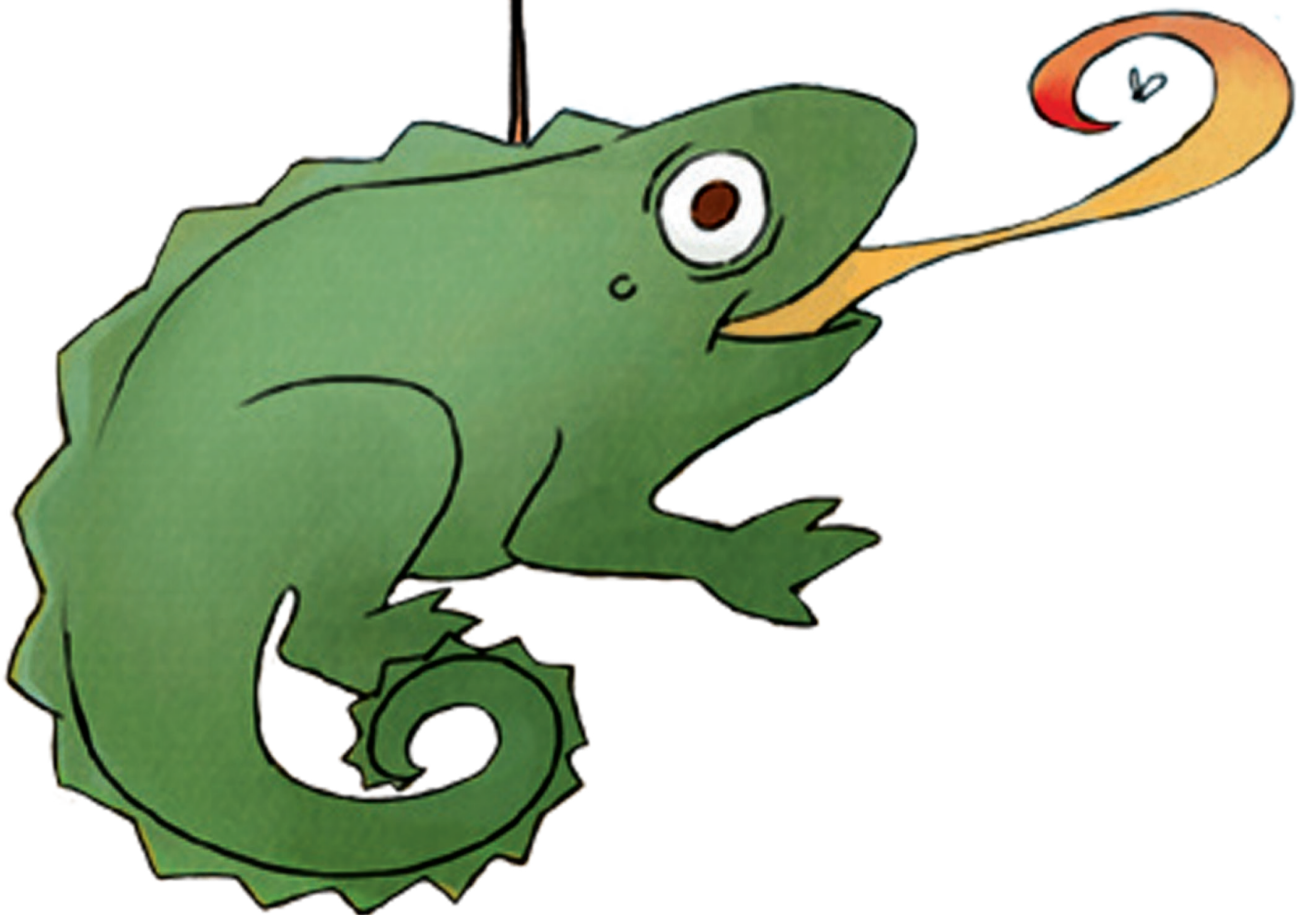
