



WAAROVER KAN JE PRATEN MET JE LIEF?

Door Awel | 11-24 jaar

In het begin van een relatie is het normaal dat je niet altijd weet waarover je het kunt hebben met elkaar. Je kent de interesses, de gevoeligheden, ... van de ander nog niet. Stiltes kunnen ongemakkelijk voelen, want je voelt je kwetsbaar.

Zorg in dat geval dat jullie **iets te doen hebben** wanneer jullie elkaar ontmoeten: ga samen sporten, kijk samen een film, studeer samen, ga een ijsje eten, laat samen de hond uit, ... Jullie hebben dan alvast een onderwerp om over te praten. De **activiteit leidt de aandacht af** en vermindert de spanning. De stiltes voelen dan natuurlijker.

Ook wanneer je al langer samen bent, kan het zijn dat je niet veel praat. Het is namelijk gemakkelijker om in stilte bij elkaar te zijn als je op je gemak bent. Dat is oké. Maar als jij het gevoel hebt dat praten stroef verloopt, omdat jullie niet weten wat te zeggen, is er misschien wel iets mis. Want als je iemand al langer en beter kent, zou praten ook vlotter moeten gaan.

Probeer er een **gewoonte** van te maken om dagdagelijkse dingen aan elkaar te vertellen en **blijf nieuwsgierig** naar elkaar. Je kan iemand nooit helemaal kennen, en mensen veranderen. Zo toon je ook dat je belangrijk vindt wat de ander meemaakt en denkt.

Probeer af en toe samen **iets nieuws** te ondernemen, en blijf **voldoende dingen apart doen**, daarover kan je dan achteraf aan elkaar vertellen. Als je partner niet de indruk geeft dat ook die praten een probleem vindt tussen jullie, dan moet je het benoemen. Zo kan je duidelijk maken wat je verwacht en ontstaan er geen misverstanden. Hier vind je tips om met je lief te [praten over wat je dwars zit](#).

FOTO: Kenan Buhic

PRAAT EROVER



Chat met Awel

Ma-za:18-22u. Het kan zijn dat je even in de wachtrij terecht komt.



Mail met Awel

Antwoord binnen de 72u



Bel met Awel

Gratis en anoniem op 102. Ma-za: 16-22u. Het kan zijn dat je even in de wachtrij terecht komt.



Bezoek het forum van Awel

Deel je verhaal met leeftijdsgenoten of reageer op het verhaal van iemand anders.