

Lyttelæring gjennom lyttesirkel

I. C. Nordli, *UiT Norges arktiske universitet*

SAMMENDRAG: I dette arbeidet presenteres et øvingsopplegg hvor lyttesirkel er brukt som samtale- og læringsverktøy i den hensikt at uerfarne lyttere skal oppleve økning i lytteforståelse og utvikling av lytteferdigheter. Datainnsamlingen ble utført ved to ulike spørreskjemaer. Et skjema ble brukt etter hver av to gjennomførte lyttesirkler, et annet skjema ble knyttet til en oppfølgingssamtale en tid etter avsluttet øvingsopplegg. Resultatet fra øvingsopplegget viser økning i studentenes lyttebevissthet og lyttekunnskap, lytteferdigheter og forståelse for lytterollen. Studentenes motivasjon til å videreutvikle egne lytteferdigheter framkommer også tydelig. Resultatet fra oppfølgingssamtalen viser økt innsikt hos studentene når det gjelder hvor viktig lytting er, at lytting kan være krevende og utfordrende, og at lyttesirkel kan brukes hvor som helst og har stor nytteverdi som samtale- og læringsverktøy.

Nøkkelord: lytting, lytteforståelse, lytteferdigheter, lyttesirkel

1 INNLEDNING

1.1 Bakgrunn

Av de fire språk- og kommunikasjonsferdighetene, lytting, tale, lesing og skrivning, er *lytting* ferdigheten vi tilegner oss først (Anderson & Price, 2015) og bruker mest (Adelmann, 2009; Janusik & Wolvin, 2009). Lytting er imidlertid gitt minst oppmerksomhet i utdanningen, og regnes ikke som en egen fagdisiplin (Adelmann, 2002, s. 16). En konsekvens av lavt utdanningsfokus på utvikling av lytteferdigheter, er at unge mennesker i møte med voksenlivet, stiller med lav lyttebevissthet og begrensede lytteferdigheter.

1.2 Formål og mål

Dette arbeidet presenterer et øvingsopplegg for uerfarne lyttere hvor formålet er å bidra til økt lytteforståelse og utvikling av lytteferdigheter. *Uerfarne lyttere* viser til personer som ikke har hatt formell lytteundervisning og derav har lav bevisst lyttekompetanse. Lyttesirkel er en strukturert samtaleform (Bommelje, 2012) som tas i bruk som samtale- og læringsverktøy i lyttetreningen. Konkrete mål satt for øvingsopplegget er at deltakerne skal oppleve utvikling av lytteferdigheter og forståelse for lytterollen, økning i lytteforståelse og lyttekunnskap, og bli motiverte til å videreutvikle egne lytteferdigheter.

1.3 Struktur

I det følgende gis en redegjørelse for aktiv og oppmerksom lytting, hvoretter et øvingsopplegg for tilegnelse av lytteforståelse og utvikling av lytteferdigheter presenteres. Deretter beskrives arbeidets metode, som inkluderer datainnsamling i form av spørreskjema og tematisk analyse ved vurdering av data. Arbeidets funn presenteres og diskuteres i lys av aktiv og oppmerksom lytting og lyttesirkel. Til slutt konkluderes over at øvingsopplegget bidro til økt innsikt i lytting og utvikling av lytteferdigheter.

2 AKTIV OG OPPMERKSOM LYTTING

Å lytte er *frivillig*, noe vi bestemmer oss for å gjøre, en konkret handling (Bodie et al., 2015). International Listening Association¹ definerer lytting som *å motta, konstruere mening fra, og respondere på talte og/eller non-verbale meldinger* (Purdy, 1997, s. 6; Wolvin, 2010, s. 9). Verbene i definisjonen viser at lytting handler om ulike *aktiviteter*, som foregår gjennom tenkning (Adelmann, 2002) og tydelige kommunikasjonssignaler eller lyttemarkører (Otnes, 2007, s. 106). Beskrivelsen av

¹ International Listening Association (ILA) er en internasjonal non-profit lytteorganisasjon og et nettverk som støtter sine medlemmer til å forme lyttekunsten og vitenskapen om lytting i alle kontekster. <https://listen.org/>

lyttebegrepet gitt av Global Listening Centre² (2023) bekrefter denne aktiviteten når de skriver “Listening is part attitude, marked by genuine respect and regard for all; part skill, enabled by specific verbal and nonverbal behaviors; and part physical, driven by a host of physiological, sensory-motor, cognitive, and affective functions”. I tillegg til å være aktiv under lytting, må lytteren også være *oppmerksom*. Lytteren må rette oppmerksomheten mot talerens budskap og *bevisst* følge med på hva taleren formidler (Wolvin & Coakley, 1996).

