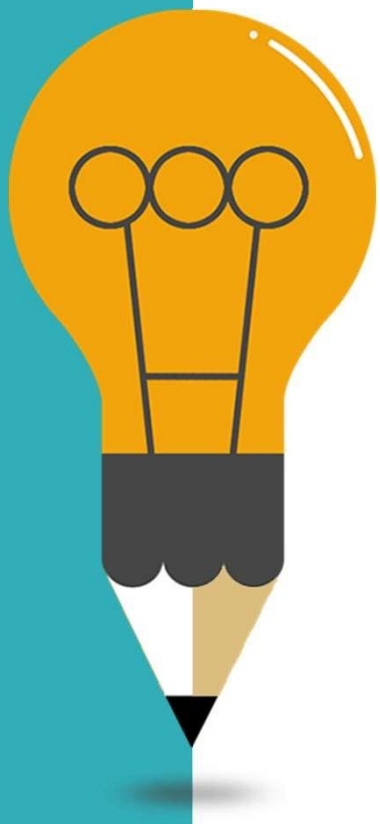
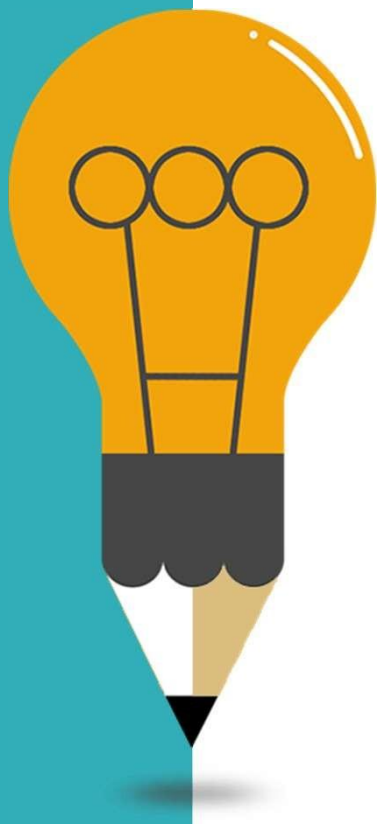


OPEN MINDS

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

- **КОНСТРУКТИВЕН ДИАЛОГ**
- Модул 7

FRAMEWORK



# Съдържание


01 Въведение

02 Конструктивен диалог: определения

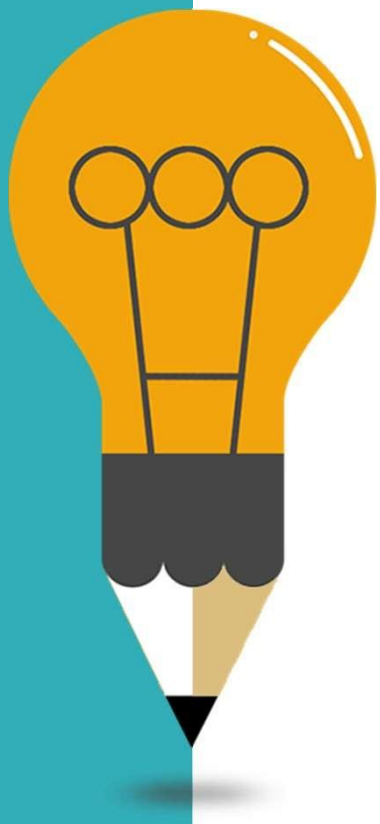
03 Пет принципа, добри практики, ключови понятия

