



## Haal meer uit je gesprek

Er zijn verschillende manieren om meer uit een gesprek te halen. Hier zijn enkele tips die je kunt gebruiken:

- **Wees actief betrokken:** Zorg ervoor dat je actief luistert en meedoet in het gesprek. Stel vragen, maak opmerkingen en laat zien dat je geïnteresseerd bent in wat de andere persoon te zeggen heeft.
- **Wees nieuwsgierig:** Stel open vragen om meer informatie te krijgen. Hierdoor krijg je een beter begrip van wat de andere persoon denkt en voelt. Probeer niet te oordelen en geef de ander de kans om hun mening te geven.
- **Wees empathisch:** Probeer de emoties van de ander te begrijpen en geef steun waar nodig. Laat de ander weten dat je begrijpt wat ze doormaken en dat je bereid bent om te helpen als dat nodig is.
- **Wees duidelijk:** Zorg ervoor dat je je eigen gedachten en gevoelens duidelijk communiceert. Dit helpt de ander om je beter te begrijpen en kan leiden tot een meer productief gesprek.
- **Wees respectvol:** Toon respect voor de andere persoon en zijn of haar ideeën. Zelfs als je het niet eens bent met wat er gezegd wordt, kun je een constructief gesprek voeren zonder te oordelen.
- **Wees assertief:** Als je een standpunt hebt, wees dan assertief en laat het weten. Geef echter wel de ander de kans om zijn of haar eigen standpunt te uiten.
- **Wees dankbaar:** Bedank de ander voor het delen van hun gedachten en gevoelens. Dit kan de band tussen jullie versterken en leiden tot een betere communicatie in de toekomst.