

## MINE DRØMME

Udfyld i fælleskab skemaet "mine drømme" og til slut "aftaleskemaet". Husk at den unge fører ordet, og at det er den unges drømme, som er i fokus. Det er herved vigtigt at have fokus på de temaer, som den unge selv giver udtryk for som relevante for hende.

### HVORNÅR BRUGES REDSKABET?

Redskabet bruges tidligt i mentorforløbet til at sætte retning for mentorforløbet. Redskabet kan give den unge kvinde rum til at tale om hendes drømme og lægge en plan for, hvordan I sammen kan arbejde hen imod at komme måske 1 eller 5 skridt tættere på en eller flere af hendes drømme. Vi anbefaler, at skemaerne er udfyldt omkring 1½ måned inde i mentorforløbet.

**OBS.** Hvis den unge kvinde er uafklaret omkring hvad hun vil og drømmer om, eller ytrer at hun 'ingen drøm har', kan dét blive drømmen - at finde ud af og blive mere afklaret omkring hvad hun ønsker for sit liv.

### HVORDAN BRUGES REDSKABET?

Følg nedenstående trin for at udfylde de to skemaer og få en samtale i gang omkring den unges kvindes drømme.

**1.** Start med at tale ud fra følgende overvejelser:  
(Skriv evt. ned imens)

- Jeg kunne rigtig godt tænke mig...
- Jeg kunne rigtig godt tænke mig at begynde på...
- Jeg kunne rigtig godt tænke mig at færdiggøre...
- Jeg kunne rigtig godt tænke mig at være...
- Om 5 år kunne jeg rigtig godt tænke mig, at det så sådan ud...
- Jeg kunne rigtig godt tænke mig at ændre...
- Jeg kunne godt tænke mig at blive bedre til...

**2.** Tal nu om hvilke drømme, der er de største lige nu, og hvilke I vil arbejde videre med.

Sørg for ikke at vælge for mange, men vælg det antal som er et realistisk antal at nå at arbejde med i mentorforløbets periode.

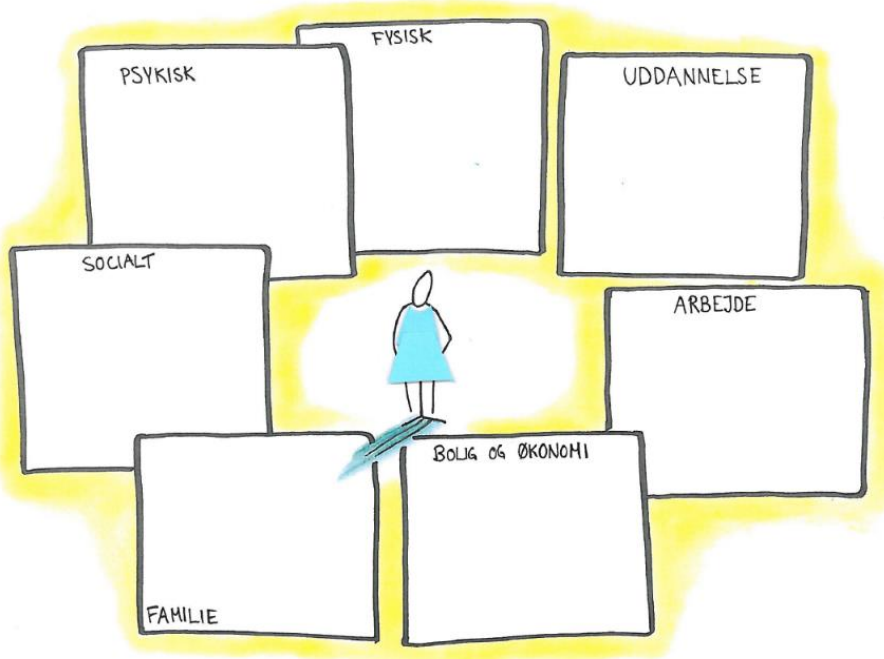
3. Brug tjeklisten nedenfor til at tale ud fra, så I sikrer, at det er de rigtige drømme, som I har valgt.

### Tjekliste til drømmene

Overvej følgende:

- Er det min drøm – eller mine forældres, venners eller andres?
- Er jeg helt sikker på, at den/de drømme jeg har valgt ud, er mine største drømme?
- Er det mine største drømme lige nu, eller var det nogen jeg havde tidligere i mit liv.

4. Når I har sikret jer, at I har valgt de rigtige drømme udfylder I i fælleskab skemaet "mine drømme", som ses nedenfor. Du kan finde det i din redskabskasse.



5. Tal nu om:

- a. Hvordan tror du det bliver at arbejde hen imod drømmene?
- b. Hvor nemt tror du, det bliver at opnå disse drømme?
- c. Hvor ser du udfordringerne?
- d. Hvordan tror du dit liv ser ud, hvis du når drømmene?

6. Tal nu specifikt om, hvad der skal til for, at den unge kan opnå sine drømme. Lav en plan for det.

**Husk at de små skridt tæller!** - støt den unge kvinde i at gøre drømmen realistisk. Inddel drømmen i flere små skridt som i sig selv kan blive en sejr!

**Tal evt. ud fra følgende spørgsmål:**

1. Hvordan og hvornår vil du opnå drømmen?
2. Hvad er nødvendigt for at kunne opnå din drøm?
3. Hvad kan du selv gøre for at opnå din drøm?
4. Hvad kan forhindre dig i at opnå din drøm?
5. Hvad er det første du vil gøre for at arbejde hen imod din drøm?
6. Hvornår vil du gøre det?
7. Hvad har du brug for støtte til fra andre og fra hvem?
8. Hvad kan jeg som mentor hjælpe dig med?
9. Hvordan vil du fortælle dit netværk om at du har opnået din drøm?

Brug aftaleskemaet til at få skrevet aftaler, tidsperiode og hvem der rykker på de forskellige aftaler ned. Aftaleskemaet ses nedenfor og findes i din redskabskasse. Brug et nyt aftaleskema for hver drøm

