



SỔ TAY
PHƯƠNG PHÁP
VÒNG TRÒN

CHRISTINA BALDWIN
ANN LINNEA



Bản dịch bởi Mạng Lưới Tròn Lành Việt Nam
2022



Các ý tưởng trong tập hướng dẫn này đến từ:

- Calling the Circle, the First and Future Culture (tạm dịch: *Khởi xướng Vòng tròn - Văn hóa khởi nguồn và văn hóa tương lai*) của Christina Baldwin
- The Circle Way, A Leader in Every Chair (tạm dịch: *Phương pháp vòng tròn, Người lãnh đạo nơi mỗi chiếc ghế*) của Christina Baldwin và Ann Linnea
- Trải nghiệm sống và thực hành của chính tác giả Christina Baldwin, Ann Linnea và toàn thể các giáo viên/điều phối vòng tròn trên toàn cầu.

© 2016 Christina Baldwin, Ann Linnea

“Không ai trong chúng ta có thể đi xa hơn mà chỉ có một mình.

Một mình, trái tim ta trở nên chai đá và tù túng.

Một mình, ta trở nên sợ hãi.

Nhưng khi ngồi lại cùng những người đồng hành với một ngọn nến và thái độ cởi mở trước những khả năng, tất cả chúng ta có thể học hỏi những điều kì diệu từ vòng tròn.”

(*Khởi xướng Vòng Tròn*, trang 204)

Tài liệu này được chuyển ngữ trong sự hỗ trợ rất lớn từ cộng đồng The Circle Way quốc tế. Ước mơ kéo dài rất lâu của cộng đồng thực hành điều phối vòng tròn ở Việt Nam trong việc lan tỏa những tài liệu thực hành quý giá cho người Việt Nam nay đã thành hiện thực. Mạng Lưới Tròn Lành xin gửi lời tri ân đến cô Stephanie Papik, bác Diane Jordan, bác Richard Rivera, bác Sarah MacDougall, bác Nancy Fritsche Eagan và cô Amanda Fenton từ hội đồng The Circle Way quốc tế đã tin tưởng các thành viên Mạng Lưới Tròn Lành ngay từ những bước đầu tiên của ý tưởng chuyển ngữ các tài liệu quốc tế này. Lời tri ân đến bác Christina Baldwin và bác Ann Linnea, hai con người đã tìm lại vòng tròn và tiên phong phát triển vòng tròn thành một phương pháp dễ tiếp cận trong bối cảnh tổ chức hiện đại, và đến cộng đồng những thực hành viên gạo cội trên toàn thế giới đã luôn tương trợ nhau trong hành trình lan tỏa này.

Mạng Lưới Tròn Lành tiếp nối lời tri ân đến các cá nhân và chuyên gia đã góp tâm vào quá trình chuyển ngữ cũng như hỗ trợ hiệu đính đến khi bản dịch cuối cùng trở nên tốt nhất:

- *Ban biên dịch:* Nguyễn Thu Thủy, Nguyễn Hoàng Minh Khang, Bùi Diệu Linh, Bùi Mai Phương, Trần Thị Mai Ly và Phạm Hải Nam.
- *Hỗ trợ hiệu đính:* chị Nguyễn Trương Bảo Khuyên, chị Thái Vũ Hương, anh Đỗ Hoàng Tùng, anh Daniel Trần Anh Tuấn, anh Phan Quốc Minh, anh Nguyễn Doãn Huân, chị Nguyễn Thu Trang, chị Nguyễn Ngân Hà, chị Tô Thị Hạnh, chị Vũ Kiều Oanh, bạn Phạm Quang Linh, bạn Nguyễn Vũ Nam Phương, bạn Lê Hoàng Phúc và bạn Nguyễn Vân Trang từ các các cộng đồng điều phối, cộng đồng đào tạo, cộng đồng nghiên cứu tâm lý-chăm sóc sức khỏe tinh thần và cộng đồng khai vấn ở Việt Nam đã cùng nhau hợp sức tạo nên bản dịch cuối cùng trên tay các bạn lúc này.

Chân thành cảm ơn sự tin tưởng của tất cả các anh chị và các bạn cho Phương pháp Vòng tròn, cho đội ngũ Mạng Lưới Tròn Lành, và lớn hơn nữa, cho tương lai của một văn hóa đối thoại bền vững đang bám rễ trên mảnh đất Việt Nam.

MỤC LỤC

Giới thiệu	1
Phương pháp Vòng tròn là gì?	1
1.1. Văn hóa đối thoại	1
1.2. Vòng tròn là gì?	1
1.3. Với chúng tôi, bạn là...	2
Chuẩn bị và lời mời	2
2.1. Đặt ý định	2
2.2. Nói chuyện với mọi người.	2
2.3. Hình dung về vòng tròn	3
2.4. Xác định đối tượng và mời người tham gia.	3
2.5. Buổi gặp mặt đầu tiên của một vòng tròn mới	4
2.6. Chuẩn bị không gian	4
2.7. Tạo một trung tâm năng lượng	4
2.8. Chuẩn bị sẵn sàng 'vật nói' - talking piece	4
2.9. Mở vòng tròn	5
2.10. Kể câu chuyện của bạn	5
2.11. Đề xuất thoả thuận chung của nhóm	5
2.12. Chia sẻ ba thực hành trong vòng tròn	6
2.13. Chia sẻ ba nguyên tắc của vòng tròn	7
2.14. Chào hỏi (Check-in): Vòng chia sẻ đầu tiên	8
2.15. Giới thiệu và sử dụng vật nói	9
Các cấu trúc để duy trì một vòng tròn	9
3.1. Xây dựng tính liên tục	10
3.2. Xác định thời gian và Khung chương trình	10
Các vai trò trong vòng tròn	11
Lựa chọn các hình thức vòng tròn	12
Theo dõi các cam kết	13
Đưa ra quyết định trong vòng tròn	14
Sức mạnh của lời chào tạm biệt - khép lại vòng tròn (check-out)	15
Phản hồi sáng tạo với những tình huống khó khăn	15
9.1. Tin tưởng tiến trình	15
9.2. Khôi phục ý định	16
9.3. Những câu hỏi có thể giúp một vòng tròn đi đúng hướng	17
10.1. Giai đoạn 1: Xây dựng niềm tin	17
10.2. Giai đoạn 2: Thực hiện ý định	18
10.3. Giai đoạn 3: Tái cam kết	18

10.4. Giai đoạn 4: Đóng lại hành trình	19
Về các tác giả	20
Thông tin thêm	21

Giới thiệu

1. Phương pháp Vòng tròn là gì?

Tập hướng dẫn này là một phần của công trình lớn được phát triển và thực hành trong hơn 20 năm qua trên toàn cầu.

Phương pháp vòng tròn - Người lãnh đạo nơi mỗi chiếc ghế, là cuốn sách trọng tâm của phong trào này và được bổ sung bằng một số các tập sách nhỏ, bài báo, hướng dẫn thực hành, và các công cụ khác. Bạn có thể tiếp cận các tài liệu này tại TheCircleWay.net - ở đây có tất cả nguồn tài nguyên thông tin, các khóa đào tạo, thông tin giảng viên và không gian thực hành. Tập hướng dẫn này được thiết kế nhằm giúp bạn nắm được những điều cốt lõi nhất của phương pháp vòng tròn, các thông tin cần thiết và quy trình thực hiện để khởi xướng một vòng tròn, và cũng để những người tham gia hiểu về quy trình đó khi các bạn bắt tay làm cùng nhau. Bạn cũng lưu ý rằng những gợi ý chỉ dẫn đến tham khảo cuốn sách *Phương pháp vòng tròn - Người lãnh đạo nơi mỗi chiếc ghế* sẽ đưa tới những thảo luận sâu hơn về nhiều chủ đề khác nhau. Chúng tôi khuyến khích bạn trải nghiệm thực tế để mở rộng và khám phá các hình thức thảo luận sâu hơn này, cũng như những cuộc gặp gỡ sống động, đa chiều hơn, bên ngoài những trang sách.

1.1. Văn hóa đối thoại (*)

(*) *Ghi nhận có sự khác nhau về ngữ nghĩa của “dialogue” và “conversation”. Trong nội dung gốc của tác giả, từ “dialogue” được sử dụng nhiều lần trong đoạn này nên nhóm biên dịch xin phép sử dụng từ “đối thoại”*

Từ những năm 1990, một số phương pháp thảo luận dựa trên nền tảng vòng tròn đã được thiết kế với mục đích duy trì những cuộc đối thoại có chiều sâu. Tập hướng dẫn này phác thảo những gì

bạn cần để tham gia vào hay tiến hành một quy trình nhóm với tên gọi “The Circle Way - Phương pháp Vòng tròn”. Được đề xướng bởi Christina Baldwin và Ann Linnea vào năm 1994, Phương pháp Vòng tròn đã và đang được áp dụng thành công bởi nhiều hội nhóm với những mục đích và ý định khác nhau trên khắp thế giới. Đây chính là khả năng thích ứng tuyệt vời của vòng tròn: nó cho ta cơ hội tập hợp nhau lại xung quanh một ý tưởng để đóng góp trí tuệ của mình, cùng nhau xem xét và cân nhắc để đi đến những quyết định hành động như một tập thể.

Phương pháp Vòng tròn cung cấp bộ khung sườn giúp củng cố tổ chức và củng cố sức mạnh cho các cuộc đối thoại. Việc xếp những chiếc ghế thành một vòng tròn, đặt một biểu tượng tượng trưng cho mục đích ở giữa, chào hỏi ban đầu bằng một câu hỏi mở và sử dụng “vật nói”,... sẽ tạo ra sự thay đổi về chất của các cuộc thảo luận và gây ấn tượng mạnh đến mức hầu hết mọi người đều có thể nhanh chóng thích nghi và mong muốn được trải nghiệm vòng tròn thêm lần nữa. Câu chuyện về quy trình này, ban đầu được gọi là “Quy trình vòng tròn PeerSpirit (vòng tròn Tinh thần đồng đẳng)” được nhắc đến ngay trong Lời nói đầu của *Phương pháp vòng tròn - Người lãnh đạo nơi mỗi chiếc ghế*.

1.2. Vòng tròn là gì?

Vào buổi sơ khai, vòng tròn là một cấu trúc xã hội nơi mọi người cùng nhau đối thoại để hợp tác và hành động. Tổ tiên của chúng ta quây quần bên lửa trại để nấu ăn, sưởi ấm, giữ an toàn, kể chuyện, và cùng lập nên những quy tắc ứng xử và cách quản lý giúp phát triển cộng đồng.

Đây cũng chính là những lý do mà ngày nay chúng ta đến với vòng tròn: để

được gần nhau, để khám phá những cách đối thoại an toàn, để chia sẻ câu chuyện, xây dựng cộng đồng và tiến hành những cuộc họp trong tinh thần hợp tác. Vòng tròn tạo điều kiện để chúng ta khám phá sức mạnh của trí tuệ tập thể. Ở đó, chúng ta được khám phá con người thật của mình, cũng như tìm thấy mình có thể đóng góp gì cho cuộc thảo luận và nhiệm vụ chung.

