



Gesprekstechnieken: LSD
Samenvatten



Praktijkopdracht

1. Stiltes gebruiken

Stiltes hebben een belangrijke functie bij het sturen van een gesprek. Ze bieden jou en je gesprekspartner de gelegenheid om na te denken. Voer deze opdracht uit tijdens het eerstvolgende gesprek dat je voert.

- Onderdruk de neiging om wat te zeggen als je gesprekspartner even stopt met praten. Wacht in plaats daarvan op een reactie van de ander.
- Wees tijdens stiltes in het gesprek alert op je lichaamstaal. De blik in je ogen, je gezichtsuitdrukking, je houding; als het stil is, valt alles meer op. Neem een ontspannen houding aan, zodat de ander aanvoelt dat stilte helemaal niet ongemakkelijk hoeft te zijn.
- Wil je dat de ander na de stilte opnieuw het woord neemt, kijk hem dan strak maar verwachtingsvol aan.



Evaluatie

Lukte het om stiltes in het gesprek te creëren?

Had je de neiging om tijdens stiltes te praten? Waardoor kwam dat?

Is het gelukt de neiging om te praten te onderdrukken?

Wat was het effect van de stilte in jullie gesprek?

Lokte de stilte een waardevolle reactie van je gesprekspartner uit?