



DIALOG

Gagnræður greiða fyrir skapandi samskiptum

HANDBOOK

UNIVERSITÄT LEIPZIG

*Centre for Research on Women and Gender
(CRWG)*



The Multilateral Project “DIALOGUE – Facilitating Creative Communication – DIA-FCC” (2009 – 2012) has been funded with support from the European Commission.

Imprint:

Concept:	Heidemarie Wünsche-Piétzka institut dialog transnational, Chemnitz / Germany & Michael Benesch Dr. Benesch Unternehmensberatung, Wien / Austria
Content:	Michael Benesch & Heidemarie Wünsche-Piétzka <i>The responsibility for the content of this publication only lies with the authors and does not reflect the position of the European Union.</i>
Editing:	Peter Seier, Strategy transnational e.V., Chemnitz / Germany
Layout design:	Yvonne Tuchscherer, Chemnitz / Germany
Technical implementation:	Peter Seier, Strategy transnational e.V., Chemnitz / Germany
1 st Edition of e-book:	2012

Efnisyfirlit

1. Tilgangur handbókarinnar
 - 1.1 Lýsing og árangur DiaFCC verkefnisins
2. Verkefni vottaðra leiðbeinenda í gagnræðum
3. Kenningarleg nálgun
 - 3.1 Námskenningar
 - 3.1 Teymis- og skipulagsnám
 - 3.3 Vinna með hópum
 - 3.4 Grundvallaratriði fyrir leiðbeinendur í gagnræðum
 - 3.4.1. Vettvangur
 - 3.4.2 Val á umtalsefni í gagnræðum
 - 3.4.3 Inntak kjarnaþátta
 - 3.4.4 Íhugun
 - 3.4.5 Endurgjöf
4. Hagnýtar hliðar þess að þjálfar persónulega leikni
 - 4.1 Nauðsynleg fagkunnátta leiðbeinenda í gagnræðum
 - 4.2 PAR aðferðafræði
 - 4.3 Kyngervi og fjölbreytni
 - 4.4 Framhaldsmenntun og nám
5. Námsskrá Nemaþjálfunar

Viðauki: Æfingar

Inngangur samræmandans (samræmingaraðilans)

DiaFCC verkefninu er ætlað að veita innblástur og kynna þá samskipta- og atferlismöguleika sem gagnræður fela í sér. Það byggist á kenningu David Bohm og annarra og er ætlað að hrinda af stað breytingaferlum. Megintilgangur verkefnisins er að auka veg aðferðafræði og atferlis gagnræðnanna og auðvelda þannig sköpun nýrrar samskiptamenningar sem leiðir til sameiginlegrar skapandi hugsunar, nýrrar innsýnar og skapandi lausna.

Félagasamtök átta Evrópulanda (Austurríkis, Búlgaríu, Tékklands, Eistlands, Þýskalands, Íslands, Rúmeníu og Tyrklands) sendu nema í 4 Nemaþjálfunina. Þannig varð til nýtt námsframboð í Evrópu. Safnað var saman nemum á mismunandi aldri og með mismunandi námsbakgrunn sem vildu bæta þekkingu sína og hæfni og hleypa nýjungum og sköpunarkrafti í eigin vinnu og vinnustaði. Verkefnið í heild sinni einkenndist af þeirri miklu áherslu sem var lögð á að íhuga eigin viðhorf ásamt andlegum samskipta- og hugsanafyrirmyndum í því sjónarmiði að þróa samskipti sem einkennast af virðingu.

Þessi handbók, sem er mikilvæg afurð DiaFCC verkefnisins, ætti að veita yfirsýn yfir nokkrar kenningarlegar hliðar gagnræðna og leiðsagnar í gagnræðum, ásamt mikilvægi námskenninga, vettvang gagnræðnanna, persónulega leikni og mikilvæg grundvallaratriði. Auk þess veitir hún hagnýtan stuðning þar sem hún hefur að geyma æfingar sem voru útfærðar í Nemaþjálfuninni.

Síðast en ekki síst vil ég þakka öllum nemunum fyrir áhuga þeirra og vilja til að þroska og dýpka innsýn sína á gagnræður. Ég vil einnig þakka PAR þjálfaranum, Dr. Heidemarie Wünsche Piétzka (Þýskaland) og Dr. Michael Benesch (Austurríki), fyrir nýstárlegar aðferðir þeirra sem tengjast skynjun á kyngervi og reynslumiðaðri námskrárþróun.

Prof. Dr. Ilse Nagelschmidt

Forstjóri Miðstöðvar fyrir rannsóknir á konum og kyngervi

1. Tilgangur handbókarinnar

Megintilgangur verkefnisins “DiaFCC – Gagnræður greiða fyrir skapandi samskiptum” er að beina aukinni athygli að aðferðafræði gagnræðna og samtalsatferli og að því að slík kunnátta auðveldi sköpun nýrrar samskiptamenningar sem leiðir til sameiginlegs skapandi hugsunarháttar, nýrrar innsýnar og skapandi lausna. Í þessari handbók geta namar því fundið allar þær æfingar sem gerðar voru meðan á leiðbeinenda-dagskránni stóð, ásamt nokkrum kenningarlegum hliðum á gagnræðum sem tengjast hugmyndum David Bohm og Martin Buber.

Til þess er ætlast að hver og einn byggji upp sína möppu, sem allir nemarnir fengu og er með uppfæranlegu lausblaðakerfi og að hún nýtist sem námstæki. Við aðalefnið bætast því persónulegar athugasemdir, hugmyndir og innsýn nemanna. Þess vegna ætti að líta á þessa handbók sem eins konar aukaefni og fella það inn í heildarnámsferlið sem felst í því að verða leiðbeinandi í gagnræðum.

Í handbók þessari er stuttlega vikið að kenningarlegum atriðum en auk þess inniheldur hún allar æfingarnar sem við höfum gert í þau fjögur skipti sem nemaþjálfunin hefur átt sér stað.

1.1 Lýsing og árangur DiaFCC verkefnisins

DiaFCC verkefnið hófst árið 2009 og stóð til nóvember árið 2012. Haldin voru fjögur nemaþjálfunarnámskeið (tvö í Þýskalandi og tvö í Austurríki) þar sem haldnir voru netfundir með þátttakendum. Nemarnir áttu að taka þátt í tveimur námsskeiðum milli Námskeiðslota 3 og 4. Hönnun, dagskrá og skipulag þessara námskeiða átti að vera í höndum nemanna og áttu þeir að skila ítarlegri skýrslu um námskeiðin. Meðan á fundum dagskrárnefndanna þriggja stóð (Dresden [Þýskaland], Tallinn [Eistland] og Sofia [Búlgaría]) naut verkefnisferlið leiðsagnar auk þess sem það var metið. Allt frá byrjun fengu fulltrúar samstarfsaðilana tækifæri til að hanna allt samstarfið og til að vinna sem þverfaglegur hópur að því marki að verða raunverulegt teymi í aðgerðanámi. Á þriðja fundi dagskrárnefndanna í Sofíu í maí 2012, var haldin evrópsk ráðstefna með um 30 búlgönskum þátttakendum en þeir voru aðallega af áhugamenn og blaðamenn.

Mikilvægur afrakstur verkefnisins var myndun evrópskra samtaka leiðbeinenda í gagnræðnavinnu, sem var kynnt á síðasta námskeiði nemaþjálfunarinnar í Meißen í maí 2012. Með því að efla sjálfbærni útkomu DiaFCC verkefnisins er ætlað að mynda sameiginlegan sjóð leiðbeinenda í gagnræðum.

Tilgangur samtakanna er að veita leiðbeinendum í gagnræðum stuðning við útbreiðslu á aðferðafræði og viðhorfi gagnræðnanna, sem David Bohm og fleiri þróuðu og fundu upp, halda þeim á háu gæðastigi og miðla til mismunandi starfssviða innan Evrópu og annarra landa. Aðild að þessum samtökum verður heimil vottuðum leiðbeinendum í gagnræðum sem hafa áhuga á millipjórðlegu samstarfi og að taka þátt í sameiginlegu starfi til að bæta leiðbeinendahæfni sína og þróa áfram persónulega leikni á viðkomandi starfssviði.

Til að ná þessu markmiði munu aðilar eiga samstarf í mismunandi vinnuhópum til þess að styrkja sameiginleg markmið sín. Þeir skuldbinda sig Siðfræðilegum Viðmiðum (Ethical Guidelines) en þau sýna viðhorf gagnræðnanna.