Thực hành vòng tròn thường bao gồm những yếu tố sau:

- Mọi người hiện diện cho nhau và mọi đóng góp đều được coi trọng trên tinh thần bình đẳng;
- Các thoả thuận tham gia và nguyên tắc chung về thái độ tôn trọng được diễn giải rõ ràng;
- Đối thoại được xem như một thực hành đặc thù so với những giao tiếp xã hội thông thường;
- Mỗi vòng tròn gồm 3 phần: mở đầu/giữa/kết thúc và tuân theo một cấu trúc nhất định;
- Hình ảnh vòng tròn được biểu hiện về mặt không gian, thông thường bằng cách có một tâm điểm của vòng tròn dễ dàng nhìn thấy đặt ở giữa và những người tham gia ngồi thành hình tròn xung quanh.

1.3. Với chúng tôi, bạn là...

Chúng tôi giả định rằng bạn, khởi điểm là một độc giả, tương lai sẽ là người khởi xướng một vòng tròn, và vì vậy sau đây chúng tôi phác thảo các giai đoạn chuẩn bị cho quá trình này. Nếu bạn đã từng tham gia trải nghiệm vòng tròn, tập sách này sẽ giúp bạn hiểu những nỗ lực được dành để chuẩn bị cho vòng tròn và đồng thời học cách tự khởi xướng một vòng tròn cho riêng mình, hoặc cùng với nhóm của mình.

2. Chuẩn bị và lời mời

Trước khi bạn khởi xướng vòng tròn đầu tiên, có bốn điều bạn có thể làm để chuẩn bị.

2.1. Đặt ý định

Ý định là nền tảng cơ bản để khởi xướng một vòng tròn. Đặt ý định có nghĩa là hiểu rõ những gì bạn mong muốn đạt được, hoặc muốn bản thân và những người khác trải nghiệm.

Hãy viết một câu đơn giản thể hiện ý định của bạn.

Ý định này sẽ là nền tảng cho các chủ đề trong vòng tròn, do đó có thể là bất cứ điều gì từ việc nuôi dạy con cái, cháu chắt, từ việc đào tạo việc làm cho đến lập kế hoạch nghỉ hưu, từ việc đàm đạo tôn giáo cho đến các hoạt động xã hội. Một ý định được đúc kết rõ ràng giúp cho mọi người biết họ được mời đến vòng tròn để làm gì, cũng như mức độ cam kết và nội dung mà cuộc trò chuyện hướng đến. Từ đó, mọi người có thể đưa ra lựa chọn để tham gia hoặc không, và biết họ có thể đóng góp gì để phát triển ý tưởng cho chủ đề đó.

Ví dụ bạn nói: *“Trong vòng tròn này, tôi muốn mời mọi người gặp mặt X lần một tháng trong X tháng để hỗ trợ lẫn nhau trong việc _____. Vòng tròn này sẽ tạo một khoảng thời gian và năng lượng để hỗ trợ lẫn nhau bằng cách lắng nghe, và có thể cả đóng góp ý kiến, gợi mở sáng tạo khi phù hợp. Khi kết thúc chuỗi vòng tròn này (sau X tháng), chúng ta có thể bàn bạc lại với nhau xem, mình muốn tiếp tục như thế nào, đưa ra quy trình hoàn chỉnh hơn cho vòng tròn này hoặc cũng có thể ngồi lại để nói lời tạm biệt với các thành viên cảm thấy đã hoàn thành hành trình đó.”*

2.2. Nói chuyện với mọi người.

Hãy chia sẻ những suy nghĩ của bạn.

Nói về ý tưởng của bạn là một thực hành rất hữu ích. Có hai thứ hữu ích sẽ xảy ra trong cuộc trò chuyện này: câu chuyện và câu hỏi. Một câu chuyện giúp giải thích những suy nghĩ, cảm xúc và hành động của bạn với người khác. Nó giúp người khác hiểu tại sao một điều gì đó lại quan trọng với bạn, hy vọng của bạn đối với vòng tròn này là gì và kế hoạch hành động của bạn như thế nào. Câu chuyện đó cũng sẽ truyền cảm hứng cho người khác suy nghĩ, cảm nhận, đồng điệu và hành động cùng bạn.

Khi mọi người lắng nghe câu chuyện của bạn, họ cũng có thể đưa ra những câu hỏi giúp bạn hoàn thiện ý định khởi xướng vòng tròn.

Ví dụ một câu chuyện của người khởi xướng: *“Tôi nhận thấy có nhiều rác trên đường phố nơi mình sống và thay vì phàn nàn về điều đó, tôi nghĩ việc tập hợp những người hàng xóm trong khu phố lại với nhau để giải quyết sẽ tốt hơn. Trước tiên, tôi muốn gặp mặt mọi người trong vòng tròn này để tất cả chúng ta có thể chia sẻ về điều mình thích nhất khi sống ở đây, và liệu chúng ta có thể làm gì để duy trì niềm vui thích đó. Rồi sau đó, chúng ta có thể cùng nhau nhặt rác, trò chuyện với nhau trong khi lao động. Tháng sau, ta có thể gặp lại một lần nữa để hỏi thăm, và nhìn lại trải nghiệm vừa rồi, tìm kiếm thêm sự giúp đỡ để có thể cải thiện được nhiều hơn hay trang trí đẹp hơn cho khu phố. Ví dụ như trồng thêm hoa chẳng hạn? Hay lắp đặt thiết bị phân phối túi đựng phân cho chó? Tôi không biết chắc chúng ta sẽ làm gì, nhưng chắc hẳn, càng đông càng vui, mọi việc sẽ rất thú vị khi làm cùng nhau.”*

2.3. Hình dung về vòng tròn

Những cuộc trò chuyện và câu hỏi sẽ mở ra những hình dung cụ thể hơn về vòng tròn.

Bạn càng làm rõ ý định của mình, hỏi đáp và trao đổi với càng nhiều người khác thì hình dung về vòng tròn bạn muốn khởi tạo càng trở nên rõ ràng hơn. Đồng thời, điều này cũng sẽ giúp bạn xác định đối tượng tham gia cụ thể và phù hợp hơn.

Tưởng tượng bạn đang ở trong vòng tròn mà bạn muốn khởi xướng và tự hỏi bản thân những câu hỏi sau:

- Mục đích của vòng tròn này là gì? • Ai là người tham gia? (Mô tả đặc điểm của các thành viên trong vòng tròn hoặc liệt kê cụ thể tên những người bạn hy vọng sẽ tham dự.)
- Có bao nhiêu người trong vòng tròn? • Bạn tìm kiếm sự đa dạng như thế nào: về giới tính, tuổi tác, dân tộc, chủng tộc, tôn giáo hay tình hình kinh tế? • Tại sao bạn lại tìm kiếm hoặc hạn chế sự đa dạng?
- Mọi người cần có chung hiểu biết về những vấn đề gì?
- Bạn muốn người tham gia, bao gồm cả bạn, sẽ đóng góp những gì, một cách cụ thể và rõ ràng?
- Cuộc gặp sẽ diễn ra như thế nào?
- Tần suất gặp mặt ra sao?
- Thời lượng của mỗi vòng tròn?
- Địa điểm hay hình thức tổ chức ở đâu?

2.4. Xác định đối tượng và mời người tham gia.

Câu hỏi tiếp theo là: *Bạn hy vọng ai sẽ đáp lại lời mời của bạn?*

Trong quá trình đặt ra ý định và trao đổi với mọi người để xây dựng hình dung về vòng tròn, bạn nghĩ đến ai có

thể là thành viên tiềm năng cho vòng tròn này? Ai đã bày tỏ sự quan tâm? Hãy nghĩ về những điểm, những nét đặc trưng mà bạn hy vọng các thành viên trong tròn có. Lập danh sách những người này và bắt đầu liên hệ với họ. Viết ra ý định của bạn rõ ràng mạch lạc trong một đoạn văn để làm thông điệp gửi đi mời mọi người.

*Mọi người cần biết những gì trước khi đưa ra phản hồi cho lời mời của bạn? Hãy điều chỉnh để làm rõ các thông tin cần thiết. Ngay cả khi bạn định mời mọi người bằng lời nói - ví dụ như gọi điện thoại hoặc gặp trực tiếp, họ có thể sẽ muốn đọc thêm tài liệu gì đó trước khi ra quyết định. Xem thêm Chương 3, “Sức mạnh của sự chuẩn bị, lời mời, ý định và trọng tâm của vòng tròn” trong cuốn *Phương pháp vòng tròn* - Người lãnh đạo nơi mỗi chiếc ghế.*

2.5. Buổi gặp mặt đầu tiên của một vòng tròn mới

Khi đã sẵn sàng, hãy khởi xướng cuộc gặp đầu tiên. Tìm một không gian phù hợp với ý định của bạn, nơi có đủ sự riêng tư và yên tĩnh. Đó có thể là một căn phòng trong thư viện, phòng khách nhà một người bạn, hay một văn phòng trống vào buổi chiều,... Bạn có thể phải dọn dẹp bàn ghế để tạo không gian cho vòng tròn.

2.6. Chuẩn bị không gian

Sắp xếp chỗ ngồi trong vòng tròn

Khi mọi người tìm được chỗ ngồi của mình, một nửa công việc đã hoàn thành. Ngồi trong một vòng tròn cho phép mọi người nhận ra những ai đang có mặt, chào hỏi, gọi tên nhau,... cũng như đem lại cảm giác thoải mái, ổn định và bình đẳng. Dẫu vậy, vòng tròn không nhất thiết phải có độ tròn hoàn hảo.

2.7. Tạo một trung tâm năng lượng

Vùng trung tâm vòng tròn đại diện cho tâm điểm của nhóm. Nếu coi vòng tròn là một bánh xe, thì trung tâm vòng tròn là cái trục. Nếu coi vòng tròn như một bếp lửa trại, thì trung tâm năng lượng chính là ngọn lửa. Làm cho trung tâm năng lượng đó được biểu hiện bằng những vật hữu hình và trực quan sẽ giúp gợi nhắc mọi người về lý do mình đến với vòng tròn này.

Trung tâm năng lượng là biểu tượng đại diện cho ý định của vòng tròn. Nếu làm trong doanh nghiệp, bạn có thể in các bảng giá trị của công ty hoặc mục tiêu dự án để đặt vào khu vực trung tâm. Trong giáo dục hay trường học, bạn có thể đặt vào đó ảnh học sinh và logo của trường. Trong một nhóm thực hành tâm linh, bạn có thể mang vào đó nến, hoa, lá và các vật khác trong tự nhiên. Chỉ cần một đồ vật cũng đủ để tạo ra một khu vực trung tâm năng lượng cho vòng tròn.

Đặt các đồ vật biểu tượng ở trung tâm vòng tròn cũng giúp nhắc nhở cho mọi người nhớ rằng các cuộc trò chuyện sắp tới đều xoay quanh một ý định chung. Lưu ý không bước chân lên khu vực trung tâm này, nếu đặt trên sàn nhà; và nếu đặt trên bàn thì sẽ không đặt các đồ dễ vỡ như cốc, đĩa hoặc khăn ăn.

