

# EFFEKTIV KOMMUNIKATION

## GIRAFFSPRÅKET – ETT VERKTYG FÖR EN KONSTRUKTIV DIALOG



Kommunicerar gör vi hela tiden, men kanske inte alla gånger så medvetet. Även om vi vill väl kan det bli missförstånd och konflikter. Det är mottagaren av ett budskap som avgör om budskapet når fram på det sätt som det var ämnat. Eftersom ord väcker olika associationer hos olika människor, blir ofta det mottagaren hör mer eller mindre förvanskat. Missförstånd och konflikter är "tidstjuvar" och kostar mycket både i form av energi och pengar.

Den språkliga kommunikationsmodellen Giraffspråket hjälper oss att överbrygga våra olika föreställningsvärldar. Giraffen symboliserar med sin långa hals och sitt stora hjärta överblick och ett empatiskt förhållningssätt. Modellen bygger på respekt, ärlighet, ödmjukhet och empati.

Den amerikanske psykologen Marshall Rosenberg utvecklade den här modellen för mer än 40 år sedan. Namnet på modellen är i USA "A model for nonviolent communication."

Språk som ofta väcker motstånd identifieras. Det kallas för Vargspråket och är otydligt samt uppfattas lätt som attackerande, vilket ökar risken för att andra och vi själva ska hamna i försvarsposition. Detta leder ofta till missförstånd och konflikter.

Giraffspråket är ett kraftfullt redskap för en konstruktiv dialog och för att stärka sin emotionella kompetens.

### Utbildningen ger ett effektivt redskap bland annat för att:

- Uttrycka sig så att andra förstår vad man menar.
- Kunna ge och ta emot positiv och negativ kritik på ett konstruktivt sätt.
- Lyssna aktivt även i upprörda situationer.
- Bemöta kunder på ett konstruktivt sätt.
- Förebygga och hantera konflikter.
- Förbättra dialogen på arbetsplatsen och underlätta förändringsprocesser.
- Lägga en grund för ett effektivare projektarbete.
- Träna sin emotionella kompetens.
- Få ett kreativt samarbete med effektiva möten.

Ett föredrag är ungefär två timmar långt. En kurs som innehåller grupparbeten, där modellen tränas med exempel, är fyra timmar till två dagar lång.

Karin Idar är föredragshållare och kursledare. Hon är jurist och har tidigare arbetat som åklagare i fjorton år. Sedan mer än tjugo år håller hon mycket uppskattade föredrag och leder kurser i kommunikation.

Våra uppdragsgivare är bland andra: Lära för Livet, Finansdepartementet, Tullverket, Enea Data, Kanthal, W.L.Gore & associates Scandinavia, Blomsterfonden, Holmbergs talare, Skillspartner, länsstyrelser, sjukvården, skolor, politiker och tandvården.

### Kontakta oss gärna för mer information!

Produktiv Kommunikation Idar & Tham HB  
Mörbydalen 15, 2 tr  
182 52 Danderyd

Mobil: 070-497 34 85

Telefon: 08-753 49 99

e-post: [karin.idar@gmail.com](mailto:karin.idar@gmail.com)

[www.produktivkommunikation.se](http://www.produktivkommunikation.se)