Å bli en aktiv og oppmerksom lytter handler om å tilegne seg lytteforståelse (Berne, 2004) og utvikle sine lytteferdigheter (Wolvin & Coakley, 1996). Å *øke lytteforståelsen* omfatter blant annet å utvikle forståelse for: hva lytting er, at lytting handler om mentale, emosjonelle og fysiske aktiviteter; at lytterrollen knyttes til ulike typer lyttere og ulike former for lytting; at vi lytter med ulike formål; og at lytting er en gjensidig handling i dialog med andre. Å *utvikle lytteferdigheter* henger sammen med økning i lyttebevisstheden og omfatter blant annet å mestre: trinnene i lytteprosessen; lytting som aktiv og oppmerksom aktivitet; lytterrollen; og å kunne tilpasse lyttingen til ulike formål.

3 LYTTESIRKEL – ET ØVINGSOPPLEGG

For å bli en aktiv og oppmerksom lytter må det opplæring til om gode lytteferdigheter skal utvikles (Brown, 2011). I dette arbeidet er lyttesirkel brukt som samtale- og læringsverktøy i arbeid med uerfarne lytteres tilegnelse av lytteforståelse og utvikling av lytteferdigheter. Som strukturert samtaleform krever lyttesirkel retningslinjer for gjennomføring (Bommelje, 2012). Forståelsen av lyttesirkel som dette arbeidet har tatt utgangspunkt i, er basert på beskrivelser gitt av Bommelje (2012), Itzchakov og Kluger (2017) og International Listening Association (ILA, 2023).

Øvingsopplegget i denne lyttetreningen for uerfarne lyttere består av fire deler: (1) lytteundervisning, (2) forberedelse til lyttesirkel, (3) gjennomføring og respons, og (4) oppfølgingsamtale.

3.1 Lytteundervisning

Som forberedelse til gjennomføring av lyttesirkler, ble deltakerne gitt undervisning i hva lytting er. Innholdet i undervisningsopplegget var formet ut ifra hva som kan betraktes som grunnleggende for å forstå hva som foregår under lytting. Opplegget omfattet:

Definisjon av lyttebegrepet: Utgangspunktet for å forstå hva lytting er, var definisjonen gitt av International Listening Association (Purdy, 1997; Wolvin, 2010). Beskrivelsen gitt av The Global Listening Centre, fungerte som støtte til å kontekstualisere lyttebegrepet for studentene. Se ovenfor.

Trinnene i lytteprosessen: Fra en lytter mottar en melding eller et signal, til personen gir en respons, går han eller hun igjennom flere mentale trinn. Hvor mange trinn det handler om, varierer på tvers av lyttemodeller. I dette arbeidet ble lytteprosessen beskrevet i en modell med seks trinn, motta, identifisere, forstå, huske, evaluere og respondere. Dette er den samme modellen som er framskrevet som sentral i arbeid med barn under utvikling (Nordli & Skog, 2020, 2022). Fenomenet *lyttemarkører* ble introdusert. En lyttemarkør er en lytters måte å bekrefte at vedkommende lytter, og handler blant annet om non-verbale, non-vokale markører som blick, ansiktsuttrykk og kroppsspråk, og non-verbale, vokale markører som stemmebruk og sukk.

Aktiv og oppmerksom lytting: Forståelsen av lyttebegrepet handler om å forstå at lytting ikke er noe som foregår passivt, men er mental, emosjonell og fysisk aktivitet hvorigjennom lyttere kan vise sin forståelse, respons og empati (Bodie et al., 2015).

