

Mette Alleslev



Styrkende Kommunikation

Ærligt talt – fra tabu til tale.

3 udvalgte kapitler fra bogen

Styrkende Kommunikation.

Velkommen til. Jeg har skrevet denne bog, fordi jeg har sat mig for at udbrede Styrkende Kommunikation og Vellykket menneskeligt Samvær til flest mulige mennesker. Jeg ser nemlig mange tendenser til, at noget så pærebant som viden om og færdigheder i helt almindelig god kommunikation er forbeholdt 'lukkede klubber' af eksperter.

Bogen sætter fokus på kommunikation, relationer og samarbejde i gruppeprocesser og projektarbejde. Der, hvor kommunikationen i og om situationen er altafgørende for projektets udvikling og succes. Den er også et opgør med, at vi skal være og gøre på bestemte måder i samspillet med andre.

Hvad i alverden er Styrkende Kommunikation? Det er beregnet til at tale om Mennesker, Værdier og Relationer. Fordi det afklarer og understøtter styrker, færdigheder og potentialer, så vi hver i sær bidrager med det bedste, vi er. Det gør vi ved at finde ind til det, der giver mening for den enkelte og skabe 'fælles fodslaw' ud fra det. OG tale om det.

Derfor er der også anvisninger, øvelser og udfordringer efter hvert kapitel, så læseren kan tilegne sig Styrkende Kommunikation og gøre det til sit eget. Du vil også opdage, at jeg lige så meget beskriver situationer, hvor det er afgørende for udfaldet, hvordan vi tænker og taler sammen. Alt sammen hentet fra mine erfaringer i praksisfeltet koblet til et solidt teoretisk fundament.

'Styrkende Kommunikation' er den bog, jeg altid selv har manglet. For vi taler så meget om processer og anerkendelse. Mit spørgsmål er hele tiden: 'Jamen hvordan GØR man det?' Så det rent faktisk opleves af os selv og omgivelserne. Min hensigt med bogen er at besvare dette spørgsmål. Så gruppeprocesser og projektarbejde bliver en kreativ, sjov og berigende legeplads for alle involverede.

Go for it.

De bedste hilsner
Mette

ÆRLIGT TALT – fra tabu til tale.

Den røde tråd i Styrkende Kommunikation & Samtaler.

Det betyder, vi at taler lige ud af posen om tingene.

Det er min dybeste overbevisning, at vi kan & skal tale om stort set alt. Udfordringen er så bare, hvordan vi gør det.

Når det så er sagt, er det min erfaring, at vi som regel gør det stik modsatte. Vi ligger under for det, vi tror, andre gerne vil have, at vi siger, mener og gør. Så vi holder vores tanker og holdninger for os selv. Eller også tror, vi er de eneste i verden, der har det sådan, og vender det indad mod os selv. At det kun er mig, der ikke lige kan finde ud af det. Det lyser jo ud af de andre, at de har fuldstændig tjek på det. Eller fornemmer en stemning, vi ikke lige kan lodde og bliver usikre på, hvad der egentlig foregår. 'Måske er det mig, der er noget galt med?'

Vi bliver stille og indadvendte; selvværdet får én over nakken. Vi er faktisk så flove over os selv, at vi ikke åbner munden og spørger.

Kender du det? Jeg gør! Både i mine indre samtaler med mig selv og fra mit job som leder og dermed ansvarlig for åbne processer og vellykkede møder.

Jeg har valgt at gøre 'ÆRLIGT TALT – fra tabu til tale' til mit slogan. Nu vil jeg lige stoppe op og fortælle dig, hvad jeg mener med det.

'Ærligt talt' står for, at vi taler fra hjertet. At vi melder rent ud, hvad vi tænker, mener og oplever i situationen. Selvfølgelig i et etisk og sagligt sprog. Det hele glider meget lettere, når vi ved, hvor vi har hinanden. Måske er vi ikke enige, men så ved vi det. Det er jo ikke hverken forbudt eller farligt.

