

## Kommunikasjonsregler

Bruk ordet **jeg** når du beskriver et problem

Vend deg mot den du snakker med

Ha et **nøytralt** kroppsspråk, **positivt** tonefall  
og **tydelig** tale

Ikke snakk om **noen**, bruk navn

Beskriv det du har observert, **vær konkret**

**En person** snakker om gangen

La den som snakker, få fullføre uforstyrret;  
**avbrytelser skal avtales** i forkant av samtalen

