

## 2.1 Härskartekniker

Steg 2. Lär

Tid: 11 min

Individuell övning

### Övning

Välkommen till en mini-föreläsning i härskartekniker som går att göra både enskilt och i grupp. Tidsåtgång ca 11 min, säkerställ att du har ljudet påslaget. Syftet är att få grundkunskap om vad härskartekniker är och hur de kan ta sig till uttryck. Att lära sig se och förstå härskartekniker gör det enklare att motverka dem och att själv undvika att använda dem mot sin omgivning.

Se filmen här:

[https://www.youtube.com/watch?v=GcBxp\\_Sj8MI](https://www.youtube.com/watch?v=GcBxp_Sj8MI)