Faktisk så mener jeg, at vi bør fejre vores uenigheder, for er det ikke lige netop i uenighedens spændingsfelt, at vi udvikler os? Hjertet er implicit i Styrkende Kommunikation, for det repræsenterer alt det bedste vi er og ønsker at være. Hele mennesker i alt, hvad vi gør. Og det er selvfølgelig sådan, vi skal færdes i Verden.

Det er helt i orden at sige det, vi oprigtigt mener og står for, så ærligt, personligt og direkte, som det nu passer i den enkelte situation.

Naturligvis med respekt og forståelse for, at andre mener og står for noget andet.

Dette citat fortæller bedre, end jeg selv kan, hvad essensen er:

'Når du taler, skal du huske, at mennesker fortrinsvis ønsker at høre, hvad dit hjerte rummer.'
Ukendt.

Videre til anden del af mit slogan:

'Fra tabu til tale.'

Når jeg bruger det, har det 2 ligestillede betydninger:

- Det, vi bevidst undlader at sige eller gøre.
- De ubevidste normer, regler og grundlæggende antagelser, der er styrende for, hvad der er rigtigt og forkert i et fællesskab. Et andet ord er en gruppes kultur.

Hvordan er det så, vi mærker disse tabuer i vores hverdag?

Har du lagt mærke til det, der sker mellem linjerne eller 'under bordet' ved et næsten hvilket som helst møde? Vi er tilsyneladende enige om dagsordenen eller de beslutninger, vi træffer. Og alligevel er stemningen tyk af noget andet – noget usagt. Der bliver måske ikke svaret direkte på de spørgsmål, der bliver stillet. Der er masser af nonverbal kommunikation; himmelvendte øjne, afvisende attituder. Eller samtalen bliver hele tiden afsporet, så vi ikke når dagsordenen. Alle er frustrerede og oplever – igen måske, at sidde til nok et ligegyldigt møde. Vi er i Tabuland, hvor ingen melder ud, når de bliver spurgt. Hvor hele den nonverbale kommunikation er sprængfyldt med meninger og holdninger. Men ingen siger det.

'Tavshed betyder samtykke eller en frygtelig følelse af, at ingen lytter.'
Franklin F. Jones.

Kender du også det?

Det er også Tabuland, når jeg, fx som leder og ansvarlig, spørger til det, der i virkeligheden sker på mødet. Opfordrer til at vi 'puster på den varme kartoffel og æder den.' (Det lyder lidt bedre end den berømte 'Lorten på bordet.')

Jeg har været mødeleder, hvor de formelle rammer, dagsorden og det hele var helt i overensstemmelse med vores fælles aftaler og beslutninger. Alligevel gik det hele skævt. Det hele osede af passivitet og modvilje. Jeg forstod overhovedet ikke, hvad der skete, og knoklede for at få mødet på skinner. På et tidspunkt var jeg så desperat, at jeg bad alle om at rejse sig og råbe: 'Én for alle – alle for én!' Hvad der skete? De gloede bare på mig og blev endnu mere uvillige. Til sidst begyndte jeg at tale om, hvad jeg oplevede og hvad det gjorde ved mig. Da jeg nåede til at fortælle om, hvad min egentlige hensigt var, var der pludselig én, der udbrød: 'Nå er det det, du ville. Det kunne du da bare have sagt'.

Og så kom der skub i sagerne. Jeg har åbenbart fået lagt forkert ud og været uklar med formålet. Det kan påvirke en hel gruppe, så den går i stå. Jeg kan så undre mig over, at der ikke var én eneste, der lige stoppede mig, og meldte ud, at der var noget 'galt'.

Der er mange mekanismer, der kan være på spil:

'Jante' kan være så forankret, at det er den egentlige mødeleder.

Autoritetstro, der får folk til at dukke nakken og acceptere, at de spilder tiden i 2 timer. Denne autoritetstro kan være bygget op omkring dårlige erfaringer mange år tilbage. Men den eksisterer stadig som en fælles grundlæggende antagelse om, at vi ikke siger vores leder imod. Skrækkeligt.

En uformel leder i flokken, man ikke tør gå i mod, fordi vi ikke ved, hvad konsekvensen bliver, når vi siger vores mening.

