

Tiden er inde til at bringe den coachende kommunikation i spil

Af Birgitte Jepsen

I tider med omvæltninger, forandringsbølger, nye krav og ønsker om et bedre liv er der brug for, at det enkelte menneske bliver mødt med forståelse, interesse og nysgerrighed. Her er kommunikationen afsættet til at få disse faktorer i spil.

Det handler ikke om en kommunikation, hvor parterne kappes om at komme til orde eller en kommunikation, hvor parterne har travlt med at få "liret deres egen rulletekst af" og heller ikke om en kommunikation, hvor telefonens mange facetter stjæler opmærksomheden og suger kraften ud af samtalen.

Det handler derimod om en kommunikation, hvor vi giver os tid til at være nærværende, lytte til hinanden og stille nogle gode spørgsmål, der sætter gang i refleksioner, udfordrer tankebaner, bekræfter nogle valg – bare for at nævne nogle eksempler. Kort sagt en coachende kommunikation, hvor den anden part er i centrum i en kortere eller længere tid.

Coachende kommunikation kan i hverdagen være et revolutionerende middel til at forbedre kommunikationen og forøge en fælles mængde viden. Det kan være en metode til at kvalificere den kommunikation, der finder sted kolleger imellem og mellem ledere og medarbejdere. Det kan være en måde at løfte samarbejdet på både i det daglige samvær og i en konfliktruende situation. Det kan være sådan, vi møder og er sammen med de mennesker, som vi kender både godt og mindre godt. En kommunikation, som inviterer os til at være sammen om et tema, en frustration, en drøm, en udfordring, en ide, en følelse, en tanke, en fornemmelse, en god oplevelse osv.

Coachende kommunikation kan opstå spontant på gangene, ved kaffemaskinen, i det kreative rum. Coachende kommunikation må gerne være tilstede hele tiden og tilgængelig i de mange relationer, vi indgår i. Jo mere vi bruger den, desto mere kommer vi hver især til at føle os som menneske igen.

Lige præcis det - at føle sig som et menneske, der værdsættes – er et af de tilbagevendende temaer, jeg som psykolog og coach møder i mit arbejde med de forskellige mennesker, jeg hjælper på vej. Den bedste "medicin" de får, uanset hvor dårligt de har det, når de kommer, er den kommunikation, de her bliver mødt med - den coachende kommunikation.

En kommunikation, der er fri for fordømmelse, underlige spørgsmål, gode råd og lange fortællinger om, hvordan en moster, nabo, eller svoger har tacklet en lignende tilstand eller situation.

Men i virkeligheden burde det ikke være sådan, at vi er nødsaget til kontakte en psykolog eller coach for at få opfyldt behovet om tid til dialog om det, der optager os på den ene eller anden måde. Vi kunne alle tage et større ansvar og give os tid til at prioritere en kommunikation, hvor tiden som den dominerende faktor bliver sat uden for døren, og hvor nærvær, interesse, øjenkontakt, lytning og de gode spørgsmål gør en forskel. En vigtig forskel, som giver den anden part en fornemmelse af at føle sig som et menneske, der har så meget værd, at andre prioriterer at kommunikere med vedkommende.

Tiden er inde til at bringe den coachende kommunikation i spil, og det skulle helst allerede være sket i går.