

KOMMUNIKATIONSÖVNING THE CONNECTION. 2a. Mellan två personer (jag möter en annan person).
 ATT MEDVETANDEGÖRA; Tankar, känslor, handling mm och dess inverkan. Vad hände i mig?

Utforskandet kan börja i olika rutor.

| VAD HÄNDE I MIG? | Känslor som var närvarande i dig? | Tankar som var närvarande i dig? | Vad upplevde du i kroppen? | Vilken var din drivkraft, din motivation (tex rädsla eller omtanke)? | Vilka initiativ tog du? Vilka initiativ tog du inte? |
|---|-----------------------------------|----------------------------------|----------------------------|--|---|
| <p>Hur var det att leda?</p> <p>Från Inkännandeövningen en leder - en följer.</p> | | | | | |
| <p>Hur var det att följa?</p> | | | | | |