



Bill Millers övning "Två olika sätt att samtala om förändring"

...med syfte att skapa en tydlig diskrepans upplevelse mellan de olika stilarna

Introducera övningen genom att berätta att det finns olika sätt att samtala om förändring och att deltagarna skall få prova på två olika sätt.

Dela upp deltagarna i par, den ena är "berättare" den andre "samtalspartner".

Berättaren ska tänka på en förändring han/hon tänkt på men ej genomfört, inte pga att det är omöjligt utan av andra skäl. Det får inte vara för känsligt, då samtalspartnern får nedanstående instruktioner (samtidigt blir det ointressant om det är något helt neutralt).

Samtalspartnern får först nedanstående instruktioner, gärna på en lapp i handen:

Tala om varför förändringen borde genomföras

Förklara och ge exempel på minst tre fördelar med att göra förändringen

Tala om hur förändringen ska gå till rent konkret (fråga inte efter samtalspartnerns egna idéer, DU är experten)

Betona hur viktigt det är att göra förändringen och tala om att den verkligen bör genomföras

P.S Detta är *inte* MI!

Efter fyra-fem minuters samtal, avbryt övningen och fråga: - Hur kände sig berättaren? Lyssna på erfarenheterna från övningen sammanfatta och gå vidare till ett teoripass: lyft fram vikten av att själv få formulera sina skäl till att göra förändring och tankar om hur den skulle kunna genomföras. Eventuellt kan detta pass även inkludera olika typer av förändringsprat.

Be deltagarna göra om samtalet: samma tema, samma roller men "samtalspartnern" kommer att får nya instruktioner.