Lytterrollen – tilpasse lyttingen til formålet: Rollen som lytter knyttes både til *hvordan* vi lytter, som er hvilken type lytter vi er, og til *hvorfor* vi lytter, som handler om på hvilken måte vi lytter (Carnegie et al., 2017; Wolvin, 2009). Hvorfor vi lytter har betydning for hvordan vi lytter. Et formål kan være å forstå, hvor det da blir svært viktig å følge aktivt og oppmerksomt med på hva som formidles. Et annet formål kan være å vise empati. Da er det også viktig å følge aktivt og oppmerksomt med på budskapet,

² Global Listening Centre (GLC) er en dedikert internasjonal non-profit lytteorganisasjon som promoterer lytting verden rundt og oppmuntrer enkeltpersoner, foreninger og institusjoner til å arbeide sammen for å møte samfunnets utfordringer. <https://www.globallisteningcentre.org/>

men nå i den hensikt å være empatisk overfor taleren. Å bli bevisst på hvorfor og hvordan vi lytter, vil kunne bidra til økt selvinnsikt som lytter og tilføre lyttekompetanse som kan tas aktivt i bruk i kommunikasjon med andre.

Eksempler på variasjon i lyttetyper (Carnegie et al., 2017) er:

- *Ulike typer lyttere* kan være: *avbrytere* som står klare til å bryte inn og gjerne avslutte talerens utsagn; *analytikere* som analyserer for å hjelpe taleren, men som ikke forstår at de ikke lytter effektivt; *de stridbare* som kan være uhøflige og som ønsker strid; og *de engasjerte*, bevisste og oppmerksomme lyttere som har en oppmuntrende innstilling til taleren.
- *Ulike typer lytting* kan være: *forståelseslytting* hvor målet er å forstå talerens budskap og ikke tillegge budskapet lytterens egen mening; *empatisk lytting* hvor oppmerksomheten rettes mot taleren og hvor lytteren setter egne interesser til side; *takknemlighetslytting* hvor lytteren mottar sanseinntrykk fra det som mottas, for eksempel ved lytting til musikk.

3.2 Forberedelse til lyttesirkel

Lyttesirkel ble brukt som samtaleverktøy for strukturering av dialogen mellom deltakerne og fungerte samtidig som læringsverktøy for tilegnelse av lytteforståelse og utvikling av lytteferdigheter. For å forberede deltakerne på å delta i lyttesirkler, ble en ramme med retningslinjer og kjøreregler presentert (Bommelje, 2012; ILA, 2023; Itzchakov & Kluger, 2017).

Retningslinjene for lyttesirkel handler om å:

- a) *Lytte med hjertet* og være i øyeblikket. Det handler om at deltakerne ikke skal bruke tiden til å forberede hva de skal si, men være åpne for hva taleren i øyeblikket formidler.
- b) *Snakke fra hjertet og si akkurat nok*. Taleren oppfordres til å være åpen og dele med lytterne i eget tempo og mengde. Samtidig må taleren respektere tiden og tilpasse sitt budskap slik at alle får bidra innenfor tidsrammen som settes.
- c) *Være respektfull* overfor alle deltakerne. Lytt i stillhet, ta til deg det som formidles og respekter de andre i sirkelen. Det innebærer blant annet at det kun er den som formidler sine tanker og sin historie som kan bringe denne informasjonen videre ut i verden, ingen andre.

Kjørereglene for lyttesirkel handler om den praktiske gjennomføringen.

- a) *Valg av leder og tema*. Gruppen på 4-5 deltakere velger en leder som har i oppgave å bestemme talerekkefølgen og sørge for at alle holder seg til saken under diskusjonen. De faglige spørsmålene som skulle diskuteres, ble i dette arbeidet bestemt av faglæreren.
- b) *Ingen forstyrrelser* er et mål. Det betyr at alle fysiske gjenstander som kan forstyrre, som mobiler, strikking og mat, tas bort. De i lyttesirkelen kan ikke påvirke forstyrrelser som måtte oppstå i verdenen utenfor lyttesirkelen. Å ta bort indre forstyrrelser fra ens egen tenkning er utfordrende, men noe som kan øves på.
- c) *Talerekkefølgen* bestemmes av lederen. Hver taler sier for eksempel «jeg er ferdig» og/eller nikker til neste taler for å gi taleturen videre. En lytte- og fortellepinne kan brukes som signal om hvem som til enhver tid er taleren, men en slik ble ikke brukt i dette arbeidet.
- d) *Tale eller stå over*. Når turen går til neste taler, får vedkommende et øyeblikk på seg til å la inntrykk fra tidligere talere synke inn og til å forberede seg til å ta ordet. Om vedkommende ikke ønsker å si noe akkurat da, er det greit å melde «pass».
- e) *Avslutning*. Når diskusjonen i lyttesirkelen er ferdig og de som meldte «pass» har fått ny mulighet til å si noe, så kan alle bidra med en siste kommentar til diskusjonen.

