



**– Hur god är er kommunikation?**

**– Riktigt god kommunikation skapar vi tillsammans!**

## Kommunikationskartan

Kommunikation	Nivå	Namn	Inställning
 <p>God</p> <p>Dåligt fungerande</p>	<b>+7</b>	Ömsesidigt samförstånd	<b>Jag skapar god kommunikation</b>
	<b>+6</b>	Hållbar kommunikation	<b>Jag lyssnar och vill lära</b>
	<b>+5</b>	Kompromissvilja	<b>Jag är öppen för en förhandling</b>
	<b>+4</b>	Värt att kämpa för	<b>Jag har en viktig poäng</b>
	<b>+3</b>	Vanliga samtal	<b>Jag vill veta var vi har varandra</b>
	<b>+2</b>	Ytlig bekantskap	<b>Jag vill veta om du är vänlig</b>
	<b>+1</b>	Idealisering	<b>Jag är positivt inställd till dig</b>
	<b>0</b>	Ingen kommunikation	<b>Jag är oberoende av dig</b>
	<b>-1</b>	Misstro	<b>Jag är negativt inställd till dig</b>
	<b>-2</b>	Avstånds-tagande	<b>Jag ställer krav på dig</b>
	<b>-3</b>	Gruppträck	<b>Jag vill vända andra mot dig</b>
	<b>-4</b>	Direkta hot	<b>Jag vill tvinga min vilja på dig</b>
	<b>-5</b>	Sanktioner	<b>Jag pressar dig att lyda mig</b>
	<b>-6</b>	Bestraffning	<b>Jag vill få dig att självrannsaka</b>
<b>-7</b>	Absolut tvång	<b>Jag tar kontrollen över dig</b>	