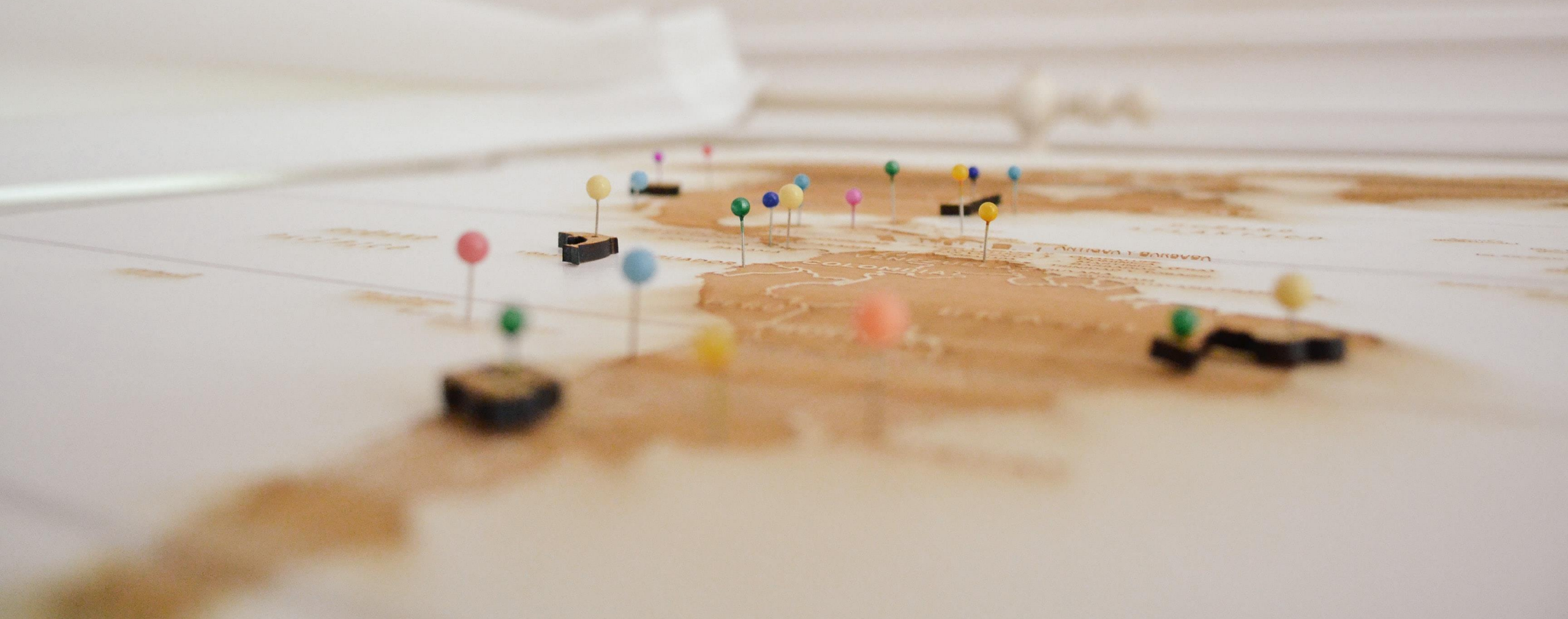


SOS - signs of stress in my team

















Werk en privé-eisen



Op het werk...
Arbeidsorganisatie
Arbeidsinhoud
Arbeidsomstandigheden
Arbeidsvoorwaarden
Interpersoonlijke relaties op het werk



Persoonlijke eisen
Thuisituatie : financiën, relaties, ...
Fysieke situatie / gezondheid
Type persoonlijkheid : pleasen, perfectionisme, nood aan controle, plichtsgetrouw, ...



Herstelschuld





Veranderingen = mogelijke alarmsignalen





Why good leaders make you feel safe...

*"When we feel safe
amongst our own, the
natural reaction is trust
and cooperation"*



Wat kan ik doen? Als collega, leidinggevende, ...

