



TALA ELLER TIGA



guide till gott uppförande

§ DU BÖR INTE BRYTA EN TYSTNAD med mindre än att du har något väsentligt att säga. Och även om det är nog så väsentligt ska du inte börja tala förrän du har fått GRÖNT LJUS av lyssnaren.

§ Om du har talat oavbrutet i mer än en minut ska du ta en paus. TA ETT DJUPT ANDETAG och överväg hur relevant det är, det du säger, för den eller dem som du talar till. Om ingen uppmuntrar dig till att fortsätta ska du hålla igen och GE PLATS TILL ANDRA som kanske sitter med något på hjärtat.

§ Du får INTE avbryta en person som faller i tankar.

§ Om en annan person frågar om han eller hon får säga något till dig, ska du ge dig tid att känna efter om du HAR LUST ATT LYSSNA just till denna person – och om tidpunkten är den rätta. Om inte, kan du bara skaka lätt på huvudet. Du behöver inte be om ursäkt eller förklara dig.

Hämta affischen i olika storlekar på sensitiv-hsp.se/tala-eller-tiga/