04 Инструменти за фасилитиране



OPEN MINDS

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union



# Съдържание


05 Справяне с трудна ситуация

06 Заключение

07 Препратки



OPEN MINDS

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

OPEN MINDS

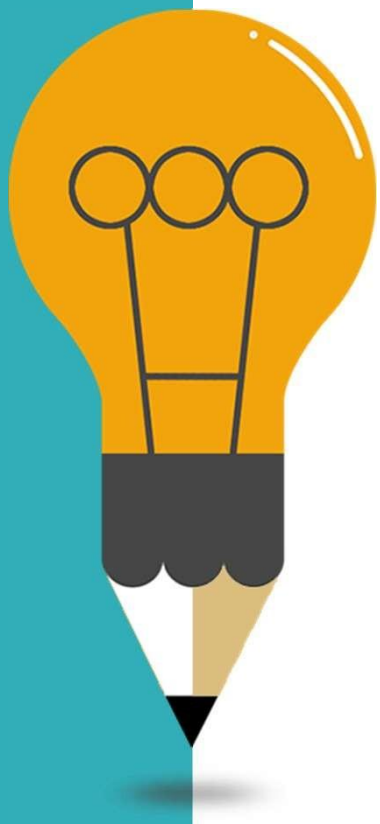
Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

# Въведение

Диалогът - смисленият и създаващ смисъл обмен на възприятия и мнения - е един от методите, към които хората най-често се обръщат, когато решават конфликтни въпроси. Подходи като посредничеството и преговорите, които често се използват за преодоляване на различията на политическо и социално равнище, включват елементи на диалога. Съществуват многобройни контрагласове, които призовават за реформи и умереност, за приобщаващи институции, за подходи за развитие, основани на участието, за нови "социални договори" и религиозна и културна толерантност, които вместо да прибягват до изключване и насилие, по-скоро биха избрали диалога като конструктивно средство за [балансиране на] конкуриращите се интереси.

Въпросът как да се подготвят и да се организират успешни диалози остава актуален и интригуващ както за практиците, така и за учените в областта на управлението на социални конфликти и в ежедневието.

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



# Какво е конструктиве н диалог?

*"Конструктивният диалог е форма на разговор, при която хора с различни ценности, вярвания и перспективи се стремят да изградят нови начини за разбиране и взаимодействие помежду си, дори и да поддържат ангажиментите си към собствените си принципи и перспективи. Форматът е идеален за обсъждане на важни, сложни въпроси, които могат да разделят хората."*

*Институт за конструктивен диалог*

# За какво е полезен вният конструктивният

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union



**Развиване на взаимно разбиране**

Това е стремежът да разбереш по-добре възгледите на другите, докато чувстваш, че другите се стремят да разберат по-добре



**Обогатяване на собствената перспектива или мироглед**

Изяснете различията си, открийте общите точки




**възможност за бъдещи съвместни действия**

Дори и това да е изглеждало невъзможно



**убеждаване на другите или за спечелване на спор; и не става дума за доказване на грешката на другата страна.**

Въпреки че това може да са разумни цели за други форми на разговор.

# Конструктивен диалог

OPEN MINDS

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

- Пет принципа
- Добри практики
- Основни понятия
- Справяне с трудна ситуация
- Инструмен ти за

*"Съвременното значение на понятието "диалог" води началото си от античността и Средновековието. Сега терминът се определя предимно като разговор между двама или повече души, който се характеризира с откритост, честност и искреност.*
*слушане. Заимстван от гръцките diá и lógo, той може да се тълкува като "поток от думи" или "смисъл", създаден от повече от един човек."*



# Пет принципа на конструктивния диалог

## Планиране и улесняване на процеса на диалог

OPEN MINDS
Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

### 01 Откажете се от победата

Подходът към разговора като към битка с нулева сума, в която едната страна печели, а другата губи, създава динамика на противопоставяне, която ще доведе до повишаване на защитните сили на другия човек. Тази динамика свежда до минимум възможността за учене и често вреди на взаимоотношенията. Осъзнайте, че като се стремите да побеждавате, всъщност се подготвяте за провал. Вместо това се опитайте да влизате в разговорите с любопитство и с цел да разберете. Ще

### 02 Споделете историята си и поканете другите да направят същото

Изследванията в областта на психологията и политологията показват, че хората рядко променят мнението си за дълбоко заложените си убеждения поради наличието на факти. По-скоро споделянето на истории за лични преживявания може да бъде мощен начин за откриване на нови пътища за разбиране. Съсредоточете се върху за вас или как ви засяга. Опитайте се да обсъждането на въпроси чрез собствения си опит с тях - защо даден въпрос е важен