3.3 Gjennomføring og respons

To omganger med lyttesirkel var planlagt og gjennomført hvor studentene for hver omgang fikk utdelt ett spørsmål som skulle diskuteres. Temaet diskutert i første sirkel var: «Bruk av musikk som redskap for barns språktilegnelse». I den andre sirkelen var diskusjonstemaet: «Bruk av multimodale tekster som redskap for barns språktilegnelse». De faglige temaene i seg selv var ikke i fokus for undersøkelsen, men fungerte som samtaledrivere. Hensikten med lyttesirkel-diskusjonene var studentenes erfaring med å lytte og delta i lyttesirkel. Begge lyttesirkelene ble gjennomført samme dag.

Etter hver avsluttet lyttesirkel ga studentene individuelle tilbakemeldinger skriftlig i et spørreskjema om: sin deltakelse i lyttesirkelene; det å være stille under lytting; lytte med et åpent sinn; være i øyeblikket; ikke planlegge hva du skal si; og mestre stillheten.

3.4 Oppfølgingssamtale

Faglæreren gjennomførte en oppfølgingssamtale med studentene omtrent to måneder etter gjennomføringen av øvingsopplegget. I forbindelse med denne samtalen fikk hver av dem i oppgave å gi individuell tilbakemelding om sin erfaring med øvingsopplegget. Spørreskjemaet for tilbakemeldingene besto av fem spørsmål:

1. Hva erfarte du om det å lytte gjennom å delta på lyttesirkelaktiviteten?
2. Hva har du lært om deg selv som lytter gjennom lyttesirkelaktiviteten?
3. Er bruk av lyttesirkel hensiktsmessig i samhandling med andre? Hvorfor?
4. I hvilke sammenhenger kan lyttesirkel brukes?
5. Vil du bruke metoden i fremtiden? Hvorfor?

4 METODE

4.1 Utvalg og etiske vurderinger

Utvalget i undersøkelsen består av en gruppe studenter (N = 15) fra en praktisk pedagogisk utdanning som kvalifiserer studenter til å arbeide med barn i tidlig utvikling. Ingen av studentene hadde gjennomgått lytteopplæring under skoletiden. Én skoleerfaring som studentene trakk fram hvor det å lytte var en oppgave, var når de som en del av språkundervisningen, blant annet i engelsk, tysk og fransk, deltok på språklaboratorium under ungdomsskoletiden og på videregående skole. For øvrig var all lytteerfaring tilegnet gjennom tilfældighetsprinsippet under livets gang.

Studentgruppa som fikk muligheten til å delta i undersøkelsen, besto av flere studenter enn det antallet studenter som valgte å delta. Frivillig deltakelse var et absolutt kriterium, og ingen spørsmål ble stilt til de som ikke ønsket å delta. Ingen personopplysninger ble samlet inn og all kommunikasjon mellom faglæreren som gjennomførte prosjektet og studentene foregikk muntlig.

4.2 Datainnsamling ved spørreskjema

Datainnsamlingen ble utført skriftlig ved hjelp av to spørreskjemaer (se 3.3 og 3.4). Utformingen av skjemaene var basert på undersøkelsens målsetning om at øvingsopplegget skulle bidra til økt lytteforståelse og utvikling av lytteferdigheter, økning i lyttekunnskap og forståelse for lytterollen, og motivasjon til å videreutvikle egne lytteferdigheter. Alle spørsmålene var fritekst-spørsmål og krevde derav kvalitativ analyse.

4.3 Tematisk analyse

Den kvalitative analysen av datamaterialet er utført som *tematisk analyse* i fire steg, inspirert av Johannessen et al. (2018). Deres analysemetode er basert på Braun og Clarkes (2006) reflekssive tematiske analyse i seks steg.