2.8. Chuẩn bị sẵn sàng ‘vật nói’ - talking piece

“Vật nói” là bất kỳ đồ vật nào được lựa chọn trước trong vòng tròn, mà người cầm trong tay vật đó sẽ có quyền chia sẻ. Vòng tròn của các giáo viên có thể truyền nhau một quả táo; vòng tròn của các bà mẹ trẻ có thể truyền nhau một món đồ chơi trẻ em; vòng tròn của các luật sư có thể truyền nhau một cái búa gỗ. Những vật thể từ

thiên nhiên như một hòn đá, vỏ sò, lông vũ hoặc hoa lá cũng là những vật nói phổ biến. Thông tin về cách sử dụng vật nói sẽ có ở phần sau trong cuốn sổ tay này.

2.9. Mở vòng tròn

Dùng một dấu hiệu nào đó như là điểm bắt đầu để mời mọi người có mặt với nhau. Đó có thể là một khoảng lặng, đọc một bài thơ, một tiếng chuông,... để báo hiệu cho mọi người biết rằng vòng tròn đang bắt đầu và giúp chuyển sự chú ý từ không gian xã giao thông thường sang trạng thái lắng nghe chú tâm.

Việc lắng nghe và chia sẻ trong vòng tròn đòi hỏi sự chú tâm cao độ. Một trong những mục đích của việc mở và đóng vòng tròn là để báo hiệu cho mọi người dành sự chú tâm trọn vẹn này trong không gian và thời gian của vòng tròn. Trước và sau vòng tròn mọi người sẽ có thời gian để tán gẫu thêm ngoài lề, nhưng trong khi vòng tròn đang diễn ra, chúng ta cần sự tập trung cao hơn.

2.10. Kể câu chuyện của bạn

Ý tưởng này đến với bạn như thế nào và tại sao bạn lại chủ đích mời những người này tập hợp lại ở đây?

Là người đón vòng tròn, bạn giống như người chủ nhà. Trong cuộc gặp đầu tiên này, việc bạn sẵn sàng nói trước sẽ giúp mọi người có thời gian để thả lỏng, đồng thời làm mẫu cho cách chia sẻ mà bạn mong muốn diễn ra trong vòng tròn. Đây được gọi là thiết lập bối cảnh - khung định hình cho cách mà mọi người tham gia vào trải nghiệm này.

Hãy sắp xếp lại dòng suy nghĩ của bạn; có thể sử dụng ghi chú hoặc

những tài liệu hướng dẫn khác. Nếu bạn sợ mình có thể sẽ nói quá dài, hãy lập trước dàn ý để đi theo đó. Xem xét tập trung làm rõ những câu hỏi như:

- Việc khởi xướng vòng tròn này xuất phát từ ý tưởng hoặc nhu cầu nào của bạn?
- Tại sao bạn lại mời những con người này, và bạn hy vọng điều gì ở cả nhóm?

2.11. Đề xuất thỏa thuận chung của nhóm

Thỏa thuận chung của cả nhóm sẽ giúp thiết lập một không gian an toàn để mọi người có thể tham gia vào các cuộc trò chuyện sắp diễn ra.

Vòng tròn là nơi thực hành vai trò lãnh đạo luân phiên và chia sẻ trách nhiệm. Các thỏa thuận sẽ giúp mọi người biết họ có thể mong đợi gì ở nhau và điều gì có thể xảy ra trong quá trình trao đổi trong vòng tròn này.

Với một vòng tròn đang tiếp diễn, cách tốt nhất để thiết lập các thỏa thuận chung là thông qua thảo luận và xác định những gì phù hợp với nhu cầu thực tế của vòng tròn bằng ngôn ngữ chung của nhóm.

Với một vòng tròn mới bắt đầu hoặc trong các cuộc gặp mặt chỉ diễn ra một lần, các thỏa thuận chung sau đây là gợi ý hữu ích để tạo một không gian an toàn để bắt đầu.

- *Bảo mật thông tin và câu chuyện cá nhân.*

Tính bảo mật cho phép mọi người chia sẻ câu chuyện của mình và được đảm bảo rằng họ sẽ không bị đưa ra bàn tán bên ngoài.

- *Lắng nghe với lòng trắc ẩn và trí tò mò, tạm ngưng phán xét.*

Sự tò mò cho phép mọi người lắng nghe chú tâm, sắp xếp các thông tin và chia sẻ từ trải nghiệm của riêng mình mà không cần phải hoàn toàn đồng ý với nhau. Vòng tròn là một môi trường tuyệt vời để ta học cách tôn trọng sự khác biệt.

- *Cho cái bạn có thể, hỏi cái bạn đang cần.*

Thông thường, nếu một yêu cầu hay một lời đề nghị phù hợp với ý định của nhóm, sẽ có người phản hồi ý định đó, và ngược lại, nếu một yêu cầu không phù hợp, thường nó sẽ không nhận được nhiều sự quan tâm hay đồng thuận. Các thành viên trong vòng tròn sẽ học cách chia sẻ và thỏa thuận những gì họ có thể làm hay không thể làm, đồng thời chú ý đến ý định chung ban đầu để định hướng cho năng lượng chung của nhóm.

- *Thực hành khoảng lặng.*

Để tạo những khoảng lặng này, một thành viên của vòng tròn tình nguyện đóng vai trò là “the guardian”- người bảo hộ vòng tròn. (sẽ được giải thích đầy đủ hơn ở phần sau trong tập sách này). Khi người bảo hộ mời lên một tiếng chuông, mọi hành động, tất cả tương tác sẽ dừng lại trong khoảng 15 giây (đây là thời gian đủ cho ba hơi thở sâu). Trong thời gian tạm dừng, mỗi người hít thở và nghe chuông, cùng hướng sự chú tâm về vùng trung tâm – ý định của vòng tròn. Sau đó, người bảo hộ sẽ mời chuông lần thứ hai để kết thúc khoảng im lặng và giải thích ngắn gọn lý do của khoảng lặng này. Những thời điểm thường cần đến tiếng chuông bao gồm khi cần nghỉ giải lao để thư giãn và duỗi giãn cơ thể, khi báo hiệu

rằng điều gì đó quan trọng vừa được chia sẻ, hoặc kêu gọi nhóm lưu tâm đến thời gian hay những mục tiêu chung. Bất kỳ ai trong vòng tròn đều có thể yêu cầu người bảo hộ thỉnh chuông nếu thấy cần nghe chuông hay cần một khoảng tạm dừng.

Những thỏa thuận trên đây là đủ để bắt đầu một vòng tròn. Khi vòng tròn thực sự diễn ra, bạn cũng có thể muốn bổ sung thêm các thỏa thuận hoặc sửa đổi ngôn ngữ cho phù hợp với nhóm của mình. Các thỏa thuận do đó luôn có thể được cập nhật thêm. Nếu thấy có gì đó không hiệu quả trong quá trình hoạt động, nhóm có thể sửa đổi các thỏa thuận và duy trì quy trình xem xét này. Nếu rắc rối xảy ra, cả nhóm có thể làm việc cùng nhau để tìm kiếm những thỏa thuận mới giúp hỗ trợ vòng tròn tốt hơn.

Hãy viết ra bản danh sách các thỏa thuận, có thể phô-tô cho mỗi thành viên, và sau một thời gian hoạt động với nhau, các bạn có thể cùng nhau xem xét lại để hoàn thiện nó. Khi các thành viên sống theo các thỏa thuận này, vòng tròn sẽ liên tục tự điều chỉnh quy trình của mình.

Bạn không cần phải nêu ra trước toàn bộ cấu trúc của vòng tròn, nhưng các thỏa thuận thì cần phải có để giúp cả nhóm có thể thực hành một cách an toàn.

Để biết thêm thông tin, xem Chương 2, “*Các thành phần của vòng tròn,*” trong *Phương pháp vòng tròn - Nhà lãnh đạo trên mọi chiếc ghế.*

2.12. Chia sẻ ba thực hành trong vòng tròn

Khi tham gia các hoạt động giao tiếp bằng lời trong vòng tròn, có ba phương

pháp chi phối những gì chúng ta mang vào trong nhóm.



Lắng nghe với sự chú tâm có nghĩa là tập trung cao độ vào những gì người khác đang nói. Trong vòng tròn, lắng nghe thường trở thành một thực hành cao đẹp: chúng ta tiếp nhận những câu chuyện và trải nghiệm sâu sắc của nhau. Việc lắng nghe và được lắng nghe có thể đem đến một cảm giác thỏa mãn.

Nói với sự để tâm nghĩa là đóng góp những trải nghiệm của riêng mình một cách chân thành, có trọng tâm và phù hợp với những chủ đề đang được nói tới và tình huống tại thời điểm đó. Việc nói có chủ đích đòi hỏi sự kiên nhẫn để hiểu những gì mình có thể đóng góp và học cách nói ra sự thật của mình mà không đổ lỗi hoặc phán xét người khác.

Đóng góp vào lợi lạc chung của nhóm(*) nghĩa là xem xét tác động của lời nói và hành động của mình trước, trong và sau khi tương tác với mọi người. Trước khi nói, hãy tự hỏi bản thân: những điều mình

chia sẻ sẽ mang lại lợi ích như thế nào cho năng lượng và ý định chung của vòng tròn ở đây và bây giờ?

(*) *Contribute to the well-being of the group: Hiện tại có các nghĩa dịch khác cho từ well-being: an lạc, an lành, hạnh phúc, an sinh. Nhóm biên dịch tạm thời sử dụng từ "lợi lạc" để làm rõ nghĩa nhất cho việc mời gọi sự để tâm và trách nhiệm với những điều mỗi cá nhân chọn để chia sẻ: Từ "lợi lạc" mời gọi người chia sẻ để ý xem điều mình chia sẻ mang lại lợi ích gì cho nhóm, cho ý định và mục tiêu được đề ra.*

Đây là những kỹ năng xã hội mà chúng ta trao tặng và sử dụng trong vòng tròn. Những kỹ năng này giúp chúng ta duy trì ba nguyên tắc sau đây của vòng tròn. Những kỹ năng này có sự phức tạp và sẽ cần thời gian để thực hành dần dần, không ai có thể luôn làm nó một cách hoàn hảo.

2.13. Chia sẻ ba nguyên tắc của vòng tròn

Ba nguyên tắc dưới đây luôn vận hành trong một nhóm thực hành Vòng tròn.



Lãnh đạo luân phiên có nghĩa là mọi thành viên đều đóng góp vào việc vận hành vòng tròn bằng cách dần dần nhận nhiều vai trò hơn trong việc lãnh đạo và dẫn dắt. Tham gia vào vòng tròn là một

cam kết khẳng định quyền lãnh đạo chính mình. Một vòng tròn, do đó chính là một nhóm các nhà lãnh đạo. Hoạt động điều phối nhóm chuyển từ mô hình lãnh đạo thường trực sang mô hình lãnh đạo thay đổi luân phiên và bao trùm.

Chia sẻ trách nhiệm có nghĩa là những người tham gia chú ý đến những gì cần làm hoặc cần nói tiếp theo và sẵn sàng thực hiện phần của mình. Trong Phương pháp Vòng tròn, trách nhiệm cũng thay đổi theo từng thời điểm và từng nhiệm vụ. Trách nhiệm chung dựa trên sự tin tưởng rằng luôn có ai đó sẽ mang tới những gì vòng tròn cần.

