

SMALLTALK

- vejen til en kommende relation

Kender du det? Du er til fest og står lidt tilbage trukket med en drink i hånden. Flere og flere mennesker kommer ind af døren. Det lader til at mange allerede kender hinanden, for snakken går i hvert fald lystigt. Du bliver lidt nervøs, for du vil nødigt ligne en, der ikke er værd at tale med. En pige træder ind ad døren. Stort smil, rank i ryggen, afslappet. Hun ser drinksene, spørger en fyr i en af smågrupperne:

"Er det her man må forsyne sig med de gode varer?"
 "Ja, det tror jeg. Vi har i hvert fald allerede været der".
 Let latter og et glimt i øjet. Pigen vender sig mod værtinden, roser hende for den flotte oppyntning og spørger til garderoben. Flere står i stuen alene - som dig. Pigen kommer tilbage fra garderoben og går hen mod dig med sit glas. Hun er lige på: "Jeg hedder Katrine. Hvem er du?"

Festen er begyndt! Saved by the bell. Eller måske rettere: saved by Katrine, denne fremmede, der gjorde sin entré i smalltalkens navn og samtidig hjalp dig i gang med festen.

Fra smalltalk til "bigtalk"

Katrine kastede sig ud i smalltalk. Overfladisk ville nogen sige. Andre vil sige helt grundlæggende for social kontakt.

Måske ender denne småsnak her, efter ganske få ordudvekslinger, men initiativet er taget. Med dette viser Katrine interesse for de mennesker, hun er omgivet af, og den respons hun får, viser, at begge parter faktisk ser og hører hinanden. Aftenen er indledt med smalltalk, og smalltalk viser sig ofte at føre til "bigtalk", nemlig samtaler med fagligt eller personligt indhold.

Mange opfatter smalltalk som ligegyldig, fordi de ikke kan se, hvilken funktion smalltalk har. Smalltalk er vigtig, fordi det er her vi "snuser hinanden

an". Vi finder ud af, hvilket menneske vi står overfor, vi skaber kontakt og tillid.

Smalltalk på arbejdet

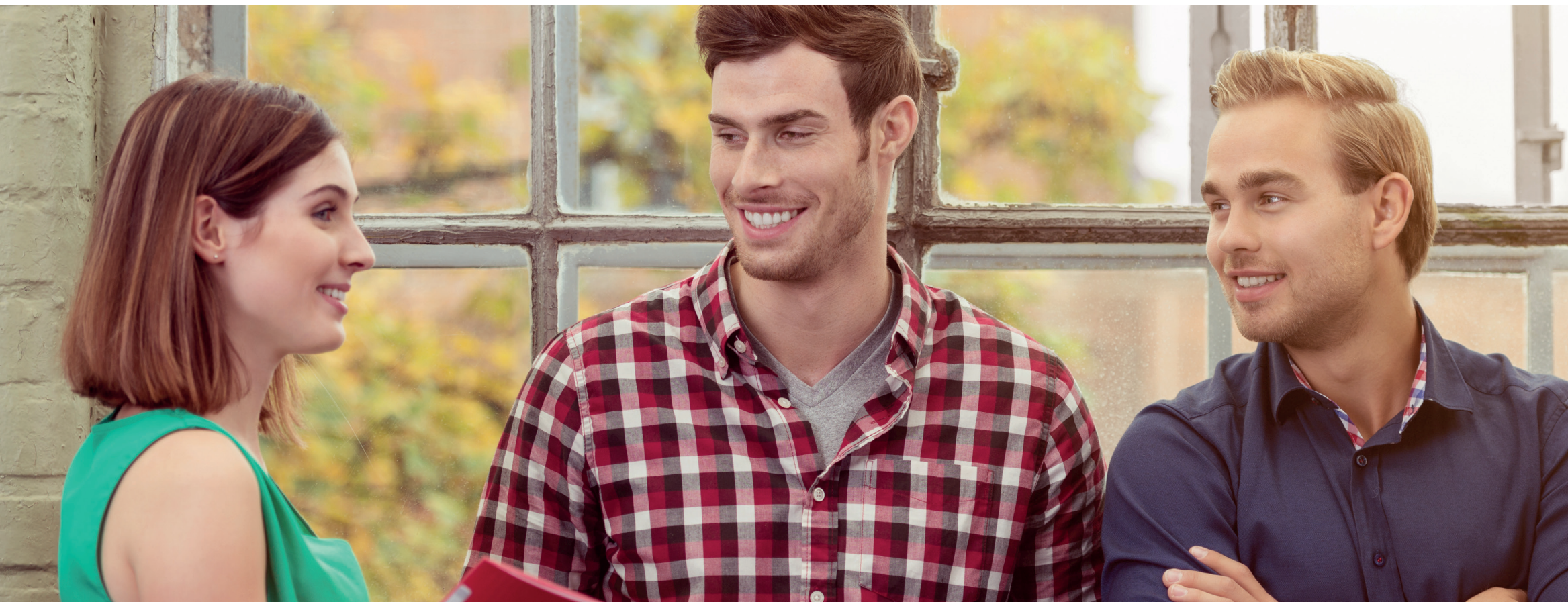
I arbejdslivet har det betydning for arbejdsmiljøet, ting-ene glider lettere, når folk har tillid til hinanden. Risikoen for stress mindses, når folk har det rart sammen, når man føler nogen interesserer sig for en. Når mennesker er glade og trives, hvor de er, er de mere produktive, og dermed har denne småsnak også bundlinjeeffekt.

