

## **Informatie uitwisselen**

Dit gebeurt in het dagelijkse contact met je gesprekspartner: het zijn belangstellende vragen. Informatie over gebeurtenissen thuis, het welbevinden e.d. kunnen extra informatie geven waardoor de zorg die je hebt verdwijnt of bevestigd dan wel groter wordt.

Informatie uitwisselen gaat altijd vooraf aan andere vormen van gesprekken en vormt de basis van je contact. Als het reguliere contact soepel verloopt en prettig is, dan kun je makkelijker eventuele zorgen bespreken.

Informatie uitwisselen krijgt vorm in de reguliere contacten die je met gesprekspartners hebt.

Aandachtspunten zijn:

- investeer in je contacten en laat de gesprekspartner zich welkom voelen;
- wees je ervan bewust dat een goed basiscontact de voorwaarde is voor het kunnen bespreken van dingen die minder goed gaan;
- stel je open op en neem een luisterhouding aan, zodat gesprekspartner zijn verhaal kan vertellen;
- geef vooral en eerst aan wat goed gaat voordat je iets minder leuks gaat vertellen.