

Kommunikation=    Ord  
                            Känslor  
                            Värderingar

Kroppsspråk=        Miner  
                            Gester  
                            Tonfall  
                            Kroppshållning

#### PÅLITLIGHET:

+

Förtroende

Ärlighet

Respekt

Löften

-

Svek

---

GRÄL ← konflikter, besvikelse, irritation

+

-

Förståelse

Uppslitande gräl

Anklagande/Beskyllande

Lösning: diskussion, kompromiss, jagbudskap, hänsyn, jämlikhet

God lyssnare

Dålig lyssnare

Ögonkontakt

Bortförklarar

Visar intresse

Självcentrerad

Deltar

Förminskar problemet

Frågar

-----  
Människokontakt

Mobiltelefon och nätet



- gränser (jobb, familj/vänner)
- samtalsetik (rätt – fel)
- köpval