2 Verkefni vottaðra leiðbeinenda í gagnræðum

Stundum er leiðbeiningu í gagnræðum ruglað saman við önnur svið eins og fundarstjórn og þjálfun. Hlutverk “hópstjóra” á báðum síðarnefndu sviðunum er gjörólíkt. Hann/hún gegnir hlutverki eins konar sérfræðings þ.e. í tilviki fundarstjórans þá er hlutverk hans að leiða hópinn að ákveðinni útkomu (leita að tímaáætlunum, hvetja alla aðila til að leggja sitt af mörkum, gera sérstakar æfingar, o.s.frv.). Þjálfari er sérfræðingur sem býður fram þekkingu, kunnáttu (t.d. ráðgjafakunnáttu, þekkingu á sérstöku umtalsefni, o.s.frv.). Þetta á almennt ekki við um vottaðan leiðbeinanda í gagnræðum. Líkt og nemi sem hefur gengið í gegnum DiaFCC verkefnið ætti að vera vel hæfur í gagnræðum, ætti hann/hún að geta gert skýran greinarmun á t.d. fundarstjórn og leiðsögn í gagnræðum og ætti að geta skipulagt og sett á laggirnar námskeið í gagnræðum jafnt á einkavettvangi sem úti í atvinnulífinu, ásamt því að leiðbeina í gagnræðnalotum.

Að leiðbeina í gagnræðnalotum: Vottaður leiðbeinandi í gagnræðum er fær um að nota kunnáttu sína í gagnræðum til að efla kunnáttu þátttakenda í gagnræðum, líkt og að fresta ályktunum eða hlusta djúpt, en án þess að beita tilskipunum. Hann hagar sér ekki eins og sérfræðingur og hefur þjálfað með sér næmni á þarfir og tilfinningar þátttakenda og styður þá á viðeigandi hátt, eftir aðstæðum. Þekking leiðbeinandans á hópstarfi og sálfræðilegum áhrifum gera honum kleift að haga sér EKKI eins og fundarstjóri og þjálfari, en samt sem áður viðurkennir hópurinn hann sem leiðtoga öðru hverju í eftirfarandi skilningi: Í hvert sinn sem þörf er á og það á við tekur hinn vottaði leiðbeinandi í gagnræðum (VLG) af skarið og kemur með tillögur sem skipta máli og eru mikilvægar þannig að hópurinn getur haldið gagnræðunum áfram á uppbyggilegan hátt. Að þessu leyti getur sérhver þátttakandi farið öðru hverju í slíkt “leiðtogahlutverk” í gagnræðnaferlinu.

Að búa til og setja námskeið á laggirnar: Vottaður leiðbeinandi í gagnræðum getur komið á fót námskeiðum í gagnræðum, bæði á einkavettvangi og í atvinnuskyni (þ.e. fyrirtæki). Á námskeiðunum getur VLG komið til skila grundvallaratriðum gagnræðna (aðgreint þau frá t.d. fundarstjórn), kynnt og leitt dæmigerðar æfingar í gagnræðum og hagað sér eins og fyrirmynd þannig að þátttakendur nái ímynd gagnræðna-nálgunarinnar.

VLG í DiaFCC verkefninu verða ekki sjálfkrafa hæfir til að bjóða fram þjálfun fyrir þjálfara í gagnræðnaleiðsögn.



3 Kenningarleg nálgun

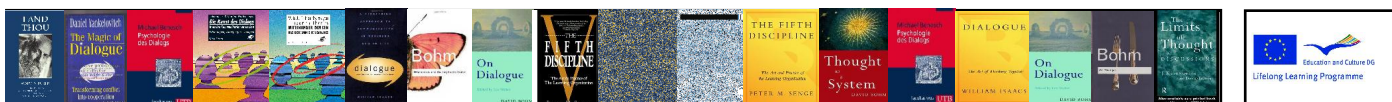
Síðustu 20 til 30 ár hefur verið gefin út síaukinn fjöldi rita um gagnræður sem eiga rætur sínar að rekja aðallega til Bandaríkjanna og eru undir áhrifum bandaríska eðlisfræðiingsins David Bohm. Það kemur ekki á óvart að til sé mismunandi nálgun að gagnræðum og það hefur orðið nýleg þróun, eins og sést t.d. í verkum Claus Otto Scharmer (Theory U), David Isaacs og annarra. Þar sem hugtakið gagnræður, eins og við notum það, ætti að vera aðskilið því sem í daglegri notkun tengist samtali, orðræðu, eða tvítali, er mikilvægt að vísa til kenningarlegs ramma þess.

Líta ætti á gagnræður sem þverfaglega nálgun. Það er enginn falinn “sannleikur” (samanber: Nálgun gagnræðanna felst í að vita best, vera best, ...) þar sem það bryti í bága við heimspekilegan grunn þeirra, sem er undir sterkum áhrifum af hugsmíðahyggju (e. *constructivism*, sjá t.d. Maturana, Varela, von Förster, Watzlawick og fleiri). Gagnræður eru mun frekar viðhorf sem er opið fyrir mismunandi leiðum og hugmyndum, kenningarlegum hugtökum og straumum og stefnum, en hefur nán tengsl við verk eftirtalinna höfunda: David Bohm, William Isaacs, Martin Buber, Peter Senge, J. Krishnamurti, Johannes and Martina Hartkemeyer, Freeman Dhority, Claus Otto Scharmer og fleiri.

Við teljum að það sé nauðsynlegt að koma með slíkan kenningarlegan ramma og þröngva ekki verkum vottaðra leiðbeinenda í gagnræðum inn í kyrrstöðumynstur, heldur styðja þá sem leiðbeina í gagnræðnalotum og allt það starf sem tengist þessari leiðsögn, með bókmenntalegum ramma sem getur nýst við undirbúning, íhugun og leiðsögn innan sérstakrar gagnræðanálgunar. Það ætti ekki að ríkja nein tilfinning um útilokun þegar við fellum gagnræðnavinnu okkar inn í þessi kenningarkerfi – það ætti að líta á hana sem einn af mörgum möguleikum á því hvernig hægt er að fást við gagnræður.

3.1 Að læra kenningar

Fólk beitir mismunandi nálgun við nám, þ.e. til eru mismunandi námsgerðir. Til dæmis er sumt fólk meira alheimsmiðað, aðrir einblína meira á smáatriði; eða sumt fólk á auðveldast með að læra það sem það heyrir meðan aðrir eiga auðveldara með að tileinka sér efni sem er skrifað. Leiðbeinandi í gagnræðum þarf að vera meðvitaður um mismunandi námsgerðir og vera fær um að koma frá sér upplýsingum á mismunandi vegu.



Í David Kolb líkaninu eru t.d. eftirfarandi fjögur hugtök mikilvæg í því skyni að umbreyta reynslu: raunveruleg reynsla, óhlutbundin hugmyndavinna, íhugul athugun og virk tilraun-astarfsemi og allar þessar aðferðir þarf að sameina. Námsstíll einstaklings er sambland af þeirri aðferð sem hann/hún kys helst. Samkvæmt Kolb er um ferns konar námsstíla að ræða:

Samrennari, Aðskiljari, Samlagari, Móttakari.

Samrennarar eru góðir í að finna hagnýtt notagildi hugmynda

Aðskiljarar eru góðir í að koma með hugmyndir og sjá hluti út frá mismunandi sjónarhornum

Samlagarar eru góðir í að búa til kenningarleg líkön

Móttakarar eru góðir í að gera hluti í stað þess að rannsaka þá

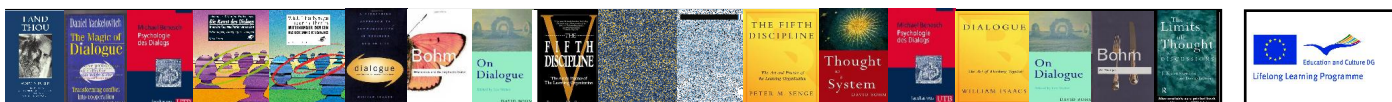
Námskenningar gefa okkur hugtakaramma sem lýsa hvernig upplýsingum er tekið, hvernig þær eru unnar og hvernig þeim er beitt meðan á námi stendur. Það er mikilvægt að hafa hugfast að nám felur í sér margvísleg áhrif, allt frá vitsmunalegum og tilfinningalegum áhrifum til lífræðilegra og félagslegra þátta.

Í tengslum við gagnræður þá skiptir hugsmíða-aðferðin grundvallarmáli, þ.e. út frá þessu sjónarhorni þá er námsmaðurinn virkur í að smíða eigin líkön sem hafa áhrif á persónuleg hugtök um hvernig eigi að háttu samskiptum við umhverfið.

