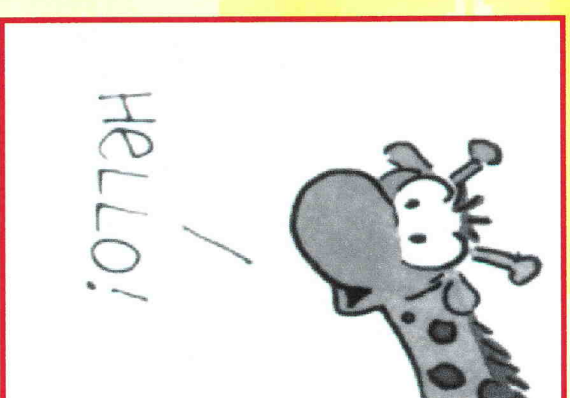


1. Facts
2. Følelser
3. Behov
4. Anmodning/forslag - forhandling



De fire positioner (til indre afklaring)

Ulv - ind	Ulv - ud	Giraf - ind	Giraf - ud
<i>punkte sig selv skyldfølelse</i>	<i>snorre - snorre aggressiv</i>	<i>selvempati egne følelser og behov</i>	<i>sæt ord på andres følelser - empati</i>