Nương tựa vào sự toàn vẹn của vòng tròn có nghĩa là các thành viên đặt trọn vẹn sự tin tưởng vào năng lượng chung, biểu hiện ở khu vực trung tâm vòng tròn và cùng nhau tạo nên vòng tròn từ vị trí mình đang ngồi cũng như vai trò của mình. Bằng cách thường xuyên kéo sự chú ý về chủ đề chung với những nghi thức đơn giản (như tiếng chuông), trung tâm năng lượng của vòng tròn trở thành nơi lưu giữ ý định tập thể và giúp thiết lập một không gian trung lập và hài hòa cho những chia sẻ được diễn ra.

Để làm được điều này, bạn sẽ cần chia sẻ rất nhiều trong thời gian đầu, và các thành viên mới sẽ cần phải lắng nghe. Bạn cũng có thể phát cho các thành viên trong nhóm một tài liệu sổ tay về các thỏa thuận, thực hành và nguyên tắc chung (hoặc chia sẻ luôn cuốn sổ tay này), để có thể tiếp tục làm việc với nhau khi lựa chọn chủ đề và nghiên cứu hành trình vòng tròn. Khi mọi người cảm thấy thoải mái với cấu trúc cơ bản của vòng tròn, họ sẽ muốn tìm hiểu thêm để biết cách tự kiến tạo và duy trì không gian và cơ hội cho việc học hỏi và

chia sẻ.

Để biết thêm thông tin, xem Chương 5, “*Trách nhiệm trong vòng tròn thông qua các thỏa thuận, thực hành và nguyên tắc,*” trong *Phương pháp Vòng tròn. Người lãnh đạo nơi mỗi chiếc ghế.*

2.14. Chào hỏi (Check-in): Vòng chia sẻ đầu tiên

Sau khi chào đón mọi người, đọc lên những thỏa thuận và ý định, cũng như chia sẻ một chút về câu chuyện khởi xướng của bạn, hãy mời những người tham gia chia sẻ lý do tại sao họ ở đây và những gì họ mong muốn đóng góp trong vòng tròn này. Phần chia sẻ đầu tiên được gọi là Chào hỏi, hay Check-in, đây là một cơ hội để người tham gia giới thiệu bản thân, phản hồi về ý định và chia sẻ câu chuyện của riêng họ về điều gì đưa họ đến vòng tròn. Sử dụng một vật nói sẽ giúp ích rất nhiều cho việc này vì nó giúp mọi người lắng nghe tập trung hơn và hạn chế trò chuyện chéo hay cắt ngang câu chuyện, và để ai cũng có tiếng nói bình đẳng. Chào hỏi hay hỏi thăm là một thực hành quan trọng để bắt đầu mỗi vòng tròn. Nó thông báo cho cả nhóm biết mỗi thành viên đang hiện diện ở trạng thái như thế nào. Chỉ với một câu hỏi mở (“Mọi người hôm nay thế nào?”) có thể khởi lên những câu chuyện đa dạng hay một sự gắn kết đáng kinh ngạc. Ví dụ:

“Tôi vừa nhận được một số tin xấu làm tôi lo lắng - nhưng tôi đang cố gắng gạt điều đó sang một bên và ở đây.”

Hoặc:

“Hai đứa sinh đôi nhà tôi được tuyên dương trước cả trường, và dù điều này không liên quan gì đến vòng tròn, nhưng lúc này tôi là một bà mẹ đầy tự hào.”

Không ai cần “sửa chữa”, không có lời kêu gọi can thiệp, nhưng vòng tròn sẽ

thu thập những mẫu chuyện gần gũi và chân thật từ mỗi người để tạo ra cảm giác gắn kết toàn vẹn.

Số lượng câu hỏi trong phần Chào hỏi này cũng không hạn chế, bất kỳ câu hỏi nào có thể thúc đẩy cuộc trò chuyện của nhóm, giúp mọi người giới thiệu bản thân hoặc hiểu nhau, gần nhau hơn. Đây cũng là lúc thích hợp để chia sẻ những mẫu chuyện ngắn gây ấn tượng, giúp mọi người thấy được những điểm chung giữa những khác biệt của nhau.

Để biết thêm thông tin, xem Chương 6, “*Vòng tròn, Bước từng bước,*” trong *Phương pháp Vòng tròn, Người lãnh đạo nơi mỗi chiếc ghế.*

2.15. Giới thiệu và sử dụng vật nói

Việc truyền tay nhau một vật nói trong vòng tròn đã được sử dụng trong các vòng tròn từ thời xa xưa. Vật nói là một công cụ giúp thiết lập sự bình đẳng giữa những người khác nhau về tuổi tác, chủng tộc, giới tính hoặc địa vị, bởi nó đảm bảo rằng tất cả mọi thành viên trong vòng tròn đều có cơ hội đóng góp và chia sẻ như nhau.

Khi giới thiệu vật nói, hãy cho người tham gia biết rằng họ có quyền bắt đầu chia sẻ, hay giữ im lặng và chuyển vật nói sang người kế tiếp nếu chưa cảm thấy sẵn sàng. Khi hết một vòng, bạn có thể cho những người chưa lên tiếng một cơ hội khác để chia sẻ nếu họ muốn. Khuyến khích mọi người tin tưởng vào tiến trình của việc mở lòng và đồng thời cũng cho họ biết rằng không có áp lực nào buộc họ phải lên tiếng khi đến lượt mình mà chưa có gì để đóng góp.

Nói với những người tham gia rằng:

Khi một người đang giữ vật nói, những người khác sẽ lắng nghe mà không cắt ngang hay bình luận. Việc sử dụng vật nói giúp những người nghe kiểm soát tốt hơn thời thúc “bắt” lấy một câu hay một ý nào đó để chen vào hay kể chuyện của mình, chêm vào một câu đùa hay kể cả thể hiện sự đồng cảm, hay đặt những câu hỏi đi về hướng khác. Mục đích của việc sử dụng vật nói cho vòng đầu tiên này là để đảm bảo rằng mọi người đều có cơ hội được lắng nghe.

Bạn cũng có thể đề xuất về thời gian cho một vòng chia sẻ. Ví dụ bạn có thể tính nhanh: “Chúng ta có __ người. Nếu mỗi người nói trong __ phút, ta sẽ có __ phút cho vòng chia sẻ này.”

Trong buổi gặp đầu tiên của một vòng tròn mới, bạn có thể muốn phần chào hỏi nhau lâu hơn so với các buổi tiếp theo.

Sau khi đi hết một vòng, vật nói có thể được chuyển tay nhau một lần nữa hoặc được đặt ở giữa để gợi ý cho những người lúc này chưa chia sẻ. Trong các vòng tròn nhỏ hơn hoặc giữa các nhóm đã sinh hoạt lâu ngày, vật nói có thể đặt ở trung tâm, để mọi người có thể dễ dàng với tay lấy khi họ sẵn sàng đóng góp.

Không phải mọi cuộc trò chuyện đều cần sử dụng vật nói, nhưng đây là một cách tuyệt vời để tăng cường sự chú ý và làm chậm lại các tương tác, từ đó giúp các thành viên trong vòng tròn thực sự lắng nghe nhau hơn.

3. Các cấu trúc để duy trì một vòng tròn

Cách thức hoạt động của vòng tròn giúp tạo ra năng lượng chung của nhóm.

Để duy trì một vòng tròn, nhóm thực hành cần chủ động trong việc đưa ra và thống nhất với nhau những nguyên tắc tổ chức trong vòng tròn này. Là một quy trình dựa trên nền tảng đồng đẳng, những cuộc trò chuyện được phát triển tốt nhất theo phương thức tập thể: mọi thứ không cần phải hoàn hảo và rõ ràng trước khi bắt đầu, bạn có thể thấy mình ở trong vai trò giảng dạy / điều phối về vòng tròn một thời gian đầu, bởi nhóm thực hành sẽ dần nhận ra mỗi người cần phải tìm hiểu thêm về vòng tròn như thế nào để có thể thay đổi vai trò lãnh đạo cũng như chia sẻ trách nhiệm duy trì vòng tròn.

3.1. Xây dựng tính liên tục

Nếu cấu trúc 1 vòng tròn giúp cả nhóm đáp ứng được nhu cầu, ý định và có được bầu không khí thoải mái, thì sự sáng tạo sẽ thăng hoa và niềm tin vào tiến trình được nuôi dưỡng. Tính liên tục của vòng tròn giải đáp các thắc mắc: *Vòng tròn chính thức bắt đầu khi nào và như thế nào? Chương trình cụ thể cho một buổi (hoặc cho một chuỗi vòng tròn) gồm những gì? Vòng tròn chính thức kết thúc khi nào và như thế nào?*

Một trong những nhiệm vụ chung đầu tiên của vòng tròn là thiết kế tính liên tục, cụ thể là chọn ra các công cụ, cấu trúc nền tảng để tổ chức các hoạt động trong vòng tròn. Trong hầu hết các vòng tròn, tính liên tục bao gồm một số yếu tố sau:

Nghi thức hoặc tín hiệu mở đầu vòng tròn - thỉnh một tiếng chuông, thắp nến, đặt một vòng ruy băng trên sàn nhà hoặc mặt bàn, đọc thơ, thiền định trong im lặng hoặc bất cứ điều gì có thể truyền cảm hứng cho các thành viên.

Mô hình trò chuyện - chào hỏi; thiết

lập khung chương trình chính, trọng tâm hoặc chủ đề của cuộc trò chuyện; lựa chọn các hoạt động chính; chuẩn bị cho những buổi gặp tiếp theo; kết thúc và chào tạm biệt (check-out).

Lưu giữ lịch sử nhóm - đọc và ghi chép vào nhật ký, sắp xếp lại các đồ vật ở trung tâm năng lượng, chụp ảnh những khoảnh khắc đáng nhớ của vòng tròn.

Các nghi thức hoặc tín hiệu kết thúc vòng tròn- hát, im lặng, những lời hay ý đẹp, thổi nến hoặc bất cứ điều gì giúp các thành viên biết rằng vòng tròn đã đi đến hồi kết và giờ đây họ có thể tương tác như bình thường và ra về.

3.2. Xác định thời gian và Khung chương trình

Thông thường, các vòng tròn bắt đầu khi có một ai đó nói: “Hãy cùng đến đây, vào ngày này, trong khoảng thời gian này, với mục đích là ...”

Bạn sẽ cần trao đổi rất rõ ràng về thời gian để người tham gia biết được mức độ họ cần cam kết và sắp xếp. Họ cần biết khi nào thì vòng tròn có thể kéo giãn hoặc đi sang hướng khác không còn phù hợp với thực tế và nhu cầu nữa, thì họ vẫn sẽ luôn có cách rút khỏi vòng tròn, hoặc quay trở lại sau như một người mới bắt đầu.

Do đó, các vòng tròn cần có các điểm thoát trung gian. Ngay cả những vòng tròn mong muốn tồn tại mãi mãi, như các cộng đồng có cùng mục đích hoặc những người bạn có những cam kết chung, ta vẫn cần thời gian để xem xét lại các thỏa thuận, năng lượng chung khi kết nối hay bất kỳ sự căng thẳng nào có thể xuất hiện, và cho phép các thành viên tái cam kết hoặc rời đi trong không khí hòa hợp và tốt lành. Khi

chúng ta thừa nhận rằng bản thân mỗi vòng tròn cũng có một vòng đời của riêng mình - có điểm bắt đầu, điểm giữa và điểm kết thúc - chúng ta sẽ tôn trọng nhau và trân trọng thời gian ở bên nhau hơn.

