

Fem regler för konfliktlösande samtal

1. Hålla stilen.
2. En sak i taget.
3. Hålla sig till saken.
4. Prata färdigt om saken.
5. Jag talar för mig och du talar för dig.

De fem reglerna representerar förnuftet, som alltid behöver hålla koll på känslorna. När känslorna tillåts överrösta förnuftet, då är det klyvning på gång, och det skapas ett kaos som omöjliggör konfliktlösning. De fem reglerna motverkar alltså klyvning. Parterna behöver komma överens om att 'när vi har ett problem så pratar vi om saken - och då håller vi oss till de fem reglerna'. Vi hjälps åt att dra fram den underliggande konflikten och att enas om lämplig lösning. När någon part inte kan eller vill hålla sig till reglerna får man göra ett uppehåll och återuppta det konfliktlösande samtalet när förutsättningar åter är för handen.