



Fellesforbundet

Vær en god lytter!

- **Se på folk når de snakker**, legg bort telefonen
 - **Ta det rolig.** Vi tenker forttere enn vi klarer å uttrykke muntlig
 - **Ikke avbryt**
 - **Ha et åpent sinn.** Ikke tro du veit hva folk kommer til å si
 - **Ikke fisk.** Ikke still ledende spørsmål, som «er du ikke enig i at...»
 - **Vær empatisk.** Noen trenger å blåse ut litt, noen kan være lei seg. Din oppgave er å høre hva de har å si, ikke dømme.
 - **Vis at du hører hva som blir sagt.** Still oppfølgingsspørsmål. Vær sikker på at du har forstått ting riktig
 - **Finn saker og synspunkter dere er enige om.** Selv om man ikke er enige i alt er det nesten alltid noe. Legg vekt på de sakene.
- NB! Du er ikke en selger.** Du ønsker virkelig å vite hva folk mener, og se om vi kan finne en løsning sammen.





Besøksadresse: Lilletorget 1, 0184 OSLO
Postadresse: Postboks 9199 Grønland, 0134 OSLO
Telefon: 23 06 31 00

E-post: post@fellesforbundet.no Internett: www.fellesforbundet.no
Facebook: www.facebook.com/fellesforbundet Twitter: [@fellesforbundet](https://twitter.com/fellesforbundet)