Thông thường vòng tròn cần xác định trước khoảng thời gian diễn ra mỗi buổi, số lượng buổi gặp và khoảng cách giữa các buổi là bao lâu. Tất cả những điều này được quyết định dựa trên ý định hay mục đích của vòng tròn. Ví dụ như: “Chúng ta sẽ gặp vào thứ 2 hàng tuần, từ 5h-7h chiều trong vòng 8 tuần. Sau đó sẽ cùng nhau đánh giá lại về tiến trình trước khi đi tiếp. Vòng tròn đầu tiên sẽ giới thiệu, tìm hiểu chung, và bạn có thể bắt đầu tham gia sau buổi đầu tiên đó, hoặc chọn rời đi nếu cảm thấy không phù hợp.”

Khi đã có cam kết về thời gian, nhóm cần xác định những hoạt động sẽ có trong khoảng thời gian của buổi, kể từ phần chào hỏi (check-in) cho đến khi chào tạm biệt (check-out). Nội dung hoạt động này thực tế tùy thuộc vào tính chất của nhóm và ý định của vòng tròn. Ví dụ một nhóm nghiên cứu sẽ thảo luận về bất cứ điều gì họ đang nghiên cứu; một nhóm yêu sách có thể cùng thảo luận về một cuốn sách; một gia đình có thể đưa ra các chủ đề để thảo luận giữa cha mẹ và con. Khung chương trình (Agenda) có thể được phác thảo hay lên chi tiết khi cần tùy vào nhu cầu thực tế.

Để biết thêm thông tin, bạn có thể xem Chương 4, “Luân chuyển các vị trí lãnh đạo trong vòng tròn,” trong *Phương pháp vòng tròn – Người lãnh đạo nơi mỗi chiếc ghế*.

Trong một vòng tròn thân mật, khi không cần đến khung chương trình, người tham gia thường vẫn dựa vào cấu trúc

vòng tròn quen thuộc như: chào hỏi (check-in), một vòng thu thập những kinh nghiệm, trải nghiệm, thảo luận theo chủ đề (sử dụng một vật nói hoặc trò chuyện mở) và chào tạm biệt (check-out). Trong đó, người điều phối và người bảo hộ vẫn sẽ đóng vai trò giúp duy trì sự tập trung vào chủ đề và theo dõi thời gian. Những cấu trúc này sẽ giúp duy trì quy trình nhóm một cách đều đặn, trôi chảy và mang lại cảm giác an toàn.

4. Các vai trò trong vòng tròn

Vai trò lãnh đạo trong vòng tròn được chia đều cho tất cả, tựa như những điểm trên đường viền của vòng tròn đều có vai trò như nhau. Điều này có nghĩa là mọi người ngồi ở vị trí ngang nhau và tham gia với tinh thần bình đẳng. Đồng thời, có thêm 3 vai trò sẽ giúp ích cho vòng tròn bao gồm: một người điều phối tiến trình cho buổi sinh hoạt, một người theo dõi thời gian và để ý đến những nhu cầu tinh tế của nhóm, và một người ghi lại những chiêm nghiệm, quyết định và những cam kết hành động chung của vòng tròn.

Những vai trò này thường luân phiên thay đổi người phụ trách theo mô hình lãnh đạo luân phiên và chia sẻ trách nhiệm, với tên gọi của 3 vai trò này là: người điều phối, người bảo hộ và người ghi chép.

Người điều phối: Người đưa ra lời mời, chuẩn bị không gian tổ chức vòng tròn (định hình chỗ ngồi theo đường viền của hình tròn và khu vực trung tâm vòng tròn), giúp xác định phạm vi cuộc trò chuyện và sau đó tham gia ở vị trí lãnh đạo đồng đẳng (ngang hàng).

Người bảo hộ: Một người tình nguyện phối hợp với người điều phối để

giúp vòng tròn luôn tập trung và có chủ đích. Dựa trên thỏa thuận thứ tự, người bảo hộ sẽ thỉnh chuông hai lần: Một lần để dừng mọi hành động - khi đó cả vòng tròn sẽ có một vài giây tạm dừng - rồi tiếp đến tiếng chuông thứ hai báo hiệu vòng tròn tiếp tục quay trở lại chia sẻ. Người bảo hộ sau đó nói lý do tạm dừng. Bất kỳ ai trong vòng tròn cũng đều có thể đề nghị một tiếng chuông để có khoảng tạm dừng.

Người ghi chép: Một thành viên của vòng tròn sẽ giúp lưu giữ nội dung bằng cách ghi chép những chiêm nghiệm, các quyết định chung và hành động tiếp theo. Đôi khi, thay vì chỉ có một người ghi chép duy nhất, tất cả những người tham gia có thể thay phiên nhau chia sẻ vai trò này. Dù vậy, vai trò này là tùy chọn, có thể có hoặc không và thường được sử dụng trong các cuộc họp công việc hay bàn về định hướng, tổ chức cộng đồng hơn là các cuộc gặp thân mật.

Để biết thêm thông tin, mời bạn xem Chương 4, *“Luân chuyển các vị trí lãnh đạo,”* trong *Phương pháp Vòng tròn, Người lãnh đạo nơi mỗi chiếc ghế*.

Vai trò người bảo hộ

Mọi người đã quen với việc được “điều phối” trong một cuộc họp, vì vậy vai trò người điều phối không mới; tương tự với vai trò người ghi chép. Tuy nhiên, vai trò của người thỉnh chuông khá là mới mẻ với phần lớn chúng ta. Mọi người có thể phản đối nó, nhưng đây là một trong những đóng góp quan trọng nhất của Phương pháp Vòng tròn. Cùng với người điều phối, “người bảo hộ” sẽ giám sát và giúp bảo vệ, chăm sóc các khía cạnh tinh tế hơn của quy trình vòng tròn. Để sử dụng phương pháp bảo hộ này, vòng tròn cần có một chiếc chuông nhỏ hoặc lục

lạc - bất kỳ vật nào tạo ra âm thanh dễ chịu và đủ lớn để có thể nghe được trong khi trò chuyện. Thường trong từng cuộc họp, các thành viên sẽ luân phiên tình nguyện làm người bảo hộ và được phép can thiệp vào hoạt động nhóm khi thấy cần kêu gọi một khoảng tạm dừng.

Khoảng tạm dừng này sẽ giúp nhắc nhở người tham gia hướng sự tập trung vào trung tâm vòng tròn, chia sẻ một cách trọng tâm hơn về chủ đề, hay để ý việc tuân thủ và tôn trọng các nguyên tắc hơn.

Ví dụ như khi cuộc thảo luận trở nên sôi nổi; người điều phối có thể gặp khó khăn trong việc trả lời câu hỏi; người cảm vật nói có thể không biết rằng mình đang nói lan man; hoặc có ai đó chia sẻ một điều khó khăn mà cả nhóm sẽ cần dành thời gian để ghi nhận và thể hiện sự tôn trọng trước khi chuyển sang người kế tiếp. Đây là những thời khắc cần đến sự im lặng. Người bảo hộ báo hiệu cho khoảng lặng bằng cách sử dụng âm thanh của tiếng chuông, giữ im lặng ít nhất 15 giây. Khi nhóm đã sẵn sàng, người bảo hộ thỉnh một chuông kết thúc khoảng lặng và trở lại với hoạt động của vòng tròn.

Trải qua rất nhiều tình huống, chúng tôi nhận thấy vai trò bảo hộ có ý nghĩa trung tâm trong Phương pháp Vòng tròn, đặc biệt trong những thời điểm không thể tránh khỏi xung đột phát sinh. Bất cứ ai đều có thể yêu cầu người bảo hộ thỉnh chuông bất cứ lúc nào. Đây cũng là cách mà vai trò lãnh đạo được luân chuyển trong vòng tròn. Một người chịu trách nhiệm bảo hộ, nhưng tất cả các thành viên khác đều có thể hỗ trợ.

5. Lựa chọn các hình thức vòng tròn

Có ba dạng thức của vòng tròn:

vòng tròn chuyền tay, vòng tròn mở và vòng tròn tĩnh lặng. Mỗi dạng thức đều cần chú trọng tới Ba nguyên tắc, ba thực hành và sự để ý tới ý định trọng tâm của vòng tròn.

Vòng tròn mở là phương thức giao tiếp thân mật, phổ biến nhất và có thể là một phần của các cuộc gặp gỡ trong các vòng tròn khác nhau. Trong một cuộc trò chuyện, chúng ta chọn lọc những gì người khác nói, chúng ta phản ứng, tương tác, động não, đồng ý hoặc phản đối, thuyết phục và xen ngang vào những ý tưởng, suy nghĩ và quan điểm mới. Năng lượng của một cuộc trò chuyện cởi mở có thể kích thích sự tuôn chảy của những dòng ý tưởng mới. Có những thời điểm cuộc trò chuyện sẽ nói lỏng quy trình vòng tròn và cũng có những lúc, hoạt động nên chậm lại một chút sẽ có ích hơn, cho phép suy ngẫm nhiều hơn. Đây là lúc ta cần đến việc chuyền tay một vật nói.

Vòng tròn chuyền tay là một hình thức trang trọng hơn. Như đã giải thích ở trên, khi sử dụng một vật nói, quyền phát biểu (thuộc về bất cứ ai đang cầm vật nói) được chuyển từ người này sang người khác. Lần lượt từng người chia sẻ và cả nhóm sẽ chú tâm lắng nghe. Mục đích của vòng tròn sử dụng vật nói là thu thập thông tin và những chiêm nghiệm đúc kết từ cả nhóm, thể hiện sự tôn trọng đối với sự hiện diện của mỗi người, lắng nghe trí tuệ tập thể và xem mọi người suy nghĩ thế nào về cùng một chủ đề. Bạn có thể sử dụng vòng tròn dạng này như một cách để chứng kiến những câu chuyện mà mỗi thành viên mang vào, trong đó từng người được chia sẻ mà không bị phụ thuộc hay ảnh hưởng bởi những gì người khác đã nói. Hoặc bạn cũng có thể coi hình thức này như một diễn đàn được xây dựng trên nền tảng những đóng góp của tất cả thành viên, mỗi lúc lại được bổ sung thêm những chiêm nghiệm

mới.

Vòng tròn tĩnh lặng. Trong các cuộc gặp thông thường, sự tĩnh lặng thường bị coi là một trải nghiệm khó xử khi không ai biết chắc mình phải nói gì tiếp theo. Tuy nhiên đối với vòng tròn, nơi mà mục tiêu cuối cùng, trọng tâm của trải nghiệm là đạt được sự toàn vẹn, thì sự tĩnh lặng là một yếu tố quan trọng. Sự tĩnh lặng mang lại cho mọi người khoảng không gian để lắng nghe bản thân, đôi khi để tiếp cận tiếng nói bên trong của trí tuệ, trí tuệ đó khi được chia sẻ ra, sẽ trở thành chất xúc tác mang lại sự chữa lành, thay đổi hoặc chiêm nghiệm sâu sắc cho cả nhóm. Sự tĩnh lặng thường diễn ra trong khoảng tạm dừng 15 giây do người bảo hộ thiết lập. Khi nhận ra 15 giây này có thể đem lại những gì, mọi người thường đề nghị thời gian tạm dừng lâu hơn hoặc cơ hội ngồi yên lặng vài phút với nhau để cân bằng lại năng lượng nhóm, bởi mọi người bước vào từ những trải nghiệm rất khác nhau trước đó. Sự tĩnh lặng có thể cho phép ghi nhận sự hiện diện về mặt tinh thần của những người đang có mặt mà không phải một lời dạy giáo điều. 5 phút tĩnh lặng sẽ là một công cụ định tâm hiệu quả trước khi bắt đầu một vòng tròn chuyền tay dài hơn. Trong thời gian này, mọi người có thể chạm đến sự an tĩnh cho phép họ chú ý lắng nghe, nói có chủ đích và hướng đến sức khỏe toàn diện của cả nhóm.

