

LYTTE – TRINN FOR TRINN

1

KONSENTRER DEG

- Fokuser på talerens ord og kroppsspråk.
- Ikke avbryt.
- Ikke se på eller bruk telefonen din.

2

VIS TAKKNEMLIGHET

- Se på den som snakker.
- Bruk små ord som "ja" eller "OK".
- Takk den som snakker.

3

GJENNOMGANG

- Si: "Så du mener ..."
- Gjenta så det du hørte.

4

BE

- Spør: "Forsto jeg dette riktig?"
- Lytt og vent på et svar.