Lead by example

- Ze doen wat ze je zien doen, niet wat je hen zegt.
- **Spreek over je eigen fouten** (zeg niet enkel “fouten maken mag”.)
- **Geef oprechte aandacht (GSM weg)**

Geef mensen ruimte en vertrouwen

- Hoe meer **regels en controle**, hoe minder eigen engagement en verantwoordelijkheidszin.
- **Stimuleer autonomie** : “deze beslissing mag je zelf nemen” of “hoe zou jij dit aanpakken?” Vertrouwen geven **≠ loslaten of juist overnemen**
- **Vier fouten en successen**



- Durf vanuit je rol als leidinggevende aan “de **boom** te **schudden**” wanneer iets blijft hangen
- Zorg **voor online en offline tijd**
- Zorg voor **plezier-momenten** ≠ pingpongtafel

Buffer wanneer nodig

- Stel **vragen** zoals : “hoe is dat voor jou?” / “op welke manier kan ik je helpen?”
- Geef **ondertitels** : leg wat vaker uit waarom je dingen doet, waarom een bepaalde beslissing wordt genomen
- Geef eens een oprecht **complimentje**

Verzorg je communicatie

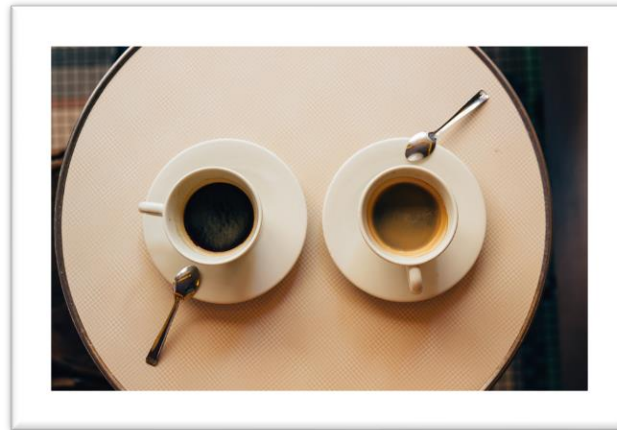
Maar... je hoeft echt niet alles **zelf** te doen !

Verwijs tijdig door naar ...

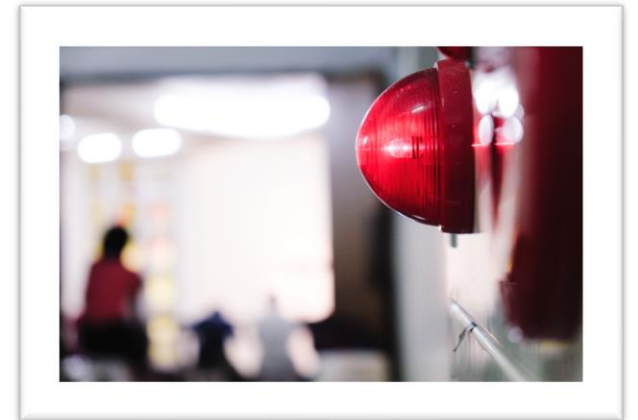
Huisarts / bedrijfsarts



Vertrouwenspersonen



Preventiedienst



Meer weten? Je vindt ons vandaag aan de
en op www.skan.be



VASTE KERN



TRAINERSTEAM



Valérie
Henrotte



David
Maegerman



Sandrita Van
Kemseke



Jean-Pierre
Vandenbroeck



Ann De
Beleyr



Patrick Van
Eyken



Yann Van den
Branden



Karl Mortier



Muriel
Vastenaekel



Natasha
Smith



Greet
Dyckmans



Frédéric Jean



Géraldine
Schalenborgh



Olivia
Teetaert



Pierre-Yves
Hittelet



Karl Meyvis



Patrick
Colligon



Christel
Preuss



Christine
Vloeberghs



Petra Schiller



Frank
Mathues



Laurence
Hébette



Bene Bailleul



Roger Baum

Skand Performance
Management

EDUCATION IS NOT THE LEARNING OF FACTS BUT THE LEARNING OF THE MIND TO THINK



60 SENIOR TRAINERS/
COACHES

= 700 jaar training ervaring



1700 ONTWIKKELINGSDAGEN

Always keep yourself up to date!

SINCE **1986**

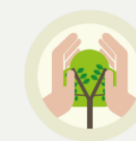


3

TOPICS

- Leidinggevende vaardigheden
- inter-persoonlijke vaardigheden
- persoonlijke effectiviteit

WEG VAN GROEI



BLENDED TRAJECTEN
OP MAAT



skan