

TI STILLE SPØRGMÅL

1. Hjerneforskere har påvist, at støj skader centrene for hukommelse og indlæring. Samme områder styrkes i stilhed. Hvor ofte oplever du stilhed i dit arbejde?

2. Dygtige skuespillere bruger kunstpauser til at understrege vigtige budskaber. Hvad siger det om professionelle møder, hvor der aldrig er plads til stilhed?

3. Hvis et museum samler al kunst på én væg uden mellemrum, vil selv et mesterværk drukne. Hvordan kan det overføres til møder uden "mellemrum"?

4. Mange tænker over, hvad de vil sige, mens andre taler. Hvor ofte gør du det?

5. Organisationer går glip af essentielle kompetencer, når introverte medarbejdere ikke kommer til orde i møder. Hvem taler mest på dit arbejde?

6. I stilheden er alle lige, men så snart én tager ordet opstår en magtforskydning. Hvad kan vi lære af den samhørighed og respekt, der opstår i stilheden?

7. Vi viser afdøde respekt med et øjeblikkes fælles stilhed. Hvad ville der ske, hvis vi viste samme respekt for hinanden, mens vi lever?

8. Støj forbindes ofte med liv, mens stilhed opfattes som alvorligt. Hvordan hænger det sammen med, at tavsheden også gør os intenst nærværende?

9. Stilheden føles intim. Hvad siger det om den snak, vi udfylder stilheden med?

10. I stilhed bliver vi sårbare og ifølge forsker, Brene Brown er sårbarhed "vejen til kreativitet, innovation og forandring." Hvordan har DU det med stilhed?

