

B1.3 Emoties uiten op het werk



- Los conflicten op het werk professioneel af
- Geef uw welzijn en onwelzijn aan in een professionele context

Het gevoel	<i>(Das Gefühl)</i>	Huilen om	<i>(Weinen wegen)</i>
Eenzaam	<i>(Einsam)</i>	Teleurgesteld	<i>(Enttäuscht)</i>
Dankbaar	<i>(Dankbar)</i>	Bezwijken onder	<i>(Unter etwas zusammenbrechen)</i>
Beleefd	<i>(Höflich)</i>	Lijden onder	<i>(Unter etwas leiden)</i>
Onbeleefd	<i>(Unhöflich)</i>	Merken (van)	<i>(Bemerken (von))</i>
Overdreven	<i>(Übertrieben)</i>	Aankijken tegen	<i>(Gegenüberstehen / sich fürchten vor)</i>
Zich schamen	<i>(Sich schämen)</i>	Omgaan met	<i>(Umgehen mit)</i>
Zich schamen over	<i>(Sich schämen über)</i>	Zich schikken in	<i>(Sich damit abfinden)</i>
Zich ergeren (aan)	<i>(Sich ärgern (über))</i>	Zich neerleggen bij	<i>(Sich damit abfinden)</i>
Balen van	<i>(Sauer sein auf)</i>	Voor lief nemen	<i>(In Kauf nehmen)</i>
Boos zijn op/over	<i>(Wütend sein auf/über)</i>	Smeken om	<i>(Um etwas flehen)</i>
Zeuren	<i>(Nerven / jammern)</i>	Schelden op	<i>(Jemanden beschimpfen)</i>

1. Grammatik: Basis Wortstellung: Onderwerp und werkwoord



Grundregeln für die richtige Reihenfolge der Wörter in einem Satz, wie onderwerp, persoonsvorm und rest.

1. Je kunt twee normale zinnen combineren met maar, en, of, want & dus.
2. In beide zinnen staat de persoonsvorm op de tweede plek.
3. Een bijzin zorgt ervoor dat alle werkwoorden naar het einde van de zin gaan.

Type (Typ)	Structuur (Struktur)	Voorbeeld (Beispiel)
Hoofdzin (Hauptsatz)	Onderwerp + Vervoegd Werkwoord + Infinitief (Subjekt + konjugiertes Verb + Infinitiv)	Ik ben boos over het besluit. <i>(Ich bin wütend über die Entscheidung.)</i>
Inversie (Inversion)	Extra (tijd/plaats) + Vervoegd Werkwoord + Onderwerp (Zusatz (Zeit/Ort) + konjugiertes Verb + Subjekt)	Nu voel ik me erg eenzaam. (<i>Jetzt fühle ich mich sehr einsam.</i>)
Bijzin (Nebensatz)	Conjuncties die geen M.E.O.W.D. zijn	Hij huilt want hij is boos. (<i>Er weint, weil er wütend ist.</i>)
Bijzin: Indirecte rede (of/dat) (Nebensatz: indirekte Rede (of/dat))	[Hoofdzin] + dat/of + Onderwerp + Vervoegd Werkwoord ([Hauptsatz] + dat/of + Subjekt + konjugiertes Verb)	Ik vraag of u meewerkt. (<i>Ich frage, ob Sie mitarbeiten.</i>)
Bijzin: Relatieve zin (die/dat) (Nebensatz: Relativsatz (die/dat))	[Hoofdzin] + dat/die + Onderwerp + Vervoegd Werkwoord ([Hauptsatz] + dat/die + Subjekt + konjugiertes Verb)	De man die ik zag. (<i>Der Mann, den ich gesehen habe.</i>)

1. Na de vergadering voelde ik me eenzaam, maar _____ zei niets.
a. mij b. ik c. zei ik d. ik zei
 2. Morgen _____ ik met je waarom je je ergert aan die opmerkingen.
a. ik bespreek b. bespreek ik c. bespreken d. bespreek
1. ik 2. bespreek

Umschreiben Sie die Ausdrücke

1. (want) Ik kan vandaag niet naar de vergadering komen. Ik heb een afspraak bij de huisarts.

(Ich kann heute nicht zur Besprechung kommen, denn ich habe einen Termin beim Hausarzt.)
2. Ik werk meestal thuis. Vandaag werk ik op kantoor.

(Heute arbeite ich im Büro statt von zu Hause.)
3. (dat) De manager zegt: "We beginnen morgen om negen uur."

(Der Manager sagt, dass wir morgen um neun Uhr beginnen.)

2.Übungen



1. Ordnen Sie jedes Wort seiner Definition zu.

- | | |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| a. zich ergeren aan | 1. Je spreekt en gedraagt je op een nette, respectvolle manier tegenover anderen. |
| b. zich schamen (over) | 2. Je legt je neer bij een besluit; je accepteert het, ook al ben je het niet eens. |
| c. boos zijn over | 3. Je ergert je aan iets of iemand; je voelt irritatie maar zegt meestal niets. |
| d. zich neerleggen bij | 4. Je bent boos over een situatie; je zegt wat je vindt en legt uit waarom. |
| e. beleefd | 5. Je schaamt je over iets dat je hebt gedaan; je voelt je beschaamd. |

a-3 b-5 c-4 d-2 e-1

2. Interner Newsletter: Emotionen und Konflikte am Arbeitsplatz (Audio in der App verfügbar)

Fülle die Lücken aus: zeuren, eenzaam, teleurgesteld, onbeleefd, schelden, lijden, schaamt, boos

In ons team merken we dat de werkdruk soms oploopt. Dan groeit irritatie snel, en een collega kan _____ reageren of zelfs _____. Dat helpt niet, zeker niet als iemand zich _____ voelt of al weken tegen een project aankijkt. Bespreek het op tijd met je leidinggevende en geef rustig aan waar je last van hebt.