6. Theo dõi các cam kết

Bạn có thể muốn tạo và duy trì một cuốn nhật ký vòng tròn (một cuốn sổ giấy hay sổ điện tử), trong đó ghi lại có các thỏa thuận vòng tròn, cam kết nhóm và cam kết cá nhân, phân công nhiệm vụ và các công việc mang tính thực tiễn hơn như sắp xếp và tổ chức, các vai trò, trách nhiệm và thậm chí cả sổ sách tài chính. Trong sổ nhật ký,

các thành viên có hứng thú với vai trò người ghi chép có thể thực hành ghi chép những gì đang thực sự diễn ra trong vòng tròn, sử dụng nó để lưu trữ thông tin và xem lại phân công nhiệm vụ. Cuốn nhật ký cũng sẽ lưu giữ lịch sử của vòng tròn. Bạn có thể chia ra các phần chính để theo dõi các hoạt động đang diễn ra, và các phần phụ để lưu lại những điều thú vị như ảnh, giai thoại, những mẩu chuyện cười, cũng như những đúc kết của trí tuệ tập thể. Chương bốn trong *Phương pháp Vòng tròn, Nhà lãnh đạo trên mọi chiếc ghế* cũng sẽ có một phần viết về các công cụ "thu hoạch" thú vị để ghi lại trải nghiệm của một vòng tròn.

Ví dụ: giữa một nhóm những người hàng xóm, nhật ký có thể theo dõi các câu chuyện thăm hỏi thường ngày ("Đây là những gì đang xảy ra với kế hoạch tu sửa của tôi trong tháng này..."), những sự kiện hàng ngày trong cộng đồng, ("Tôi nghe nói Bob đang ở bệnh viện, chúng ta có thể giúp gì cho cậu ấy không?"), hay việc hạch toán hệ thống trao đổi hàng hóa ("Một bãi cỏ được cắt dọn đổi lấy một bữa tối trên boong tàu").

Một vòng tròn những người đang khám phá hành trình lão hóa trong tinh thức (conscious aging) có thể lưu giữ nhật ký về các chủ đề được đề xuất để sử dụng trong thời gian tới, cùng với một bản ghi chép về những đúc kết quý giá thu hoạch được qua các chủ đề trước đó. (Để biết thêm thông tin về các vòng tròn dành cho chủ đề lão hóa, hãy xem tập sách Kindle có tựa đề *The Circle Way for Proactive Aging: A Harvest of Years* (Tạm dịch: *Phương pháp Vòng tròn cho sự lão hóa có ý thức: Chiêm nghiệm qua năm tháng*)

Viết nhật ký là một phần của việc

chia sẻ vai trò lãnh đạo. Người điều phối vòng tròn tiếp theo có thể nhận nhiệm vụ mang nhật ký đến. Một số vòng tròn có một cái giỏ ở trung tâm, trong đó để tất cả các vật trang trí, nhật ký và các biểu tượng tùy theo chủ đề của buổi sinh hoạt. Người mang rổ sẽ là người khởi xướng vòng tròn tiếp theo.

7. Đưa ra quyết định trong vòng tròn

Vòng tròn là một hiện thân khác của những buổi họp: chúng ta cần có mặt để trao đổi, trò chuyện và đưa ra những quyết định. Mọi người ở đó đều nhìn thấy rõ nhau. Đưa ra quyết định trong một không gian như vậy là một hành động thể hiện sự can đảm và tham gia hết lòng, trọn vẹn của mỗi người.

Vòng tròn là quy trình đồng thuận nơi mỗi người tham gia đều đóng góp vào việc chia sẻ trách nhiệm chung đối với mọi hành động. Không nhất thiết tất cả mọi người phải có bằng cấp ngang nhau, nhiệt huyết ngang nhau trong mọi hành động hay quyết định, và đôi khi có người thậm chí không đồng tình với một hành động nào đó, nhưng thường là mọi người sẽ chia sẻ một cách thẳng thắn mà không quá gay gắt đến mức đến mức ngăn cản bằng mọi giá quyết định đó.

Để có thể cảm nhận vòng tròn có sẵn sàng để đưa ra quyết định hay không, Phương pháp Vòng tròn gợi ý sử dụng một vòng chuyển tay vật nói, khi đó tất cả mọi người đều được lên tiếng và lắng nghe mà không ngắt lời, sau đó tất cả sẽ cùng bình chọn, có thể qua hình thức bỏ phiếu giấy, nhưng thường là qua cử chỉ thông thường như giơ tay, để việc bình chọn được quan sát trọn vẹn và cuộc trò chuyện có thể được tiếp diễn.

Hình thức khá phổ biến là giơ ngón tay cái lên để chỉ ý “Tôi ủng hộ và rất sẵn sàng hành động theo cách này”. Ngón tay cái giơ ngang có nghĩa là “Tôi có câu hỏi cần được giải đáp, hoặc muốn chia sẻ một ý kiến trước khi quyết định”/ Ngón tay cái giơ xuống có nghĩa là “Tôi không đồng ý, không nghĩ rằng chúng ta nên đi theo cách này”.

Nếu cần, các thành viên có thể tiếp tục trò chuyện để làm rõ thêm, thường bắt đầu từ những người có câu hỏi/ý kiến hoặc không đồng ý. Hành động chỉ ngón trở xuống dưới có nghĩa là không đồng ý, nhưng không nhất thiết có nghĩa là ngăn cản hành động đó. Khi được thảo luận sâu hơn, người đó có thể nhận ra rằng: “Dù cá nhân tôi không ủng hộ quyết định này, nhưng cả nhóm vẫn có thể tiến hành theo nguyện vọng chung của đa số”. Và những người phản đối đôi khi cũng có thể thay đổi ý kiến, hoặc làm cho phần còn lại của vòng tròn thay đổi ý kiến.

Tất cả những tình huống này là cơ hội để nhìn sâu và học hỏi. Và việc học hỏi cần có thời gian. Tuy nhiên, quyết định cuối cùng dựa trên quy trình này sẽ luôn có sức mạnh. Sẽ luôn có một câu chuyện để nhớ gắn với mỗi thời điểm đưa ra quyết định như thế này: “Này anh em, hãy nhớ chúng ta đã làm việc vất vả thế nào để đưa ra quyết định ngày đó.... Và hãy xem giờ đây chúng ta đang ở đâu!”

8. Sức mạnh của lời chào tạm biệt - khép lại vòng tròn (check-out)

Bạn đã mở ra vòng tròn với sự tôn trọng và để cuộc trò chuyện diễn ra trong sự hài hoà và năng lượng của tập thể, những ý định tốt, sự phấn khích, hồi hộp và

những chia sẻ chân thành. Điều quan trọng tiếp theo là cần khép lại vòng tròn ấy bằng những lời kết và chào tạm biệt, để báo hiệu rằng vòng tròn đã kết thúc.

Một vòng tròn gặp nhau trong vài giờ thường chỉ cần một câu “check-out” ngắn gọn và đơn giản. Có thể người tham gia sẽ trả lời theo vòng một câu hỏi như: Một điều mà bạn sẽ mang theo sau khoảng thời gian chúng ta có cùng nhau hôm nay? Bạn đã học được gì? Điều đáng nhớ nhất đối với bạn là gì? Vào cuối một vòng tròn dài hoặc một nhóm đã đi cùng nhau một thời gian, khi đó năng lượng vòng tròn đã sâu sắc hơn, phần kết thúc sẽ phản ánh một cách tự nhiên những bài học và kết nối thân mật đã được xây dựng trong quá trình đó.

Khi vòng tròn bước vào giai đoạn này, bạn có thể muốn xác định lại với các thành viên về giới hạn của những điều cần được bảo mật và những gì có thể được chia sẻ, và rồi sau đó các thành viên có cơ hội chia sẻ ngắn gọn những gì họ đã học hỏi, đã nghe, trân trọng hoặc cam kết thực hiện.

Sau vòng chia sẻ và lắng nghe cuối cùng này, bạn có thể xác định thời gian, địa điểm hoặc người tổ chức cho vòng tròn tiếp theo. Sau đó, thối nển, đọc một câu trích dẫn, một bài thơ, bài hát hay một khoảng lặng ngắn. Nhóm sẽ trở lại cách tương tác đời thường và tất cả mọi người sẽ nhận thấy điểm khác biệt về tính chất của hai hình thức giao tiếp xã hội này.

9. Phản hồi sáng tạo với những tình huống khó khăn

9.1. Tin tưởng tiến trình

Tiến trình nhóm hiếm khi được ghi nhận khi cả nhóm đang “theo guồng”, nhưng sẽ bị để ý nhiều hơn khi nó bắt đầu

trục trặc. Những lúc này, cảm giác khó chịu và bối rối là điều tự nhiên và khó tránh khỏi trong giao tiếp. Ví dụ trong một cuộc trò chuyện thông thường, ai đó có thể hiểu sai một lời nói, hành động, hoặc thách thức lời nói, hành động của người khác. Hai thành viên có thể mâu thuẫn với nhau về một vấn đề bên ngoài nhóm. Sự im lặng có thể mang đến căng thẳng thay vì bình tĩnh.

Khi có căng thẳng trong nhóm, bạn có thể cảm thấy thôi thúc để nhảy vào can thiệp, xoa dịu hoặc phá vỡ khoảng lặng. Tuy nhiên, đừng bao giờ cố kiểm soát mọi thứ, hãy nhớ điều ta cần làm lúc này đơn giản là “giữ không gian vòng tròn”.

Cho phép những khoảng tạm dừng nhỏ được hiện diện để mời gọi người khác đưa ra những ý kiến hay nhận xét của họ, chia sẻ trách nhiệm hoặc kêu gọi sự chú ý trở về với mục đích của vòng tròn. Trong những thời điểm như vậy, khoảng lặng do người bảo hộ, hoặc bất kỳ thành viên nào đề xuất, là một trong những công cụ xử lý mạnh mẽ nhất. Sự căng thẳng giống như đèn vàng ở ngã tư: nếu mọi người cố gắng tăng tốc, khả năng cao sẽ xảy ra va chạm. Nhưng nếu mọi người chậm lại, quan sát cả hai hướng, đánh giá xem ai / điều gì cần dừng lại và ai / những gì cần phải tiến hành, cả vòng tròn sẽ có được một bài học quý giá. Nếu căng thẳng gia tăng, mọi người có thể sẽ cần thời gian để chiêm nghiệm, nhìn nhận lại mọi thứ một cách rõ ràng. Và khi đó, người điều phối có vai trò tạo không gian để tất cả các thành viên có thể nói lên quan điểm của họ - hãy nhớ luôn giữ sự tò mò chứ không phải phán xét!

