

7.1 LÄS ARTIKELN

Utbildning 1: Att få över en kommunikation

Syfte

Denna övning lär dig att få över en kommunikation till en annan person så att han tar emot och förstår vad du ber eller säger åt honom att göra. Bara för att man säger något till en annan person innebär inte det att han kommer att höra eller förstå det. Din kommunikation måste vara tydlig och ha tillräcklig volym för att bli förstådd.

Position

Du och en annan person sitter ungefär en meter ifrån varandra, vända mot varandra.



Instruktioner

Denna övning görs på följande sätt:

Finn en mycket enkel sagobok, såsom *Alice i Underlandet*, vilken är den bästa att använda om man kan hitta den, eftersom det finns många ställen i berättelsen där kommunikation används. Med andra ord står det i boken: "sade han ..." och "sade hon ..."

Du: Välj en fras ur boken. Läs upp frasen för personen mitt emot dig men utelämna *sade han* eller *sade hon*.

Exempel: En fras i boken *Alice i Underlandet* lyder:

"Nej, jag tittar först", sade hon.

När du läser den frasen för personen mitt emot dig, säger du: "Nej, jag tittar först."

Först läser du frasen för dig själv. Tänk sedan frasen och gör den till din egen tanke. Säg sedan frasen till den andra personen som om den vore din egen idé. När du säger den till personen mitt emot dig måste den låta naturlig, inte som något du bara läser högt. Den måste också ha så hög volym att han kan höra dig, och vara tydlig nog för att han ska förstå dig.

Coach: När du är övertygad om att vad den studerande sade nådde fram till dig och du förstår det, säger du "Bra".

Låt den studerande upprepa varje fras som inte nådde fram till dig, tills du är övertygad om att den gjorde det. Sedan bekräftar du honom och säger "Bra".

Du: När coachen säger "Bra", väljer du en annan fras ur boken och fortsätter med övningen och upprepar dessa steg.

Vad man säger

Coachen säger "Börja" för att starta övningen, "Bra" om kommunikationen har tagits emot, eller "Slut" om kommunikationen inte har tagits emot. "Slut" används för att avbryta för en diskussion eller för att avsluta aktiviteten. Om övningen avslutas för en diskussion måste coachen åter säga "Börja" innan den återupptas.

Slutresultat

Övningen görs tills vart och ett av följande inträffar:

1. Du känner att du enkelt och lätt kan få över en kommunikation som om den var din egen tanke.
2. Din kommunikation tas emot av den andra personen och förstås.
3. Din coach är övertygad om att du kan göra det.