

# Rekja á milli reglufestu og uppbyggingar

1. Hægt að byrja að rekja með Reglufestu eða Uppbyggingu.
2. Mikilvægt að enda á setningu úr Uppbyggingu.

3. Standa nærri þegar þú talar og auka fjarlægðina í lokin.
4. Gefa tækifæri til að hugsa og halda ró (nota heilabörkin).



Ef þú ....  
verð ég að ....  
(beita afleiðingu  
valda óþægindum)

Mig langar  
frekar að ...  
(Laga þetta.  
Fáum bæði það  
sem við viljum).