

RUIMTE GEVEN

Bescheiden Zijn



Bescheiden zijn is een van de gedragingen die deel uitmaakt van de Ruimte geven-stijl van de Sfeer van Invloed 360°.

Bescheidenheid wordt over het algemeen gekenmerkt door een respectvolle houding en de wil om vriendelijk te zijn tegenover anderen. Bescheiden mensen hoeven niet per se in het middelpunt van de belangstelling te staan en houden rekening met de gevoelens van anderen. Het is hun bedoeling om anderen een positief gevoel te geven.





**“If you have
nothing to say,
say nothing.”**

- Mark Twain

Oefening 1: Spreken of niet spreken

Als je voor deze oefening kiest, ben je er waarschijnlijk altijd klaar voor om iets te zeggen, jouw mening te delen of te verdedigen, of openlijk te debatteren. In sommige situaties is dat een goede zaak. Maar soms is het beter om je mond te houden. Waarom? Als iemand altijd een antwoord of een reactie heeft, raken mensen het vertrouwen in wat er gezegd wordt kwijt.

Het is dus aan jou om de balans te vinden tussen spreken en niet spreken. Denk na over de dagelijkse interacties met je collega's. Leg onderstaande tabel de komende dagen op je bureau. Geef bij elke interactie (bijvoorbeeld: gesprek met een klant over de mogelijke aanschaf van een nieuw product) aan of je hier het voortouw moet nemen of een meer bescheiden aanpak moet kiezen.

 Situaties waarin je moet spreken	Situaties waarin je niet spreekt 

Optioneel: Als je klaar bent met het verdelen van de meeste van jouw interacties in bovenstaande tabel, kan je bij iemand die naar jouw mening goed is in bescheidenheid, vragen of hij of zij het hiermee eens is en/of eventueel nog andere suggesties heeft.

Oefening 2: Positief en opbouwend

Bescheiden sprekers streven ernaar positief te zijn en proberen anderen gelukkig te maken. Het gebruik van positieve en opbouwende taal draagt hieraan bij.

We vragen je om te reflecteren op de gesprekken die je voert. Stel jezelf na je volgende gesprek de volgende vragen:



Hoe reageerde je gesprekspartner? Is er ruimte voor verbetering? Hieronder kun je tips voor jezelf opschrijven om de volgende keer positiever en opbouwender te zijn.

Tips om in toekomstige gesprekken positiever en opbouwender te zijn:



Herhaal deze oefening tot je geen tips meer voor jezelf hebt.

Evaluatie:

Hoe ging je poging om bescheiden te zijn?



1



2



3



4



5

Wat heb je geleerd? Welke inzichten heb je opgedaan?

Wat is er goed gegaan? Wat zou je weer hetzelfde doen?

Wat kan je doen om jouw optreden te verbeteren?

Wat is je volgende stap?