

حالا که با سه نوع فلگ آشنا شدیم، وقتشه همه رو کنار هم بذاریم تا راحت تر بشه تشخیص داد که با چی طرفیم و مهم تر از اون، بدونیم در هر شرایطی باید چه واکنشی نشون بدیم.

بلک فلگ	ردفلگ	گرین فلگ	ویژگی فلگ ها
سمی، مخرب، خطرناک	نگران کننده، قابل اصلاح	سالم ، حمایت گر	نوع رفتار
آسیب روانی یا جسمی	استرس، شک، بی ثباتی	رشد، آرامش، اعتماد	تاثیر بر رابطه
فاصله گیری، پایان دادن، حفاظت از خود	گفت وگو، بررسی، ارزیابی مجدد	تقویت و ادامه رابطه	واکنش مناسب
(بالا)اورژانسی	متوسط	(کم)مثبت	میزان خطر
خشونت، تحقیر، گسلایتینگ، کنترل گری شدید	دروغ، بی احترامی، ناپایداری	احترام، ثبات، حمایت	نشانه ها