



# GRUPPEKONTRAKT

Jeg \_\_\_\_\_ forplikter meg til å delta i gruppa på disse betingelsene:

- Jeg ønsker å bli med på alle de oppsatte møtene og møte presis. Hvis jeg ikke får til dette vil jeg gi beskjed til lederne.
- Jeg skal behandle alle i gruppa med respekt og med en positiv innstilling. Vi respekterer forskjelligheter og at man kan tenke ulikt om ting og ha forskjellige meninger.
- Det den enkelte deler i gruppa, blir i gruppa og snakkes ikke om utenfor. Men jeg kan fortelle om hva vi gjør og temaene vi snakker om.  
(Det er bare positivt om man deler det man lærer i gruppa med folk utenfor. Det gjør at man blir mer bevisst sine egne tanker og meninger.)
- Jeg er ærlig.
- Vi snakker hyggelig til hverandre i gruppa og utenfor. Om noen opplever seg mobbet eller baksnakket vil dette tas opp i gruppa. Det som ikke kan sies direkte til den det gjelder, kan forbli usagt.
- Èn snakker om gangen. Følg med og se på den som snakker. Vis interesse!
- Mobilen legges i kurven på lydløs. Meldinger kan sjekkes i pausen.

Hvis regler brytes vil gruppeleder ta stilling til om vedkommende kan fortsette.

## ***Og husk å ha det GØY JJJ***

*Hva du får ut av gruppa, står i forhold til hva du har bestemt deg for å gi og få ut av samlingene!*

**Sted:** \_\_\_\_\_

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Underskrift deltaker:** \_\_\_\_\_

**Underskrift leder:** \_\_\_\_\_