

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>(Le sentiment)</i>	Zeuren	<i>(Se plaindre sans cesse)</i>
Dankbaar	<i>(Reconnaissant)</i>	Balen van	<i>(Être contrarié par)</i>
Eenzaam	<i>(Solitaire)</i>	Aankijken tegen	<i>(Redouter)</i>
Teleurgesteld	<i>(Déçu)</i>	Boos zijn op/Vover	<i>(Être en colère contre / au sujet de)</i>
Beleefd	<i>(Poli)</i>	Huilen om	<i>(Pleurer pour)</i>
Onbeleefd	<i>(Impolie)</i>	Bezwijken onder	<i>(Céder sous)</i>
Overdreven	<i>(Exagéré)</i>	Schelden op	<i>(Insulter quelqu'un)</i>
Zich schamen	<i>(Avoir honte)</i>	Lijden onder	<i>(Souffrir de)</i>
Zich schamen over	<i>(Avoir honte de)</i>	Zich schikken in	<i>(Se soumettre à)</i>
Zich ergeren (aan)	<i>(S'irriter (à) / Être irrité par)</i>	Zich neerleggen bij	<i>(Se résigner à)</i>
Merken (van)	<i>(Remarquer (de) / Ressentir)</i>	Smeaken om	<i>(Supplier pour / demander instamment)</i>

1. Scannez le code QR pour regarder la vidéo, ou lire le texte. (QR: Audio)



Goede **communicatie** op het werk is van **cruciaal belang** voor vertrouwen en een goede **samenwerking**. Problemen ontstaan bijvoorbeeld als iemand een belofte doet *maar* die niet nakomt, of *als* collega's geen ruimte krijgen om zorgen te delen. Het niet beantwoorden van e-mails en het geven van onvolledige updates vertraagt projecten. Kritiek zonder uitleg is demotiverend en vage instructies veroorzaken fouten. Kleine, consequente stappen helpen dit te **oplossen**.

*Une bonne **communication** au travail est **d'une importance cruciale** pour la confiance et une bonne **collaboration**. Des problèmes surviennent par exemple lorsque quelqu'un fait une promesse mais ne la tient pas, ou lorsque des collègues n'ont pas la possibilité de partager leurs préoccupations. Ne pas répondre aux e-mails et donner des mises à jour incomplètes ralentit les projets. Les critiques sans explication sont démotivantes et des instructions vagues provoquent des erreurs. De petites étapes cohérentes aident à **résoudre** cela.*

1. Wat is volgens de tekst de beste reactie als je merkt dat je een belofte niet kunt nakomen?
 - a. Direct communiceren dat het even niet lukt en realistisch blijven.
 - b. Doen alsof alles volgens plan gaat om geen ongemak te veroorzaken.
 - c. Wachten tot iemand ernaar vraagt en dan pas reageren.
 - d. De taak aan een collega geven zonder iets te zeggen.
2. Welke oorzaak wordt genoemd voor het vertragen van projecten?
 - a. Omdat er te veel feedback wordt gegeven.
 - b. Omdat taken altijd te snel worden afgerond.
 - c. Omdat collega's te veel updates sturen.
 - d. Omdat e-mails niet worden beantwoord.

1-a 2-d



2. Grammaire: Ordre de base des mots: Onderwerp en werkwoord

Règles de base pour le bon ordre des mots dans une phrase, comme onderwerp, persoonsvorm et rest.

1. Vous pouvez combiner deux phrases normales avec *maar*, *en*, *of*, *want* & *dus*.
2. Dans les deux phrases, la forme verbale conjuguée est en deuxième position.
3. Une subordonnée fait en sorte que tous les verbes aillent à la fin de la phrase.

Type (Type)	Structuur (Structure)	Voorbeeld (Exemple)
Hoofdzin (Proposition principale)	Onderwerp + Vervoegd Werkwoord + Infinitief (Sujet + verbe conjugué + infinitif)	Ik ben boos over het besluit. (Je suis en colère à propos de la décision.)
Inversie (Inversion)	Extra (tijd/plaats) + Vervoegd Werkwoord + Onderwerp (Élément additionnel (temps/lieu) + verbe conjugué + sujet)	Nu voel ik me erg eenzaam. (Maintenant, je me sens très seul.)
Bijzin (Proposition subordonnée)	Conjuncties die geen M.E.O.W.D. zijn	Hij huilt want hij is boos. (Il pleure parce que il est en colère.)
Bijzin: Indirecte rede (of/dat) (Subordonnée : discours indirect (of/dat))	[Hoofdzin] + dat/of + Onderwerp + Vervoegd Werkwoord ([Proposition principale] + que/si + sujet + verbe conjugué)	Ik vraag of u meewerkt. (Je demande si vous coopérez.)
Bijzin: Relatieve zin (die/dat) (Subordonnée : relative (die/dat))	[Hoofdzin] + dat/die + Onderwerp + Vervoegd Werkwoord ([Proposition principale] + qui/que + sujet + verbe conjugué)	De man die ik zag. (L'homme que j'ai vu.)