Voel je je _____ of _____ over een besluit? Noem dan concrete voorbeelden in plaats van te _____. Je kunt zeggen dat je je _____ over je eigen reactie en dat je je ergert aan de toon. Als je blijft _____ onder spanning, vraag om een kort gesprek of extra ondersteuning.

In unserem Team merken wir, dass der Arbeitsdruck manchmal steigt. Dann wächst die Reizbarkeit schnell, und ein Kollege kann unhöflich reagieren oder sogar schimpfen. Das hilft nicht, erst recht nicht, wenn sich jemand einsam fühlt oder schon seit Wochen auf ein Projekt starrt. Besprich es rechtzeitig mit deiner Führungskraft und erkläre ruhig, womit du zu kämpfen hast.


Fühlst du dich enttäuscht oder wütend über eine Entscheidung? Dann nenne konkrete Beispiele, statt zu jammern. Du kannst sagen, dass du dich im Nachhinein für deine eigene Reaktion schämst und dass dich der Ton ärgert. Wenn du weiterhin unter Anspannung leidest, bitte um ein kurzes Gespräch oder zusätzliche Unterstützung.

1. Welke twee adviezen uit de tekst kun je gebruiken als je je op het werk ergert aan de manier waarop een collega reageert, en waarom werken die adviezen volgens jou?

3. Hören Sie sich das Audiofragment an und geben Sie an, ob die folgenden Aussagen wahr oder falsch sind.

	Wahr	Falsch	
De spreker vindt dat de werksfeer sinds de nieuwe teamleider anders is geworden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Tijdens de vergadering reageerde de spreker boos en begon hij te schelden op de collega.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Na een rustig gesprek bood de collega zijn excuses aan, waardoor de spreker zich dankbaar voelde.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

4. Lies den Dialog und beantworte die Fragen

Nora (teamleider):	<i>Sam, ik zie dat je gespannen bent. Wat is er aan de hand? (Sam, ich sehe, dass du angespannt bist. Was ist los?)</i>	
Sam (projectleider):	<i>Ik baal van die mail van Jasper. Hij was nogal onbeleefd en ik werd er echt boos over. (Ich ärgere mich über diese Mail von Jasper. Er war ziemlich unhöflich und ich bin richtig wütend geworden.)</i>	
Nora (teamleider):	<i>Dat begrijp ik, maar schelden op iemand helpt niet. Kun je rustig uitleggen wat je precies stoorde? (Das verstehe ich, aber jemanden zu beschimpfen hilft nicht. Kannst du ruhig erklären, was dich genau gestört hat?)</i>	
Sam (projectleider):	<i>Hij noemde mijn planning 'overdreven' en zei dat ik altijd zeur. Ik schaam me dat ik bijna teruggeantwoord had met scherpe woorden. (Er nannte meine Planung „übertrieben“ und sagte, dass ich immer nörgele. Ich schäme mich dafür, dass ich fast mit scharfen Worten zurückgeantwortet hätte.)</i>	
Nora (teamleider):	<i>Laten we dit netjes aanpakken: jij legt uit waar je je aan ergerde en ik zit erbij zodat het gesprek beleefd blijft. (Lass uns das ordentlich angehen: Du erklärst, worüber du dich geärgert hast, und ich bin dabei, damit das Gespräch höflich bleibt.)</i>	

1. Waardoor was Sam teleurgesteld en waar baalde hij van?

2. Welke professionele oplossing stelt Nora voor om met de situatie om te gaan?

5. E-Mail

Onderwerp: Even afstemmen na vanochtend

Hoi Samira,

Ik wil even terugkomen op de vergadering van vanochtend. Ik **merkte** dat de sfeer gespannen was toen we het over de planning hadden, en dat jij en Mark elkaar soms kort afsneden. Ik begrijp dat de druk hoog is, maar ik wil niet dat dit zo blijft.

Kun je me laten weten hoe jij het hebt ervaren? En heb je vandaag of morgen 15 minuten voor een kort gesprek om dit rustig te bespreken?

Groet,

Jeroen de Vries

Teamleider



Schreib eine passende Antwort: *Ik wil graag uitleggen hoe ik het heb ervaren, want ... / Ik baal ervan dat ..., maar ik wil het graag professioneel oplossen. / Kunnen we afspreken om ... zodat ...*

Wichtige Verben

ik

jij/je

hij/zij/ze/het

wij/we

jullie

zij/ze

Zich schamen (*sich schämen*)

Onvoltooid tegenwoordige tijd (OTT)

schaam me

schaam je

schaamt zich

schamen ons

schamen jullie

schamen zich

schelden (*schelten*)

Onvoltooid tegenwoordige tijd (OTT)

scheld

scheldt

scheldt

schelden

schelden

schelden