# Пет принципа на конструктивния диалог

Планиране и улесняване на процеса на диалог

OPEN MINDS
Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

## 03 Задавайте въпроси, за да разберете

Изразяването на любопитство чрез въпроси е мощен начин за задълбочаване на разговора. Но въпросите могат да прекратят диалога толкова лесно, колкото и да го насърчат. Помислете за разликата между: "Как е възможно да мислите така?" и "Можете ли да ми разкажете повече за това, което ви е довело до това мнение?". Първият въпрос вероятно ще постави някого в отбранителна позиция, докато вторият може да открие нов път за

## 04 Признаване на ролята на емоциите

Често потвърждаването на чувствата на някого по даден въпрос може да даде искра която да доведе до доверие и взаимно разбиране. Това обаче не винаги е лесно. Представете си да признаете силните емоции на някого по отношение на мнение, на което наистина се противопоставяте - това може да се почувства съвсем неестествено. Това не означава, че подкрепяте мнението му, а по-скоро признава съвсем реалните му чувства и го кара да се чувства чут. Това може да

# Пет принципа на конструктивния диалог

Планиране и улесняване на процеса на диалог

OPEN MINDS
Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

## 05 Когато е възможно, потърсете общ терен

Общите интереси могат да бъдат намерени на различни места - от малки неща като общи интереси до големи неща като общи цели или съгласие, че дадена ценност е важна. Малки или големи, връзките, които създават общите позиции, могат да бъдат градивни елементи за създаване на силни взаимоотношения и идентифициране на допълнителни точки на свързване.

**Ресурси:**
**Институт за конструктивен диалог, Основи на улесняването на диалога, Норберт Роперс**

Какво е конструктивен диалог?

# Добри практики за зен конструктивен диалог

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

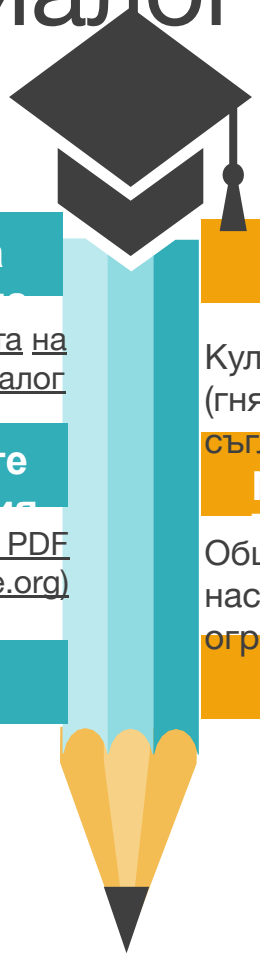



**10 начина за водене на по-добър разговор | TED**

Селесте Хедли: 10 начина да водим по-добър разговор | TED - YouTube

# Ключови понятия в конструктивния диалог

OPEN MINDS
Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union



## Изследвайте вътрешните механизми на

Слонът, ездачът и пътят - приказка за промяната на поведението Рядко (2:02) | Институт за конструктивен диалог

## Открийте корените на нашите

Перспективи Ключови понятия PDF (constructivedialogue.org)

## Култивиране на интелектуално

Готовността да признаем ограниченията на нашите знания и възможността да грешим

## Предизвикайте културата на презрение

Култура, в която хората изпитват и показват презрение (гняв, примесен с отвращение) към хората, с които не са съгласни.

## Приветствайте различните гледни

Общуването с хора, които виждат нещата различно от нас, ни помага да преодолеем естествените си човешки ограничения.

## Да бъдеш добър

Да бъдеш добър слушател, Училище на живота, (4:57) | Институт за конструктивен диалог

# Инструменти за фасилитиране

Всички добри диалози изискват специфична комбинация от инструменти. Изборът на инструменти зависи главно от целта, мандата, времето и контекста на диалога.