'Man' og 'plejer', der fastholder os i de underliggende, ubevidste antagelser om, at 'sådan gør vi her'. Som ofte er levn & overleveringer fra folk, som slet ikke er der mere. Og som automatisk føres videre til nye kolleger eller gruppemedlemmer.

Eller **familiemønstre**, vi bare har taget til os gennem vores opdragelse, og stadig bruger som rettesnore - også i arbejdssammenhæng. Selvom tiden og vi selv har ændret os så meget, at de er bremser og forhindringer for at gøre det, vi egentlig allerhelst vil. Der er mange flere – find dem selv frem.

Jeg er en svoren tilhænger af fælles metoder, der kan holde vores fokus på 'Sagen' og flytte det væk fra det personlige. Så nu vil jeg introducere dig for to enkle og fantastiske redskaber, der understøtter den vellykkede gruppeproces. Du støder på dem hele bogen igennem. Nemlig: 'Helikopterpiloten' og 'Time out',

'Helikopterpiloten' er en metafor for, at vi hæver os op på et metaplan i situationen. Her kan vi frit tale om det, vi hver især tænker om og oplever, uden at det skaber flimmet i det, vi ellers er i gang med.

'Time out' er det tegn, du kender fra sportens verden. Og det har samme funktion i en proces. Det markerer, at vi har brug for at træde ud af situationen og som her, hæve os op til helikopterperspektiv i fællesskab. Begge dele skal selvfølgelig være kendte og accepterede af alle, som en del af fællesskabets spilleregler.

Hvad skal vi så bruge det til?

Til at bløde situationen op, når vi åbner grænserne til Tabuland. Det er nemlig følsomme sager, når vi sætter ord på alle de usagte mekanismer og attituder, der i spil i en gruppeproces. Så det skal gøres varsomt. Det er en lang kontinuerlig proces, der starter med, at sætte spot på kommunikationen i fællesskabet. Så vi skaber nogle fælles rammer for, hvordan vi håndterer sårbare situationer. For det er jo kommunikationen, der er afgør om vi værner om vores tabuer eller vi bliver enige om, at 'her bringer vi tingene til torvs' – fra tabu til tale.

Mit bud er: Kom ud af hulen og sig hvad du tænker, føler og oplever. SPØRG! Der er nemlig intet nyt under solen, og der er masser af mennesker, der har det lige som dig og står i kø for at hjælpe dig!

Udfordringen:

'I dag vil jeg bede om hjælp, når der er noget jeg ikke kan finde ud af, og stille spørgsmål, når jeg er usikker på noget.'

Spørgsmål til eftertanke:

- Hvilke eksempler kender du til fra din egen hverdag, hvor det er tabuer, der styrer dine og jeres meninger, handlinger og adfærd?
- Hvad ville det betyde for dig, at du frit kan spørge til det, du undrer dig over?
- Hvad ville det betyde for jeres samarbejde, at I alle frit kan stille spørgsmål og bede om hjælp?
- Hvad er det første skridt til at komme i gang?

Inspiration & viden:

'Organisationskultur og ledelse', kap. 2. Edgar H. Schein. Forlaget Valmuen 1994

Hver vores virkelighedsopfattelse – hver vores sandhed.

Dette kapitel drejer sig om det videnskabsteoretiske perspektiv, Socialkonstruktivisme i en noget barberet udgave og koblet til hverdagsbegivenheder.

Jeg har jo tidligere gjort det klart, at jeg tager det, der giver mening for mig, og lader alt det andet være: min pragmatiske anvendelse af viden, forskning og erfaring. I dyb respekt i øvrigt. Og ydmyghed...

Koblingen mellem Socialkonstruktivismen og Styrkende Kommunikation, findes i påstanden om, at vi hver i sær oplever og fortolker verden gennem et 'personligt filter'. Det filter består af vores såkaldte rygsæk = 'habitus'. Sagt på en anden måde: det er de påvirkninger, vi har med os lige fra vi bliver født. Mange af dem er ubevidste, og præger vores opfattelse af mennesker og omgivelser. Og dermed også vores handlinger og adfærd.