De fire analysestegene i dette arbeidet er: forberedelse, koding, kategorisering og rapportering.

- *Forberedelsen* omfatter utforming av spørreskjemaene og gjennomføring av datainnsamlingen, som var utfylling av skjemaene etter lyttesirkelene og oppfølgingssamtalen.
- *Kodingen* gjennomføres ved å lese igjennom dataen flere ganger og samtidig merke av viktige poenger og beskrive disse. Kodingen tar utgangspunkt i punktene i spørreskjemaene sammen med svarene, og har som mål å nyansere hele innholdet og gi et mer detaljert bilde i form av underkoder.
- *Kategoriseringen* av hele materialet blir utført på bakgrunn av kodene, hvor antall underkoder samles i mer overordnede kategorier.
- *Rapporteringen* av resultatet skjer igjennom artikkelskriving.

4.4 Begrensninger ved studien

Materialet er lite og representerer ikke grunnlag for generalisering. Likevel kan det gi et inntrykk når det gjelder: hva uerfarne lyttere finner utfordrende ved å forstå hva lytting er; hvordan lyttesirkel kan brukes som samtale- og læringsverktøy; hvordan uerfarne lyttere kan utvikle sine lytteferdigheter; og

hva uerfarne lytteres behov er for økt lyttekunnskap og ferdighetstrening. Økt lyttekunnskap og gode lytteferdigheter er en nødvendighet for å kunne regnes som en aktiv og oppmerksom lytter.

5 RESULTAT

Analysens fokus var studentenes tilbakemeldinger på erfaring med lytting og lyttesirkel og deres inntrykk et par måneder etterpå angående lyttesirkel som redskap og eventuell fremtidig bruk av verktøyet i eget arbeid. Resultatet fra øvingsopplegget viser økning i studentenes lyttebevissthet og lyttekunnskap, lytteferdigheter, forståelse for lytterollen, og motivasjon til å videreutvikle egne lytteferdigheter. Resultatet fra oppfølgingssamtalen viser økt innsikt hos studentene når det gjelder hvor viktig lytting er og forståelse for at å lytte kan være krevende og utfordrende. Det er tydelig at lyttesirkel har stor nytteverdi som samtale- og læringsverktøy, det gir rom for alle og kan brukes hvor som helst. Studentene anser lyttesirkel som aktuell å bruke i eget fremtidig arbeid med barn.

5.1 Gjennomføring av lyttesirkler

Studentenes tilbakemeldinger fra deltakelse i lyttesirkel sammen med medstudenter:

- *Være stille under lytting.* Gjennom å være stille, mottok de mer informasjon enn til vanlig; det kjentes godt å bli lyttet til uten avbrytelser; det var utfordrende å holde tilbake kommentarer og ikke avbryte; tankene vandret og truet derav lyttefokuset; å forbli stille var lettere under den andre lyttesirkelen, men det var fremdeles utfordrende å holde fokuset og være konsentrert.
- *Lytte med et åpent sinn.* Det ga en god opplevelse kun å lytte og ikke måtte tenke så mye; å lytte var lettere når bare en person om gangen snakket; det opplevdes harmløst å delta; det var lett å være åpen for andres innspill; tenkningen ble inspirert av hva andre hadde å si; det var vanskelig å fokusere kun på taleren; det var lettere å lytte med et åpent sinn og være mottakelig for andres meninger under den andre lyttesirkelen.
- *Være i øyeblikket.* Det var vanskelig å bli i øyeblikket særlig lenge; å opprettholde øyekontakt var utfordrende; det opplevdes meningsfullt å bli sett og hørt; det var lettere å være i øyeblikket i en lyttesirkel enn under ordinær undervisning; det var lettere å være i øyeblikket under den andre lyttesirkelen.
- *Ikke planlegge hva du skal si.* Det var utfordrende å ignorere at ens indre stemme automatisk ønsker å gi respons; opplevelsen varierte fra «nesten umulig» til «det gikk greit»; under den andre lyttesirkelen gikk det bedre med å la være å planlegge.
- *Mestre stillheten.* Opplevelsen av stillheten varierte fra å være «stressende» til «behagelig»; stillheten opplevdes som et stille øyeblikk for refleksjon, men bakgrunnsstøyen (de andre lyttesirkelene) var noe forstyrrende.

