tanke som du vill dela här med andra.

4 min

Vi delar med oss av insikter

<u>Kl.</u>	<u>Längd (min)</u>	<u>Del</u>
(komplettera)	2	Inledning
	3	Spelregler
	5	Inledning
	5	Vi bekantar oss med varandra
	5	Förberedelse
	15	Vi inleder en gemensam diskussion
	40 (+30)	Vi fördjupar oss i temat
	4	Vi skriver ner insikter
	9	Vi delar med oss av insikter
	2	Tack och avslutning

Tidsplanen är riktgivande!

Totalt 90 min (120 min)

ERÄTAUKO

Vi delar med oss av insikter



Nu ber jag att var och en uttrycker i en mening en insikt eller tanke som du särskilt tänker på i anknytning till diskussionen eller temat.

Vem vill börja?

Vilken känsla eller stämning har ni efter den gemensamma diskussionen? Hur kändes denna Kompetens Dialogpaus-dialog och temat?

Hur hjälpte något som någon annan sade i diskussionen i dag dig att få en insikt eller att bli medveten om ditt eget kunnande?

9 min

Tack och avslutning

<u>Kl.</u>	<u>Längd (min)</u>	<u>Del</u>
(komplettera)	2	Inledning
	3	Spelregler
	5	Inledning
	5	Vi bekantar oss med varandra
	5	Förberedelse
	15	Vi inleder en gemensam diskussion
	40 (+30)	Vi fördjupar oss i temat
	4	Vi skriver ner insikter
	9	Vi delar med oss av insikter
	2	Tack och avslutning

Tidsplanen är riktgivande!

Totalt 90 min (120 min)

ERÄTAUKO

Tack och avslutning



Jag tackar alla för att ni deltog! Om en del av er ännu vill komma överens om en fortsatt diskussion till exempel på tu man hand eller i en liten grupp, har ni nu möjligheten att göra detta.

Hejdå!

2 min