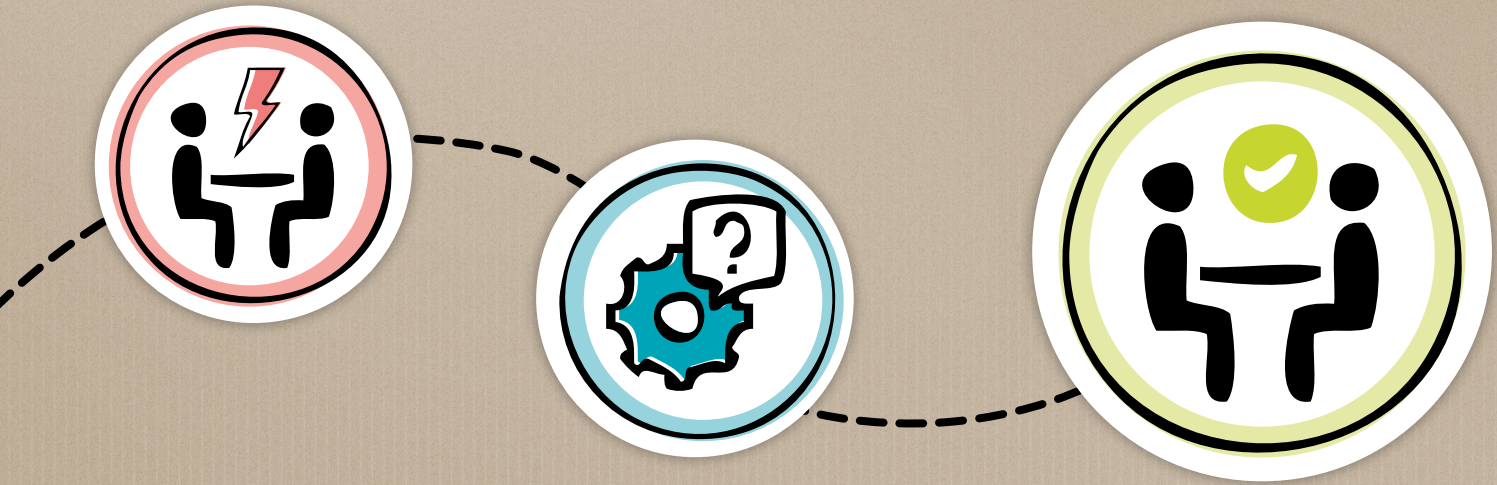
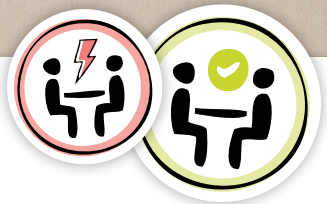
10 TIPS VOOR CHEMIE IN GESPREKKEN



EEN GOED GESPREK VRAAGT MEER DAN DE VAARDIGHEID OM TE SPREKEN. MAAR HOE DOE JE DAT EIGENLIJK, EEN GOED GESPREK? HOE KRIJG JE CHEMIE? WIJ GEVEN JE 10 TIPS OM JOUW TOEKOMSTIGE GESPREKKEN TE VERBETEREN.



1. **Goede voorbereiding, halve werk.** Bereid je gesprek voor. Wat is het doel van het gesprek? Hoe zit jij daar in? En de ander? Moet dit onderwerp via een gesprek of kan het via een andere route? Wat voor soort gesprek is het? Welke opstelling of locatie is het beste?

2. **Denk na over besluitvorming.** Wie bepaalt wanneer een besluit wordt genomen? En hoe worden besluiten genomen? Goede afspraken hierover verhogen de kwaliteit van je gesprek.

3. **Stop met multitasken.** Leg je mobiele telefoon weg en zorg dat je er volledig bij bent met al je aandacht. Denk niet aan andere dingen. Als je het gesprek wil beëindigen, beëindig het gesprek. Maar blijf niet zitten terwijl jij met je gedachten al ergens anders bent. Aandacht en aanwezigheid zijn essentieel voor een gesprek van waarde.

4. **Stel open vragen.** Begin je vragen met woorden als wie, wat, wanneer, waar, waarom of hoe. Als je de ander vraagt of iets goed ging, zegt hij ja of nee. Stel je een open vraag, dan krijg je veel interessantere antwoorden.

5. **Luister actief.** Simpeler gezegd dan gedaan. Probeer in het gesprek te doorgronden en te begrijpen wat de ander zegt en vooral ook wat hij niet zegt (maar wel laat zien).

6. **Behoefte, beleving en belang (3B's).** Houd rekening met jouw eigen 3B's, maar ook met die van de ander. Probeer uit te komen op het gemeenschappelijke kruispunt waar jouw 3B's die van de ander raken en dan heb je een gesprek van waarde.

7. **Wees je bewust van je eigen vooroordelen.** Wat zijn jouw triggers in een gesprek? Waar kun je wel en niet tegen? Hoe merk je dat je emotioneel wordt of boos? Inzicht in jouw eigen hyperbewustzijn komt de kwaliteit van je gesprek ten goede.

8. **Time-out.** Als je emotioneel wordt of boos, neem dan even afstand van het gesprek en pak het weer op wanneer de storm is gaan liggen.

9. **Geef ruimte.** Wanneer de ander boos of emotioneel wordt, geef dan ruimte in het gesprek. Beschrijf wat je bij de ander ziet gebeuren en vraag om uitleg.

10. **De verbindende vraag.** Tegengestelde belangen? Een verbindende vraag kan dan de uitkomt zijn: "Hoe kunnen we doel A bereiken en tegelijk zorgen dat…"



DE CLOU?

Wees geïnteresseerd in anderen, luister naar hen en zoek een gemeenschappelijk kruispunt van belangen.

MEER WETEN? KOOP DAN HET BOEK 'DE GESPREKSFLUISTERAAR, MEER WAARDE VAN GESPREKKEN IN JOUW ORGANISATIE' (ISBN 978-90-825799-0-1)