

SPELREGLERNA FÖR ETT KONSTRUKTIVT SAMTAL

1 Jag lyssnar för att förstå, jag avbryter inte och inleder inte samtal vid sidan om

2 Jag berättar om mina egna iakttagelser och tankar

3 Jag ger utrymme för ofärdighet och olika perspektiv

4 Jag respekterar andra och samtalskonfidentialitet



DIALOGPAUS
STIFTELSEN



METSÄMIESTEN
SÄÄTIÖ

SPELREGLERNA FÖR ETT KONSTRUKTIVT SAMTAL

1 Jag lyssnar för att förstå, jag avbryter inte och inleder inte samtal vid sidan om

2 Jag berättar om mina egna iakttagelser och tankar

3 Jag ger utrymme för ofärdighet och olika perspektiv

4 Jag respekterar andra och samtalskonfidentialitet



DIALOGPAUS
STIFTELSEN



METSÄMIESTEN
SÄÄTIÖ

Spelreglerna för ett konstruktivt samtal

Spelreglerna för ett konstruktivt samtal är en viktig del av det gemensamma samtalet. Vi förbinder oss till dem tillsammans, och de påminner oss under hela samtalet om vad vi befinner oss i och hur samtalet förs. Reglerna är framför allt ett verktyg för att främja deltagande, och de används alltid. I stället för att tänka att reglerna endast hjälper oss i oväntade konfliktsituationer bör vi komma ihåg att de framför allt hjälper oss att skapa mer konstruktiva och bättre samtal. De utgör grunden för vårt samtal. Sträva efter att reglerna också är synliga under hela samtalet.

1 Jag lyssnar för att förstå, jag avbryter inte och inleder inte samtal vid sidan om

"Alla har i dag möjlighet att i lugn och ro berätta sina egna tankar. Vi fokuserar på vad personen med ordet säger. Det är viktigt att vi inte avbryter varandra och inte viskar med personen bredvid oss. Vi fokuserar på den här stunden och på varandra. Vi lämnar mobiltelefonerna åt sidan och är tillsammans närvarande här och nu."

2 Jag berättar om mina egna iakttagelser och tankar

"Du kan delta i samtalet som dig själv och du behöver inte representera någon annan. Vi beskriver till exempel hur det aktuella ämnet syns eller påverkar vardagen, vilka iakttagelser och perspektiv du har kring vårt ämne. Du kan också fundera på hur dina egna tankar liknar eller skiljer sig från någon annans och vad du tror att det beror på. Dela så mycket som känns bra för dig själv."

3 Jag ger utrymme för ofärdighet och olika perspektiv

"I dag reflekterar vi tillsammans kring detta tema och dess olika perspektiv. Du behöver inte ha rätt svar eller färdiga lösningar. Vi behöver inte vara överens under eller efter samtalet. Du kan lyfta fram saker som av olika skäl har blivit förbisedda samt fråga direkt om andras synpunkter."

4 Jag respekterar andra och samtalets konfidentialitet

"Vi uppför oss enligt goda samtalsvanor. Varken du eller någon annan behöver lyssna på eller acceptera respektlöst tal om dig själv eller någon annan. Vi respekterar också dem som inte är närvarande i dag. I samtalet behöver man inte argumentera eller vinna. Vi håller samtalet konfidentiellt så att vi kan tala så fritt som möjligt."



DIALOGPAUS
STIFTELSEN



METSÄMIESTEN
SÄÄTIÖ