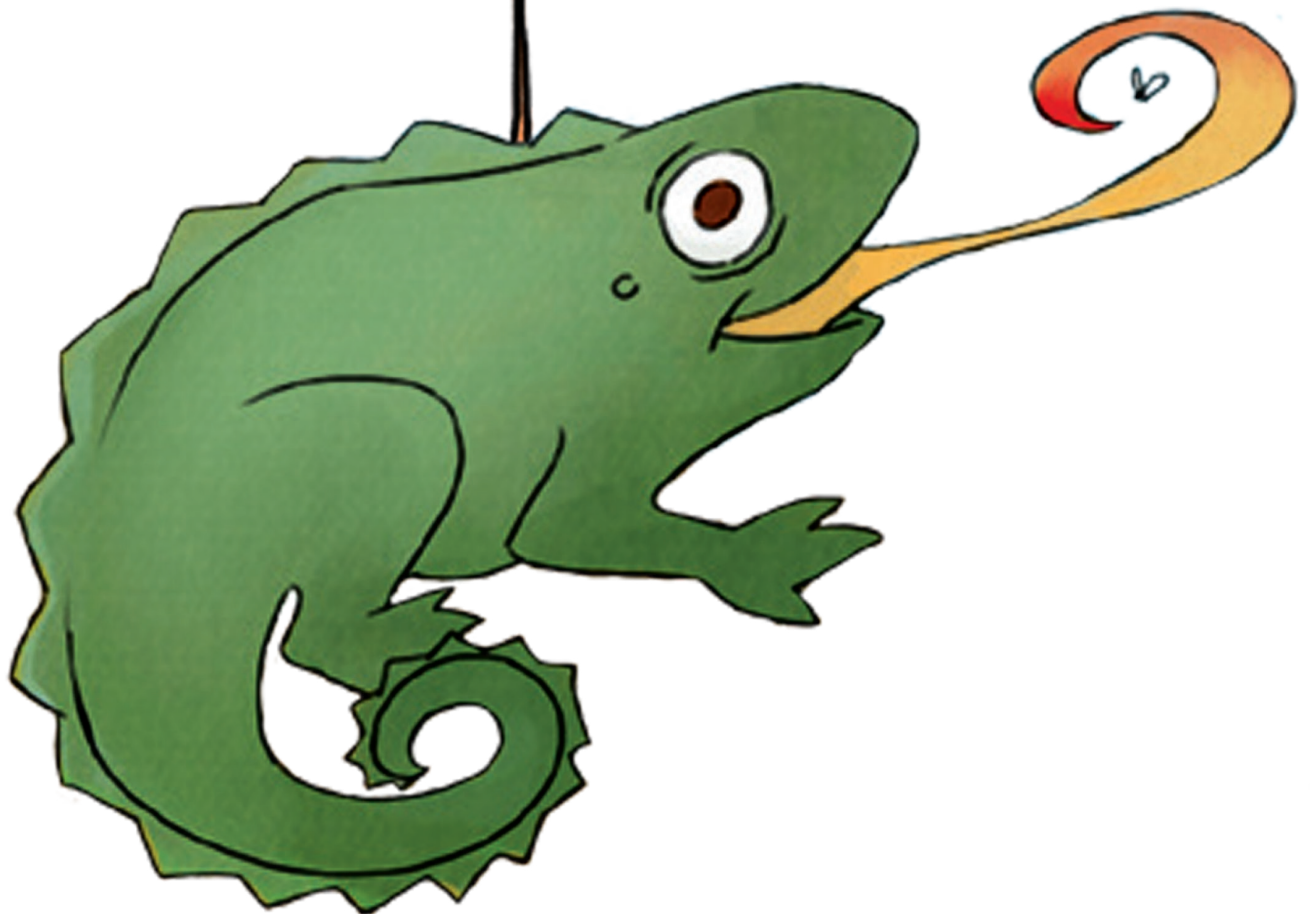