Il y a toujours un verbe conjugué, même dans la subordonnée.

Les autres verbes sont à la forme complète (infinitif).

Il y a toujours un sujet (sauf à l'impératif).

Le sujet et le verbe conjugué doivent s'accorder.

1. Vandaag bespreken we het conflict rustig, want _____ boos over het besluit. (Aujourd'hui, nous discutons calmement du conflit, car tout le monde est en colère à propos de la décision.)
a. iedereen zijn b. iedereen is c. is iedereen d. iedereen
2. Na het overleg voelde ik me eenzaam, maar later _____ dankbaar voor je steun. (Après la réunion, je me suis senti seul, mais plus tard, j'étais reconnaissant pour ton soutien.)
a. was b. ik was c. ben d. was ik

1. iedereen is 2. was ik

Réécrivez les phrases (QR: IA+)



1. (Morgen) Ik werk morgen thuis. Dan kan ik me beter concentreren.

(Demain, je travaille à la maison, car alors je peux mieux me concentrer.)

2. (of) Ik bel de huisarts. Ik wil vragen: U kunt vandaag langskomen?

(J'appelle le médecin généraliste et je veux demander si vous pouvez passer aujourd'hui.)

3. (want) Ik heb slecht geslapen. Ik moest vroeg opstaan.

(J'ai mal dormi, car je devais me lever tôt.)

1. Morgen werk ik thuis, want dan kan ik me beter concentreren. **2.** Ik bel de huisarts en ik wil vragen of u vandaag kunt langskomen. **3.** Ik heb slecht geslapen, want ik moest vroeg opstaan.

Corrigez l'erreur

1. Mijn manager zei dat is hij niet tevreden.

Mon manager a dit qu'il n'est pas satisfait.

2. Ik voel me gestrest, want morgen ik moet presenteren.

Je me sens stressé, parce que je dois faire une présentation demain.

- 1.** Mijn manager zei dat hij niet tevreden is. **2.** Ik voel me gestrest, want ik moet morgen presenteren.

3. Exercices

1. Associez chaque mot à sa définition.

- a. zich schamen 1. Je bent boos omdat iemand iets heeft gedaan dat jij oneerlijk of (over) vervelend vindt.
- b. boos zijn op/over 2. Je schaamt je omdat je denkt dat je iets verkeerd of gênant hebt gedaan.
- c. zich ergeren (aan) 3. Je ergert je omdat iemand telkens hetzelfde storende gedrag vertoont.

a-2 b-1 c-3



2. Note interne : émotions et irritations au travail (QR: Audio)

Remplissez les lacunes: ergert, schelden, boos, baal, Schaam, eenzaam



We merken dat de samenwerking in teams soms lastiger wordt als emoties niet worden uitgesproken. Kleine irritaties, zoals updates die uitblijven of vage instructies, kunnen ervoor zorgen dat collega's zich (1) _____ voelen in een project of (2) _____ worden over besluiten. Als je je (3) _____ aan iemands gedrag, spreek die persoon dan tijdig aan en leg rustig uit wat je nodig hebt.

Let op de toon: (4) _____ of onbeleefd reageren helpt niet en kan de situatie groter maken. Geef liever concrete feedback en benoem je gevoel: "Ik (5) _____ ervan dat de afspraak niet is nagekomen, want nu loopt mijn planning uit." (6) _____ je niet om aan te geven dat het je raakt, maar blijf professioneel. Lukt het niet samen, vraag dan een teamleider om te helpen.

Nous constatons que la collaboration au sein des équipes devient parfois plus difficile lorsque les émotions ne sont pas exprimées. De petites irritations, comme des mises à jour qui tardent ou des instructions vagues, peuvent faire en sorte que des collègues se sentent seuls dans un projet ou se mettent en colère face à des décisions. Si le comportement de quelqu'un t'irrite, parle-lui à temps et explique calmement ce dont tu as besoin.

Fais attention au ton : insulter ou répondre de manière impolie n'aide pas et peut envenimer la situation. Donne plutôt un retour concret et exprime ton ressenti : « Ça m'agace que l'accord n'ait pas été respecté, parce que maintenant mon planning prend du retard. » N'aie pas honte d'indiquer que cela t'affecte, mais reste professionnel. Si vous n'y arrivez pas ensemble, demande à un responsable d'équipe d'aider.

(1) eenzaam, (2) boos, (3) ergert, (4) schelden, (5) baal, (6) Schaam

1. Welke twee voorbeelden van communicatie-ergernissen worden in de memo genoemd en wat raadt de memo aan om die problemen professioneel op te lossen?