3.2 Teymi og skipulagsnám

Gagnræður eru aðferð fyrir hópa fólks. Vitanlega getur maður átt í gagnræðum við sjálfan sig, en þetta er ekki aðferðin sem við kynntumst í DiaFCC verkefninu. Peter Senge, amerískur sérfræðingur á sviði skipulagsnáms, lítur á gagnræður sem “leið” til að styðja teymi í að þróa með sér skilning á “lögmálum” sem eru nauðsynleg til að teymið öðlist góð námsafköst.

Almennt felur nám í sér nýja innsýn auk nýrra atferlismynstra, sem fela í sér merkinguna að “hugsa” og “gera”. Þess vegna, eins og Peter Senge skrifar, þarf maður að skilja á milli kenningar og framkvæmdar, lögmála og verklags. Líkan hans af teymisnámi felur í sér þrjú stig: verklag, lögmál og kjarna:



Verklag felur í sér: Það sem þú ert að gera

Lögmál felur í sér: Leiðandi hugsanir / innsýn

Kjarni felur í sér: Stig sameiginlegrar tilveru

Hægt er að æfa verklag. Hópurinn þarf að skilja lögmál, og svo getur e.t.v. teymi upplifað þetta sérstaka stig sameiginlegrar tilveru sem er svo erfitt að lýsa. Þess vegna getur reynst hjálplegt að gefa dæmi. “Teymisanda” er ekki hægt að þvinga fram – ef teymi vinnur ekki vel, getur engin gefið skipun á borð við þessa: “Jæja, teymi, æfið ykkur mikið, einbeitið ykkur að sameiginlegu verkefni og þróið með ykkur teymisanda”. Á verklagssviðinu geta aðilar teymisins lært hvernig best sé að haga samskiptum eða gera áætlun. Á lögmálasviðinu geta þeir öðlast þá innsýn að t.d. málamiðlanir séu nauðsynlegar. Því næst getur eins konar teymisandi þróast og teymið sem heild unnið mun betur en einstaklingarnir einir sér.

VLG á að geta hjálpað teyminu að öðlast nauðsynlega færni á verklagssviðinu sem og lögmálasviðinu. Það felur í sér val/þróun á viðeigandi æfingum, að koma fram sem góð fyrirmynd og gefa hópnum almennar leiðbeiningar.

3.3 Starf með hópum

Leiðsögn í gagnræðum er hópferli sem krefst sérstakrar hæfni ef viðkomandi vill að gæði leiðbeininganna séu mikil. Fyrst og fremst og fyrir utan kunnáttuna sem lýst er annars staðar í þessari handbók, þarf VLG almenna reynslu af hópstarfi og þarf að hafa þekkingu á og hafa íhugað t.d. hin ýmsu stig hópferla. Yfirleitt ganga hópar í gegnum viss stig, frá tiltölulegri góðvild í upphafi allt til “áhlaupa” á öðrum stigum. Þar sem þörf er á meira og minna lengri og stundum meira streituvaldandi leið til að öðlast ákveðin gæði innan gagnræðnanna í hjörtum þátttakenda, þarf VLG að sýna bland af leiðandi hæfileikum ásamt sannri innri kunnáttu í gagnræðum. Mjög oft, sérstaklega í skipulagslegu samhengi, getur orðið vart andstöðu sem er mjög eðlilegt. Hópurinn býst líka mjög oft við meiri fundarstjórn en leiðbeiningu og allt þetta útskýrir þörfina fyrir sérstaka kunnáttu í gagnræðum. Það er mun meiri þörf á því en í klassískri þjálfun að VLG sé fær um að hjálpa hópnum að þróa með sér sjálfsábyrgð í stað þess að leiðbeina honum og leiða hann.

Þessi fagkunnátta á hópstarfi felur t.d. í sér: Raunverulega hluttekningu, speglunarnotkun á tungumálinu (sérstaklega þegar áherslan er á þarfir þátttakenda), þekkingu og heilmikla



í hugun varðandi eigin andleg líkön, o.s.frv. Án þessarar mikilvægu fagkunnáttu yrði leisögn í gagnræðum auðveldlega afmynduð og myndi breytast í klassíska fundarstjórn.

3.4 Grundvallaratriði fyrir leiðbeinendur í gagnræðum

3.4.1 Vettvangur

Gagnræður eiga sér stað – nomen est omen – innan hringa sem er skipaður af fólki. Hringurinn sjálfur er nauðsynlegur, en ekki nægur vettvangur einn og sér. Bara það að fólk myndar hring þýðir ekki endilega að það sé að fara að eiga í gagnræðum í þeim skilningi sem við leggjum í hugtakið. Hins vegar er nauðsynlegt að eiga möguleika á því að fylgjast með öllum hinum þátttakendum (svipbrigði, líkamstjáningu) og hringurinn táknað jafnrétti. Gagnræður geta ekki átt sér stað ef minnsti vottur er um stigskiptingu.

Það eru nokkrar táknrænar leiðir til að halda uppi gagnræðum, t.d. með talhlut, “miðjunni”, sem er e.t.v. táknun með teppi eða blómum í miðju hringa, kerti og mörgu fleiru. Þessi tákn geta hjálpað til að mynda jákvætt andrúmsloft, en “mjúk færni” eða ýmis önnur fagkunnáttá reynist mun mikilvægari í gagnræðum.

3.4.2 Val á umtalsefni í gagnræðum

Oft er gerður greinarmunur á þematengdum og skapandi gagnræðum. Skapandi gagnræður hafa ekkert umtalsefni – þær ganga mun fremur út á að “láta gagnræðurnar gerast” og kanna eða upplifa mangleitni hópsins þar sem skapandi þróun getur átt sér stað, eða æfa hæfni í gagnræðum, o.s.frv. Þematengdar gagnræður hafa umtalsefni, en – og það gerist mjög oft – hugsanlega leiðast umræðurnar út í allt aðra sálma. Ekki er hægt að þvinga gagnræður inn í einhvern ramma, eitt megineinkenni gagnræðna er hið óvænta og óundirbúna. Gagnræður eru ekki vel til þess fallnar að komast að sameiginlegri niðurstöðu, það verður að aðgreina þær frá annars konar samskiptum, líkt og umræðum og kaþunræðum.

Mikilvægt er að gagnræðuhópur sé ekki þvingaður til að tala um ákveðin efni. Jafnvel þessi ákvörðun verður að koma frá þátttakendum, þar sem gagnræður fela alltaf í sér mikla

möguleika á “ringulreið”. HVAÐ er ekki það sem skiptir mestu máli í gagnræðum – miklu frekar HVERNIG: Að veita því athygli hvernig við hugsum frekar en hvað við hugsum.

3.4.3 Innihald grundvallarpáttanna

“Öruggt rými” skapað – rými þar sem öruggt er að uppljóstra okkar dýpsta sannleika.

Settu þig í spor nemanda – Við erum leitandi einstaklingar og ættum því aldrei tapa forvitni okkar og hvatningu til að öðlast nýja innsýn og nýja reynslu.

Róttæk virðing – virðing er mun virkari en umburðarlyndi og vísar til hvatningarinnar að fylgjast með heiminum út frá sjónarhorni annarra.

Einlægni— Ég er fús til að vera opin(n) fyrir nýjum hugmyndum og öðrum sjónarhornum, og opin(n) fyrir því að efast um persónulegar skoðanir mínar sem og skoðanakerfi þjóðfélagsins.

Tala frá hjartanu—ég tala hreinskilnislega um það sem er mér raunverulega mikilvægt og bollalegg ekki til þess að koma “vel fyrir”.

Hlusta djúpt—ég hlusta á aðra af hluttekningu og einlægni. Djúp hlustun er virkt ferli.

Hægja á ferðinni— að verða var við það sem er að gerast innra með mér, að sjá hver viðbrögð mín eru og hver gæti verið ástæðan fyrir, hugsanlega, mjög tilfinningaríkem viðbrögðum mínum.

Fresta ályktunum og fullvissu— það þarf að vera hægt að fylgjast með eigin skoðunum og fordómum. Við fylgjumst með þeim frá ytra sjónarhorni til að öðlast gagnlega persónulega fjarlægð.

Viðurkenna þversögn mismunandi skoðana— ég geri mér grein fyrir að við búum ekki í “svart/hvítum” heimi. Frá þessum sjónarhóli eru sjaldan skýr mörk milli sannleika og ekki-sannleika – allt fer eftir sjónarhorni skoðandans.



Að fylgjast með athugandanum— ég fylgist með mínum eigin tilfinningum og hugsunum um leið og “hugsun sem tekið er eftir breytist”.