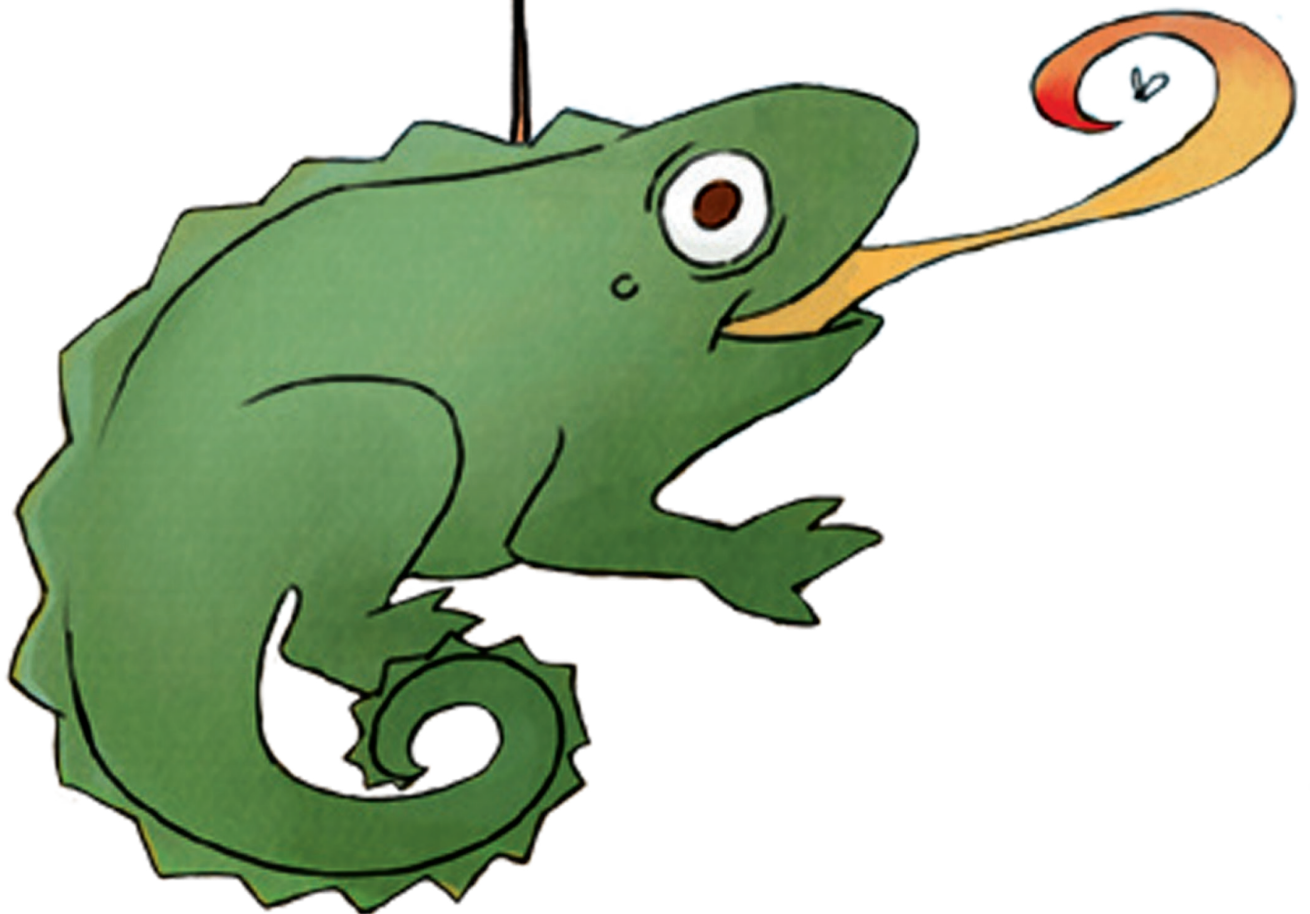
Læg mærke til

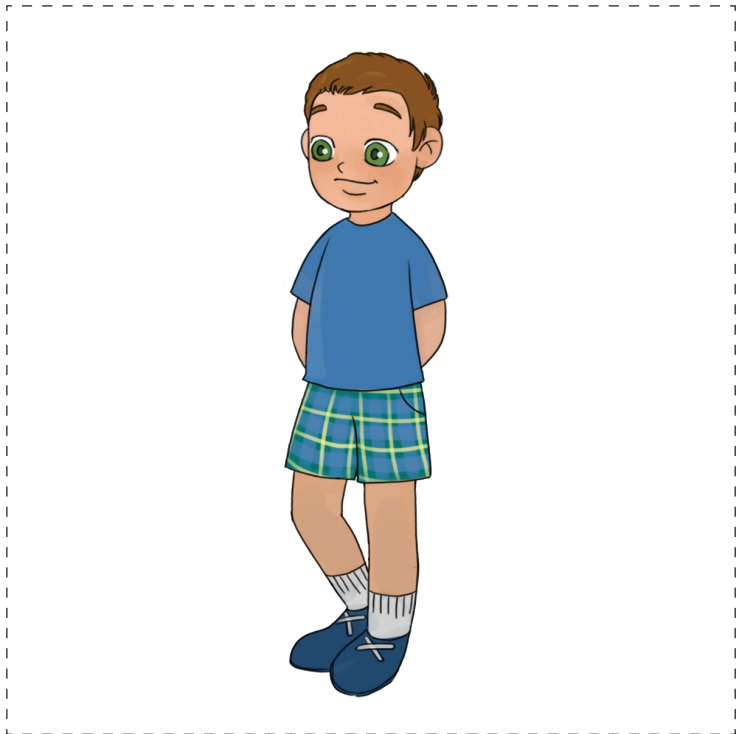


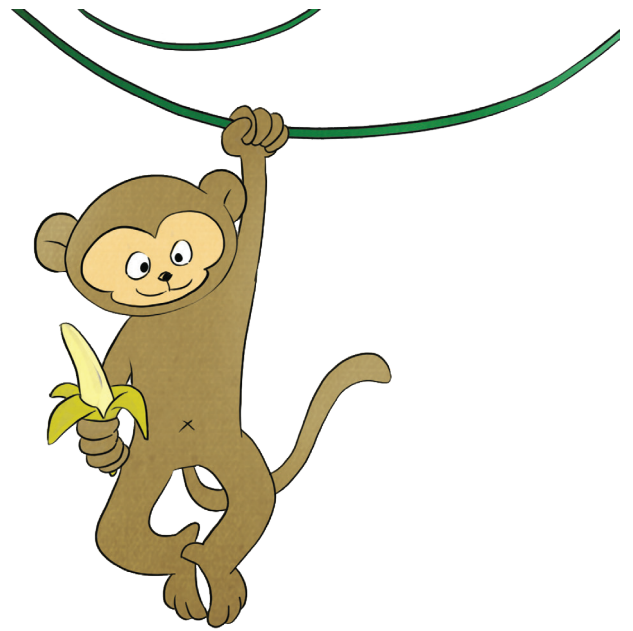
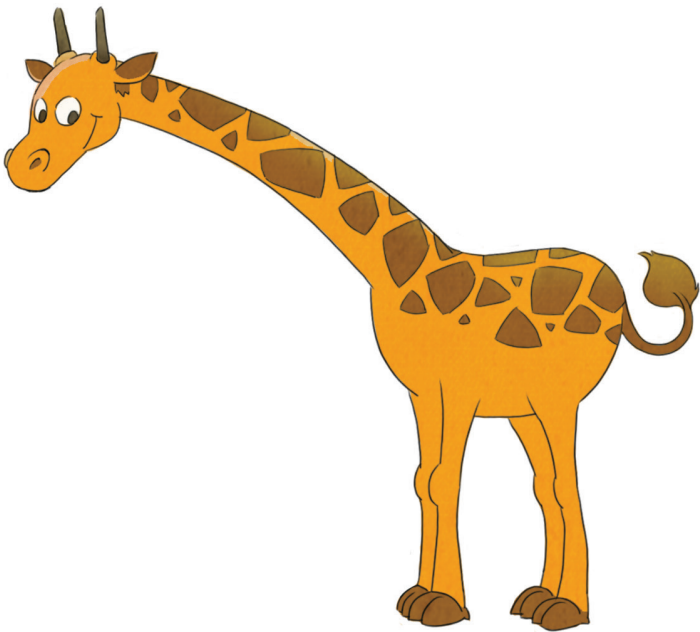
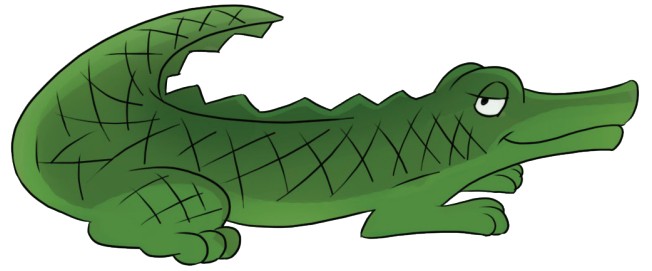
Snak om det



Prøv selv







# At lytte med hele kroppen



**At lytte med hele kroppen** er, når vi holder vores øjne, ører, mund, hænder, arme, ben og fødder så stille og rolige som muligt, mens vi lytter til andre. Når vi lytter med hele kroppen, hjælper det os også med at aflæse **gruppens plan**.

Det viser andre, at vi tænker på dem. Det gør, at alle føler sig godt tilpas.

Men husk på: Det er ikke en regel – det er et værktøj!

Det er for svært for os at gøre det hele tiden.

“Begrebet at lytte med hele kroppen blev udviklet i 1990 af Suzanne Poulette Truesdale”