

En övning i det obekväma

Anta att du ska anordna en middag för några vänner. Då lägger du antagligen en hel del tid på att fundera på vad du ska laga, du ser till att alla ingredienser finns hemma, och du lägger omsorg på själva måltiden. Allt för att det ska bli bra för dina gäster.

Det som många däremot inte förbereder sig för, är vad man ska prata om. Det låter vi oftast bara vara, vilket såklart är helt okej. Men jag har ett förslag!

Efter maten, till kaffet, kan du med fördel föreslå att ni gör en övning. Den går till så här:

1. Du säger något som du tycker, en åsikt du har. Exempelvis: "Jag tycker att det är onödigt att oro sig för ryssen och rusta upp, det kommer ändå inte att hända."

2. Efter det går den åsikten över till nästa person vid bordet, som får i uppgift att säga: "Jag håller inte med dig där." Sen ska den personen komma på något som går emot det som den första personen tyckte. "Jag tycker det är bra att vi oroar oss och rustar upp, för det här är faktiskt ett reellt hot vi står inför. Risken finns annars att vi står helt oförberedda."

3. Nu går bollen över till nästa person, vars uppgift är att - återigen - säga: "Jag håller inte med dig där." Exempelvis: "Rädsla och oro sprider bara panik, och det är precis vad ryssen vill, så jag tycker vi ska sitta lugnt i båten."

Som du ser blir alltså uppgiften att motsäga det som den förra personen tyckte, vilket kan landa i att man försvarar den första åsikten, eller så blir det något annat.

Poängen här är att ni övar er på att tycka olika, att lyssna utan att avbryta, att kunna bli motsagda, och att argumentera för något.

Eftersom det är en övning, en lek, så betyder det att ingen behöver känna sig överkörd, kränkt eller ledsen. Det ingår nämligen i övningen att ha en annan åsikt. Du måste således inte tycka allt det du säger på riktigt, bara göra det trovärdigt.

Det finns många där ute som är rädda för dålig stämning. Alla ska tycka lika, det ska därför inte pratas om saker som kan skapa debatt. Men på det här viset går det att skapa intressanta diskussioner utan att det blir hätskt eller otrevligt. Dessutom får alla öva sig i att kunna prata i normal ton, ta in flera perspektiv, och respektera att det är okej att tycka olika om vissa saker.

Det handlar alltså inte om att vinna en debatt, utan om helt andra saker.

Testa det här nästa gång möjligheten dyker upp, oavsett om det är med dina barn, släkten, eller dina vänner. Den är enkel, den är rolig, och den skapar många fina insikter. Och du har förberett något mer än bara en god middag, nämligen goda samtal!