Styrkende Kommunikation er nysgerrighed, mangfoldighedsprincippet, respekt for andres viden, erfaringer, tro og meninger, ligeværdighed, intentionen om Vellykket menneskeligt Samvær, med meget mere. Alt sammen noget vi ER, og som derfor ofte er usynligt for omverdenen.

Noget om 'Habitus'.

Den forklaring, der bedst understøtter min metafor om 'Rygsækken', er Pierre Bordieus forskning af og i praksisfeltet. Du får lige et citat:

'Menneskers socialt konstituerede og overleverede tilbøjelighed til at reproducere en handling, perception og tænkning. Habitus er dannet og tilegnet som erfaringer i løbet af et liv under historisk specifikke livsbetingelser, og indlejret i den sociale krop. Det konkrete handlende menneske tilskrives herved et aktivt handlingsaspekt og en genererende og samlende, konstruerende og kategoriserende magt'.

Fik du den? Kortsagt, er det det, jeg kalder 'hver vores rygsæk'. Jeg gør så meget ud af 'Habitus', fordi jeg bruger det flere gange her i bogen. Det er tæt knyttet til vores oplevelser og erfaringer, og dermed styrende for vores adfærd i tale og handling. Jeg mener, vi kan rydde op i vores livsbagage,

ved at turde kigge på, hvad det er, vi bærer med os, og hvordan det påvirker os i samspillet med andre. Det er langt fra alle, der er enige med mig idet. Det ændrer nu ikke ved min mening om den sag.

Vores handlinger og adfærd fortæller selvfølgelig meget om, hvem vi er. Her truer 'fortolkningsfælden'. For vi fortæller hele tiden os selv historier om det, vi umiddelbart sanser og oplever i samværet med andre mennesker. Historier, der passer ind i vores egen forståelsesramme – virkelighedsopfattelse. Vi kan også kalde det antagelser eller fordomme; det, vi tror, vi ved på forhånd, i den neutrale betydning. Og som ofte er en fejlfortolkning af andre menneskers intentioner og adfærd. I videnskabsteori og forskning betyder fordom: "Det jeg ved og mener på forhånd". Det kaldes også "forforståelse" Ubevist forforståelse i en samtale kan forhindre at vi er åbne for ny viden, indsigt og forståelse for os selv og andre. Og det går jo virkelig ikke....

Så er der 'førstehåndsindtrykket'.

Jeg mener, det er en myte på samfundsplan, at førstehåndsindtrykket er det rigtige. At det microsekund, hvor vi møder et andet menneske for første gang, fortæller os alt.

Jeg bliver altså nødt til at spørge: Hvad er dit ubevidste tankemønster, når du møder andre for første gang? Hvis det er vagtsomhed og forbehold, kunne det så være, at din egen attitude skaber førstehåndsindtrykket? Så du igen og igen bliver bekræftet i din ubevidste antagelse om, at fremmede mennesker skal holdes på 3 skridts afstand, til du kender dem bedre? Og de har bevist, at de er værd at være sammen med?

Eller oplever du igen og igen, at din grundlæggende tillid til, at alle mennesker rummer noget godt, spændende og inspirerende holder stik? At en fremmed er en ven, du ikke har mødt endnu?

Kender du dit eget ubevidste mønster?

Kender du også det, at 2 mennesker kan have 2 så vidt forskellige indtryk af et andet menneske, at de er helt uforenelige?

Hvem har ret i denne situation?

Efter min mening har begge ret, fordi de fortæller deres egen 'historie' ind i førstehåndsindtrykket.

Jamen, jamen - er det så overhovedet muligt, at tale om det?

Jep! Igen er udfordringen, at du har vilje, styrke og mod til at sætte dig selv og dine ubevidste fordomme og antagelser i spil. De andre skal selvfølgelig også være med på den. Husk lige at give hinanden håndslag på, at det er forståelse for hinanden, I søger og ikke enighed. Forestil dig, at det er en sjov leg, I er i gang med.

Find hele tiden: 'Det gode spørgsmål' i det I taler om. Formuler det, du tænker i et spørgsmål, som et tilbud, som din samtalepartner kan forholde sig til.

Andet steds i bogen kan du læse om teknikken: 'Spørge rundt om'. Det er den, I skal bruge til det her.