3.4.4 Íhugun

Íhugun er mjög mikilvægur hluti gagnræðna. Íhugun felur ekki í sér að farið sé aftur yfir umfjöllunarefni gagnræðnanna, heldur er átt við íhugun á ferlinu sjálfu. Þess vegna er oftast mjög gagnlegt að benda hópnum á að íhuga umtalsefni á borð við þetta: Hvað var ólíkt með þessu og venjulegum daglegum samskiptum?, eða: Hvaða áhrif höfðu þagnarloturnar á mig?

3.4.5 Endurgjöf

Þegar við sýnum viðbrögð okkar eða veitum svokallaða endurgjöf, er mjög mikilvægt að fylgja nokkrum reglum. Í fyrsta lagi ætti að líta á endurgjöfina sem gjöf: Sá aðili sem fær endurgjöfina ætti að viðurkenna að hann hafi fengið endurgjöf og ákveða sjálfur hvort hann vilji taka við henni og líta á hana sem tækifæri til að öðlast lærdómsreynslu. Sá sem veitir endurgjöfina ætti svo að vera meðvitaður um að um raunverulega athugun sé að ræða og aðgreina hana mjög greinilega frá persónulegu mati. Næst ætti sá sem veitir endurgjöfina að taka það skýrt fram að endurgjöfin gefi til kynna hans/hennar skynjun og sé því huglæg. Þetta eykur líkurnar á því að tekið sé móttöðulaust við endurgjöfinni og án þess að viðtakandinn fari í sjálfsvörn. Auk þess sýnir þetta afstæði dómgreindar sem auka námsmöguleiki.

4 Hagnýtar hliðar þess að þjálfar persónulega leikni

Persónuleg leikni felur í sér getuna til að efla persónulegan styrk og hæfni og að öðlast skýra mynd af eigin framtíðarsýn og hvernig eigi að ná persónulegum markmiðum. Einstaklingur sem hefur öðlast persónulega leikni er stöðugt að etja saman stöðnuðu viðmiðunum og framtíðarmarkmiðunum og meta þau. Þetta ferli tengist vissri “skapandi spennu”. Gagnræður veita tækifæri á endalausum námsferli þar sem við spyrjum okkur stöðugt hvernig og hvers vegna við bregðumst svona við og hvert við gætum farið til að ná “betri” árangri. Þegar við vegum og metum er aðaláherslan á spennunni sem felst í spurningunni “hver er framtíðarsýn mín?” og í “raunveruleika” skynjuninni. Námsferli tengist persónulegri leikni felur ekki í sér öflun nýrra “upplýsinga”, heldur felur það í sér útvíkkun á hæfninni til að ná eftirsóttum markmiðum.

Með því að veita öllum grunnatriðum gagnræðnanna athygli og æfa þau veitir fólki stuðning til að auka hæfni sína í persónulegri leikni. Námsferli tengist persónulegri leikni. Námsferli tengist persónulegri leikni. Námsferli tengist persónulegri leikni. Námsferli tengist persónulegri leikni. Námsferli tengist persónulegri leikni.

4.1 Nauðsynleg fagkunnátta leiðbeinenda í gagnræðum

Sú fagkunnátta sem VLG þarf að hafa er víðtæk og skýran greinarmun þarf að gera á henni og fagkunnáttu t.d. fundarstjóra eða markþjálfara, þótt viss fagkunnátta þeirra komi líka að gagni. Þar sem leiðsögn í gagnræðum felur hvorki í sér fundarstjórn, markþjálfun, né eftirlitsstörf, þá er VLG mun frekar í hlutverki nemanda (ekki í hlutverki sérfræðings) og ætti frekar að leiðbeina en að stýra. Það er flestu fólki, sem hefur ekki reynslu af gagnræðum, mjög erfitt að axla ábyrgðina af útkomunni og búast ekki við klassískri stjórnun, jafnvel í erfiðum aðstæðum. Vottaði leiðbeinandi í gagnræðum má ekki stíga í þessa gildru og byrja að stjórna. Þetta þýðir þó að sjálfsögðu ekki að leiðbeinandi í gagnræðum geti ekki átt frumkvæði að vissu umhugsunarferli o.s.frv. en hann ætti, miklu frekar en fundarstjóri, að íhuga HVERNIG ferlið er heldur en raunverulegt innihald þess eða útkomu.

Þess vegna er þörf á öllum grundvallaratriðum gagnræðnanna, þróun persónulegrar leikni og stöðug íhugun á því ferli sem er í gangi. Gagnræður eiga að vera drifnar áfram af einlægni þar sem hægt er að láta í ljós hvaða hugsun og tilfinningu sem er. Það ættu ekki að vera nein mörk þar sem “leyndur” sannleikur er stöðvaður og látinn ósagður. Eitt verkefna



VLG er að hvetja hópinn til að opna sig um jafnvel “hættulegan sannleika”. Stundum koma slík erfið mál ekki upp á yfirborðið í sjálfri gagnræðnalotunni, heldur þegar litið er yfir málin eftir á, sem getur verið eins konar sjálfsmat. Af hverju töluðum við ekki skýrt um þetta? Hvað var það sem kom í veg fyrir það? o.s.frv. Vottaður leiðbeinandi í gagnræðum ætti að gera skýran og beinan greinarmun á gagnræðnalotunni sjálfri og íhuguninni á ferlinu (sama hvert málefnið er), þar sem þetta er mjög mikilvæg aðferðafræði til að stuðla að persónulegri leikni. Oft getur fólk ekki greint á milli málefnisins og t.d. tilfinninga sem tengjast þessu málefni ekki beint en stafa af ó- eða undirmeðvituðum *óbeinum* tengslum. Eftirfarandi dæmi skýrir þetta e.t.v.: Þátttakandi bregst við ummælum annars aðila með andúð eða jafnvel ofstopa, en þessi andúð á sér einhverja allt aðra ástæðu, hugsanlega gæti hún verið tilfinningalegt áfall sem beinist að þessum aðila. Þegar við íhugum gagnræðnaferlið, gefst tækifæri til að sýna fram á slík tengsl.

4.2 PAR aðferðafræði

PAR aðferðafræðin notar einstaklingsmun sem háleita eða jafnvel beina leið til að sýna fram á hvað margbreytileiki felur í sér mikla möguleika á uppbyggingu. Í DiaFCC verkefninu sýndi PAR vinnan aðallega eftirfarandi mun: kyngervi, aldur og ævisögulega félagsmótun. Samkvæmt kenningarlegum bakgrunni og hagnýtu gildi gagnræðna, þá er fjölbreytni mikilvægur þáttur þar sem hann auðgar hugsanaferli okkar og sýnir greinilega falshugmyndir svart/hvíta hugsunarháttarins sem er áberandi a.m.k. á Vesturlöndum þar sem þau eru undir sterkum áhrifum af aristótélískri rökfræði.

4.3 Kyngervi og fjölbreytni

Hugtakið kyngervi felur í sér muninn á líffræðilegu og félagslegu hliðum “karls og konu” og vísar til þeirrar staðreyndar að meira en bara líffræði aðgreini kynin. Fjölmörg félagsleg fyrirbæri tengjast hlutverkum karla og kvenna sem hafa þýðingarmikil áhrif á hugsanir okkar og atferli. Í gagnræðum eigum við ekki aðeins að vera meðvituð um þessar hliðar sem tengjast kyngervi, heldur líka almennt um fjölbreytni (menningarlegan bakgrunn, þjóðfélag, o.s.frv.) og hvers hún er megnug í skapandi hugsun. Þar sem flest þessi hugtök og áhrif þeirra eru undirmeðvituð, þarf VLG að gera sér grein fyrir þeim og hvetja hópinn til að láta þau verða meðvitaðri. Þegar hún er komin í dagsljósið felur fjölbreytnin í sér mjög öfluga leið til að auðga hugsanir okkar og öðlast öflugan grunn að frekari hugsanaferlum og



leiðum til að finna “betri” lausnir. Lausnir sem notast ekki bara við “svart/hvítt”, heldur líka öll gráu litbrigðin þar á milli.

4.4 Framhaldsmenntun og nám

Við lítum á lífið sem áframhaldandi námsferil og út frá þessum sjónarhóli er leiðsögn í gagnræðum endalaust ferli (sjá t.d. kjarnapáttinn “Að setja sig í spor nemanda”). Allar gagnræður, hvort sem þær eru “snurðulausar” eða erfiðar, veita áskorun sem felur í sér námsreynslu. Auk þess er mjög gagnlegt að vera í stöðugu sambandi við annað fólk sem hefur áhuga á gagnræðum. Einn mikilvægur afrakstur DiaFCC verkefnisins var stofnun samtaka fyrir leiðbeinendur í gagnræðum (European Network of Dialogue Facilitators), og mun það nýtast sem vettvangur fyrir samskipti, frekari þróun og mótun gæðaviðmiða fyrir faglega leiðsögn í gagnræðum.



