

SAMBANDSRÓFIÐ

HEILBRIGÐ SAMBÖND

Byggja á jafnrétti og virðingu

- Opin samskipti
- Virðing
- Traust
- Hreinskilni
- Jafningar
- Umhyggja

ÓHEILBRIGÐ SAMBÖND

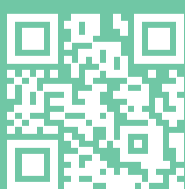
Byggja á því að annar aðilinn reynir að stjórna hinum

- Tillitsleysi
- Valdabarátta
- Afbrýðisemi
- Óheiðarleiki
- Miklar skapsveiflur
- Stjórnsemi

OFBELDIS- SAMBÖND

Byggja á valdbeitingu og stjórnun

- Ásakanir
- Hótanir
- Einangrun
- Þvinganir
- Stjórnun
- Niðurlæging



Sambandsrófið spannar frá heilbrigðum samböndum til óheilbrigðra sambanda og þaðan til ofbeldissambanda.
Hvar á rófinu liggur þitt samband?

SJÚKÁST 