

Aktiv lytning

beslut dig for at FP (fokuspersonen) er den vigtigste i denne samtale

Åbne spørgsmål

f.eks.:

Hvordan...?

Kan du sige mere om...?

Hvordan forestiller du dig, at...?

Støtte til følelser..f.eks.: Jeg kan forstå, at det betyder meget for dig, at...

Opklarende spørgsmål

f.eks.:

Hvornår – Hvem – Hvor længe ?

Hvad betyder det præcis, når du siger...?

Hvad tænker du på, når du siger at, ...fortæl mere om det ?

Du nævnte før...Vil du uddybe..?

Have øjenkontakt og bruge

Gentagelser

Opsummeringer

Reframing

Tavshed (pauser giver FP mulighed for at reflektere)

Imødekommende kropssprog

Evt. afdækning af usagte antagelser hos afsenderen..f.eks.:

Når du siger at...Kan jeg så forstå det sådan.../betyder det så

Hold egne associationer tilbage

Ingen gode råd

Ingen forslag til løsninger

Ærlig nysgerrighed er vigtig

Hvis IP (interviewpersonen) går "død" så spørg FP, hvad der nu er vigtigt for denne at tale om