

# Interkulturell kommunikation

## Aktivitet: Att hälsa



### Instruktion till samtalsledaren



#### Tidsåtgång

10 min instruktion + 15 min till reflektion.  
Totalt 25-30 min.



#### Antal deltagare

Minst 6 pers. –  
obegränsat antal



#### Praktiskt

Kort med olika sätt att hälsa – ett per deltagare



Vi blir fler!  
INTEGRATION  
KOMPETENS  
ORGANISATION



EUROPEISKA UNIONEN  
Europas samfund



Kommunförbundet  
Kalmar län



# Att hälsa - instruktion



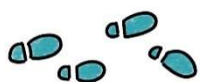
## Syfte - Vad ska deltagarna få med sig?

- Att bli varse egna reaktionsmönster när det sker något oväntat i ett interkulturellt möte, eftersom vi agerar och reagerar på olika sätt.
- Skapa reflektion kring hur egna reaktioner i kommunikationssituationer kan överraska oss så att vi glömmer att vara nyfikna på det som ligger bakom en viss handling.
- Skapa reflektion om vad kommunikation egentligen är.



## Poäng/lärdomar - Vad ska du vara uppmärksam på att få fram?

- Vi tolkar andras sätt att kommunicera utifrån vårt eget kulturella sammanhang, därför kan det bli feltolkningar ibland.
- Vår bakgrund och vårt motiv för att reagera och bete oss som vi gör är ofta omedvetna och dolda. Inte bara för den andra, utan ofta även för oss själva.
- I mötet med det som är annorlunda kan vi få syn på egna normer och värden och bli medvetna om dem.
- De normer man själv växt upp med, känns direkt som de rätta, medan "de andras" känns fel. Det är denna utmaning som ska hanteras dialogiskt i mötet.
- Vi reagerar känslomässigt om vi blir lite stressade/osäkra och det gör vi när något oväntat händer. Det är OK, men vi behöver då tänka till hur vi handlar i en dylik situation.
- Att använda dialog är ofta det mest gynnsamma för att undersöka vad som ligger bakom olika handlingar och reaktioner.



## Så leder du aktiviteten – Steg för steg

1. Be deltagarna att resa sig upp och ställa sig i en cirkel/halvcirkel tillsammans med dig.
2. Börja med att berätta att det mest grundläggande – och ofta det första steget – i det mänskliga mötet är att hälsa och få kontakt.
3. Beskriv eventuellt hur vårt sätt att hälsa på har blivit automatiserat, så att vi inte längre tänker på det, liksom mycket annat i vårt beteende. Ge eventuellt exempel genom att hälsa på ett par av de närmaste med ett handslag eller genom att du berättar en kort anekdot om en egen upplevelse från att hälsa på ett nytt sätt, exempelvis under en resa i ett annat land.
4. Berätta att deltagarna nu ska få instruktioner för att hälsa på ett nytt sätt, som står på ett kort som du delar ut. (Korten finns att ladda ner på modulsidan)
5. Dela ut ett kort till var och en där varje kort innehåller ett sätt att hälsa på. Det ska finnas fem-sex olika sätt att hälsa så att flera av deltagarna får kort med samma innehåll.
6. Berätta att deltagarna på ett tecken (t.ex. handklappning) från dig kommer bjudas in att hälsa på så många i gruppen som möjligt. Nämn att deltagarna ska försöka vara uppmärksamma på egna och andras reaktioner, under tiden de hälsar. Därefter ska de reflektera med varandra parvis.
7. Deltagarna får inte visa korten för varandra. När de har läst kortet och förstått vad de ska göra, samlar du in korten.
8. På din handklappning går deltagarna fram och hälsar på så många som möjligt i gruppen.
9. När alla (de flesta, beroende på gruppens storlek) har hälsat på varandra, klappar du i händerna. Be nu deltagarna att parvis i cirka fem minuter reflektera över vad de upplevde. Om paret kommer igång ordentligt under reflektionen, kan du använda mer än fem minuter.



## Sammanfattning – Välj efter relevans för din grupp och tidsram



Reflektionen är helt avgörande för deltagarnas utbyte av övningen, både parvis och i det gemensamma forumet. Det är lärorikt att uppmärksammas på de egna känslomässiga och kroppsliga reaktionerna när vi möter någon som är annorlunda.

Fråga deltagarna:

- *Vilka observationer gjorde ni (när ni hälsade) under aktiviteten?*
- *Hur kändes det att göra aktiviteten?*
- *Vad pratade ni om, när ni reflekterade tillsammans?*

Erkänn de olika reaktionerna och fråga därefter mer öppet och undersökande om deras resonemang. På så sätt kommer du djupare in i reflektionen med deltagarna om vad som ligger bakom återkopplingar såsom "det var kul" eller "pinsamt".

Understryk att det är förståeligt och vanligt att man reagerar på andras "annorlunda" beteende.

Därefter kan du ge perspektiv på och sammanfatta aktiviteten genom att ställa en eller fler av frågorna nedan:

- *Vilka normer eller oskrivna regler upplevde ni bröts?*
- *Vad gör det med oss (reaktioner, kroppsliga/känslomässiga) när det sker?*
- *Hur hanterade ni skillnaderna?*
- *Vilka strategier följde ni? Drog ni er tillbaka, eller gick ni fram för att försöka övertyga?*
- *Hur hittar vi fram till dialogen och den undersökande strategin när vi själva blir provocerade och reagerar känslomässigt?*
- *Hur startar vi en dialog om skillnader och likheter i en sådan situation?*
- *Hur får och upprätthåller vi kontakt trots olika normer och regler för samvaro och kommunikation?*



## Avslutning - Avsluta genom att fråga gruppen

*Vilka lärdomar kan du ta med dig vidare in i dina egna interkulturella möten?*



**Tips** - använd ett isberg som illustration.

Koppla gärna till det kulturella isberget under din sammanfattning; att det vi ser och tolkar ut ifrån i ett möte med andra ligger i det synliga fältet och att orsaken till våra tolkningar är "under ytan".



**OBS** - Korten finns att skriva ut på modulsidan.

Du kan lägga till eller ta bort dina egna exempel. Hälsningssätten bör skräddarsys för gruppen så att deltagarna besväras utan att bli alltför förlägna. (Andra) exempel på sätt att hälsa (än de sex olika som står på de förtryckta kort):

1. Lägga handen på hjärtat och bocka lätt
2. Lägga handen på den andres huvud
3. Nicka snabbt med huvudet på sned på två meters avstånd
4. Slå din högra hand mot den andra personens högra hand i höjd med era huvuden (som i en "gimme-five"-gest).

Det är viktigt att facilitatorn håller sig till det seriösa i aktivitetens möjligheter, att skapa reflektion, samtidigt som det ges plats åt skratt och det lite pinsamma i situationen. Det är en del av lärandet att deltagarna ska uppleva osäkerheten när de möter något nytt och någon de inte förstår. Detta utgör ett avstamp för den följande reflektionen och en gemensam sammanfattning.

**Källa:** **The Dialogue Handbook** av Mette Lindgren Helde. Boken har getts ut på danska, engelska och arabiska och kan laddas ned på engelska kostnadsfritt [här](#). För en arabisk eller dansk version, sök på [www.issuu.com](http://www.issuu.com)