

Nieuwsbrief – Buro Vertrouwenswerk

Het bleef maar malen – En dat is precies het signaal

Soms is het niet groot.

Een opmerking van een collega die net iets te ver ging. Een toon die schuurt. Een moment in een vergadering waarop je dacht: *Wacht.., was dat normaal?*

En daarna thuis, onder de douche, 's avonds in bed.. maal je er nog over.

Dat gemaal is geen overdrijving. Het is geen aanstellerij.

Het is je systeem dat aangeeft: *Hier klopt iets niet.*

Ongewenst gedrag hoeft niet groot te zijn om impact te hebben. Een sarcastische opmerking die altijd net op de grens zit. Een leidinggevende die jouw idee negeert maar het een kwartier later zelf inbrengt. Een collega die je consequent buiten gesprekken houdt. Kleine dingen. Dingen waarvan je denkt:

Kan ik hier wel iets van zeggen? Is dit erg genoeg?

Het antwoord is JA

Niet om er meteen iets mee te doen. Niet om een klacht in te dienen of een procedure te starten. Maar om het gewoon ergens kwijt te kunnen. Om hardop te zeggen wat je in je hoofd al tien keer hebt gedacht. En misschien te horen of het klopt wat je voelt.

Want wat je niet uitspreekt, blijft malen. En wat blijft malen, kost energie. Energie die je niet meer hebt voor je werk, je collega's, JEZELF.

Als vertrouwenspersoon ben ik er precies voor die momenten. Niet alleen als het groot is. Juist ook als je nog niet eens zeker weet of het iets is.



Een gesprek is altijd vertrouwelijk. Er hoeft niets. Er moet niets. De regie blijft bij jou.

Herken je dit gevoel?


Neem gerust contact op, ook gewoon om te sparren.



BURO
VERTROUWENSWERK
Extern Vertrouwenspersoon

VEILIGHEID ONTSTAAT WAAR MENSEN ZICH GEZIEN & GEHOORD VOELEN

Silvia Stalvord



Extern Vertrouwenspersoon
www.BuroVertrouwenswerk.nl
info@BuroVertrouwenswerk.nl
Tel: 06-47588654