5 Námsskrá nemapjálfunar (ToT)

Grundvallarforsenda verkefnisins “Gagnræður greiða fyrir skapandi samskiptum” (Dialogue – Facilitating Creative Communication) er að veita verðandi leiðbeinendum í gagnræðum þjálfun til þess að gera þeim kleift að:

- vinna með mismunandi markhópum á mjög mikilvægan og einstaklingsbundinn hátt
- læra að bera saman umræður þeirra og deilur með aðferðum sem auðga og opna fyrir breytingaferli innra með þeim og þar af leiðandi í félagslegu umhverfi þeirra
- veita leiðsögn í samskiptum sem einkennast af virðingu samkvæmt kjarnapáttum sem hafa verið æfðir
- íhuga að lykillinn að breytingaferli felst ekki eingöngu í eigin viðhorfi heldur einnig í atferli og hugsunum annarra í samskiptunum sem geta leitt til breytinga.

Námsskráin samanstendur af fjórum æfingalotum, hver um sig stendur yfir í þrjá daga, ásamt mánaðarlegum netfundum. Milli nemapjálfunar 3 og 4 verða allir þátttakendur að undirbúa og skipuleggja námskeið. Þjálfuninni lýkur svo með skýrslu.

Hvert þessara fjögurra nemapjálfunarnámskeiða hefur fyrirfram skilgreint kjörorð sem er notað til “viðmiðunar”.

Námsskráin samansendur af fimm sviðum:

1. Gagnræður sem heildræn nálgun
2. Heimspekileg og náttúruvísindaleg grundvallaratriði
3. Sjálfskennd
4. Persónuleg leikni
5. Byggja upp námskeið sem taka mið af gagnræðum

Aðferðafræði

Þátttakendur fá og gera: Fyrirlestrar, æfingar fyrir einstaklinga/ litla hópa/stóra hópa, bókarkafli til lestrar og íhugunar, vídeóefni til skoðunar og íhugunar, undirbúningur, leiðsögn í gagnræðum og undirbúningur og framkvæmd námskeiðs með sérstökum markhópi sem er á ábyrgð nemans. Auk þess er mikivægt að halda reglulega náms-dagbók.

Námsskráin fylgir grundvallaráætlun þar sem seinni reynsla byggist á fyrri námsáföngum. Mikilvægur hluti áætlunarinnar er að allir þátttakendur komi sér upp sinni eigin náms-möppu. Þeir fá í hendur sérútbúna möppu sem þarf að fylla inn í einstaklingsbundið með náms-sefni sem tekur mið af mismunandi námsstílum.

Nemapjálfun 1

Kjörorð: “Maðurinn er einstaklingur sem er sífellt að læra og getur einungis vaxið með því að eiga samskipti við aðra menn”



MEGINMARKMIÐ

1. Að kynnast gagnræðum samkvæmt hugmyndum David Bohm og Martin Buber
2. Að kynnast og fá eigin reynslu af því að búa til “ílát”
3. Að öðlast yfirsýn yfir allt verkefnið
4. Að hugleiða mismunandi námsstíla

SÉRSTÖK og VOTTUÐ STARFSHÆFNI

1. Að geta útskýrt þær aðferðir sem gagnræður byggjast á og aðgreint þær frá sambærilegum aðferðum
2. Að öðlast fyrstu reynslu af gagnræðum og geta tjáð/sagt frá henni
3. Að geta veitt yfirsýn yfir vissa kjarnabætti gagnræðna
4. Að geta íhugað og miðlað einstaklingsbundnum námsstíl
5. Að geta íhugað og miðlað mikilvægi “herbergis” og “undirbúnings herbergis” í gagnræðnaferlinu
5. Að geta boðið einstaklingsbundið hugsanaferli í stað þess að kynna eingöngu afrakstur hugsunar

SÉRSTAKT EFNI

1. Samkvæmt heildarkjörorðinu, þá fer fyrsti dagur nemapjálfunarinnar í að kynnast hópnum og að taka fyrstu skrefin í að koma upp svokölluðu “íláti” (þ.e. andrúmslofti sem ein-kennist af trausti).
2. Kenningarlegur bakgrunnur náms-stíla og íhugun á einstaklingsbundnum aðferðum við eigin náms-stíl (t.d. Learning-styles eftir David Kolb, Single- and double-loop learning, o.s.frv.)
3. Kynning á kenningum sem gagnræðna-aðferðin byggist á, aðallega samkvæmt David Bohm og Martin Buber, ásamt sambærilegum aðferðum (t.d. Claus O. Scharmer)
4. Byrjun á sérstökum gagnræðna-æfingum og íhugun á þeim í hópnum
5. Yfirlit yfir skipulagningu alls verkefnisins og útskýring á námsmöppunni
6. Kynning á PAR aðferðafræðinni
7. Gagnræðnalotur og reglur
8. Mikilvægi “herbergisins” og “undirbúnings herbergis”
9. Íhugun á gagnræðnaferlinu

Nemapjálfun 2

Kjörorð: “Þegar um sameiginlegan lærdóm okkar ræðir skaltu ekki reyna að selja vörur heldur skaltu veita innsýn inn í afrakstur hugsana þinna”.

MEGINMARKMIÐ

1. Hugtakið grundvallargeta í gagnræðum hluti 1
2. Hugtakið persónuleg leikni
3. Að öðlast þekkingu á sameiginlegum og gagnkvæmum lærdómi
4. Að auka viðsýni á eigin hugsanir og tilfinningar
5. Hugtakið andleg líkön
6. Mikilvægi “ílátsins”
7. Kyngervissjónarmið



SÉRSTÖK og VOTTUÐ STARFSHÆFNI

1. Að geta útskýrt hugtakið *persónuleg leikni*
2. Dýpri reynsla af grundvallargetu “að fylgjast með athugandanum” og “að hlusta djúpt” og að geta tjáð persónulega reynslu með þessum þáttum
3. Að geta íhugað og tjáð kyngervissjónarmið samkvæmt hugmyndum gagnræðnanna
4. Að geta útskýrt mismunandi tegundir gagnræðna
5. Að geta gefið yfirlit yfir mismunandi svið til að beita aðferðum gagnræðna
6. Að geta úrskýrt hugtök andlegra líkana og tjáð persónulegar vangaveltur um það
7. Að geta íhugað og útskýrt mikilvægi “ílátsins”

SÉRSTAKT EFNI

1. Tengjast aftur fyrstu nemapjálfuninni
2. Halda skapandi gagnræðnalotu til að kynna annan hluta nemapjálfunarinnar
3. Kynning og íhugun á hugtakinu *persónuleg leikni*
4. Hugtakið *grundvallargeta* þar sem “djúp hlustun” og “að fylgjast með athugandanum” er í brennidepli
4. Kyngervissjónarmið og gagnræður
5. Mismunandi tegundir af gagnræðum og mismunandi svið til að beita aðferðum gagnræðna
6. Undirbúningur námsskeiða hluti 1
7. Kynning á hugtakinu *andleg líkön*
8. Íhugun á gagnræðnaferlinu
9. “Ílátið”

Nemapjálfun 3

Kjörorð: “Ég er að læra, þú ert að læra, hann/hún er að læra – VIÐ erum að læra”

MEGINMARKMIÐ

1. Hugtakið grundvallargeta í gagnræðum hluti 2
2. Mismunandi hlutverk: Gagnræðna-leiðbeinandi/ stjórnandi/ fundarstjóri / markþjálfari
3. Stjórnunartæki: sjáf og hópur
4. Undirbúningur námskeiða
5. Teymisnám

SÉRSTÖK og VOTTUÐ STARFSHÆFNI

1. Dýpri reynsla af grundvallargetu í gagnræðum og færni til að útskýra hana
2. Að geta íhugað og tjáð hugtakið “í sporum nemanda”, sérstaklega í tengslum við teymisnám
3. Að geta greint á milli mismunandi hlutverka og útskýrt sérstök einkenni leiðbeinenda í gagnræðum
4. Að geta íhugað og útskýrt mismunandi aðferðir til að kynna gagnræður, sérstaklega gagnræður og tónlist
5. Að hanna fyrstu hugmynd að námskeiði í gagnræðum