## Fishbowl

"Аквариумът" е инструмент, който позволява на по-малка група лица, участващи в диалога, да формират "вътрешен кръг" в рамките на по-големия "външен кръг". Участниците във вътрешния кръг разговарят помежду си, докато тези във външния кръг слушат. Предимството е, че определени теми могат да бъдат разгледани по-задълбочено в по- малка група. Методът може да се [illegible] на една партия, за да се запознат другите с широкия спектър от мнения в тази партия (вътрешнопартийни), или за разговори между групи само с няколко представители. "Отвореният рибник" има един празен стол във вътрешния кръг, който позволява на един външен човек в даден момент да влезе в кръга. В "затворената аквариумна чаша" няма празен стол

## World Café

Концепцията за диалог "Световно кафене" е популяризирана от Хуанита Браун и Дейвид Айзъкс през 1995 г. В съответствие с наименованието й, една стая е подредена като кафене, а хората седят в малки групи около маси. Отправната точка трябва да бъде ясна цел, която се разбива на различни подтеми, които се разглеждат на различните маси. Участниците са поканени да се присъединят към някоя от масите според интереса си, за да се свържат с хората, да споделят опит и идеи и да генерират нова колективна мъдрост. Някои от тях могат да останат на една маса, а други да се присъединят към повече от една маса. Този метод може да бъде особено полезен в началото на сесията с голяма група, за да се разберат сложните въпроси, тяхната [illegible] и да се систематично разделяне на подгрупите,

## Парафразиране

Фасилитаторът изслушва казаното и го преразказва със свои думи. Целта е да се постави в контекст или да се изяснят последици или недоразумения, които не са били споменати. Понякога страните са по-подготвени да изслушат трето лице относно даден аргумент, отколкото когато същият аргумент се излага от техните опоненти

OPEN MINDS

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

# Инструменти за фасилитиране

## Преформулиране на

Преформулирането е основен инструмент за улесняване на конфликтни въпроси: Изявленията с враждебно или пристрастно послание се преформулират, за да станат приемливи за опонентите (нарича се още "детоксикация").

Пример: Пример: "Трябва да си луд, за да мислиш, че ще приема резултат, при който ще продължиш да експлоатираш моя регион". Преформулирано: "Бих искал да проучим възможностите, които биха позволили на

## Обобщаване на

Дългите изказвания на участниците се съкращават от фасилитатора, за да се подчертае тяхната същност. В същото време тази процедура позволява на фасилитатора да перифразира и преформулира част от съдържанието

## Поставяне на въпроси

Отворени въпроси
Затворени въпроси,
Системни въпроси,
Кръгли въпроси.

*"Обичам самите въпроси, сякаш са заключени стаи или книги, написани на много чужд език. Не търсете отговорите, които не биха могли да ви бъдат дадени сега, защото не бихте могли да ги изживеете. А смисълът е да изживееш всичко. Изживейте въпросите сега. Може би тогава, някой ден в далечното бъдеще, постепенно, без дори да го забележите, ще изживеете отговора."*
Раниер Мари Рилке

Необходимо е да се вземат предвид различни други аспекти, включително размерът на групата, нейният културен произход и различията във властта в нея, както и съвсем практични аспекти, като например мястото и съоръженията, където се провеждат сесиите за диалог. Инструментите за фасилитиране включват начина, по който фасилитаторите общуват с участниците, и начина, по който се организира общата комуникация в групата.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