5.2 Oppfølgingssamtale

Studentenes respons på egen lytteerfaring og deltakelse i lyttesirkel:

- *Lytteerfaring.* Lytting er viktig; øyekontakt er viktig; det er utfordrende kun å lytte; lytting krever konsentrasjon; det er fint å kunne fokusere bare på taleren.
- *Lærte om seg selv som lytter.* Generelt i livet er det behov for mer stillhet; det er utfordrende ikke å kunne tenke på hva du skal si, men kun lytte; å høre og å lytte er ikke det samme; det er nødvendig å være tålmodig under samtaler; det er hardt å sitte stille og være en lytter.
- *Et passende samtaleredskap.* Ja, det er mange fordeler: Det er mulig å få tak i mer innhold fra den som taler; lyttesirkel normaliserer stillhet, fjerner støy og gir rom for alle; lyttesirkel er en respektfull dialogform og god bruk av tiden.
- *Nytteverdien av lyttesirkel.* Lyttesirkel kan brukes hvor som helst, i barnehagen, på skolen, på arbeidsplassen, under møter og konferanser, i kollegial veiledning, profesjonelle refleksjoner og historiefortelling.

- *Fremtidig bruk av lyttesirkler.* Ja, bli en bedre lytter; metoden lar alle tale og den fokuserer på innholdet i dialogen; lyttesirkel kan brukes i all kommunikasjon og som en sentral del i barns språktrening.

6 DISKUSJON

Oppsummert viser studentenes tilbakemeldinger på bruk av lyttesirkel som verktøy for læring og forbedring av lytteferdigheter hos uerfarne lyttere, *økning* når det gjelder (a) lyttebevissthet og lyttekunnskap, (b) lytteferdigheter, (c) forståelse for lytterrollen, og (d) motivasjon til å videreutvikle egne lytteferdigheter.

Økt lyttebevissthet og lyttekunnskap. Undervisningsøkta i forkant av lyttesirkeløvelsene, var hovedarenaen for gjennomgang av lytteteori. Deltakelse i undervisningsøkta var derfor en naturlig bidragsyter til studentenes økning i teoretisk lyttekunnskap så vel som deres bevissthet om hva lytting handler om. Teoretisk læring om lytteprosessen kan regnes som grunnleggende kunnskap for å forstå og lære hva som skjer under lytteprosessen, at den består av ulike trinn (Wolvin & Coakley, 1996). Økt kunnskap og forståelse hos studentene reflekterer derav deres innsikt i lyttefaser (Nordli & Skog, 2022) som var inkludert i undervisningsøkta. Studentenes forståelse av hva lytting handler om, økte også gjennom deres deltakelse i lyttesirkeldialogen (Itzchakov & Kluger, 2017), hvor det var mulig å erfare forbindelsen mellom lytteteori og praksis. Et positivt utfall av å lære mer om lytting, er at studentene ble i stand til å sette ord på og nyansere beskrivelsene av sine lytteerfaringer, noe som signaliserer at et lyttevokabular er under utvikling. En annen mulig bidragsfaktor ved studentenes økte lytteforståelse, var støtten (Dysthe & Iglund, 2001) de mottok fra faglærerens instruksjoner og at medstudentene respekterte de samme retningslinjene for gjennomføring av lyttesirkler.

