

# Hvordan inviterer man til god dialog?

Indsigter fra en forældreaften i Helsingung

## Kendetegn på god dialog

Dialog er ikke kun tale, lad den anden komme til

Hold øjenkontakt, vis interesse

Hold bolden hos dig selv – fx ”jeg bliver ked af det, når...”

Når der kommer en invitation fra den unge skal man være vågen

Enetale

Søg støtte et andet sted end hos den unge

Nultolerance

Lav en aftale hvor begge parter kan forberede sig - et afgrænset rum, respektfuldt og voksent

Kom med løsninger

Trygge omgivelser er vigtige. Fx i bilen, på gåtur eller over et brætspil.

Den anden part føler sig provokeret eller ikke lyttet til

Belærende og bebrejdende

Inviter

Vær positiv

Påføre skyld og skam - fx "jeg kan slet ikke sove om natten når..."

Vær en rollemodel

Emnet bliver til følelser

God dialog skal gødes

"Jeg kan slet ikke acceptere det"

Sammenligne med søskende

Agere i følelsernes vold

## Hindringer for god dialog