

6.4 FELADAT / KÜLÖN MELLÉKLET

Gondolatolvasásmentes megállapodás

Közösen fejezzétek be:

Ha valamelyikünk azt mondja, hogy „semmi baj”, miközben láthatóan van valami, akkor...

Válasz

Ha valamelyikünknek idő kell, mielőtt beszélni tud, akkor ezt így jelezzük:

Válasz

Ha egy mondatot kétértelműnek vagy bántónak érzünk, ahelyett hogy visszatámadnánk, ezt kérdezzük:

Válasz

Ha dühösesek vagyunk, de még nem tudjuk pontosan megfogalmazni, mire van szükségünk, mondhatjuk azt, hogy:

Válasz

6.4 FELADAT / KÜLÖN MELLÉKLET

Gondolatolvasásmentes megállapodás

FOLYTATÁS

Egy mondat, amit szeretnénk teljesen száműzni a konfliktusainkból:

Válasz

Egy mondat, amit szeretnénk gyakrabban használni:

Válasz