

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>(La sensazione)</i>	Balen van	<i>(Essere dispiaciuto per)</i>
Eenzaam	<i>(Solitario)</i>	Boos zijn op\over	<i>(Essere arrabbiato con\per)</i>
Dankbaar	<i>(Grato)</i>	Huilen om	<i>(Piangere per)</i>
Beleefd	<i>(Cortese)</i>	Teleurgesteld	<i>(Deluso)</i>
Onbeleefd	<i>(Scortese)</i>	Merken (van)	<i>(Accorgersi di)</i>
Overdreven	<i>(Eccessivo)</i>	Bezwijken onder	<i>(Crollare sotto)</i>
Zich schamen	<i>(Provare vergogna)</i>	Lijden onder	<i>(Soffrire per)</i>
Zich schamen over	<i>(Vergognarsi di)</i>	Zeuren	<i>(Lagnarsi)</i>
Zich ergeren (aan)	<i>(Irritarsi (per/di))</i>	Schelden op	<i>(Insultare)</i>
Zich schikken in	<i>(Rassegnarsi a)</i>	Smeken om	<i>(Pregare per)</i>
Zich neerleggen bij	<i>(Arrendersi a)</i>	Omgaan met	<i>(Gestire)</i>
Aankijken tegen	<i>(Temere)</i>	Voor lief nemen	<i>(Accettare senza protestare)</i>

1. Grammatica: Base ordine delle parole: Onderwerp en werkwoord

Regole di base per l'ordine corretto delle parole in una frase, come **onderwerp**, **persoonsvorm** e **rest**.



1. Puoi combinare due frasi normali con **maar**, **en**, **of**, **want** & **dus**.
2. In entrambe le frasi la forma verbale finita è al secondo posto.
3. Una proposizione subordinata fa sì che tutti i verbi vadano alla fine della frase.

Type (Tipo)	Structuur (Struttura)	Voorbeeld (Esempio)
Hoofdzin (Frasi principale)	Onderwerp + Vervoegd Werkwoord + Infinitief (Soggetto + Verbo coniugato + Infinito)	Ik ben boos over het besluit. (Sono arrabbiato per la decisione.)
Inversie (Inversione)	Extra (tijd/plaats) + Vervoegd Werkwoord + Onderwerp (Elemento extra (tempo/luogo) + Verbo coniugato + Soggetto)	Nu voel ik me erg eenzaam. (Ora mi sento molto solo.)
Bijzin (Proposizione subordinata)	Conjuncties die geen M.E.O.W.D. zijn	Hij huult want hij is boos. (Lui piange perché è arrabbiato.)
Bijzin: Indirecte rede (of/dat) (Proposizione subordinata: discorso indiretto (of/dat))	[Hoofdzin] + dat/of + Onderwerp + Vervoegd Werkwoord ([Frasi principale] + dat/of + Soggetto + Verbo coniugato)	Ik vraag of u meewerkt. (Chiedo se lei collabora.)
Bijzin: Relatieve zin (die/dat) (Proposizione subordinata: frase relativa (die/dat))	[Hoofdzin] + dat/die + Onderwerp + Vervoegd Werkwoord ([Frasi principale] + dat/die + Soggetto + Verbo coniugato)	De man die ik zag. (L'uomo che ho visto.)

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

Riscrivi le frasi

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

(Oggi non posso venire alla riunione, perché ho un appuntamento dal medico di base.)
2. Ik werk meestal thuis. Vandaag werk ik op kantoor.

(Oggi lavoro in ufficio invece che da casa.)
3. (dat) De manager zegt: "We beginnen morgen om negen uur."

(Il manager dice che iniziamo domani alle nove.)

2. Esercizi

1. Abbina ogni parola alla sua definizione.

- | | |
|------------------------|---|
| 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. Newsletter interna: emozioni e conflitti sul posto di lavoro (Audio disponibile nell'app)

Compila gli spazi vuoti: 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.

Nel nostro team notiamo che a volte il carico di lavoro aumenta. Allora l'irritazione cresce rapidamente, e un collega può reagire in modo scortese o persino insultare. Questo non aiuta, soprattutto se qualcuno si sente solo o da settimane sta affrontando un progetto. Parlane per tempo con il tuo responsabile e spiega con calma cosa ti dà fastidio.

Ti senti deluso o arrabbiato per una decisione? Allora fai esempi concreti invece di lamentarti. Puoi dire che ti vergogni della tua reazione e che ti infastidisce il tono. Se continui a soffrire a causa della tensione, chiedi un breve colloquio o un supporto aggiuntivo.

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. Ascolta il frammento audio e indica se le seguenti affermazioni sono vere o false.

	Vero	Falso	
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. Leggi il dialogo e rispondi alle domande

Nora (teamleider):	<i>Sam, ik zie dat je gespannen bent. Wat is er aan de hand? (Sam, vedo che sei teso. Che cosa succede?)</i>
Sam (projectleider):	<i>Ik baal van die mail van Jasper. Hij was nogal onbeleefd en ik werd er echt boos over. (Mi dà fastidio quella mail di Jasper. È stato piuttosto scortese e mi ha fatto davvero arrabbiare.)</i>
Nora (teamleider):	<i>Dat begrijp ik, maar schelden op iemand helpt niet. Kun je rustig uitleggen wat je precies stoorde? (Lo capisco, ma insultare qualcuno non aiuta. Puoi spiegare con calma che cosa ti ha infastidito esattamente?)</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. (Ha definito la mia pianificazione "esagerata" e ha detto che mi lamento sempre. Mi vergogno di aver quasi risposto con parole taglienti.)</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. (Affrontiamola in modo corretto: tu spieghi ciò che ti ha irritato e io sarò presente così la conversazione rimane educata.)</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



Scrivi una risposta appropriata: *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 ...*

Verbi importanti

ik

jij/je

hij/zij/ze/het

wij/we

jullie

zij/ze

Zich schamen (*vergognarsi*)

Onvoltooid tegenwoordige tijd (OTT)

schaam me

schaam je

schaamt zich

schamen ons

schamen jullie

schamen zich

schelden (*insultare*)

Onvoltooid tegenwoordige tijd (OTT)

scheld

scheldt

scheldt

schelden

schelden

schelden