Indhold betyder lidt - relation alt

Lad os se lidt nærmere på fænomenet 'smalltalk': Når Katrine gør sin entré med smil og afslappet kropsholdning, viser hun allerede, at hun har lyst til at være en del af det fællesskab, hun træder ind i. Når hun spørger den fremmede fyr i gruppen til drinksene, er det et udtryk for mere og andet end et ønske om afklaring af barsituationen. Det er nemlig ikke indholdet i det sagte, der har betydning, men derimod den relation der skabes, når Katrine tager initiativ til smalltalk.

Smalltalk kræver mod

Katrine tager i dette eksempel initiativet tre gange i rap. Og oven i købet overfor fremmede. Det kræver overskud og mod. Undersøgelser har vist, at det at tage kontakt til en fremmed rangerer lige efter det at tale for en forsamling som noget, der virker mest afskrækkende på folk. Angsten for at blive afvist er stor for de fleste.



Forbered dig på smalltalk

- Stil dig foran spejlet og afprøv forskellige kropsholdninger og attituder, til du når frem til noget, der tiltaler dig og er dig.
- Gør dig klart, hvad dit mål for receptionen, festaftenen etc. er og beslut dig for, hvad du vil gøre for at nå det.
- Øv dig i at være en god lytter. Du skal have lyst, interesse, koncentration og selvdisciplin for at være en god lytter.
- Visualisér – luk øjnene og se samtalerne for dig, mærk succesoplevelsen ved at gennemføre.

Gode råd til smalltalk

- Smil, søg øjenkontakt og tænk over dit kropssprog.
- Vær nysgerrig og brug det der sker omkring dig.
- Vis indlevelse i din samtalepartners snak.
- Giv komplimenter til folk, hvis du kan.
- Husk navnet på din samtalepartner.
- Vis interesse i andres liv og gøremål.
- Grav dybere, brug "hvad" og "hvordan".
- Lad være med at give gode råd, med mindre du bliver opfordret til det.

Omvendt er den, der starter samtalen, "helten", der redder den anden, som måske også står alene og ikke tør tage teten op.

Smalltalk er en relativ ufarlig forbindelse, hvor man ikke investerer så meget af sig selv. At blive afvist på en kommentar om vejret gør ikke så ondt, som at blive afvist på noget der virkelig betyder noget for en. Så start selv her!

Tag initiativet!

En lille øvelse, når du vil forsøge dig med smalltalk i dit private- eller arbejdsmæssige liv, er at vove det. Tag initiativet! Spørg til noget ufarligt (start i de to yderste lag af modellen næste side). Men husk: at stille for mange spørgsmål kan virke overvældende. At indlede med de dybe personlige niveauer, som f.eks. at berette om sine følelser i forbindelse med skilsmisse eller et dødsfald i familien, er noget upassende, for det kan bringe folk i forlegenhed. Er der derimod kemi og lyst til at fortsætte smalltalken, så kan man langsomt bevæge sig videre fra de yderste cirkler af modellen mod kernen.

Smalltalk kræver forberedelse

Hvorfor virker smalltalk for nogle og ikke for andre? Et svar på det spørgsmål er engagement. Det er ok at være bevidst om, hvad man vil have og kan få ud af at opsøge et andet

menneske (til selskab, i Netto, til foredrag, på jobbet etc.), men man skal have hjertet med. Kan den anden mærke, at der er en skjult dagorden, at lysten til en snak egentlig ikke er til stede, så kommer man aldrig nærmere en relation. I visse situationer er kontakten ikke helt frivillig. Alle har oplevet at blive placeret ved siden af en ukendt og tilsyneladende uinteressant person til en stor fest. I de tilfælde må man tilstræbe at have hjertet med. Det er vigtigt at finde og fokusere på det positive i situationen, om ikke andet så at det er en oplagt mulighed for at træne smalltalk. Fornemmer du fx, at det faglige betyder noget for din samtalepartner, så spørg ind til det, og komplimentér denne for netop noget, der vedrører dét, som du dog samtidig kan stå inde for.

Mange undervurderer smalltalk. Det er ikke noget, alle bare kan. Men det er noget, alle kan lære! Man forbereder sig på så mange andre ting i livet, så hvorfor ikke forberede sig på noget så vigtigt som at skabe kontakt til andre mennesker.

Samtaletyper i smalltalk

Det er ikke bare ligetil at smalltalke. Ikke nok med at man fx bør træne evnen at være en god lytter og stille indlevende spørgsmål, man bør også være åben overfor det udviklingspotentiale, der ligger i en selv som person. Vi har alle hver vores måde at smalltalke på; nogle er frembrusende,

nogle er bedrevidende og nogle siger slet ikke noget. Men det er ikke altid at vores måde at kommunikere på er den mest hensigtsmæssige. Og derfor kan det være godt at være opmærksom på, hvilken type samtalepartner man er, og prøve at afkode hvilken type den anden er. Vi har alle kommunikative svagheder og fælder, vi kan falde i, når vi taler sammen. Når vi kender vores "ømme tæer", kan vi lettere arbejde os væk fra dem.

Ja, smalltalk er mindste fællesnævner blandt to mennesker, men den er fælles, for det er ad den vej, at vi kommer på bølgelængde med hinanden og får skabt en relation.

Du kan læse meget mere om smalltalk i Birgitte Sally's bog SMALLTALK, udgivet på forlaget Gyldendal.