Stig op i 'Helikopteren' sammen: op på metaplanet og se det hele lidt fra oven. Det skaber overblik over, hvad det er, der er i spil, og neutraliserer det følelsesladede i situationen.

Billedsprog og upersonlige eksempler er rigtig godt til at gøre det klart for de andre, hvad du mener på en saglig og morsom måde.

Leg 'Djævelens Advokat':

'Djævelens advokat' er en rolleleg, der hele tiden vender tingene på hovedet og finder argumenter for det modsatte af det, der bliver sagt. Det er en hamrende god og effektiv måde at finde flest mulige aspekter og analysere dem. Og så er det faktisk sjovt at finde argumenter og påstande, der måske ligger rigtig langt fra det, du selv og de andre mener og står for. Det er vigtigt, at I aftaler, hvem, der spiller 'Djævelens Advokat', så alle er med på den og kan bidrage.

Noget om sandhed.

Det modsatte af sandhed er løgn. Vi bliver ofte bedt om at sige sandheden. Ja, men hvilken sandhed og hvis? Hvad er **sandheden**, og findes den overhovedet?

Kunne det være sådan, at sandheden i virkeligheden bare er noget, vi bruger til at slå hinanden oven i hovedet med, når vi vil have ret? Socialkonstruktivismen påstår jo, at vi hver i sær skaber vores egen virkelighed. (En gren mener oven i købet, at alt er en illusion, også det vi kalder genstande. Altså ikke kun vores oplevelser, tanker og følelser. Men det er en helt anden diskussion, som ikke hører hjemme her.)

Så det, vi kan bruge det til, er erkendelsen af, at der er lige så mange sandheder, som der er mennesker i verden. Der er muligvis ganske få endegyldige – Universelle sandheder, som fungerer som byggestene for vores kultur, moral & etik. Men det er ikke dem, der er i spil lige nu.

Vi leger lige med tanken om, at der går lige så mange opfattelser af virkeligheden ind ad døren på en arbejdsplads hver morgen, som der er mennesker. Lige så mange forskellige meninger om, hvad dagen byder på, og hvordan opgaverne løses bedst muligt. Er der noget at sige til, at det kan være svært at opnå et 'fælles fodslaw' i en gruppe?'

Jeg mener, at en fællesbevidsthed om dette er alfa & omega i samspillet mennesker i mellem. Hver gang vi finder os selv i en ophedet diskussion om, hvem der har ret. Når vi forsøger at overbevise andre om, at lige præcis mit synspunkt er det eneste rigtige. At det jeg fik ud af et foredrag, rent faktisk var det, der blev sagt. Og ikke det, de andre hørte.

Du har garanteret oplevet det masser af gange. En spændende samtale om et interessant emne. Snakken går og I er rørende enige og optaget af at udforske denne enighed. Det kan også være en følelsesladet debat om holdninger og meninger.

Og pludselig opdager du, at I sidder og taler om vidt forskellige ting: 'God dag mand, Økseskaft'.

Budskabet i dette kapitel er, at vi kan bringe alle disse usynlige mekanismer fra tabu til tale ved at være bevidste og undersøgende i forhold til vores egen og andres 'Rygsæk' og personlige filtre. Dermed åbner du for også at være opmærksom og nysgerrig på andres grundlæggende antagelser og mønstre. Og så kan vi begynde at tale om det til fælles gavn og glæde.

Eksempler på Styrkende Kommunikation i situationen:

Tal for dig selv: brug 'Jeg oplever, ...'. Jeg tænker,....', 'Jeg fornemmer....'

Tal i hypoteser – ønskesprog, eller konjunktiv, om du vil: 'Kunne det være,.....?'. 'Kunne vi lege med tanken om,.....?' 'Hvad ville der ske, hvis...?' 'Hvad ville det betyde for dig, hvis dette skete?'

Udfordringen:

'I dag vil jeg være nysgerrig og undersøge, hvad de andre tænker og oplever i situationen, i stedet for at digte min egen historie om dem.'

