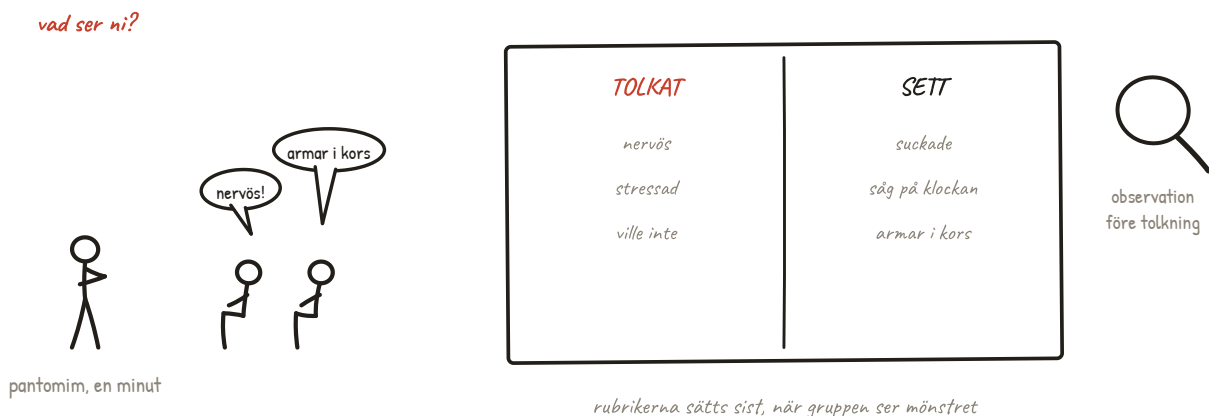


ÖVNING · KOMMUNIKATION OCH FEEDBACK

Sant eller tolkat

En kort pantomim och två kolumner på tavlan räcker för att avslöja hur blixtsnabbt vi förvandlar det vi ser till det vi tror.

SYFTE	Träna förmågan att skilja på vad man faktiskt ser och vad man tolkar in, grunden för användbar feedback
GRUPPSTORLEK	5 till 25 personer
TID	15 till 20 minuter
MATERIAL	Whiteboard eller blädderblock
PASSAR NÄR	Pass om feedback, konflikthantering eller kommunikation; som fördjupning efter Vi kommunicerar alltid
KOPPLADE MODELLER	Feedbacktrappan



Övningen följer Kolbs lärcykel: pantomimen och den omedvetna sorteringen är upplevelsen, rubrikavslöjandet reflektionen, och förståelsen handlar om varför skillnaden mellan observation och tolkning avgör hur feedback tas emot.

UPPLEVA · PANTOMIMEN OCH DE TVÅ KOLUMNERNA

Spela upp en kort pantomim på en minut, eller be en förberedd deltagare göra det: gå in i rummet, tveka vid dörren, titta på klockan, sucka, sätta dig, rynka pannan, lägga armarna i kors. Inga ord.

Be sedan gruppen beskriva vad de såg. Skriv upp allt som sägs, men sortera svaren i två kolumner utan att berätta vad kolumnerna betyder. I den ena hamnar sådant som “nervös”, “stressad”, “ville inte vara där”, “irriterad”. I den andra hamnar “tittade på klockan”, “suckade”, “rynkade pannan”, “lade armarna i kors”.

När tavlan börjar fyllas, fråga gruppen: vad skiljer kolumnerna åt? Låt dem upptäcka det själva innan du sätter rubrikerna: TOLKAT och SETT.

REFLEKTERA

Vilken kolumn fylldes snabbast, och varför tror ni det? Hur kändes tolkningarna när de sas, som gissningar eller som fakta? Hur ofta gör vi samma sak med kollegor i vardagen, och vad händer när vi agerar på tolkningen utan att ha stämt av den? Kan samma observation, till exempel armarna i kors, bära helt olika betydelser?

FÖRSTÅ

Tolkning är inte ett fel, det är så hjärnan fungerar; vi fyller blixtnabbt i mening bakom det vi ser, och utan den förmågan vore socialt liv omöjligt. Problemet är att tolkningen känns som ett faktum i samma ögonblick den uppstår. I feedback blir det avgörande. Den som får höra “du verkade oengagerad på mötet” möter en tolkning och försvarar sig mot den; den som får höra “du tittade i telefonen flera gånger medan Anna presenterade” möter en observation och kan förhålla sig till den. Observationer går att prata om, tolkningar går bara att tvista om. Konsten är alltså inte att sluta tolka utan att känna igen sina tolkningar och äga dem: “jag såg X och tolkade det som Y, stämmer det?”

Läs vidare i modellbanken: Feedbacktrappan på theorvar.com.

PRÖVA

Låt paren träna direkt: var och en formulerar en verklig feedback de skulle vilja ge någon (utan namn), först som de brukar säga den, sedan omgjord till formen jag såg, jag tolkade, stämmer det. Uppgiften till vardagen: nästa gång du kommer på dig med en färdig tolkning av en kollega, hitta observationen bakom den innan du agerar.

FÖR DIG SOM LEDER ÖVNINGEN

Sorteringen i kolumner utan rubriker är övningens motor; avslöja inte logiken för tidigt, ögonblicket när gruppen ser den själv är lärandet. Spela pantomimen tvetydigt, den ska gå att tolka åt flera håll. Om gruppen mest levererar observationer, beröm dem och fråga efter vad de tror låg bakom beteendet, tolkningarna kommer då. Var noga med att inte göra tolkning till något fult; poängen är att skilja, inte att sluta. Och knyt ihop mot feedback: de två kolumnerna är i praktiken skillnaden mellan feedback som öppnar samtal och feedback som startar försvar. Observation kontra tolkning är en klassisk distinktion i kommunikationsträning; den här utformningen är theORVARs bearbetning.