

Help!



Hoe kom ik de kerstborrel door?

5 vragen die je kunt stellen.



Tegen elkaar praten of een gesprek voeren?

We starten met praten en stoppen niet meer. 80% van je werk bestaat uit gesprekken en wanneer je thuis komt, ben je ook steeds in gesprek. Ondanks dat we veel ervaring hebben met gesprekken voeren, gaan deze niet altijd goed ...

Soms ben je aan het woord maar ook bezig met alles wat nog op je to-do lijst staat. **Dat is geen gesprek.**

Oefening baart kunst! En laat december nou net de maand van de kerstborrels zijn, waar je veel verschillende gesprekken voert.

Met deze e-guide help ik je op weg om ook in drukke periodes, je communicatie te verbeteren. De essentie is simpel en tegelijkertijd een uitdaging:

De juiste vragen stellen én daadwerkelijk luisteren naar wat de ander zegt, gaat je een enkeltje naar jouw doel opleveren. Daar ga ik je bij helpen! Met o.a. 5 vragen.

Tips voor een vliegende start!



Ontwijk standaard vragen

Vervang "Hoe gaat 't?" eens door: "Wat houd je bezig?". Hiermee zet je je gesprekspartner aan het denken en geef je ruimte om een eigen antwoordrichting te geven.



Niet mee eens = ok

Je kunt het niet met iedereen eens zijn. Wil je doorvragen op de mening van de ander? Gebruik "Wat maakt...?" in plaats van "Waarom...?". Zo voorkom je dat de ander zich aangevallen voelt en zich gaat verdedigen. Het levert zuiverdere antwoorden op.



Telefoon is stoorzender

Om je volledig te kunnen focussen en goed te luisteren, leg je telefoon uit het zicht. Deze leid af waardoor je gesprek alsnog niet vlot.

De 5 vragen

1

Waar wil je komend jaar meer van?

2

Wat was het eerste waar je vanochtend aan dacht toen je wakker werd?

3

Welk moment van dit jaar zou je willen herbeleven?

2

4

Welke superkracht zou je volgend jaar graag willen hebben?

5

Wat zijn je 10 leukste fotomomenten van afgelopen jaar?

1

3

4

5



Waarom

1

Waar wil je komend jaar meer van?

Je leert de ander op een andere manier kennen. Wat is voor hem of haar als persoon belangrijk, in plaats van op het kantoor?

2

Wat was het eerste waar je vanochtend aan dacht toen je wakker werd?

Een vraag die dieper is dan dat 'ie lijkt. Zeker als het gaat om je collega's. Kom te weten wat een deel van het leven van je collega's is en hoe dit er uit ziet. Want nadat zij de deur dicht doen op kantoor, begint het privé-leven waar we vaak weinig over weten.

3

Welk moment van dit jaar zou je willen herleven en welke niet?

Kom zowel tijdens de kerstborrel op werk als ergens anders te weten wat voor de ander belangrijk is. Dit zegt veel over wie hij/zij is als persoon.

4

Welke superkracht zou je volgend jaar graag willen hebben?

Je kan niet overal goed in zijn. Juist waar je zwakker in bent, wil je een superkracht voor. Vooral bij collega's is het goed om dit te weten te komen. Zo kunnen jullie elkaar beter onder

5

Wat zijn je 10 leukste foto's?

Letterlijk een kijkje in het leven, de hobby's en avonden van je collega's. Grappig om te delen en te bekijken!



Luisteren kan zo veel zeggen.

Begrijpen wat de ander bedoeld gaat verder dan de woorden die de ander uitspreekt. Het gaat om actief kunnen luisteren en je gedachten parkeren.

Wat zie je gebeuren als je collega iets verteld, hoe verwoord diegene zich? Een deel van de non-verbale communicatie geeft weer wat diegene er echt over denkt. Daarvoor kun je soms zelfs de woorden wegdenken.

Aan de andere kant betekend dit ook dat jouw machine, niet steeds moet draaien tijdens het gesprek. Kort gezegd; aandacht bij het verhaal en de ander houden en inbreken wanneer diegene ook echt klaar is. Maak aantekeningen van je gedachten zodat ze niet de overhand nemen.

Durf jij jouw gespreksvoering in de ogen te kijken?

"Leuk dit, maar hoe ga ik hier mee aan de slag?" denk je nu misschien. Soms kan een steuntje in de rug je goed helpen. Met mijn training **Hack Het Gesprek** geef ik tools die je direct kunt inzetten om je gesprekken te verbeteren. Ook neem je een casus mee waar je ook hacks voor krijgt. Vooral doen dus!

Niet alleen hoor. Je traint samen met een team ander professionals die net zoals jij het lef hebben om in de spiegel te kijken. Casussen die zij meebrengen bespreken we ook gezamenlijk. Hier kun jij dan ook weer tips uit halen.

Wil jij jouw gesprekken naar
een hoger niveau tillen? De
regie nemen in je gesprekken
of zonder haken en
standpunt maken?

Investeer in 2023 in jezelf en
meld je nu aan voor **Hack Het
Gesprek**.
De training start weer in 2023.



**WALK
YOUR
BUSINESS
TALK.**