Økte lytteferdigheter. For å bygge lyttekunnskap er det helt sentralt å forstå at lytting er noe du bevisst bestemmer deg for å gjøre (Bodie et al., 2015). Det er gjennom den bevisste lyttehandlingen at du kan ta til deg at lytting er en kompleks aktivitet hvor det er sterk innbyrdes sammenheng mellom lyttefaser (Brownell, 2018). Denne bevisstheten er nødvendig for å kunne praktisere aktiv og oppmerksom lytting (Itzchakov & Kluger, 2017). Økning i studentenes praktiske lytteferdigheter er et sannsynlig resultat av slik bevissthet. Til tross for å forstå hva lytting handler om og å kjenne til at lytting er noe du bevisst velger, så er det ikke uten videre enkelt å gjennomføre hva som kreves av deg som aktiv og oppmerksom lytter. Sider ved lytting som studentene opplevde som utfordrende, var å rette oppmerksomheten mot taleren (ILA, 2023), gi rom til alle stemmene i dialogen (White, 2016), og identifisere et lyttefokus og være oppmerksom under lyttingen (Brownell, 2018). Spesielt utfordrende aktiviteter var å være i øyeblikket, ikke avbryte og ikke planlegge hva du skal si. Likevel, studentene møtte disse utfordringene med nysgjerrighet og forsiktighet og ble belønnet ved at lytteforståelsen økte. Denne økningen i praktisk utøvelse, kan betraktes som et tegn på at aktiv og oppmerksom lytting er under utvikling (Wolvin & Coakley, 1996). Forbedring i praktisk lytteutøvelse viser også at studentene er mottakelige for hva talerne formidler, som er et tegn på at nye lyttevaner er i ferd med å utvikles (Boudreau et al., 2009).

Økt forståelse for lytterrollen. Å lære teoretisk om lytting og ta del i lyttesirkeltrening ga klarhet i hva som kreves av en lytter (Carnegie et al., 2017; Purdy, 1997). Selv om studentene fant lytterrollen utfordrende, mestret de gradvis å håndtere vekslingen mellom når de skulle være stille og når de skulle bidra verbalt. Ved å bli mer avanserte lyttere gjennom erfaringen fra lyttesirkelaktiviteten, innså studentene viktigheten av å utvikle lyttekunnskap, være oppmerksom mot talerne og ha respekt for lytte-dialogens regler (ILA, 2023). Studentenes erfaringer viser at lytting kan læres (Brown, 2011).

Økt motivasjon til å videreutvikle egne lytteferdigheter. Den økende bevisstheten om at lytting er sentral for kommunikasjon og at utvikling av teoretisk og praktisk kunnskap er viktig, er et godt utgangspunkt for å bruke lyttesirkel i videreutvikling av lytteferdigheter. Ved å bli møtt som en likeverdig (White, 2016) av sine medstudenter i lyttesirkeldialogen, erfarte studentene at det også var rom for deres stemme. Den likeverdige behandlingen førte til de følte seg trygge nok (ILA, 2023) til å dele sine egne tanker under dialogen. Å bli tatt på alvor og erfare forbedring i lytteforståelse og lyttepraksis, opplevdes meningsfullt og økte studentenes motivasjon for videre lytte-trening.

7 AVSLUTNING

I dette arbeidet er lyttesirkel tatt i bruk som samtale- og læringsverktøy i et øvingsopplegg i lytting for uerfarne lyttere. Formålet var at opplegget skulle bidra til økt lytteforståelse og utvikling av lytteferdigheter hos studentene som deltok. Basert på tilbakemeldinger fra studentene, er konklusjonen at øvingsopplegget bidro til økt innsikt i lytting og utvikling av lytteferdigheter. Lyttesirkel er et egnet verktøy til forbedring av lytteforståelse og lytteferdigheter hos uerfarne lyttere. Øvingsopplegget var dessuten motiverende for studentene til å fortsette med lyttetrening med lyttesirkel i eget arbeid.

Lyttesirkel har stort potensiale som samtaleform og læringsverktøy ved lyttearbeid, og denne undersøkelsen har bare så vidt berørt dens mulighetsrom. Eksempler på andre sider ved lytting hos uerfarne lyttere som kan utforskes gjennom lyttesirkel er:

- ✓ Hvilke lyttemarkører er i spill hos uerfarne lyttere?
- ✓ Hvor lang tid tar det for uerfarne lyttere til kun å lytte uten å planlegge eget taleinnlegg?
- ✓ Hvor utfordrende er det for uerfarne lyttere å si akkurat nok når de taler?