SÉRSTAKT EFNI

1. Að tengjast aftur þriðju nemapjálfuninni
2. "Í sporum nemanda"
3. Hlutverk leiðbeinanda í gagnræðum
4. Hvernig á að taka á kvíða, óvissu, áhyggjum (sjálf og hópur)
5. Tónlist og gagnræður
6. Teymi og kerfisnám
7. Undirbúningur námskeiðs

Nemapjálfun 4

Kjörorð: "Rétt eða rangt – Frá "Ég veit" til "Ég er að læra"

MEGINMARKMIÐ

1. Dýpri íhugun á gagnræðnaferlinu
2. Dýpri íhugun á hlutverki leiðbeinandans í gagnræðunum
3. Sameiginleg hugsun um kenningarlegar og hagnýtar hliðar á leiðsögn í gagnræðum
4. Að tileinka sér það viðhorf sem leiðbeinandi að nám sé óendanlegt ferli

SÉRSTÖK og VOTTUÐ STARFSHÆFNI

1. Hæfni til að hanna, setja á laggirnar og hugsa um námskeið í gagnræðum
2. Að veita leiðsögn sem stuðlar að hágæða íhugunarferli hópsins
3. Að styrkja persónulega, gagnrýna íhugun á tækifærum og gildrum sem hlutverk leiðbeinanda í gagnræðum felur í sér

SÉRSTAKT EFNI

1. Tengjast aftur nemapjálfun 3
2. Upplifa gagnræðnalotu við breytt skilyrði (t.d. með bundið fyrir augun)
3. Háagæða íhugunarferli sem einstaklingur og hópur
4. Útdráttur um námsreynsluna af verkefninu
5. Framtíðarhorfur sem verkefnið hefur í för með sér og hvernig hægt er að þróa gagnræður áfram

Netfundir

Netfundir voru haldnir reglulega með mánaðarlegu millibili. Allir þátttakendur tóku þátt í eins mörgum netfundum og kostur var á, en almennt var þátttakan frjálís. Á fyrsta ári verkefnisins stóð til að skipta upp netfundunum. Áætlað var að útteila efni vissan hluta þeirra og hafa hinn hluta fundarins svo fyrir spurningar þátttakenda. Hugmyndin að baki þessu fyrirkomulagi er sú að sýndarfundir veki sennilega einhverja hræðslu og kvíða sem þarf að taka á. Frá og með öðru ári voru fundirnir svo eingöngu notaðir fyrir spurningar þátttakenda þar sem þeir gátu látið í ljós og viðrað sjónarmið sín og þarfir. Líktust þeir því meira "markþjálfunarferli" en "fyrirlestri". Tímarammi hvers fundar var 2 klukkustundir. Á þessum fundum fékk hver og einn þátttakandi tækifæri til að fá skýringu á hverju því sem hann/hún hafði þörf fyrir í verkefninu.



Æfing nr. 1

Þátttakendur kynna sig

1. Gerðu tákn fyrir sjálfa(n) þig og teiknaðu það á blað
2. Kynntu hópnum þetta tákn ásamt
 - nafninu þínu
 - landinu þínu
 - atvinnu þinni
 - aldri þínum
3. Veldu einhvern fyrir næsta hluta æfingarinnar sem felst í að segja eftirfarandi við hópinn:

“Ég hef áhuga á að ræða ... “
4. Samskiptin í litlu hópnum byrja með eftirfarandi umræðuefnum:

Hver er ég? (3 persónueinkenni)

Hvenær hefurðu upplifað raunverulegar gagnræður sem veittu þér innblástur?

Lýstu því sem var sérstakt við þessar gagnræður.
5. Berið saman þau atriði sem ykkur þótti sérstök við gagnræðurnar
Eiga þau eitthvað sameiginlegt, eða eru þau ólík?
6. Segðu öllum hópnum frá reynslu þinni þegar þú kynnir hinn aðilann
 - nafn
 - persónueinkenni
 - lýsingu á aðstæðunum sem hann/hún lýsti
 - sameiginlegar niðurstöður varðandi einkenni samtalsins sem þið rædduð



Nemar skilgreina eigin námsstíl

1. Notið **KOLB** skemað (verkefnablaðið) til að hugsa um mismunandi námsstíla, hver í sínu lagi
2. Hugsið um ykkar eigin námsstíl og skilgreinið hann fyrir ykkur sjálfum.
3. Í þriggja manna hópum – Útskýrið hvernig þið komust að skilgreiningu ykkar
4. Hvaða skilningur var nýr fyrir ykkur?
5. Byrjið samskiptin ykkar í litlu hópunum



Æfing nr. 3

Hópvinnu um fræðileg sjónarmið:

Bohm – stöðu- og hreyfiskyn (Um gagnræður, 2004, bls. 83-95)

Bohm – hugsun (Hugsun sem kerfi, 2007, bls.. 2-12)

Kolb – námsstílar ([www. Businessballs.com/kolblearningstyles.htm](http://www.Businessballs.com/kolblearningstyles.htm))

1. Hver og einn les plaggið fyrir sig og gerir svo samantekt á þeim skilningi sem hann/hún lagði í það.
2. Hugsuð um eftirfarandi:
 - Hvaða lærdóm hef ég dregið af efninu?
3. Hefjið samskipti í hópnum um þennan skilning ykkar
4. Náið samkomulagi innan hópsins um eftirfarandi:
 - Hvert er efni plaggsins?
 - Hverju viljum við deila með hinum?
 - Hvaða lærdóm hef ég dregið af efninu?



Væntingar

Vinsamlega lesið og íhugið, skrifið svo (... fyrir ykkur sjálf)

7. Hvað er mér í ferskustu minni frá fyrsta ToT?
8. Hvað gerðist milli fyrsta og annars ToT í sambandi við nálgun mína að
 - A) Gagnræðum
 - B) Hópnum
9. Hvaða metnað hef ég varðandi framlag mitt til hópsins og þessa ToT?
10. Hvers þörfnumst við um þessar mundir?



Persónuleg leikni 1 – Samskipti para

11. Hugleiddu: Hvað hefur verið mjög mikilvægt í lífi þínu?
 - Það sem þú hefur gert
 - Það sem þú hefur verið
 - Hvernig þú hefur hjálpað öðrum
 - Það sem aðrir hafa kunnað að meta mjög vel í þínu fari
12. Skrifaðu í þátíð (skýrt og læsilega fyrir aðra) lykilorð, stuttar setningar um efni og/eða aðstæður (10 mín.)
13. Lestu þetta fyrir félaga þinn
14. Félagi þinn les fyrir þig í nútíð það sem þú skrifaðir
15. Skiptið um hlutverk og æfið 1 - 4
16. Tjáið ykkur um reynslu ykkar beggja
17. Takið þátt í hópsamskiptunum



Virk hlustun (“Skíðalyftu” æfing)

Myndið TVEGGJA manna “hóp” fólks af mismunandi þjóðernum. Finnið annað hvort stað innandyra, þar sem hægt er að rölta um, eða farið út að ganga.

1. I. Hluti (10 mín.)

Aðili 1 segir frá einhverju sem er henni/honum mikilvægt.

Aðili 2 hlustar ÁN ÞESS AÐ trufla eða gera athugasemd.

Aðili 2 segir svo “söguna” með eigin orðum meðan aðili 1 hlustar án þess að trufla eða gera athugasemd

2. II. Hluti (10 mín)

Aðilar skipta um hlutverk þannig að sá sem talaði hlustar og öfugt.

3. III. Hluti

Aðili 1 og aðili 2 ræða sín á milli um reynslu sína af eftirfarandi fimm hlutverkum:

a) Að segja “söguna mína”

b) Að hlusta á “sögu” hins aðilans

c) Að segja “sögu hins aðilans með eigin orðum

d) Að hlusta á hvernig hinn aðillinn sagði “mína sögu”

e) Hvaða áhrif hafa HUGSANIR mínar (hafið í huga muninn á: hugsa – hugsaði) þegar maður hlustar á einhvern

4. Takið þátt í samskiptum hópsins



Kyn og fjölbreytni

1. Skrifaðu fyrstu hugrenningatengsl þín til vinstri við hugtakið.
2. Teiknaðu viðhlítandi mynd/tákn til hægri

Sjúkdómur
Litur
Einstaklingseðli
Vanmáttur
Þjóðaruppruni
Kyn/kynhneigð
Aldur
Átrúnaður



Æfing nr. 8**Kynbundin aukamerking**

Skrifaðu hugtökin í vinstri dálkinn og taktu ákvörðun út frá þjóðarmenningu þinni hvar setja skal krossinn.

