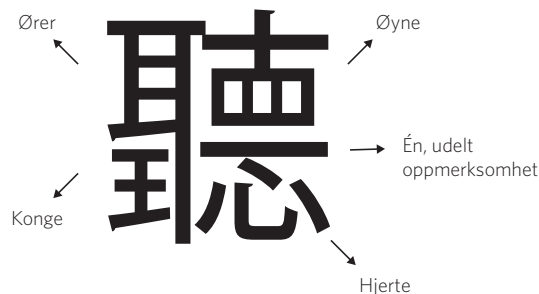


bidra til at den enkelte ungdom får hjelp til å utvide eget syn på seg selv, sin historie og forståelse for hvorfor ting har blitt som de har blitt (jf. narrativer i kapittel 2). Ved å lytte og være oppmerksom på hva ungdommen formidler, får vi mulighet til å bli kjent med den unges ulike styrker og verdier (jfr. kapittel 5) Lærere som formidler at endring er mulig, at en har tro på den enkelte, bidrar til å legge til rette for utvikling.

Det tradisjonelle kinesiske skrifttegnet for å lytte kan brukes som et utgangspunkt for bevisstgjøring av unge mennesker.<sup>7</sup> Tegnet er oppbygd av skrifttegn for fem forskjellige elementer som til sammen oppsummerer hva som kjen- netegner aktiv lytting:



**Figur 6.2** Det kinesiske tegnet for å lytte

### Ører

«Gud ga oss to ører og en munn, slik at vi kan lytte mer enn vi snakker.» Å lytte betyr at du låner ørene dine til andre mennesker, og hører hva de sier. Og ikke bare lytter til ordene, men også til tonaliteten i budskapet. Ved å lytte til tona- liteten vil du kunne skille mellom entusiasme, glede eller sorg. Noe som igjen gir mulighet for å få innblikk i den andres sinnsstemning.

### Øyne

Vi vet at noen lytter ved å ha god øyekontakt. Du kan bruke øynene til å se hva den som snakker uttrykker. Legg merke til kroppsspråk, bevegelser, smil og intensitet. I tillegg kan en legge merke til hva de har på seg, og hva dette uttryk- ker. Hvis du kikker andre steder, er det lett å bli distraheret av andre mennesker

7 Vi ble inspirert til dette av ungdomscoachen Alexander Mørland Karlsen som fortalte hvordan han bruker det kinesiske tegnet under foredrag og coachingsamtaler med ungdom.