

Checklista - Att uttrycka sig begripligt

Information och instruktioner

Se till att du besvarar följande frågor:

- Vad ska jag göra?
- Med vem ska jag vara?
- Vad behöver jag?
- Var ska jag vara?
- Hur ska jag göra?
- När?
- Hur länge ska jag hålla på?
- Varför ska jag göra detta? Vad ger det mig?
- Vad ska jag göra sedan?
- Reservutgång: Vad ska jag göra om det inte fungerar?

Vid samtal

Vi ett bra samtal ska nedanstående checkboxar vara ikryssade:

- Jag har valt ett lämpligt tillfälle
- Jag har valt en lämplig plats
- Jag ger den jag pratar med gott om tid för svar
- Jag är neutral; är inte anklagande eller visar känslor
- Jag agerar lågaffektivt
- Jag använder visuellt stöd
- Jag säger som det är utan att linda in saker
- Jag låter den andra personen berätta sin version
- Jag låter den andra personen komma med förslag på lösningar

Att undvika

Markera checkboxarna framför de påståenden som stämmer för dig. Det finns också utrymme att skriva ner ord/uttryck som du använder särskilt ofta. Detta är saker du behöver jobba extra med.

- Jag pratar snabbt
- Jag använder **inte** visuellt stöd
- Jag pratar med många ord
- Jag använder långa ord

- Jag använder svåra/ovanliga ord; t.ex. internationella fackord, yrkesjargong, modeord, låneord, engelska webb-ord.
Ex: implementera, involverad, teamwork, web site

- Jag använder abstrakta ord/begrepp
Ex: värdegrund, jämställdhet, tyngdpunkt, evolution

- Jag använder ironi och sarkasm
- Jag använder liknelser och metaforer

Ex: *Du är blek som ett lik*
Ex: *Mello-feber*

- Jag använder idiomatiska uttryck

Ex: *bita i det sura äpplet*

- Jag använder tvetydigheter, blandade bilder och tillkrånglat bildspråk

Ex: *Bomberna kan bli både mindre (storlek) och mer explosiva*
Ex: *Flickorna är i stark minoritet*
Ex: *Linjeflyg har tappat var femte passagerare*

- Jag använder anspelningar och svårförståeliga uttryck

Ex: *Vi har blivit utsatta för en Kafkaartad process*

Jag använder slang

Ex: *chilla*

Jag använder tveksamheter

Ex: *kanske, ofta, snart, vi får se, eventuellt*

Jag använder homonymer (ord med flera betydelser)

Ex: *sätta en bock i kanten*

Jag använder dubbla negationer (inte, ingen)

Jag gör syftningsfel

Jag blandar känslor och förväntningar med information

Jag använder djupt och högtidligt språk

- Jag använder passiva satser med verbet sist

Ex: *Den nya ombyggnaden på skolgården under vårterminen kommer inte att kunna genomföras.*

- Jag inleder med mycket detaljer och siffror

- Jag inleder med allmänna reflektioner

- Jag inleder med en historisk tillbakablick

Ex: *Redan de gamla grekerna...*

- Jag inleder med imponerande citat

- Jag ger instruktioner i mer än tre led

- Jag använder kroppsspråk för att förklara saker

- Jag antyder saker mellan raderna