

TIPS TILL DIG SOM SAMTALSLEDARE

Bra och utvecklande samtal bygger på att deltagarna deltar aktivt och känner sig delaktiga och trygga. Som samtalsledare handlar det mycket om att skapa energi i rummet och att fånga upp och hantera det som sker. Det kan handla om att lyssna aktivt, bjuda in och ge utrymme för alla att delta, vara lagom utmanande men samtidigt lösningsorienterad eller att ha förmågan att plocka upp trådar för att samtalet ska leda till de poänger som är tänkta med övningen. Nedan följer några tips som kan vara bra att ha med sig för dig som samtalsledare.

Under! Under samtalet kan din roll som samtalsledare bli väldigt olik beroende på hur gruppen är (tyst, pratsam, många nya personer) och hur samtalet går. Vi har nedan listat bra metoder att lösa några vanliga utmaningar med;

- **Våga ställ frågor!** Är personer tysta eller oengagerade – ställ frågor! Du kan dels rikta dem till gruppen, men även till enskilda individer för att på ett positivt sätt involvera dem i diskussionerna. Tips är att då lyssna noga, och bekräfta personens inlägg för att på så vis visa uppskattning för dennes deltagande.
- **Fördela ordet och taltiden.** Är någon väl pratsam, och kanske på någon annans bekostnad, kan du fördela ordet så att frågan riktas till någon annan. Till exempel kan du som samtalsledare avbryta lite fint för att bolla frågan vidare till någon annan – ”vad tänkte du när du såg filmen, Malin?”.
- **Parkeringslista.** I en pratglad grupp där det blir många trådar i luften kan det vara bra att inrätta en parkeringslista, till exempel på ett blädderblock. Där kan en ”parkera” frågor och diskussioner som är bra, men som inte hör hemma på just detta möte – eller om deltagarna diskuterar perspektiv som ligger utanför övningens tema. Sätts idéerna åt sidan skriftligt blir det även tydligt för deltagarna vad vi bör (och inte bör) fokusera på under övningen.
- **Rundor.** Genom att använda talarrundor kan du som samtalsledare smidigt instruera och begränsa talartiden om du vet med dig att det är en talför grupp. På så vis får även alla komma till tals på mer likvärdiga premisser. Rundor kan också vara bra i tysta grupper eftersom de inbjuder alla att komma till tals.

Efter! Avsluta träffen med en kort reflektion utifrån övningen ni gjort tillsammans. Du som samtalsledare väljer den reflektionsövning du anser passar dig, den aktuella övningen och gruppen bäst. Det finns tre reflektioner att välja bland;

- **Post-it-påminnelse** - Varje person skriver ned en sak de ska göra annorlunda redan imorgon på en post-it och tar med den till sin arbetsplats som påminnelse.
- **Mailfeedback** - Varje person får i uppgift att maila positiva upplevelser av övningens effekter till dig som ledare inför nästa ordinarie möte i arbetsgruppen. Återkoppla kort under det kommande mötet utifrån den mailfeedback du har fått.
- **Utcheckningsrunda** - Alla får dela med sig av en insikt eller tanke som de fick under övningen, utan att någon annan kommenterar eller ifrågasätter det som sägs.