Eiginleiki/Aukamerking	karlkyns	kvenkyns



Kynbundnar staðalmyndir

Bættu við þeim kynbundnu staðalmyndum sem þú verður var/vör við ...

STAÐALMYND ...	Kynbundnar staðalmyndir
<p>... stöðluð huglæg mynd sem hópur fólks á sameiginlega og sem sýnir ofureinfalda skoðun, fordómafullt viðhorf, eða ógagn-rýnan áfellisdom</p>	
Dæmi ...	



Athugandi á gagnræðufundum

Það er í þínum verkahring sem athugandi að fylgjast með

- a) Leiðbeinendunum
- b) Hópnum og þátttakendum hans
- c) Umræðuefninu
- d) Ferlinu

1. Veldu nokkrar spurningar sem þú vilt athuga sérstaklega meðan á gagnræðunum stendur og skrifaðu athugasemdir:

- Hvernig var umræðuefnið kynnt?
- Hvernig tók hópurinn á umræðuefninu?
- Komu þátttakendur með yfirlýsingar eða byggðu þeir upp hugmyndir sínar?
- Hvernig reyndu leiðbeinendurnir og hópurinn að gera “ílát”?
- Hver var hraði ferlisins?
- Sástu samband á milli þess sem lagt var fram?
- Vísuðu þátttakendur hver í annan?

2. Segðu Gagnræðnahópnum frá athugunum þínum.



Æfing nr. 11

Þjálfrið færni ykkar – Athugun –

Myndið 3ja manna hóp

1. Aðili 1 og aðili 2 sitja á stólum andspænis hvor öðrum, aðili 3 er í næstum 1 m fjarlægð frá þeim í hlutverki athuganda og tímavarðar
2. Aðili 1 fylgist með aðila 2 og lýsir athugasemdum hans/hennar (1 mín)
3. Því næst fylgist aðili 1 með aðila 2 aftur og leggur mat á athugasemdir hans/hennar (1 mín)
4. Allir þáttakendurnir 3 skiptast á skoðunum um reynslu sína af þessari æfingu. (1 mín)



Uppbyggileg svörun undir 4 augu

FYRSTA STIG Lýstu a.m.k. ÞREMUR raunverulegum athugasemdum. Þú getur t.d. byrjað á “ég hef tekið eftir að...” eða “ég sá að...”.

ANNAÐ STIG Komdu með uppástungu til úrbóta og gerðu hinum ljóst að þetta myndi hjálpa **ÞÉR** (til að skilja betur, geta haldið athyglinni betur, ...)

ÞRIÐJA STIG Miðlaðu jákvæðum, almennum SKILABOÐUM (Fyrstu persónu skilaboðum s.s.: *Ég tel að þú sért mjög áhugasamur einstaklingur sem hefur undirbúið þig mjög vel ...*)



“Vinstri dálkur” æfing (A)

Rifjaðu upp erfiðar aðstæður með einhverjum aðila sem reyndust þér ófullnægjandi. Rifjaðu upp samskiptin sem áttu sér stað. Skrifaðu þessi munnlegu samskipti niður í stuttum aðskildum setningum í hægri dálkinn. Í vinstri dálkinn skaltu bæta því við sem þú sagðir ekki (skoðanir þínar, afstöðu, gildisgjöf).

Myndið “hóp” með TVEIMUR aðilum af ólíku þjóðerni.

Hluti 1:

1. Kynntu stuttlega aðstæðurnar og segðu frá þínu “tilfelli”.
2. Lestu vinstri dálkinn fyrir félaga þinn.
3. Eftir það skaltu lesa hægri og vinstri dálkinn fyrir félaga þinn.
4. Félaginn tekur að sér hlutverk “þjálfara” og spyr eftirfarandi spurninga:
 - Hvaða ávinning vildirðu fá af þessu tali?
 - Náðirðu tilskildum árángri? Ef ekki – af hverju?
 - Hvaða afleiðingar hafði það að segja ekki það sem var skrifað í vinstri dálkinn þinn?
 - Af hverju gafstu ekki uppi skoðanir þínar og afstöðu?
 - Hvaða áhrif hafði vinstri dálkurinn á tal þitt?

p.t.o. >>>

Hluti 2:



1. Veldu eitthvað eitt eða tvennt sem flokkast undir mikilvæga afstöðu úr vinstri dálknum þínum.
2. Félaginn (þjálfarinn) spyr þig:
 - Samþykkirðu að þetta sé "Þín" afstaða?
 - Hvers konar gögn hefurðu notast við til að taka þessa afstöðu?
 - Lestu afstöðu þína og leitaðu að dulðum ályktunum og fordómum eða túlkandi "sögu" sem þú segir sjálfum/sjálfri þér ómeðvitað í sambandi við þennan aðila eða þessar aðstæður
 - Hvaða áhrif hafa ályktanir/"sögur" þínar á atferli þitt?
 - Hvers konar dulin þörf er innifalin í afstöðu þinni?

Æfing nr 14

"Vinstri dálkur" æfing (B)

Ég hugsaði og mér fannst – en ég sagði ekki upphátt ...	Ég sagði ...



Hvað þýðir “Að setja sig í spor nemanda”?

1. Veltu fyrir þér þessum tveimur ólíku sjónarmiðum
 - a) að vera *þátttakandi í hópi* sem á að notast við tiltekið námsefni
 - b) að vera *ábyrgur fagmaður* sem býður hópi ákveðið námsfyrirkomulag
2. Tilgreindu það sem er sameiginlegt og það sem er ólíkt út frá þínum persónulega sjónarhóli

Sameiginlegt með <i>a</i> og <i>b</i>	Olíkt með <i>a</i> og <i>b</i>



Í hverju felst munurinn á að “miðla málum” og “auðvelda” hópstarf?

1. Safnið saman í hópstarfi því sem einkennir mismunandi aðferðir (skrifið niður á flettitöflu)
2. Berið saman kosti og ókosti í litla hópnum ykkar og útskýrið hvort um sé að ræða mismun á skilningi og merkingu
3. Setjið niðurstöður af vinnublöðum hvers og eins neðst á flettitöfluna

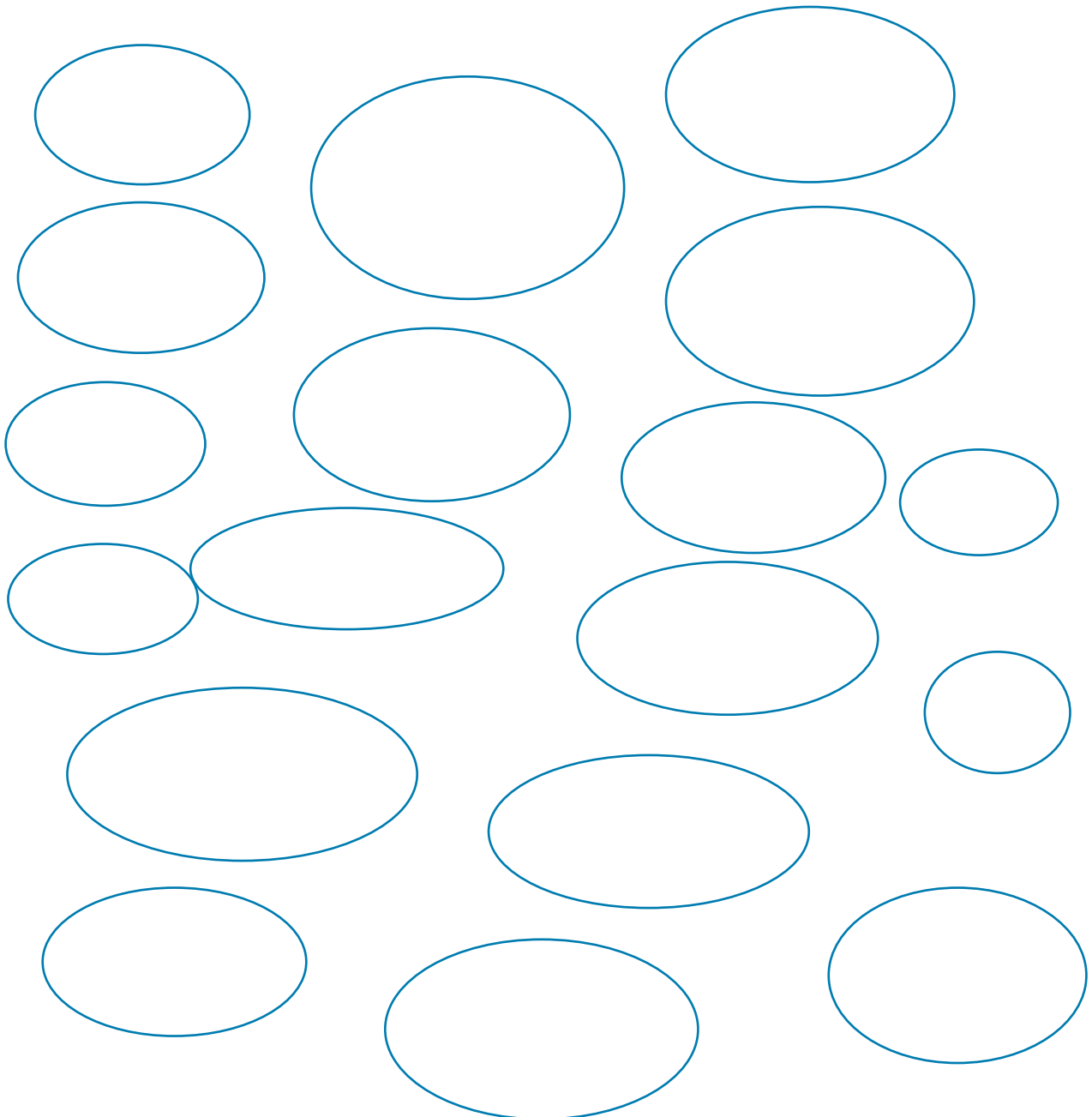
Miðla málum í hópstarfi	Auðvelda hópstarf