Bạn có thể tự viết nhật ký ở nhà. Viết ra những cảm xúc hoặc nỗi lo lên giấy để bạn có thể đọc lại và suy nghĩ về mọi việc một cách rõ ràng. Nếu bạn quyết định nói

chuyện với một thành viên khác trong vòng tròn, hãy nhớ tôn trọng tính bảo mật và không sa đà vào buôn chuyện. Ngay cả trong cuộc trò chuyện đó, hãy thiết lập các thỏa thuận, chia sẻ thẳng thắn và rõ ràng về việc bạn đang muốn hiểu vai trò và trách nhiệm của mình trong những tình huống đang xảy ra. Luôn bắt đầu câu với ngôi thứ nhất “Tôi/Mình”.

Tất cả những ai tham gia vòng tròn đều sẽ có những lúc cảm thấy bình tâm và thoải mái, nhưng chính họ cũng có những thời điểm cảm thấy sợ hãi và mong manh, không thoải mái trong tiến trình đó và bị tác động bởi những người khác có mặt trong vòng tròn. (Để biết thêm về những cách thực hiện quy trình nhóm tốt hơn, bạn có thể tham khảo tập sổ tay đi kèm có tiêu đề *Understanding Shadow and Projection in Circles and Groups* (Hiểu về Bóng Âm và Phóng chiếu trong Vòng tròn và Nhóm.)

Lòng tin thực sự đến từ việc vượt qua những khoảnh khắc gặp ghềnh, đáng sợ, rủi ro và mong manh của tiến trình vòng tròn. Một vòng tròn sẽ không thể biết hết sức mạnh tiềm năng của mình cho đến khi cả nhóm đối mặt với một vấn đề, giải quyết một xung đột hoặc đưa một số thành viên vượt qua khủng hoảng và khó khăn. Trải qua khủng hoảng với sự tôn trọng lẫn nhau, vòng tròn sẽ dần ổn định và trưởng thành.

Để biết thêm thông tin, mời bạn xem Chương 8, “Kích hoạt và phản hồi trong một Không gian xã hội,” và Chương 9, “Tại sao vòng tròn đưa chúng ta vào bóng tối” trong *Phương pháp Vòng tròn - Người lãnh đạo nơi mỗi chiếc ghế*.

9.2. Khôi phục ý định

Tìm hiểu về ý định của vòng tròn,

làm rõ và trình bày ý định này một cách rõ ràng, dễ hiểu là bước thường bị bỏ qua nhất trong các vòng tròn. Trong niềm vui sướng và hào hứng khi bắt đầu một vòng tròn mới, ý định chung có thể lại là những ngầm đoán từ phía mỗi người. Và khi xảy ra sự cố, nhược điểm này sẽ bị bộc lộ. Xác định lại ý định có thể cứu một vòng tròn đang rối, cũng như giúp cả nhóm hiểu được lý do tại sao mọi thứ không suôn sẻ như mong đợi. Một cách hữu hiệu để nói về những căng thẳng đang hình thành mà không tập trung vào khía cạnh cá nhân của mỗi người, chính là đưa ý định ban đầu trở lại trọng tâm và hỏi mọi người xem điều đó có còn ý nghĩa hay không. Khi các thành viên cùng nhau làm rõ mọi thứ, một lần nữa trong nỗ lực tập thể, có thể giúp xoa dịu những căng thẳng và tiếp thêm năng lượng cho vòng tròn.

9.3. Những câu hỏi có thể giúp một vòng tròn đi đúng hướng

Khi mọi người tỏ ra lo lắng hoặc vòng tròn gặp khó khăn, việc cần làm là sắp xếp lại vấn đề: thay vì tập trung vào hành vi cá nhân mà hãy nhìn vào cả một tiến trình tổng thể. Đặt những câu hỏi như:

- Ý định của vòng tròn có được thỏa thuận rõ ràng và nhất trí từ đầu không?
- Ý định của vòng tròn này là gì? Các thành viên có ghi nhớ và để tâm đến nó không?
- Các thỏa thuận chung của vòng tròn này là gì? Chúng ta có cần bổ sung hoặc thay đổi thỏa thuận nào không?
- Nếu các cấu trúc của Phương pháp Vòng tròn đang được sử dụng, tại sao vòng tròn lại mất cân bằng?
- Chúng ta có tin tưởng rằng chúng ta sẽ được hỗ trợ nếu đảm nhận vai trò lãnh đạo và giải quyết các vấn đề phát sinh không?
- Trách nhiệm có đang được chia sẻ không?

- Chúng ta có đang sử dụng vai trò bảo hộ trong vòng tròn không?
- Chúng ta có đang hiện diện với người tạo đưa ra thách thức hoặc đang bị thách thức không?
- Chúng ta có tạo đủ khoảng lặng không? • Có điều gì đang cần sự chữa lành và hàn gắn?

Để biết thêm thông tin, xem Chương 8, “Kích hoạt và phản hồi trong một Không gian xã hội” trong *Phương pháp Vòng tròn: Người lãnh đạo trên nơi mỗi chiếc ghế*.

Bởi vì tính chất của vòng tròn khuyến khích sự tự chủ và chia sẻ quyền lực, vòng tròn là một hình thức xã hội cực kỳ phức tạp, vừa tinh tế mà cũng vô cùng vững chắc. Có rất nhiều điều đang diễn ra cùng lúc trong khoảnh khắc hiện tại: chúng ta cần vận dụng đến tất cả các giác quan, trực giác, trí tuệ và cảm xúc để chú ý và nhận biết. Trong hành trình của vòng tròn, quy trình nhóm sẽ liên tục tan rã rồi hợp lại, tan rã rồi lại hợp lại, cứ lặp đi lặp lại như thế. Bạn sẽ cần học cách cân bằng lại vòng tròn, hàn gắn các kết nối, chiêm nghiệm các bài học và tin tưởng vào tiến trình.

10. Bốn giai đoạn trong chu trình sống của một vòng tròn

Một vòng tròn có chu trình sống tự nhiên của nó - với bốn giai đoạn tiếp nối nhau theo thời gian và chu trình này cũng được phản ánh trong chính mỗi buổi sinh hoạt.

10.1. Giai đoạn 1: Xây dựng niềm tin

Trong giai đoạn này, vòng tròn cần tạo dựng một nền tảng mà mọi thành viên đều có thể tin tưởng, và thực tế qua thời gian, sự tôn trọng được thể hiện bền bỉ sẽ giúp nuôi dưỡng lòng tin đó. Tất cả những yếu tố gây dựng nên không gian vòng tròn

như thảo luận ở các phần trên đều góp phần xây dựng lòng tin trong nhóm.

Các vòng tròn có thể diễn ra hàng tuần hoặc mỗi năm một lần. Giữa các buổi gặp, mọi người vẫn sẽ có những trải nghiệm tiếp diễn trong cuộc sống và nó có thể ảnh hưởng đến cách họ hiện diện trong vòng tròn. Do đó trong mỗi buổi gặp, mọi người cần chào hỏi lại nhau và hỏi han tình hình gần đây để thiết lập lại lòng tin. Tùy thuộc vào bối cảnh, việc thiết lập lòng tin có thể rất dễ hoặc rất khó.

Niềm tin cũng được xây dựng từ những khoảnh khắc nhỏ như hoàn thành những nhiệm vụ chung, đối xử tôn trọng với nhau, giải quyết được các vấn đề, giữ trọng tâm cho các buổi gặp mặt và cùng nhau tiến lên phía trước, hướng tới những ý định chung. Thành viên của vòng tròn sẽ được tiếp thêm năng lượng mỗi khi hoàn thành những gì họ cam kết; khi cùng nhau giải quyết vấn đề, giải quyết xung đột, xác định lại trọng tâm và cùng nhau làm việc. Họ cũng được tiếp thêm năng lượng khi lắng nghe những câu chuyện của nhau và thấu hiểu nhau hơn ở những góc độ khác, mới mẻ hơn.

10.2. Giai đoạn 2: Thực hiện ý định

Ý định luôn cần được nhắc nhở lại trong mỗi buổi gặp mặt của vòng tròn. Mọi sự chệch hướng so với ý định ban đầu cần phải được thảo luận và thống nhất.

Hiện thực hóa ý định là một giai đoạn thú vị trong chu trình của vòng tròn. Trải nghiệm thành công trong quy trình vòng tròn là sự kết hợp giữa thái độ tôn trọng trong cách hành xử của các thành viên với nhau và nỗ lực cùng làm việc để hoàn thành các mục tiêu chung, hữu hình, cụ thể và có thể đo lường được. Trong khi

thực hiện ý định, một loạt câu hỏi mới sẽ nảy sinh như:

- Làm thế nào để biết được khi nào ý định, mục tiêu chung của vòng tròn đã được đáp ứng?
- Trong cho buổi sinh hoạt này, chúng ta có thể đặt ra mục tiêu hoặc kết quả nào cụ thể để thúc đẩy tiến tới ý định chung của vòng tròn? (Đây cũng là một câu hỏi hay cho phần chào hỏi/ check-in).
- Vai trò lãnh đạo và trách nhiệm có được cân bằng trong “giai đoạn làm việc” này của vòng tròn không?
- Các ưu tiên cá nhân và ưu tiên chung của vòng tròn có còn hòa hợp với nhau không?
- Có gì thay đổi trong sự hiểu biết của bạn? Và có gì thay đổi trong sự hiểu biết của cả nhóm về chính nó?
- Có gì thú vị trong tất cả hành trình này? Và điều gì đang làm bạn căng thẳng?

Hành trình theo đuổi ý định của vòng tròn có thể mang đến những căng thẳng, sự phấn khích, những chiến công và rất nhiều sự gắn kết nhóm. Đây là thành công lớn nhất của vòng tròn: khi tất cả cùng hợp tác làm việc với nhau, xây dựng tinh thần đồng đội và hoàn thành các nhiệm vụ chung.

10.3. Giai đoạn 3: Tái cam kết

Ngay sau khi hiện thực hóa ý định, thường có một giai đoạn nhóm nhận ra rằng một mục tiêu nào đó đã được hoàn thành và giờ nhóm cần bàn bạc lại về định hướng cho giai đoạn tiếp theo: Xong rồi thì sao?

Tái cam kết có thể là một thời điểm nhạy cảm trong một buổi sinh hoạt vòng tròn, hoặc trong toàn bộ chu trình của vòng tròn đó. Động lực để hoàn thành mục đích và năng lượng nhóm có thể vẫn đang ở

mức cao, hoặc cũng có thể đã rơi xuống thấp hơn sau khi một sự kiện nào đó xảy ra, hoặc đơn giản là một mục tiêu đã đạt được.

Đây là thời điểm mà một số người có thể muốn rời khỏi vòng tròn do định hướng hoặc ưu tiên của họ đã khác trước, họ cần sự dịch chuyển, các cam kết đã thay đổi, có sự xung khắc về cá tính giữa một số thành viên hoặc ai đó muốn bắt đầu một vòng tròn khác. Lúc này những người còn lại có thể muốn xác định mục đích mới cho vòng tròn và theo đuổi nó. Sẽ rất hữu ích nếu mỗi thành viên có thể rõ ràng với mong muốn của riêng mình mà không bị ảnh hưởng quá mức bởi những người khác, hoặc bởi những gán bó và lưu luyến của chính họ đối với vòng tròn này.

