**Kapitel 7**

Hvis du vil vide mere om

Gensvarsmodeller

* Gensvar: <http://www.arbejdsmiljoweb.dk/ledelse-og-organisering/naar-du-skal-lede-dig-selv/arbejde-alene/arbejde-i-andres-hjem/kommunikation>
  + **Øvelse**: Før en samtale, hvor du forsøger at bruge de forskellige gensvar.

Transaktionsanalyse

* Video om transaktionsanalyse: <https://www.youtube.com/watch?v=tOJ9GQE5b9o>
  + **Øvelse**: Læg mærke til i løbet af dagen, hvordan du bevæger dig igennem de forskellige roller.

Kommunikation

* Johari-vinduet: <https://www.youtube.com/watch?v=htjumQCdTnY>
  + **Øvelse**: Følg anvisningerne i videoen.

Girafsprog

* Girafsprog
  + (**øvelser** og teori): <http://dcum.dk/vaerktoejer-og-inspiration/girafsprog>
  + 5 **videoer:** 
    - Bag enhver handlig ligger et behov - <https://www.youtube.com/watch?v=dKXtVldzGmk>
    - Fra konflikt til kontakt - <https://www.youtube.com/watch?v=Sxv6j-5rBZs>
    - At tage ansvar for egne følelser - <https://www.youtube.com/watch?v=jFobR5_TA4g>
    - Girafsprog - <https://www.youtube.com/watch?v=_HbhsqQtR0c>
    - Fra vrede til empati - <https://www.youtube.com/watch?v=rkV-fW7abNQ&t=30s>

Anerkendende kommunikation

* Grundprincipper: <http://www.etsundtarbejdsliv.dk/anerkendelse/grundprincipper>
* **Øvelser**: <http://www.etsundtarbejdsliv.dk/anerkendelse/oevelser_anerkendelse>