# Справяне с трудна ситуация

Когато диалозите се отнасят до продължителни конфликти

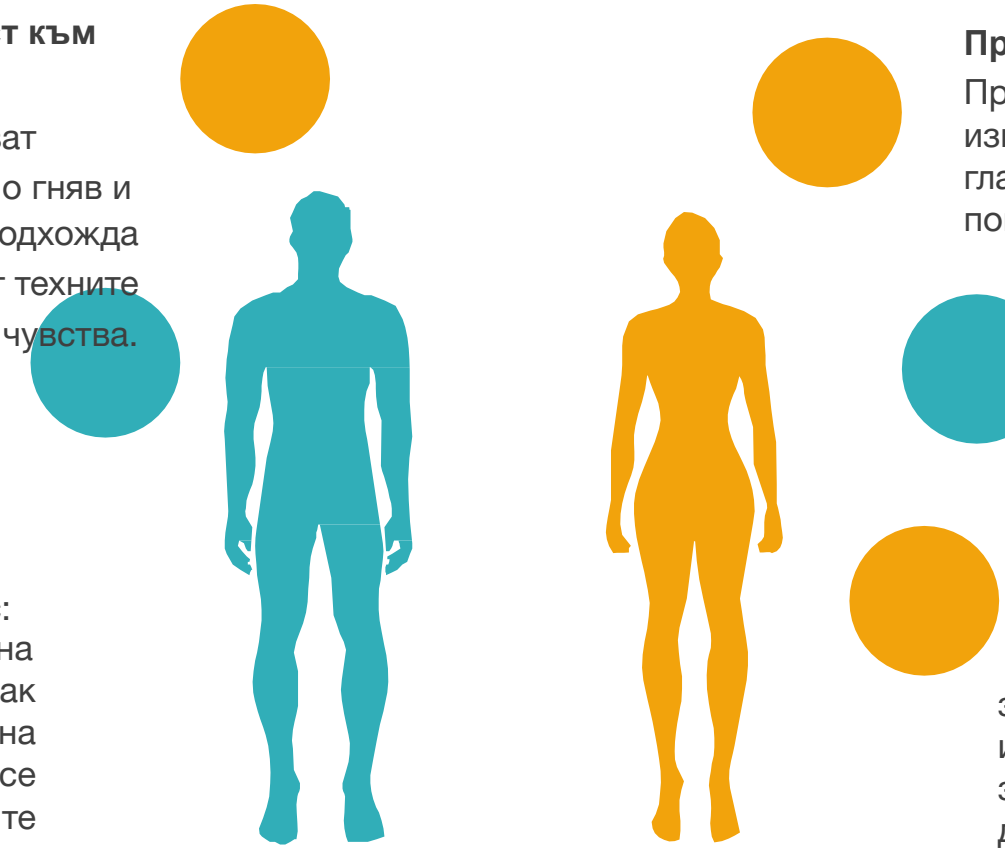
Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

**Съпричастност към**

Към участниците, които изразяват силни емоции, по-специално гняв и агресия, трябва да се подхожда директно, като се изразяват техните чувства.

**Припомнете на участниците принципите и основните правила на диалозите**

може да се зададе въпрос: "Все още ли сме в режим на диалог помежду си или как бихте описали този режим на комуникация?" За да се напомнят на участниците основните правила, договорени в началото, или да се въведат нови.



**Правете творчески почивки**

Прекъсванията могат да се използват за взаимодействие с главните герои и за смекчаване или поне деескалиране на спора.

**Създаване на солидна база от знания, достъпна за всички участници**

**Вземете мерки за самопомощ**

Бъдете готови да останете на земята, когато ситуацията се изостри. За да се подготвите да запазите спокойствие и да действате целенасочено, а не реактивно

# Справяне с трудна ситуация

OPEN MINDS
Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

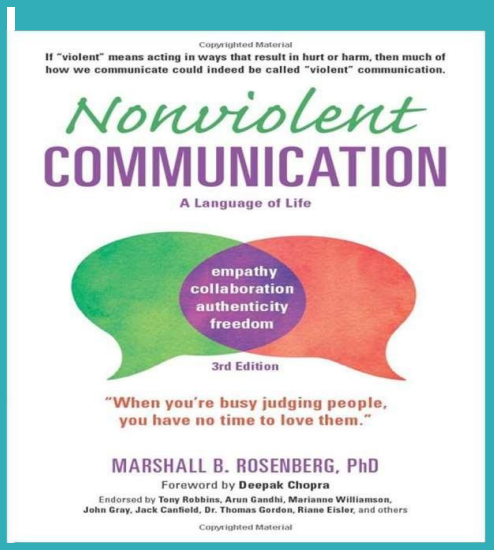
## 01 Приемайте конфликтите

Ключът създаването улесняването на и конструктивен между страните в конфликта. Изгуряването ситуации, в които те на споделят своите гледни да точки, интереси и опасения и да търсят заедно възможни решения. Конфликтът е неизбежен във всеки процес на ангажиране на обществеността, особено когато става въпрос за сложни и противоречиви въпроси. Не обаче конфликтът да бъде разрушителен или разделящ. Той може и дори бъдете за учене, разбиране и дничество.

