



# GUIDE: TAL OM JERES TRIVSEL

Glade frivillige, kan gøre en forskel i Nyborg

## GRUPPENS INTERNE FORHOLD



Er der en god stemning i frivilligruppen?  
Er der et godt samarbejde blandt de frivillige i jeres forening?  
Har I et godt fællesskab i jeres frivilligruppe?  
Hjælper og støtter I hinanden i frivilligruppen?

## ÅBENHED I GRUPPEN



Taler I om hvor godt I udfører jeres frivillige arbejde?  
Bliver konflikter løst på en retfærdig måde?  
Anerkender I frivilliges gode arbejde i jeres frivilligruppe?  
Kan frivillige frit give udtryk for holdninger og følelser?

## ORGANISERINGEN AF GRUPPEN



Har den enkelte indflydelse på, hvad de laver?  
Føler I tit at I er bagud med jeres foreningsarbejde?  
Oplever I opgaverne i jeres forening som meningsfyldte?  
Er der klare mål for/formål med jeres enkelte opgaver?  
Er ansvarsområder klart defineret i jeres forening?

## DE PERSONLIGE SPØRGSMÅL

### Tænk på de sidste 4 uger



Hvor ofte føler du dig udkørt?  
Hvor tit har du været fysisk udmattet?  
Hvor tit har du været følelsesmæssigt udmattet?  
Hvor tit har du været træt?