

RUIMTE GEVEN

Mee Laten Voeren



Mee laten voeren is een van de gedragingen die deel uitmaakt van de Ruimte geven-stijl van de Sfeer van Invloed 360°.

Een goede luisteraar zijn kan je helpen in elk aspect van je leven met:

Familie - Vrienden - Collega's op het werk.

Jezelf laten meeslepen door de verhalen en inbreng van anderen vereist dat je aandachtig luistert. Het vereist dat je nauwgezet en zorgvuldig aandacht schenkt aan wat er gezegd wordt en dat je nauwkeurig probeert de volledige inhoud te begrijpen die de ander probeert over te brengen.



**“When people talk,
listen completely.”**

- Ernest Hemingway

Oefening 1: Als een boek

Herken je dit? Als je een boek leest of naar de film gaat, kan je helemaal opgaan in het verhaal. Bij boeken visualiseer je waarschijnlijk bewust of onbewust wat er op de bladzijden beschreven staat. Je ziet het voor je.

Met diezelfde intentie vragen we je te luisteren naar de verhalen van anderen. De volgende keer dat iemand zijn verhaal vertelt, richt dan al je energie op het luisteren. Probeer te visualiseren wat je gesprekspartner zegt. Probeer je onder te dompelen in diens woorden.


Nadat je het gesprek hebt gehad, reflecteer dan aan de hand van de volgende stappen:


Stap 1: Noteer in de eerste tabel hieronder, in hoeverre je erin geslaagd bent om volledig op te gaan in het verhaal.

Stap 2: Reflecteer op je poging om volledig te luisteren. Wat ging er goed? Schrijf dit op in de tweede tabel.

Stap 3: Geef jezelf één tip. Wat zou je kunnen doen om jezelf de volgende keer te verbeteren? Schrijf dit op in de derde tabel.






Hoe succesvol was je poging om jezelf te laten meeslepen?					
1 ^e Poging					
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1	2	3	4	5

Wat ging er goed? Welke vaardigheden heb je die je luistervaardigheid ondersteunen?	
	

Welke tip zou je jezelf geven voor de volgende keer dat je deze oefening doet?	
	

Herhaal deze oefening nog minstens twee keer en schrijf je evaluaties op de volgende bladzijde.


Hoe succesvol was je poging om jezelf te laten meeslepen?

2 ^e Poging					
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1	2	3	4	5






Wat ging er goed? Welke vaardigheden heb je die je luistervaardigheid ondersteunen?

	
---	--


Welke tip zou je jezelf geven voor de volgende keer dat je deze oefening doet?

	
--	--

Hoe succesvol was je poging om jezelf te laten meeslepen?

3 ^e Poging					
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	1	2	3	4	5

Wat ging er goed? Welke vaardigheden heb je die je luistervaardigheid ondersteunen?

	
---	--

Welke tip zou je jezelf geven voor de volgende keer dat je deze oefening doet?

	
---	--

Evaluatie:

Hoe ging je poging om je mee te laten voeren?



1



2



3



4



5

Wat heb je geleerd? Welke inzichten heb je opgedaan?

Wat is er goed gegaan? Wat zou je weer hetzelfde doen?

Wat kan je doen om jouw optreden te verbeteren?

Wat is je volgende stap?