## 02 Ненасилствена комуникация

В книгата на Маршал Росемберг се разглежда теорията за структурата на присъдите, избягването на вкоренване и взаимното разбирателство.

## 03 Думи, които имат значение




Думите имат силата на действие и се превръщат в добродетели сами по себе си. Думите, коит използваме, о начина, по определят разбираме себе си, който тълкуваме света и как се отнасяме към другите. Думите са един от основните ни начини да достигнем до тайната на другия. Тъй като технологиите преосмислят значението на основни човешки действия като правене, ръководене и принадлежност, светът се нуждае от най-живата и трансформираща вселена

# Заключение

Конструктивният диалог критични разрешава въпроси, предлага повишава решения, ревениеността: правилната употреба на думите подобрява качеството на взаимоотношенията, защото насърчава участието и целенасочения диалог. Конструктивният диалог помага да се спрат конфликтите, които обикновено присъстват не само в личните, но и в професионалните отношения, в общността и в обществата.

*Думите са прозорци или стени*

*Маршал Розенберг*

OPEN MINDS
Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

# Препратк

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

**Конструктивен диалог:**

- https://constructivedialogue.org/
- https://constructivedialogue.org/resources/the-elephant-the-rider-and-the-path-a-tale-of-behavior-change-rare-202#s
- https://www.youtube.com/watch?v=JiTz2i4VHFw&t=280s
- https://constructivedialogue.org/resources/brain-tricks-this-is-how-your-brain-works-asapscience-440#s
- https://constructivedialogue.org/assets/Perspectives-Key-Concepts-PDF.pdf
- https://www.youtube.com/watch?v=ZOX79tmDox4&t=2s Този кратък видеоклип илюстрира капаните на груповото мислене, като се фокусира върху това как то може да накара групите да вземат етично съмнителни решения.
- https://constructivedialogue.org/resources/the-dying-art-of-disagreement-by-bret-stephens-2017#s
- https://constructivedialogue.org/resources/victims-of-groupthink-a-psychological-study-of-foreign-policy-decisions-and-fiascoes-by-irving- janis-1972#s
- https://constructivedialogue.org/resources/peer-pressure-psychology-how-group-think-happens-jared-volle-354#s
- https://constructivedialogue.org/resources/being-a-good-listener-school-of-life-457#s
- https://www.youtube.com/watch?v=R1vskiVDwl4&t=195s В този забавен и информативен видеоклип писателката и радиоводеща Селесте Хедли дава десет полезни съвета за избягване на спорове и водене на по-продуктивни разговори.
- https://constructivedialogue.org/resources/nonviolent-communication-a-language-of-life-by-marshall-b-rosenberg-2015#s
- https://onbeing.org/wp-content/uploads/2020/07/8.5x11_BetterConversationsGuide_July2020_FINAL.pdf
- https://constructivedialogue.org/resources/better-conversations-a-starter-guide-by-on-being-2017#s

# Препратк

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

**Конструктивен диалог:**

- https://constructivedialogue.org/resources?topic=master-difficult-conversations&type=all&audience=all&tab=external&q=
- https://constructivedialogue.org/case-studies/suffern-high-school-students-build-long-term-skills-for-constructive-dialogue
- https://constructivedialogue.org/case-studies/university-of-richmond-students-discover-value-in-encountering-difference
- https://constructivedialogue.org/resources?topic=master-difficult-conversations&type=all&audience=all&tab=external&q=
- https://constructivedialogue.org/case-studies/suffern-high-school-students-build-long-term-skills-for-constructive-dialogue
- https://constructivedialogue.org/case-studies/university-of-richmond-students-discover-value-in-encountering-difference

OPEN MINDS

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



# Благодаря ви