Æfing nr 17

Hvers konar námsefni auðveldar umræður?

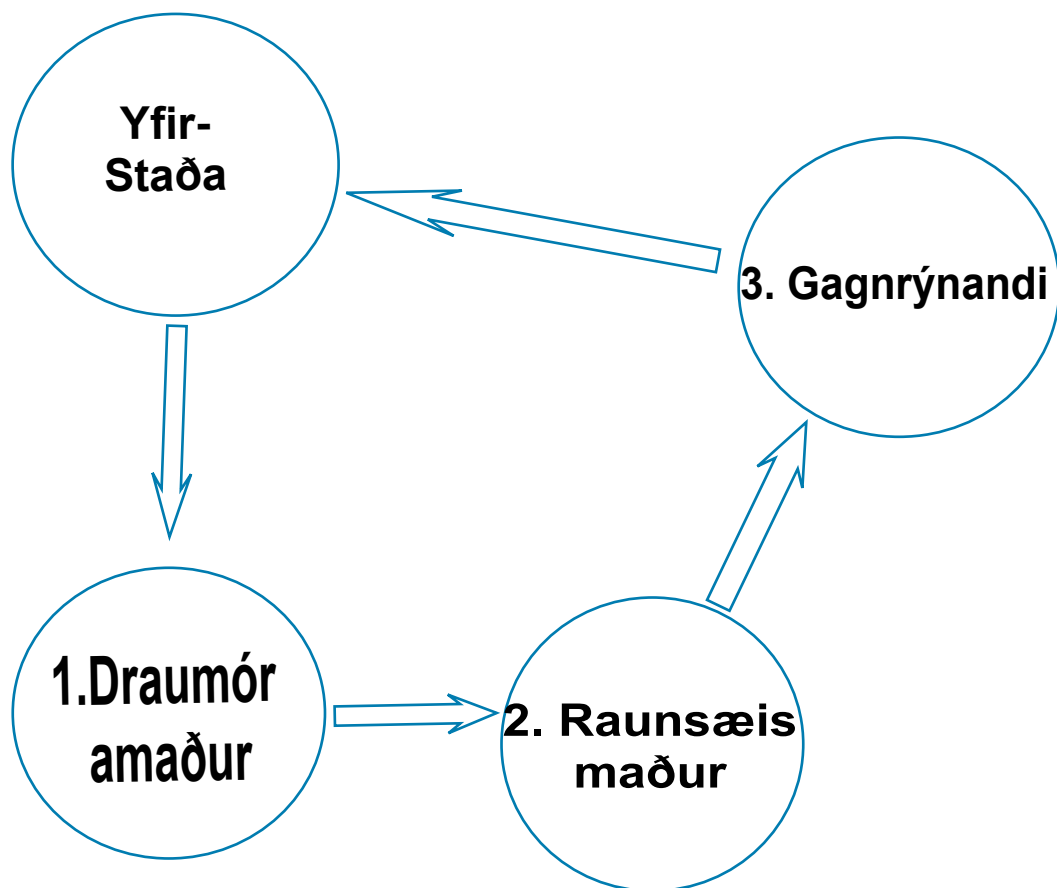
1. Safnið saman í hópvinnu hugsanlegum námsefnum. Setjið námsefnin ykkar í hringina
2. Útskýrið fyrir félögum ykkar hvaða merkingu þessi efni hafa fyrir ykkur og vinnu ykkar
3. Tengjið saman með rauðu striki þau efni sem tengjast og eru sambærileg



Disney aðferðin

1. “Herbergin” afmörkuð

Hagræddu þessum fjórum stöðum eins og þér hentar. **GAGNRÝNANDINN** ætti ekki að vera of nálægt hinum, og **YFIR-STAÐAN** ætti að hafa yfirsýn.



2. Markstikla

Rifjaðu upp tímabil í lífi þínu þegar þú gast látið þig dreyma eitthvað skapandi og látið eftir þér TAKMARKALAUSA draumóra. Stígðu inn í **DRAUMÓRAMANNINN** og upplifðu þetta aftur. Að því búnu: → skaltu stíga út.



Æfing nr 18 - framhald -

Tengdu þig við tímabil þegar þú gast hugsað á mjög raunsæjan hátt og gert raunhæfa áætlun. Þegar þér tókst að breyta hugmynd í raunhæfa áætlun. Stígðu inn í **RAUNSAEISMANNINN** og upplifðu það aftur. Að því búnu: → skaltu stíga út.

Tengdu þig við tímabil þegar þú gast gagnrýnt áætlun á uppbyggilegan hátt. Það þýðir: að gagnrýna ekki bara til að "gagnrýna", heldur til þess að benda á áhættur og tvísýnu á jákvæðan og skapandi hátt. Stígðu inn í **GAGNRÝNANDANN** og upplifðu það aftur. Að því búnu: → skaltu stíga út.

3. Veldu MARKMIÐIÐ

Eftir alla reynslu þína af Gagnræðum, eftir allar hugsanirnar þínar og hæfnina sem þú öðlaðist: Ímyndaðu þér að þú viljir koma á fót Gagnræðum á einhverju ákveðnu sviði. Veldu þetta svið. Það er **MARKMIÐIÐ** þitt.

4. Gerðu stöðurnar, fyrsti hluti

Stígðu inn í **DRAUMAÓRAMANNINN**. Sjáðu markmiðið þitt fyrir þér líkt og þú sért leikari í kvikmynd. Leyfðu þér að hugsa um það án nokkurra takmarkana. Notaðu undir-form.

Stígðu inn í **RAUNSAEISMANNINN**. Tengdu þig við þennan draum og fylgdu líka hlutverkum annarra hugsanlegra leikara. Sjáðu ferlið fyrir þér líkt og framvindu í kvikmynd. Líttu á það eins og kvikmyndahandrit. Líttu á það eins og ákveðna framvindu, eins og röð tengdra atvika. Notaðu undir-form.

Stígðu inn í **GAGNRÝNANDANN**. Hvaða framvinda áætlunarinnar hefur reynst fullnægjandi hingað til? Reyndu að komast að því, er ennþá þörf fyrir eitthvað, hvað vantar? Mikilvægt: Gagnrýndu **ÁÆTLUNINA**, ekki draumóramanninn eða raunsæismanninn. Notaðu undir-form.

5. Gerðu stöðurnar, annar hluti

Stígðu aftur inn í stöðu **DRAUMÓRAMANNSINS** með allar lausnirnar, valkostina og viðbætur **GAGNRÝNANDANS**. Ef spurningar **GAGNRÝNANDANS** eru of erfiðar, of beittar eða ef það er of erfitt að svara spurningunum án þess að spyrja **GAGNRÝNANDANN** aftur: Stígðu þá inn í stöðu **GAGNRÝNANDANS** aftur. Farðu líka í **YFIR-STÖÐUNA** og líttu á allt...

Endurtaktu þessi skref eftir þörfum.



Takmarkanir mínar sem faglegur leiðbeinandi í gagnræðum

Faglegur ferill minn	Núverandi markhópar	Hugsanlegir markhópar	Varúð!	Athugasemdir

