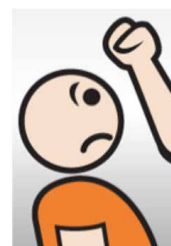


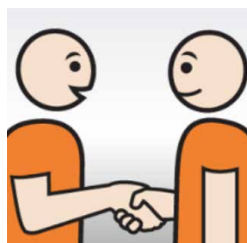
## Oefening 0 - BIJLAGE 2

DE ASSERTIVITEITS-  
DRIEHOEK

**AGRESSIEF**  
ik > de andere



**PASSIEF**  
ik < de andere



**ASSERTIEF**  
ik = de andere

## 7 Tips om assertiever te worden

1. Wees realistisch en overdrijf niet!
2. Gebruik ik-boodschappen.
3. Zeg duidelijk wat je niet bevalt.
4. Spreek positief.
5. Laat (ook) je lichaam spreken.
6. Durf iets weigeren (van de klant).
7. Durf informatie vragen.