Ett samtal
i taget

SVÅRA SAMTAL

Medla i en konflikt

1. Skilj personen från problemet – angrip frågan, inte varandra.
2. Fokusera på behov och intressen, inte låsta positioner.
3. Låt båda sidor komma till tals och bli hörda.
4. Sök flera lösningar innan ni väljer en.
5. Enas om ett konkret nästa steg.

EXEMPEL

I stället för ”Du vill alltid bestämma” – ”Vi verkar båda vilja känna oss delaktiga. Hur löser vi det?” (fokus på behov, inte position)