Spørgsmål til eftertanke:

- Hvad er du især blevet opmærksom på i dette kapitel?
- Hvad vil denne indsigt betyde for dig i samspillet med dine samarbejdspartnere?
- Hvad ville det kunne betyde for gruppens fremdrift og succes?
- Hvad sker dig med dig, når andre ønsker at "vinde" over dig?
- Hvad kunne du gøre, næste gang du befinder dig i en situation, hvor I hver især vil ha' ret?

Inspiration & mere viden:

Om Pierre Bordieu:

'Sociologiske feltanalyser'. Kapitel 7 i 'Videnskabsteori i Samfundsvidenskaberne.' Lars Fuglsang og Poul Bitsch Olsen. Roskilde Universitetsforlag. 2. Udgave 2004.

Om Socialkonstruktivisme:

'Socialkonstruktivisme. Positioner, problemer og perspektiver.' Søren Barlebo Wenneberg. Samfundslitteratur. 2002. 1. Udgave. 2. Oplag.

Spilleregler for den Styrkende Samtale.

Den Styrkende Samtale er et mix af sparring, rådgivning, supervision & udveksling om det, du eller I gerne vil fokusere på og afklare. Det gælder både individuelt og i fælleskab.

'Hvad er egentligt formålet med samtalen som arbejdsredskab?'

Den Styrkende Samtale er det fornemste arbejdsredskab til at få eventuelle skjulte dagsordener og individuelle antagelser – tabuer, frem i lyset, så vi kan få et kig ind i hinandens hoveder. På den måde kan vi afdække og drage nytte af de evner, færdigheder, meninger, viden og erfaringer, vi hver i sær har og møder med på jobbet eller på studiet.

Vi bliver bevidste om de mange individuelle virkelighedsopfattelser, der præger organisationen og samarbejdet. Der er nemlig lige så mange, som der er mennesker. Når vi så er beviste om den enkeltes virkelighedsopfattelse, kan vi tage fat på at udvikle en fælles overenskomst for samarbejdet i studiegruppen eller på arbejdspladsen.

Når der er en fælles bevidsthed om disse faktorer, er det muligt at udnytte forskellighed og uenighed til en fælles dynamisk drivkraft. Objektive og faktuelle informationer og viden er vigtige elementer i Styrkende Kommunikation & Samtaler, så hver enkelt kan tage stilling og bidrage.

Det er min overbevisning, at den Styrkende Samtale kan foregå som en del af en mødeproces, på personalemøder og i studie- & projektgrupper. Hvis der altså gives plads til det. De øvrige mødedeltagere må nødvendigvis læne sig tilbage, være neutrale og lytte opmærksomt, mens det foregår. Jeg har erfaret, at stort set alt, hvad der dukker op i en gruppeproces har en relevans for samtlige involverede. Også selvom der i øjeblikket er fokus på én eller to personer.

'Det mest basale menneskelige behov, er behovet for at forstå og blive forstået. Det bedste, man kan gøre for at forstå andre mennesker, at er lytte til dem.'

Ralph Nichols

Sådan ER & GØR du i den Styrkende Samtale:

Jeg håber, du tænker: 'Nåh – er det bare det!' For det er det. Hvor svært kan det være?

- **Lyt** opmærksomt til, hvad din samtalepartner fortæller.
- Vær opmærksom på, at dit **kropssprog** er åbent, afslappet & imødekommende. Din mimik ligeså.
- Hold dit fokus på 'Sagen' eller situationen og **ikke** på det personlige.
- Vær nysgerrig og stil åbne spørgsmål til det, du hører. Giv god tid til at tænke og svare.
- Anerkend din samtalepartners synspunkter ved at kvittere for, at du har forstået, hvad personen siger. Du behøver ikke være enig for at forstå!
- En god kvittering kan være et 'Okay' eller et afklarende spørgsmål, hvis du ikke er helt sikker.
- Giv **kun** gode råd, når du har spurgt, om det er i orden. Accepter et 'Nej'!
- Vent med at tale om det, du har på hjerte, til den anden er helt færdig med sit.
- Vær endelig dig selv og find din egen personlige Styrkende Samtalestil med afsæt i 'Spillereglerne'.
- Hav **respekt** for, at der er lige så mange synspunkter, holdninger og sandheder, som der er mennesker.
- Styrken i Samtalen forsvinder, hvis I hver i sær vil have ret.

