

VIRK HLUSTUN

Virk hlustun hjálpar okkur að sýna áhuga. Þegar við sýnum öðrum áhuga þá styrkjum við tengslin.

Lifandi samskipti

Kinka kolli og sýna önnur svipbrigði sem passar við umræðuefnið. hissa-glaður-leiður

Halda augnsambandi*

Gott að horfa reglulega í augu við þann sem talar.

Halla sér að

til að sýna auka áhuga.

Spyrja spurninga

-var það vont?
- hvað gerðist þá?

Þegar margir eru að tala saman: góð regla að horfa alltaf á þann sem er að tala.

Ekki detta inn í símann!



Okkur líður vel þegar vinir okkar sýna að þeim finnst við skipta máli.

* Þessu má sleppa ef þér finnst þetta erfitt.