



humans
present.

whitepaper

**Emotionele
intelligentie in
teams.**



Het zal wel aan mij liggen

We kennen het allemaal. Tijdens een meeting ontspoord een simpele vraag in een verhitte discussie. Iemand slaat met de vuist op tafel, een ander kijkt weg en zwijgt de rest van het gesprek. De spanning in de ruimte is voelbaar, maar niemand benoemt hem. Dit is hoe een gebrek aan emotionele intelligentie in teams er uit kan zien: ongemakkelijke stiltes, oplopende frustraties en een samenwerking die vastloopt. Niet omdat de doelen nou zo onhaalbaar zijn, maar omdat het team niet goed samenwerkt.



Dit kan anders. Een team is geen verzameling losse individuen, maar een systeem waarin emoties continu worden getriggerd. Dit is onvermijdbaar. Door af te stappen van de persoonlijke benadering van emoties (het zal we aan mij liggen) en emotionele intelligentie te ontwikkelen op teamniveau, kun je emoties ombuigen van obstakels naar brandstof. Brandstof voor groei, effectieve samenwerking en betere resultaten.

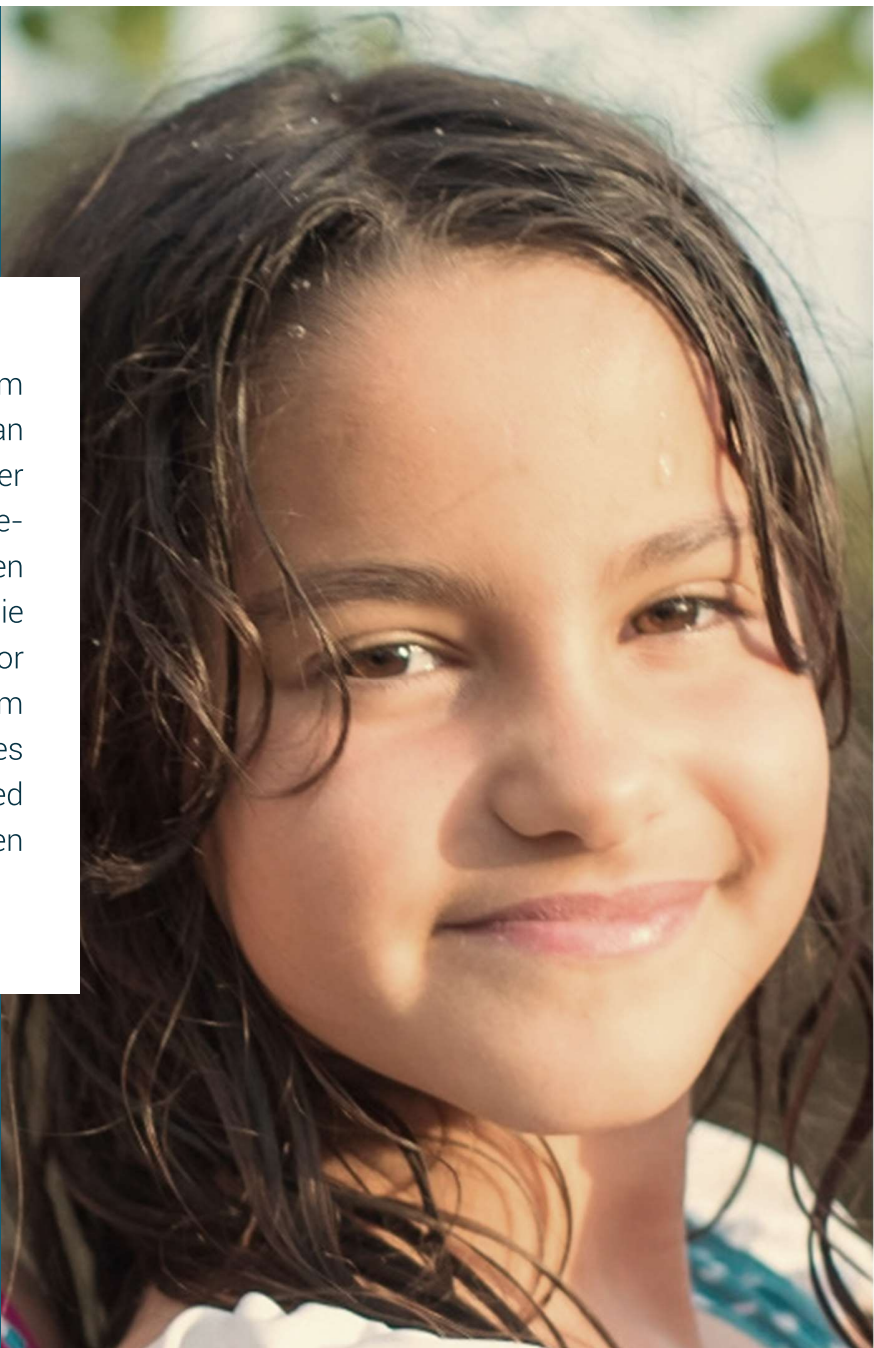
Emoties; de motor van de groepsdynamiek

De ontwikkeling van emotionele intelligentie klinkt misschien als iets uit zelfhulpboeken, maar het is een essentiële vaardigheid voor teams die willen excelleren. Emoties zijn meer dan vervelende randverschijnselen; het zijn signalen die inzicht geven in hoe een team functioneert.

Zoals fysieke klachten aangeven dat er in je lichaam iets niet goed gaat, geven emoties in een team aan waar de aandacht naar toe moet. Het negeren van deze signalen - zoals bijvoorbeeld ongemak, frustratie of spanning - leidt tot stagnatie, terwijl het erkennen en adresseren ervan de samenwerking een enorme boost geeft.

