



KATJA SOORS, COACHING@WORK

## “Hou rekening met je introverte medewerkers. Je bedrijf vaart er wel bij”

“Ondernemingen benutten het potentieel van hun introverte medewerkers veel te weinig. Dat heeft een negatieve weerslag op de samenwerking binnen het bedrijf en het welzijn van de werknemers. En dus ook op de bedrijfsresultaten.” Aan het woord: Katja Soors, zaakvoester van Coaching@Work, dat coachings-trajecten organiseert voor introverte managers, bedrijfsleiders en ingenieurs.

### **M.M.: Wat is introversie precies?**

Katja Soors: “Een introvert persoon is graag alleen met zijn gedachten en ideeën. Hij haalt daar energie uit. Het kost hem meer moeite en energie om in gezelschap te zijn. En je hebt een gezond energiepeil nodig om in je privé- en professionele leven optimaal te kunnen functioneren. Voor alle duidelijkheid: dat is niet hetzelfde als verlegen zijn. Wie verlegen is, heeft een gebrek aan zelfvertrouwen in sociale situaties. Ook extraverte mensen kunnen verlegen zijn.”

### **M.M.: Waarom die focus op introversie?**

“De helft van onze bevolking is introvert. Toch gedraagt het merendeel daarvan zich extravert omdat onze maatschappij dat vraagt. En in bepaalde situaties in het bedrijfsleven – zoals het geven van een presentatie – is dat nuttig en nodig. Maar constant tegen je eigen persoonlijkheid ingaan, dat vreet aan een mens. Je verbruikt meer energie dan goed voor je is. Met alle gevolgen van dien.”

### **M.M.: Wat is de meerwaarde van coachingstrajecten voor introverte werknemers?**

“Omdat in het bedrijfsleven alles snel moet gaan, krijgen introverte werknemers gewoonweg niet de tijd om hun argumenten op tafel te leggen. Daardoor kiezen bedrijven vaak niet voor de beste oplossing voor een probleem. Ondernemingen die weten wat introversie exact inhoudt en dat bespreekbaar maken, benutten de sterktes van ál hun personeelsleden optimaal. Daardoor draait het bedrijf automatisch beter.”

### **M.M.: Wat kunnen bedrijven doen om het beste uit hun introverte medewerkers te halen?**

“Voor introverte medewerkers draait alles rond voorbereiding. Je geeft hen op voorhand de agenda van de vergadering door. Je bouwt best ook wat rustmomenten in om hen de tijd te geven hun argumenten naar voren te brengen. Of je betreft hen erbij door te vragen wat zij ervan denken. De werknemers zelf moeten leren ‘actiegericht’ te communiceren: zeggen dat ze de opties overwegen en dat ze er later op de dag op terugkomen om dan samen een beslissing te nemen.”