

### **Tien manieren ter verbetering van uw interpersoonlijke kwaliteiten**

Onderschat niet het belang van uw interpersoonlijke kwaliteiten op de werkplek. Hoe u wordt beoordeeld door uw medewerkers is van invloed op kleine dingen zoals uw dagelijkse humeur, als levensgrote zaken als de toekomst van uw carrière.

#### **Lach**

Slechts weinigen trekken graag op met hen die vrijwel permanent met neergetrokken mondhoeken rondlopen. Doe uw best vriendelijk te zijn. Handhaaf een positieve en vrolijke houding over werk en leven. Lach veel. De positieve energie die u uitstraalt, zal anderen tot u aantrekken.

#### **Waardeer**

Vind een positieve kant aan elk van uw medewerkers en laat hem of haar dat weten. Wees genereus met complimentjes en stimulerende woorden. Bedank hen die u helpen. Zorg dat collega's zich welkom voelen wanneer ze uw kamer binnenstappen. Wanneer u anderen duidelijk maakt dat ze worden gewaardeerd, zullen ze voor u rennen.

#### **Besteed aandacht aan anderen**

Sla acht op wat er gebeurt in de levens van uw collega's. Bevestig hun geluismomenten en druk uw zorg en sympathie uit wanneer ze het moeilijk hebben. Maak oogcontact en spreek mensen met hun voornaam aan. Vraag anderen om hun mening.

#### **Oefen 'actief luisteren'**

Actief luisteren is laten zien dat je iemands standpunt hoort en begrijpt. Het betekent in je eigen woorden weergeven wat een ander heeft gezegd. Op deze manier weet je dat je hem of haar bedoeling hebt begrepen en dat je reacties meer zijn dan slechts woorden. Uw collega's zullen het waarderen dat u werkelijk luistert.

#### **Verenig mensen**

Creeë een omgeving die anderen aanmoedigt om samen te werken. Behandel eenieder gelijk en trek niemand voor. Vermijd geroddel. Volg iemands suggesties. Wanneer u een opmerking maakt of suggestie doet, wees er dan zeker van dat u bent begrepen. Wanneer mensen u als iemand zien die eerlijk en betrouwbaar is, zal hun vertrouwen in u groeien.

#### **Los conflicten op**

Ga verder dan alleen mensen bij elkaar brengen en word iemand die conflicten de kop in weet te drukken. Leer een effectieve mediator te zijn. Regel een bijeenkomst wanneer medewerkers klagen over meningsverschillen en help de lucht te klaren. Door zo'n rol op u te nemen, groeien respect en bewondering die collega's voor u hebben.

#### **Communiceer helder**

Wees alert op hoe en wát u zegt. Een heldere en effectieve communicator vermijdt onbegrip bij medewerkers. Verbale kwaliteiten geven blijk van van intelligentie en volwassenheid, onafhankelijk van uw leeftijd. Als u maar roept wat in u opkomt, zullen mensen weinig gewicht aan uw woorden toekennen.

#### **Wees humoristisch**

Wees niet voorzichtig grappig of bijdehand te zijn. De meeste mensen verkeren graag in het gezelschap van iemand die hen aan het lachen maakt. Gebruik uw komische talenten om barrières te slechten en mensen en waardering van mensen te krijgen.

#### **Zie het van hun kant**

Empathie betekent dat u in staat bent u in te leven in een ander en begrijpt hoe zij zich voelen. Probeer situaties en reacties vanuit anderen te zien. Dit bereikt u door emoties toe te laten. Zij die zich afsluiten voor emoties zijn nauwelijks in staat empathisch te zijn.

#### **Klaag niet**

Er is niets slechter dan een chronische klager. Als u alleen u ongenoegen kwijt wilt, vertrouw het dan toe aan uw dagboek. Wanneer u uw grieven kwijt wilt, vertel het dan aan goede vrienden en familie en hou het kort. Ontzie hen in uw omgeving, of u krijgt een slechte reputatie.

Bron:overheidsmanagement