

Cirkulära tekniker för:

gruppkommunikation och demokratiska diskussionsmetoder



Som hjälp för att gruppen ska kunna arbeta på ett demokratiskt sätt är det lämpligt att du använder dig av demokratiska diskussionsmetoder.

I de flesta grupper är det så att några deltagare är mer dominerande och andra underordnar sig. Vissa talar väldigt mycket medan andra sitter tysta. När beslut väl ska tas efter en diskussion kanske beslutet grundar sig på vad två, tre personer har sagt medan de andra fem inte sagt ett ljud. Ansvar för att det blir så här ligger inte

bara hos de som talar mycket. De som är tysta har givetvis ett eget ansvar för att säga vad de tycker.

Men goda samtalsmetoder underlättar det demokratiska samtalet då de tenderar att tysta de pratsamma och att tvinga de tysta att föra fram sina åsikter. Och på det sättet skärps förutsättningarna för gruppen att kunna fatta beslut som alla kan ställa upp på.

En annan poäng med de här metoderna är att alla i gruppen blir sedda utan att bli värderade.

Metod: Delning

Delningen innebär att man delar med sig av en känsla. Det går till så att var och en av deltagarna presenterar sig med namn. Övriga svarar med att hälsa personen vid namn. Därefter får man ta del av personens tankar och känslor. Avslutningsvis säger han "tack". Gruppen svarar med ett "tack". Det är alltid ok att säga pass istället för att säga något. Man får inte kommentera vad någon annan sagt.

Delningen är bra att inleda möten med. Var dock försiktig med den i nya grupper. För en del kan det upplevas som svårt att dela med sig av en känsla första gången man träffas. Det faktum att man känner igen metoden från filmer från AA-möten lättar däremot ofta upp stämningen på ett bra sätt.

Poängen är att deltagarna övar sig på att formulera känslor, blir "sedda" redan från start samt blir accepterade för den de är. Det är också fruktbart för det fortsatta mötet att alla får tillfälle att säga någonting redan från början.

Metod: Cirkelsamtal

Cirkelsamtalet går till så att alla yttrar sig i tur och ordning i ringen. Syftet är att reda ut synen på sakfrågor eller fatta beslut med konsensus. Du börjar ditt inlägg med : "Jag tycker...". Du får inte argumentera mot någon annans uppfattning utan bara hävda din egen. Du ska ha all koncentration på den som talar och du har alltid rätt att passa.

Fördelen med cirkelsamtal är att det tystar pratare och lyfter fram tidigare. Därigenom tenderar metoden att jämställa deltagarna.

Metod: Runda

Rundan är en snabb och enkel fråga till deltagarna i en cirkel. Vem som helst har rätt att ställa frågor till gruppen av typen: "vad ska vi ha för tema på presentationen för tyskarna?", "När ska vi träffas och förbereda maten?".

Du bör köra runt minst två varv. Anledningen till det är att du genom andras argumentering kanske ändrar din ståndpunkt under rundans gång. För de som inledningsvis inte har någon uppfattning alls i frågan kan argumenteringen innebära att man får det. Att du uttrycker att du inte har någon särskild uppfattning ens efter rundans slut kan också vara viktigt att veta för gruppen.

Rundan handlar oftast om att få fram underlag för ett eget beslut.

Metod: Dialogrunda

Dialogrundan innebär att stanna upp vid den som har ordet i en cirkel. Alla deltagare kan ställa frågor. Man får inte inleda en dialog, diskussion eller påstå egna saker utan endast ställa frågor. När frågorna tar slut säger den som har ordet "tack" och låter ordet gå vidare.

Ett skäl till att gå en dialogrunda är att du får en möjlighet att fördjupa dig i andras uppfattningar.

Metod: Ring

Efter en aktivitet kan du samla deltagarna i en ring och be dem: "värdera din egen insats, värdera gruppens insats men kommentera ingen annan." Svaren får aldrig värderas.

Återigen blir alla sedda. Det blir också ett tillfälle för reflektion över gruppens sätt att arbeta som du kan ta med dig till nästa träff. Det blir dessutom en naturlig avslutning.

Om dessa, eller några av dessa, samtalsmodeller blir rutin i en grupp kommer det att leda till ett mer jämlikt samtalsklimat och fler kommer att delta i diskussioner och beslut. Detta skapar också förutsättningar för starkare, mer förankrade och därmed mer rationella beslut.