3. Écoutez l'extrait audio et choisissez la bonne réponse. (QR: Audio)

1. De spreker vindt dat ze tijdens de vergadering te scherp reageerde en voelt zich daar achteraf ongemakkelijk over.
2. De spreker werkt al lange tijd in het team en heeft daardoor weinig last van eenzaam zijn.
3. De spreker is van plan om het probleem te negeren en er met niemand meer over te praten.

Vrai Faux



1-V 2-X 3-X

4. Choisissez la bonne solution

1. Ik _____ dat ik gisteren zo onbeleefd was in het teamoverleg. *(J'ai honte d'avoir été si impoli hier lors de la réunion d'équipe.)*
 a. schaam b. schaamt me c. schaam mij d. schaam me
2. Ik vraag of je je _____ over die harde opmerking tegen onze collega. *(Je demande si tu as honte de cette remarque dure envers notre collègue.)*
 a. schaam b. schaamt je c. schaam je d. schaamt
3. Hij _____ tegen de klant, maar daarna biedt hij direct zijn excuses aan. *(Il insulte le client, mais ensuite il présente immédiatement ses excuses.)*
 a. scheldde b. scheld c. schelden d. scheldt

1. schaam me 2. schaamt 3. scheldt

5. Jeu de rôle - dialogues (QR: Audio)



Gesprek na scherpe e-mail

- Sanne (teamleider):** *Omar, heb je even? Ik merk dat de sfeer sinds jouw mail van gisteren gespannen is. (Omar, tu as une minute ? Je remarque que l'ambiance est tendue depuis ton e-mail d'hier.)*
- Omar (medewerker):** *Ja, ik baal ervan. Ik was boos over de planning en ik heb onbeleefd gereageerd — daar schaam ik me voor. (Oui, ça me déçoit. J'étais en colère à propos du planning et j'ai répondu impoliment — j'en ai honte.)*
- Sanne (teamleider):** *Dank je dat je dat zegt. Het kwam inderdaad overdreven hard over, en ik zag dat Anouk er echt onder lijdt. (Merci de le dire. C'est vrai que ça paraissait excessivement dur, et j'ai vu qu'Anouk en souffre vraiment.)*
- Omar (medewerker):** *Ik erger me aan het constante heen-en-weer, maar ik wil niet schelden op collega's. Ik wil het netjes oplossen. (Je m'agace de ces allers-retours constants, mais je ne veux pas injurier des collègues. Je veux régler ça proprement.)*

Sanne*Zullen we straks samen met Anouk praten, rustig uitleggen hoe jij je voelde en***(teamleider):***afspreken hoe we hiermee omgaan?**(Et si on parlait tout à l'heure avec Anouk, qu'on expliquait calmement ce que tu**ressentais et qu'on se mettait d'accord sur la façon de gérer ça ?)*

1. Waarom is Omar boos en waar schaamt hij zich voor?
-

6. Parler : traduire et répondre (QR: IA+)



Ik merk dat ik me ... voel, omdat ... / Ik baal ervan dat ..., maar ik wil graag ... / Kunnen we afspreken dat ...?

1. Je hebt op je werk een conflict met een collega omdat afspraken niet worden nagekomen. Wat zeg je tegen die collega om beleefd te blijven maar toch duidelijk te zijn?
-
2. Je merkt dat je op je werk veel stress hebt en eronder lijdt. Hoe bespreek je dit kort met je leidinggevende en wat vraag je concreet?
-

7. Écriture: E-mail (QR: IA+)

Onderwerp: Even afstemmen over de communicatie

Hoi Samira,

Ik merk dat de laatste weken misverstanden ontstaan in het Atlas-project. Gisteren baalde ik er eerlijk gezegd van dat de klantpresentatie nog niet bijgewerkt was, terwijl we hadden afgesproken dat jij **vóór 16:00** een update zou sturen. Daardoor kon ik mijn deel niet afronden en dat zorgde voor spanning in het team.

Kunnen we vandaag of morgen 15 minuten bellen om af te stemmen hoe we updates delen? Ik wil dit graag netjes oplossen.

Groet,
Thomas



Rédigez une réponse appropriée: *Ik begrijp dat je je hieraan ergert, maar ik wil graag uitleggen wat er gebeurde. / Ik stel voor dat we vanaf nu in Teams een korte update zetten vóór 15:30, zodat we misverstanden voorkomen. / Kunnen we afspreken dat we elkaar bellen als er iets vertraging heeft?*

Verbes importants

ik
jij/je
hij/zij/ze/het
wij/we
jullie
zij/ze

Zich schamen (*avoir honte*)

Onvoltooid tegenwoordige tijd (OTT)
schaam me
schaam je
schaamt zich
schamen ons
schamen jullie
schamen zich

schelden (*insulter*)

Onvoltooid tegenwoordige tijd (OTT)
scheld
scheldt
scheldt
schelden
schelden
schelden