Neem bijvoorbeeld de frustratie die ontstaat wanneer een doel niet wordt bereikt, de samenwerking stroef verloopt of een team te maken krijgt met een negatief inspectierapport. Sommige teamleden uiten hun frustratie direct, terwijl anderen juist stilvallen en de frustratie intern verwerken. Beide reacties leveren binnen het team veel ruis op. Als het team echter leert de onderliggende energie van die frustratie ruimte te geven en deze gezamenlijk te onderzoeken, kan dit waardevolle inzichten opleveren. Zo kan het team concrete stappen zetten situatie te verbeteren.

Of neem angst. Hoe vaak stoppen we die niet weg met de gedachte: "Het ligt vast aan mij"? Maar wanneer we deze angst onderzoeken, komen we erachter dat meer teamleden vergelijkbare gevoelens hebben. Dat is fijn! Dit kan leiden tot waardevolle inzichten over risico's in een plan en opent de deur naar betere besluitvorming en strategieën.



De emotionele dynamiek binnen een team bepaalt in sterke mate hoe vrij informatie kan stromen – en deze informatie is de levensader van een team. Zonder effectieve informatie-uitwisseling stagneert ontwikkeling en blijven resultaten uit. Emoties vormen de signalen die aangeven hoe een team functioneert. Door deze dynamiek te begrijpen, kan een team transformeren van een plek waar emoties persoonlijk worden opgevat naar een goed geoliede machine waarin emoties bijdragen aan groei, samenwerking en succes.

Kortom, emoties zijn geen obstakels; ze zijn richtingaanwijzers. Wanneer er een basis is waarin emoties kunnen worden gezien en besproken, vormen ze de basis voor een gezonde en effectieve samenwerking.

Aan de slag met emotionele intelligentie

Emotionele intelligentie in een team ontwikkelen is een proces. Soms is daar begeleiding voor nodig. Een frisse blik van buiten kan helpen om ingesleten patronen te doorbreken en nieuwe mogelijkheden te ontdekken.

Wil je ontdekken hoe jouw team emoties kan omarmen als een kracht in plaats van een belemmering? Ik vertel je er graag meer over, geheel vrijblijvend. Samen zorgen we ervoor dat emoties niet langer een obstakel vormen, maar een kracht.

Laat jouw team zien wat écht mogelijk is met emotionele intelligentie



+31 6 414 60602



kasper@humanspresent.nl



www.humanspresent.nl



humans
present.