

# DE ZEVEN UNIVERSELE SPELREGELS

*Uit het boek De Gelukscode — Astrid Groenewegen*

1

## **De technologie-spelregel:**

we leggen onze telefoon weg in gesprekken

2

## **De luister-spelregel:**

we luisteren zonder te onderbreken of direct op te lossen

3

## **De focus-spelregel:**

we beschermen concentratietijd

4

## **De spelen-spelregel:**

we maken ruimte voor iets dat nergens toe hoeft te leiden

5

## **De ontdekken-spelregel:**

we stellen vragen waarop we het antwoord niet weten

6

## **De feedback-spelregel:**

we geven regelmatig constructieve feedback zonder oordeel

7

## **De kwetsbaarheid-spelregel:**

we maken het veilig om uitdagingen te delen

**De Gelukscode**

*Astrid Groenewegen*

