

INNHALD

Føreord	11
Kapittel 1	
Kommunikasjon – introduksjon og perspektiv	13
Basiskompetanse	13
Profesjon	14
Rolle	15
Bakkebyråkrat	15
Kompetanse og kommunikasjon	17
Innhaldskompetanse	18
Relasjonskompetanse	19
Teori og praksis	22
Taus kunnskap	23
Kart og terreng	23
Om metodar	25
Subjekt–objekt-problemet	26
Perspektiv på kommunikasjon	28
Energi og informasjon	29
Kommunikasjon – eit fleirfagleg felt	30
Kommunikasjon som sosial prosess	32
Intendert eller ikkje-intendert kommunikasjon	33
Å tenke i kommunikasjon	35
Oversyn over boka	36

Kapittel 2

I byrjinga var relasjonen	39
Å overskride grenser	39
Erfaring – å lagre informasjon	40
Å kommunisere med teikn og symbol	40
Hjerne og språk	41
Kjensler som kommunikasjon	42
Det sosiale	43
Kvifor kommuniserer vi?	44

Kapittel 3

Meining som kommunikasjon	48
Dualismen	48
Mind og mening	49
Å skape mening	51
Persepsjon	52
Sosial persepsjon	54
Klede som kommunikasjon	56
Stereotypiar	56
Subjektive teoriar	57
Intuisjon	57
Forventningar	58
Sjølvopppyllande profetiar	59
Å kommunisere seg sjølv	60
Attribusjon	61
Å attribuere ut ifrå avvik	64

Kapittel 4

Språk, teikn og kommunikasjon	66
Sjanger	68
Språk versus kommunikasjon	69
Teikn	69
Semantikk	70
Språk og røyndom	70
Propaganda	72
Syntaks og pragmatikk	72

Retorikk	74
Metaforar	76
Vitskap og metaforar	77
Metaforar i terapi og hjelpearbeid	78
Diskurs	80
Forteljingar (narrativ)	81
Kapittel 5	
Ikkje-språkleg kommunikasjon	84
Historikk	87
Paraspråk (paralingvistikk)	89
Kropplege rørsler (kinetikk)	90
Fysisk utsjånad	91
Andletet	92
Blikk	93
Smil	94
Emojiar	96
Berøring og fysisk avstand	96
Romtilhøve – fysisk design	99
Tid	99
Artefakt	100
Skikk og bruk	100
Funksjon	101
Ikkje-verbal kommunikasjon i profesjonell samhandling	102
Kapittel 6	
Kommunikasjonsprosessen – eit informasjonsteoretisk perspektiv	104
Informasjonsteoretisk perspektiv	105
Effektiv kommunikasjon?	107
Etikk og kommunikasjon	108
Den etiske fordring	108
Andletet	109
Det instrumentalistiske mistaket	110

Kapittel 7

Kommunikasjonsprosessen – eit systemteoretisk perspektiv	112
System	113
Relasjon og kontekst	113
Grenser	114
Kybernetikk: styring og regulering	115
Førsteordens og andreordens endring	115
Autopoiese	116
Strukturell kopling	117
Systemteoretiske påstandar om kommunikasjon	118
Ein kan ikkje ikkje-kommunisere	118
All åtferd er kommunikasjon	119
Kommunikasjon går føre seg på fleire nivå	119
Kommunikasjon og kontekst er integrert	121
Metabodskap og metakommunikasjon	121
Kommunikasjon har både eit innhalds- og eit relasjonsaspekt	122
Relasjonar skaper kommunikasjon, og kommunikasjon skaper relasjonar	123
Sirkularitet og punktuering	124
Makt og kontroll er ein del av all kommunikasjon	124

Kapittel 8

Makt, kultur, kjønn og konflikt	127
Makt	127
Kva er makt?	128
Makt som relasjonelt fenomen	128
Manipulering	131
Hersketeknikkar	132
Kjønn og kommunikasjon	133
Innhald og relasjon	134
Kultur og kommunikasjon	135
Kultur som kontekst	136
Kulturdimensjonar	137
Konflikt og kommunikasjon	138
Dialog	139

Kapittel 9

Kommunikasjon i profesjonelle relasjonar 142

 Krava og forventningane til profesjonsutøvarar 142

 Det første møtet 144

 Avklaring av føremål 144

 Vurdering av kontekst 147

 Samtalen 148

 Småprat 148

 Ikkje-verbal 149

 Å lytte 149

 Å spørje 150

 Å styre 151

 Fallgruver og feilkjelder 153

 Blinde flekkar 154

Kapittel 10

Hjelpande og terapeutisk kommunikasjon 156

 Hjelpande kommunikasjon 156

 Vår eldste visdom 158

 Placebo – ein kommunikativ helseressurs 159

 Frå feilkjelde til medisin 159

 Placebo som symbol og mening 160

 Psykotering 162

 Verkar psykotering – og kvifor? 163

 Fellesfaktorar 163

 Personfaktoren 164

 Relasjonsfaktorar 164

 Empati 165

 Den terapeutiske alliansen 165

 Psykotering – kommunikasjon som terapi 166

 Hjelpande og terapeutisk kommunikasjon – ein kontekstuell modell ... 166

 Den treledda relasjonen 167

 Objektiverande og subjektiverande kommunikasjon 168

 Den terapeutiske konteksten 172

 Tillit 172

 Ein strukturmodell 173

Innholdsplanet	176
Relasjonsplanet	178
Håp og endring	179
Praktiske øvingar	181
Rollespel med feedback	181
Referansar	183
Stikkordregister	192