Igen – igen vil jeg understrege, at kommunikationen er altafgørende for Vellykket menneskeligt Samvær og succes med gruppeprocesser og projektarbejde.

Et godt tip: søg hele tiden efter lyspunkterne, så din SamtalePartner føler sig endnu bedre tilpas og Styrket, når I er færdige med den Styrkende Samtale.

Udfordringen:

'I dag vil jeg huske, at der ikke findes færdige løsninger og endegyldige svar. I stedet vil jeg bruge spillereglerne for den Styrkende Samtale, så processen bliver god, kreativ og sjov.'

Spørgsmål til eftertanke:

- Hvad er du/I blevet særligt opmærksomme på nu?
- I hvilke situationer ville det være naturligt for dig at gå ind i den Styrkende Samtale?
- Hvad er det letteste for dig at gøre i 'Spillereglerne for den Styrkende Samtale? Det sværeste?
- Hvad ville de største fordele være for dig, når du begynder at føre Styrkende Samtaler?
- Hvordan tror du, dine omgivelser vil reagere, når du bruger 'Spillereglerne?'
- Hvad ville det betyde for jeres samarbejde og resultater?
- Hvad er det første, du/I skal gøre for at komme i gang?

Kommunikation er jo en urmenneskelig og essentiel drivkraft, over alt hvor mennesker mødes. Og grundforudsætningen for Vellykket menneskeligt Samvær i alle situationer. Så derfor skal den bare være Styrkende.

'Når vi kan tale sammen & lytte til hinanden, kan vi skabe al den succes, vi ønsker og drømmer om – sammen & hver for sig.'
Nemlig!

Så får du ikke mere for den 25 – øre.

Du er hjertelig velkommen til at sende mig kommentarer om bogens idé og indhold. Og gør det endelig 'Ærligt talt – fra tabu til tale.'

Skriv til: samtaleakademiet@gmail.com.

Om SamtaleAkademiet og mig: www.SamtaleAkademiet.dk

Andre om bogen:

Thessa Jensen, ph.d., studielektor, Institut for Kommunikation og Psykologi, Aalborg Universitet siger:

'Da jeg begyndte at læse din bog, tænkte jeg: 'Hm, det her er jo ikke videre akademisk. Den er jo alt for feminin. Men jo mere jeg læste, desto mere fascineret blev jeg. Fordi det her jo netop er skrevet med hjerteblod: du har noget på hjertet. Og DET kan man godt læse og forstå! Jeg tror også, at det kan lykkes at få andre til at forstå budskabet. På en meget meget bedre måde, end alle de akademiske bøger, vi har om anerkendende kommunikation. Fordi du har noget på hjertet - og næsten ikke kan vente med at få det skrevet ned! Og som læser føler jeg mig helt blæst væk: du skriver præcist, "hurtigt" (jeg ved ikke, hvordan jeg ellers skal beskrive det: det kan læses hurtigt og forstås lige så hurtigt), og med hjertet det rette sted - nemlig i tekstens budskab. Jeg sidder lige nu og planlægger det næste semester og i den forbindelse arbejder jeg på, at oprette et netværk for kvindelige studerende. Og dér skal din bog læses Og den skal ikke kun læses, den skal praktiseres!'

Klarafine Lildholdt. Lildholdt Culture Consult. <http://www.lc-consult.dk> siger:

'Hvor er den interessant og informativ. Jeg er nok en af dem, hvor der ikke var meget nyt (men dog noget) under solen. Men det var rigtig spændende at få det sat ind i en anden sammenhæng, andre ord og andre fortolkninger og jeg er blevet klogere og har fået åbnet flere døre, muligheder, fået flere værktøjer m.m. Den er letlæst, holdt i et helt nede på jorden sprog (sådan kan jeg bedst li' den type bøger). Den er "ærligt talt". Dejligt. Det er en bog, jeg godt kunne finde på at købe hos boghandleren og sikkert ville læse i et hug, som jeg har gjort det her.'