

Kommunikasjon

Kapittel 2: Anerkjennende kommunikasjon

Anerkjennende kommunikasjon

- Vg2: Gjøre rede for prinsippene for anerkjennende kommunikasjon og vise slik kommunikasjon i praksis
- Hva er anerkjennelse?
- Hva kjennetegner anerkjennende kommunikasjon?

Hva er anerkjennelse

- Innebærer å bli forstått og verdsatt, bekreftet.
- Innebærer også å bli sett på som likeverdig.
- Innebærer aksept for at man er annerledes og unik.
- Ytre anerkjennelse er at våre prestasjoner blir sett. Bygger selvtillit.
- Indre anerkjennelse er å bli sett som subjekt/person. Bygger selvfølelse.

- Hvordan anerkjenner vi en tre år gammel jente som vil gå i genser ute en kald vinterdag?
- Hvordan anerkjenner vi en 11 år gammel gutt som nekter å sitte ved plassen sin i skoletimen?

Skriveoppgave:

- Forklar hva anerkjennelse er.

- [Anerkjennelse.docx](#)

Anerkjennende kommunikasjon

- Baserer seg på lytting, forståelse, aksept, toleranse, empati og åpenhet:
- Aktiv lytting- med klargjørende spørsmål og signalisering av interesse
- Aksept og toleranse- ha i bakhodet at vi alle møter verden på ulike måter

Hvordan kan du gi indre og ytre anerkjennelse i disse situasjonene:



- Anita på 4 år tegner og viser frem tegningene sine til deg hver dag
- Sol på 5 år har lært seg å sykle etter iherdig trening hele sommeren
- Sverre og Carl på 14 har samlet inn penger til barneavdelingen på sykehuset

Skriveoppgave

- Forklar hva som trengs for å kommunisere på en anerkjennende måte.
- `Anerkjennende_kommunikasjon.docx`