

De 5 behoeften van jouw introverte collega



1

Tijd om bij te komen tijdens of na een drukke dag

Neem eens een kwartiertje extra de groep over van jouw collega, zodat zij even een momentje voor zichzelf heeft. Voor veel leerkrachten geldt even rustig naar de wc kunnen al als het uitje van de dag.



#2

Af en toe even samen stil kunnen zijn

Stiltes zijn niet ongemakkelijk, ze zijn vaak juist mooi. Gedachten en ideeën krijgen in stilte pas echt de kans door te dringen. Probeer dus niet iedere stilte op te vullen, maar geniet van samen stil zijn.



#3

Tijd om na te denken voordat ze reageren

Introverten hebben vaak meer tijd nodig de juiste woorden te vinden. Ze wegen hun woorden namelijk zorgvuldig af en analyseren hun gedachten. Geef ze de tijd die ze nodig hebben en kom bijvoorbeeld aan het einde van de vergadering nog even bij je collega terug voor een reactie.



#4

**Een rustige omgeving die helemaal van hen
is**

Zit na de drukke dag jouw collega in haar lokaal te werken met de deur dicht? Houden zo. Even alleen zijn in haar eigen omgeving helpt haar haar energieniveau weer op peil te krijgen. Die deur slingert ze vast wel weer open als ze daar klaar voor is.



#5

**Collega's die begrijpen dat ze niet overal bij
is**

Het is niet saai of stom als jouw collega de vrijdagmiddagborrel overslaat. Het draait bij haar om het doseren van (sociale) activiteiten.
Het is niets persoonlijks!





© **FAB.talent by Mariëlle**

 www.fab-talent.nl

 [linkedin.com/marielle-lankhuijzen-hendriksen](https://www.linkedin.com/marielle-lankhuijzen-hendriksen)

 [instagram.com/fab-talent](https://www.instagram.com/fab-talent)