REFERANSER

- Adelmann, K. (2002). *Att lyssna till röster. Ett vidgat lyssnande begrepp i ett didaktiskt perspektiv* [PhD Thesis, Malmö Universitet]. MUEP. <https://muep.mau.se/handle/2043/6400>
- Adelmann, K. (2009). *Konsten att lyssna. Didaktiskt lyssnande i skola og utbildning*. Studentlitteratur.
- Anderson, K. L. & Price, L. H. (2015). Listening skills develop early - A Hierarchy of Auditory Skills Learned by Age 4 Years. *Steps to Assessment. Supporting success for children with hearing loss*. <https://successforkidswithhearingloss.com/wp-content/uploads/2019/01/Listening-Skills-Develop-Early.pdf>
- Berne, J. E. (2004). Listening comprehension strategies: A review of the literature. *Foreign Language Annals*, 37, 521-531.
- Bodie, G., Vicery, A., Cannava, K. & Jones, S. (2015). The role of "active listening" in informal helping conversations: Impact on perceptions of listener helpfulness, sensitivity, and supportiveness and discloser emotional improvement. *Western Journal of Communication*, 79, 151-173. <https://doi.org/10.1080/10570314.2014.943429>
- Bommelje, R. (2012). The listening circle: Using the SBI Model to enhance peer feedback. *The International Journal of Listening*, 26(2), 67-70. <https://doi.org/10.1080/10904018.2012.677667>
- Boudreau, D., Cassell, E. & Fuks, A. (2009). Preparing medical students to become attentive listeners. *Medical Teacher*, 31(1), 22-29. <https://doi.org/10.1080/01421590802350776>
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-102.
- Brown, S. (2011). *Listening myths. Applying Second Language Research to Classroom Teaching*. University of Michigan.
- Brownell, J. (2018). *Listening. Attitudes, principles, and skills* (6. utg.). Routledge Taylor & Francis Publishers. <https://doi.org/10.4324/9781315441764>
- Carnegie, D. & Associates (2017). *Listen. The art of effective communication*. Gildan Press.
- Dysthe, O. & Igland, M. A. (2001). Vygotskij og sosiokulturell teori [Vygotskij and sociocultural theory]. I D. Dysthe (Red.), *Dialog, samspel og læring* (s. 73-90). Abstrakt forlag.
- Global Listening Centre (2023). *Definition of listening*. <https://www.globallisteningcentre.org/?s=definition>
- International Listening Association (ILA). (2023). *Listening Circles*. Unpublished manuscript.
- Itzhakov, G. & Kluger, A. N. (2017). The listening circle: A simple tool to enhance listening and reduce extremism among employees. *Organizational Dynamics*, 46(4), 220-226. <http://dx.doi.org/10.1016/j.orgdyn.2017.05.005>
- Janusik, L. A. & Wolvin, A. D. (2009). 24 hours in a day: A listening update to the time studies. *International Journal of Listening*, 23, 104-120. <https://doi.org/10.1080/10904010903014442>
- Johannesen, L. E., Rafoss, T. W. & Rasmussen, E. B. (2018). *Hvordan bruke teori? Nyttige verktøy i kvalitativ analyse*. Universitetsforlaget.

- Nordli I. C. & Skog, K. (2022). Lytte fram forundringsøyeblikk [Listening forward moments of wonder]. *Nordisk barnehageforskning*, 19(4), 163-182. <https://doi.org/10.23865/nbf.v19.238>
- Otnes, H. (2007). *Følge med og følge opp. Verbalspråklig lyttemarkering i synkron nettsamtaler* [Pay attention and follow up. Verbal language listening marking in synchronous online conversations]. [Doctoral thesis, NTNU Trondheim, Norway]. <https://ntnuopen.ntnu.no/ntnu-xmlui/handle/11250/243964>
- Purdy, M. (1997). What is listening? I M. Purdy & D. J. Borisoff (Red.), *Listening in Everyday life. A Personal and Professional Approach* (s. 1-20). University Press of America.
- White, E.J. (2016). *Introducing Dialogic Pedagogy: Provocations for the Early Years*. Routledge Ltd.
- Wolvin, A. D. (2009). Listening, Understanding, and Misunderstanding. I W. F. Eadie (Red.), *21st Century Communication: A Reference Handbook* (s. 137-147). Sage.
- Wolvin, A. D. (2010). Listening engagement: Intersecting theoretical perspectives. I A. D. Wolvin (Red.), *Listening and human communication in the 21st century* (s. 7-30). Wiley-Blackwell.
- Wolvin, A. & Coakley, C. G. (1996). *Listening* (6. utg.). William C. Brown Publishers.