

I stället för metoder och tekniker - samtalskonst!

- ❑ Möt den andre på ett existentiellt plan
- ❑ Odlad en relation att bygga på
- ❑ Kontakt, samtal och dialog
- ❑ Kom från kärlek och välvilja, bry dig på riktigt
- ❑ Respekt, ta på allvar
- ❑ Var äkta och autentisk, spela inte en roll
- ❑ Likvärdighet och medkännande - det kunde lika gärna varit jag själv
- ❑ Närvaro - uppmärksamma och följ vad som händer i samtalet
- ❑ Ena örat mot innehållet och det andra mot processen
 - Lyssna noga på dina egna känslor och reaktioner
 - Var medveten om den andres reaktioner
 - Red ut och gå vidare när det går snett
- ❑ Ge ärlig återkoppling, skapa trygghet

Om tekniker, metoder och verktyg

- Tekniker och metoder kan vara bra eller dåliga - det beror på hur och varför vi använder dem.
- **Väl integrerade**, som automatiska principer för effektiva samtal, kan de vara av värde.
- Men viktigare är **hur jag ser på den andre**, och min motivation - **varför har jag det här samtalet? Och att vi pratar.**
- **Hur blir det för den andre** och för vår relation? Hen får inte uppleva att jag gömmer mig bakom en metod i stället för att prata på riktigt.
- **Hur skulle det kännas för mig** om den andra pratade så här?
- Det ska kännas naturligt och rätt för mig själv.
- Risken är att tekniken kommer i vägen för vår spontanitet, äkthet, naturlighet och autenticitet så att vi inte förmår vara fullt närvarande i samtalet.
- Metoden måste passera mitt sunda förnuft och omdöme "på vägen".