



#TELEFONVENN

Hvis du skulle lage en regel for alle på jorda, hva skulle den vært?

Dersom du skulle samle noen bra mennesker til middag, hvem ville du bedt?

Hvilke små gleder nyter du?

**Flere gode samtaler på
www.fuelbox.no**



Å stille hverandre spørsmål og dele våre historier med hverandre skaper nærvær, gjenkjennelse, forståelse, tillit, respekt, tilhørighet, ja til og med kjærlighet! Er det noe vi alle trenger mer av i disse tider så er det vel kanskje disse ordene her?

Her har du 3 spørsmål fra FuelBox ELDRE som kan sette i gang helt nye og spennende samtaler! Disse funker like godt over telefonen som ansikt til ansikt!

FUELBOX

TIPS for å skape gode samtaler

Det viktigste spørsmålet i en god samtale er det DU som som sitter på - nemlig OPPFØLGINGSSPØRSMÅLET!

Et oppfølgingsspørsmål er når vi utforske svarene til den andre med flere spørsmål.

Oppfølgingsspørsmål er en aktiv måte å lytte på som signaliserer en ekte interesse og at «det du sier betyr noe for meg» - med andre ord; at den som forteller betyr noe for deg!

Eksempler på oppfølgingsspørsmål:

- ✓ Kan du fortelle meg noe mer om dette?
- ✓ Hva tenker du om dette i dag?
- ✓ Hvordan kan du forklare dette for meg?
- ✓ Hva føler du når du deler dette?