Dưới đây là một số câu hỏi để người tham gia cân nhắc trong giai đoạn này:

- Bạn thực sự muốn làm gì?
- Bạn có thể cam kết như thế nào trong thời điểm hiện tại về mức năng lượng và thời gian?
- Vòng tròn sẽ làm gì trong những lần gặp mặt tiếp theo?
- Bạn có muốn nhận một nhiệm vụ khác không?
- Bạn có muốn rời đi không? Hay bạn muốn ở lại? Có những người mới nào muốn tham gia vòng tròn này không?

Tuy nhiên, nếu vòng tròn tiếp tục - hướng tới một cuộc gặp mặt hoặc một chu kỳ cam kết tiếp theo - nhóm sẽ cần phải thiết lập ý định mới. Tái cam kết là một quá trình theo nghĩa đen. Nó đưa vòng tròn trở lại bước đầu để tái cấu trúc, chuyển hướng và khôi phục lại năng lượng tập thể. Lúc này mọi người cần phải bước lên phía trước, đảm nhận trách nhiệm mới hoặc chuyển đổi vai trò và mối quan hệ của họ

trong nhóm. Đây cũng là thời gian để lắng nghe một cách thận trọng và cởi mở.

Trong vòng tròn, năng lượng là một thành viên vô hình đồng hành cùng cả nhóm. Khi tái cam kết, hãy để tâm đến yếu tố này: chú ý đến nó bên trong bạn và xung quanh bạn. Mọi người có thể không nói về năng lượng, nhưng tất cả chúng ta đều sẽ trải nghiệm và cảm nhận về nó. Năng lượng có thể giúp gắn kết, nhưng năng lượng cũng có thể làm lung lay niềm tin trong chính nhóm đó. (Để biết thêm thông tin về vai trò của năng lượng trong một nhóm, hãy xem cuốn sổ tay: *Hiểu về Trường Năng lượng trong Vòng tròn và Nhóm.*)

10.4. Giai đoạn 4: Đóng lại hành trình

Cho dù một vòng tròn có sôi nổi và thành công đến đâu trong việc tiếp tục tìm kiếm mục đích, và cho dù các thành viên có cam kết như thế nào, rất có thể sẽ đến lúc phải thừa nhận vòng tròn đã đi đến điểm kết. Có những vòng tròn sẽ chỉ tồn tại trong một tuần - chẳng hạn như hội thảo và họp mặt hàng năm. Một số khác gặp nhau trong vài tháng - chẳng hạn như các nhóm đang giải quyết một nhiệm vụ hoặc triển khai một kế hoạch nào đó. Một số vòng tròn đã sinh hoạt trong nhiều năm - như các câu lạc bộ sách, nhóm hoạt động xã hội hoặc môi trường, vòng tròn bạn bè.

Đóng lại hành trình là khoảng thời gian để tiếc nhớ và ăn mừng. Một vòng tròn hoạt động sôi nổi và thân thiết có thể chiếm một phần quan trọng trong cuộc sống của mỗi thành viên. Khi nó đi đến điểm kết, hãy chuẩn bị tinh thần để đón nhận cảm xúc tiếc nhớ, chia sẻ điều đó trong vòng tròn, can đảm để nói lời tạm biệt theo bất kỳ cách nào phù hợp với bạn và những người

trong nhóm. Trong bối cảnh bình thường, hoặc trong thời gian ăn mừng, mọi người có thể quên rằng tiếc nhớ cũng sẽ hiện diện. Hãy quan sát tất cả những thôi thúc đột ngột xuất hiện, khiến cho bạn cảm thấy bực bội, hay muốn rút lui, thu mình và tự hỏi bản thân xem liệu đau buồn và tiếc nhớ có phải là cảm xúc thực sự đang hiện diện hay không.

Cho dù đó là sự kết thúc của một lần gặp gỡ hay một trải nghiệm đã kéo dài nhiều tháng, nhiều năm, một chút nghi lễ (ceremony) sẽ giúp bạn buông bỏ và xử lý cảm xúc dễ dàng hơn. Các bạn có thể lựa chọn các nghi lễ phù hợp với vòng tròn của mình: như sử dụng các cụm từ, cử chỉ nhất định, nghi thức hoặc tín hiệu chung để mở và đóng vòng tròn. Thông tin về việc kết thúc vòng tròn và dấu hiệu kết thúc của nó cũng cần được truyền đạt một cách rõ ràng để mọi người đều biết khi nào thì vòng tròn hoàn tất.

Về các tác giả

Christina Baldwin - ThS. Tâm lý học giáo dục



Suốt bốn mươi năm, Christina đã bị cuốn hút bởi cách mà những câu chuyện định hình cuộc sống. Những cuốn sách của bà là sự khám phá niềm tin vào sức mạnh ngôn từ. Chúng bao gồm

hai tác phẩm kinh điển trong lĩnh vực báo chí nói chung, cũng như sự nghiệp của cô nói riêng: *Storycatcher*, *Making Sense of Our Lives through Power and Practice of Story* (Tạm dịch: *Người bắt chuyện, thấu hiểu về cuộc sống thông qua sức mạnh của chuyện kể và thực hành kể chuyện*).

Christina cũng diễn giải quy trình vòng tròn trong *Calling the Circle, the First and Future Culture* (Tạm dịch: *Khởi xướng Vòng tròn - văn hóa cổ đại và tương lai*), và *The Circle Way, A Leader in Every Chair* (Phương pháp vòng tròn, Người lãnh đạo nơi mỗi chiếc ghế) mà cô là đồng tác giả với Ann Linnea.

Baldwin hiện sống trên một hòn đảo gần Seattle, Washington. Sau nhiều năm đi khắp nơi để thuyết trình, giảng dạy và kêu gọi mọi người tham gia vào các cuộc trò chuyện từ trái tim, mục đích-ý nghĩa cuộc sống và hoạt động xã hội, cô giờ đây tập trung nhiều hơn để lan tỏa những nguồn năng lượng đó trong chính cộng đồng của mình. Cô vẫn tiếp tục giảng dạy chương trình hội thảo kinh điển *The Self as the Source of the Story* (Tạm dịch: *Cái Tôi và cội nguồn của câu chuyện*), cũng như tập trung vào các dự án viết lách của riêng mình. Có thể liên hệ với cô thông qua trang web: PeerSpirit.com.

Ann Linnea



Ann Linnea nhiều năm làm hướng dẫn viên thiên nhiên và vùng hoang dã. Là đồng sáng lập của *The Circle Way*, cô dẫn dắt các chương trình phiêu lưu

ngoài trời cũng như các chương trình tập huấn về phương pháp vòng tròn. Ann là đồng tác giả của một cuốn sách từng đoạt giải thưởng về chủ đề dạy trẻ biết ơn thiên nhiên (*Teaching Kids to Love the Earth - tạm dịch Dạy trẻ yêu Mẹ Trái Đất*). Sau 65 ngày chèo thuyền quanh Hồ Superior, cô đã viết một cuốn hồi ký cảm động sâu sắc về cuộc hành trình này với tựa đề *Deep Water Passage, a Spiritual Journey at*

Midlife (Tạm dịch: Chuyến đi nước sâu, hành trình tâm linh trong khoảng giữa cuộc đời). Năm 2010, cô là đồng tác giả của *The Circle Way: A Leader in Every Chair (Phương pháp vòng tròn, Người lãnh đạo nơi mỗi chiếc ghế)* với Christina Baldwin. Trong cùng năm, cô cũng xuất bản cuốn sách in màu *Keepers of the Trees: A Guide to Re-Greening North (Tạm dịch: Người giữ Cây: Hướng dẫn tái thiết màu xanh phương Bắc)*.

Cô hiện đang ở trên một hòn đảo thuộc Puget Sound, nơi cô tập trung sức lực của mình vào hoạt động bảo vệ môi trường, nuôi dưỡng những thể hệ những người chăm lo cho trái đất tiếp theo và làm một “bà ngoại thiên nhiên” cho các cháu của mình. Có thể liên hệ với cô thông qua trang web: PeerSpirit.com.

Nguồn gốc của Phương pháp Vòng tròn (The Circle Way)

Phương pháp Vòng tròn thường được biết đến như mô thức nền tảng để hỗ trợ các hình thức đối thoại mới đang khởi sinh. Vì chúng ta đều cần nhớ về và tái kết nối với những phẩm chất của việc lắng nghe, chia sẻ và hợp tác hành động, ngày nay, nhiều dòng thực hành vòng tròn hiện đại đã và đang được triển khai. Song song đó, di sản từ những tộc người bản địa vẫn còn tồn tại trên khắp thế giới.

Christina Baldwin và Ann Linnea đã khái niệm hóa Phương pháp Vòng tròn và trao tặng công trình này như một món quà cho nhiều nền văn hóa, với hy vọng rằng nó sẽ đại diện cho một tiêu chuẩn ứng xử, mà trong đó mọi người có thể tin tưởng rằng một số hướng dẫn và nguyên tắc nhất định được hiểu và đã áp dụng.

“PeerSpirit” được đặt làm tên của công ty giáo dục và cũng là tên ban đầu

cho phương pháp luận vòng tròn của họ. Năm 2010, khi cuốn sách *The Circle Way, A Leader in Every Chair* được xuất bản, phong trào này đã mở rộng ra toàn cầu và được đổi tên thành The Circle Way.

Ngồi trong vòng tròn là một cuộc phục hưng đang nở rộ. Có nhiều điểm tương đồng giữa những cách mọi người đưa thực hành này trở lại văn hóa chính thống. Trong ngôn ngữ chung được sử dụng để giới thiệu lại thực hành vòng tròn, The Circle Way đưa ra những đóng góp cụ thể mà chúng tôi hy vọng sẽ được tham khảo và trích nguồn. Những đóng góp này bao gồm:

- Bánh xe của Các yếu tố trong vòng tròn (The Components Wheel).
- Ba nguyên tắc của vòng tròn.
- Ba thực hành của vòng tròn.
- Các thỏa thuận trong vòng tròn, khi chúng được sử dụng nguyên văn.
- Mô tả phương thức này là “The Circle Way”.
- Sử dụng và thực hành vai trò người bảo hộ luân phiên.

Thông tin thêm

Phương pháp Vòng tròn là một phong trào dành riêng cho việc giới thiệu và hỗ trợ thực hành vòng tròn trong văn hóa đối thoại trên toàn cầu. Chúng tôi tin rằng bằng cách luân phiên lãnh đạo, chia sẻ trách nhiệm và sẵn sàng tinh thần góp chung ý định, các nhóm nhỏ của những con người bình thường trong cộng đồng có thể điều hướng cuộc sống của họ để tương ứng với nhận thức xã hội, với các giá trị tinh thần, và đáp ứng các nhu cầu cấp thiết của trái đất, con người và các sinh vật thuộc về trái đất này.

The Circle Way cung cấp các hội thảo và dịch vụ tư vấn đa dạng thông qua đội ngũ

điều phối viên, giảng viên và đồng sự. Để biết thêm thông tin về các dịch vụ này, hãy truy cập trang web: thecircleway.net.