

Manifestul

comunicării non-ostile

1. Lumea virtuală este reală

În mediul online, spun sau scriu numai ceea ce am curajul să spun și de persoană.

2. Ești ceea ce comunici

Cuvintele pe care le aleg, definesc cine sunt. Acestea mă reprezintă.

3. Cuvintele modelează felul în care gândesc

Îmi iau tot timpul de care am nevoie pentru a-mi exprima punctele de vedere în cel mai bun mod posibil.

4. Ascultă înainte de a vorbi

Nimeni nu poate avea dreptate tot timpul, inclusiv eu. Ascult în mod adecvat și cu plăcere.

5. Cuvintele construiesc legături

Îmi aleg cuvintele pentru a înțelege, a mă face înțeles și a mă apropia de ceilalți.

6. Cuvintele au consecințe

Sunt conștient de faptul că ceea ce spun sau scriu poate avea consecințe minore sau majore.

7. Distribuie cu atenție

Transmit mai departe texte sau imagini doar după ce le-am citit, vizionat, verificat și înțeles.

8. Ideile pot fi discutate.

Oamenii trebuie respectați

Cei ale căror puncte de vedere și opinii diferă față de ale mele nu sunt dușmani care trebuie distruși.

9. Insultă nu este un argument

Nu accept cuvinte care ofensează sau atacă, chiar dacă vin în sprijinul punctului meu de vedere.

10. Și tăcerea spune ceva

Când este mai bine să păstrez tăcerea...tac.