

Øvelse: Du-og-jeg-sprog

I står i en konflikt. En bevidsthed om "jeg-sprog" og "du-sprog" kan være med til at nedtrappe konflikten.

Overvej:

1. Hvordan du kan kommunikere et "nedtrappende sprog"?
2. Hvad der er din banehalvdel?
3. Hvordan du bliver lyttende og spørgende?
 - a. Udform tre konstruktive og undrende spørgsmål ind i konfliktsituationen
4. Hvordan du kan fokusere på fremtiden – nedskriv nogle konfliktløsningsforslag?
5. Hvad skal der til, ud fra din vurdering, for at konflikten bliver løst?

Optrappende sprog	Nedtrappende sprog
Du-sprog	Jeg-sprog
Fokuserer på fortiden	Fokuserer på nutiden og fremtiden
Går efter personen	Går efter problemet
Går over på en andens banehalvdel	Bliver på sin egen banehalvdel
Afbryder	Lytter, spørger

Figur: Du-og-jeg-sprog

Tag en fællessnak på klassen, hvor I forsøger at finde løsningsforslag i forhold til den aktuelle konflikt. Inddrag de forslag I har skrevet ned under pkt. 5. Inddrag også eventuelt nogle af de spørgsmål, som er blevet nedskrevet under pkt. 3.a.