

Veelgebruikte luistervaardigheden

1. Advies geven / Oplossingen zoeken / Proberen te 'fixen'

"Je zou eens moeten proberen."

"Ik heb daar een geweldig boek over gelezen, wat je moet doen is ..."

"Volgens mij werkt dat ook niet. Het is beter om ..."

2. Uitleggen / Verontschuldigen

"Ik wilde je bellen, maar..."

"Zij zegt dat alleen maar omdat, ..."

"Dat komt doordat je ..."

3. Corrigeren

"Maar zo was het helemaal niet ..."

"Ja maar jij ging ..."

"Hoe kom je daar nu bij! Zoiets zou ik toch nooit zeggen ..."

4. Troosten / Geruststellen

"Alles komt goed ..."

"Joh, dat is toch niet jouw fout ..."

"Wees maar blij. Het had nog veel slechter kunnen aflopen"

5. Eigen verhaal vertellen

"Dat doet mij denken aan de keer dat ik ..."

"Ja, ik weet heel goed hoe dat is. Vorige week ..."

"Ik zal je eens vertellen ..."

6. Temperen van gevoelens / Afkappen

"Je moet het allemaal niet zo serieus nemen ..."

"Maar je hebt zoveel redenen om wel blij te zijn"

"Depressief zijn brengt je geen stap verder ..."

7. Sympathiseren

"Ach arme ..."

"Hoe kan iemand nu zo ... zijn?"

"Dat overkomt jou nou de hele tijd ...?"

8. Onderzoeken / Ondervragen / intellectueel begrijpen

"Wanneer gebeurde dat ...?" "Waarom deed je dat ...?"

"Komt het omdat je vroeger...?"

9. Beoordelen / Opvoeden / Educatie geven

"Je bent wel erg naïef..."/ "Als je nu eens niet zo defensief zou zijn ..."

"Het probleem met hen is dat ze ..."

"Je zou er van kunnen leren als je"

10. Vergelijken

"Maar dat is nog niets! Moet je horen wat er met mij is gebeurd ..."

"Zie je niet dat het nu veel beter gaat, dan toen met ...?"