

Training 1: Een Communicatie overbrengen

Doelstelling

Deze oefening leert je een communicatie aan een andere persoon over te brengen, zodat hij ontvangt en begrijpt wat je hem vraagt of opdraagt te doen. Alleen het feit dat je iets tegen een ander zegt, betekent nog niet dat hij het ook zal horen of begrijpen. Je communicatie moet duidelijk en luid genoeg zijn om te worden begrepen.

Positie

Jij en een andere persoon zitten ongeveer een meter van elkaar af, tegenover elkaar.



Instructies

Deze oefening wordt als volgt gedaan:

Vind een heel eenvoudig verhalenboek, zoals *Alice in Wonderland* – als je het kunt vinden, is dit het beste om te gebruiken – waar er in het verhaal een heleboel plaatsen zijn waar er communicatie wordt gebruikt. Met andere woorden, de tekst van het boek zegt, “Hij zei ...” en “Zij zei ...”.

Jij: Kies een zin uit het boek. Lees de zin hardop voor aan de persoon die tegenover je zit, maar laat het *hij zei* of het *zij zei* weg.

In het boek *Alice in Wonderland* staat bijvoorbeeld de zin:

“Nee, ik ga eerst even kijken”, zei ze.

Wanneer je die zin aan de persoon tegenover je zou oplezen, zou je zeggen: “Nee, ik ga eerst even kijken.”

Je leest de zin eerst voor jezelf. Vervolgens neem je de zin in gedachten en maak je deze tot je eigen gedachte. Zeg de zin vervolgens tegen de andere persoon alsof het je eigen idee was. Als je het aan de persoon tegenover je overbrengt, moet het natuurlijk klinken, niet als iets wat je gewoon hardop voorleest. Het moet ook luid genoeg zijn zodat hij jou kan horen en het moet duidelijk genoeg voor hem zijn om jou te begrijpen.

Coach: Als je tevreden bent dat wat de student net tegen jou heeft gezegd, bij je overkomt en je het begrijpt, zeg je: “Prima.”

Laat de student elke zin die niet overkwam, net zolang herhalen totdat je tevreden bent dat deze wel overkwam. Vervolgens bevestig je hem en zeg je: “Prima.”

Jij: Zodra de coach “Prima” zegt, kies je een andere zin uit het boek en ga je verder met de oefening, waarbij je deze stappen herhaalt.

Woordgebruik

De coach zegt “Start” om de oefening te beginnen, “Prima” als de communicatie ontvangen is, of “Dat was ‘t” als de communicatie niet werd ontvangen. “Dat was ‘t” wordt gebruikt om te stoppen voor een discussie, of om de activiteit te beëindigen. Als de oefening wordt gestopt voor een discussie, moet de coach, voordat ze wordt hervat, opnieuw “Start” zeggen.

Eindresultaat

De oefening wordt gedaan totdat elk van de volgende dingen gebeurt:

1. Je hebt het gevoel dat je op je gemak een communicatie kunt overbrengen, alsof het je eigen gedachte was.
2. Je communicatie is door de andere persoon ontvangen en begrepen.
3. Je coach is tevreden dat je dit kunt doen.