

Det goda samtalet

Det goda samtalet är ett uttryck som används ofta – men vad är ett gott samtal? Det finns inte bara ett rätt svar, var och en har nog sin idé vad som krävs.

Här är 5 tips för att skapa ett bra samtalsklimat

1. Trygghet

En förutsättning för ett gott samtal är att deltagarna känner sig trygga i gruppen. I en ny grupp tar det lite tid att nå den trygghetskänslan. Samarbetsövningar och presentationsövningar kan underlätta i början.

2. En god miljö

Hur och var man sitter påverkar samtalet och att ha tillgång till kaffe/te, frukt eller vatten kan göra att man känner sig mer bekväm. Skapa bästa förutsättningarna i de rum/miljöer du använder.

2. Dialog eller diskussion

Ett gott samtal är ingen tävling. I dialogen möts deltagarna på lika villkor, man söker en gemensam lösning. I diskussionen handlar det om att bryta isär olika åsikter för att se vem som har rätt eller fel. När man leder ett samtal är det bra att veta vad man vill med samtalet, ofta är dialogen det bästa för att gemensamt utforska och skapa lärande samtal.

4. Ge alla tid

I en del grupper fördela sig ordet på ett naturligt sätt så att alla får lika mycket tid, i andra är några deltagare mer dominerande. Använd metoder för att se till att alla som vill kommer till tals.

5. Fråga och lyssna

Att ställa frågor som lockar till reflektion och eftertanke är ofta ett sätt att fördjupa ett samtal. Tänk på att det är skillnad mellan att fråga och ifrågasätta. Lyssna aktivt på svaren och att ställa gärna följdfrågor som fördjupar samtalet.

