

Werkgeluk in de gemeente: kan dat?

Mirjam Visser is zelfstandig coach met veel ervaring binnen een gemeentelijke context. Hanneke Dijkman van Een10voorwerkgeluk leert o.a. ambtenaren werkgeluk in haar werkgeluk weekends. Een tweegesprek.

Mirjam Visser & Hanneke Dijkman

Hanneke: “Ik vraag mensen wat hun score is op werkgeluk. De meeste mensen weten daar direct een antwoord op. Ze geven vaak ook aan waar ze hoog op scoren en waar lager. Bijvoorbeeld dat het samenwerken met burgers wel een acht scoort, maar dat de interne sfeer maakt dat ze lager scoren op werkgeluk. De mensen die niet direct een cijfer kunnen geven, vertellen vaak dat hun werkgeluk sterk wisselt, bijvoorbeeld afhankelijk van de klus die ze op dat moment doen.”

Mirjam: “Ja, Hanneke, dat zie ik ook. Een score op werkgeluk is voor iedereen verschillend. Zo kan iemand een tien scoren op werkgeluk in een omgeving die voor een ander dodelijk saai kan zijn. Het is dus heel belangrijk om werk te doen wat past bij je kernwaarden. Als bijvoorbeeld vrijheid heel belangrijk voor je is, dan past een te gestructureerde routinematige omgeving niet. Die past weer bij iemand die stabiliteit of zekerheid belangrijk vindt. Daarom is het heel belangrijk om werk te doen dat past bij je kernwaarden.”

Is werkgeluk mogelijk in een gemeente, met alle bezuinigingen en taakstellingen?

Hanneke: “Tegenslag is natuurlijk een deel van het leven. Je kunt op twee manieren ernaar kijken. Ofwel je ziet tegenslag als iets waar je van kunt leren, als persoon en vanuit je professie, of als iets dat jou persoonlijk dwarsboomt. Vergeleken met ‘gewone

werknemers’, hebben ambtenaren bij de meeste gemeenten nog steeds een riante positie. Ze blijven vaak nog jaren herplaatsingskandidaat en ook bij ontslag krijgen ze nog een toeslag op hun WW. Mijn suggestie is dat ambtenaren die riante positie gebruiken om vooral veel te blijven leren. Door te reflecteren, door klussen op te pakken, door cursussen te doen.”

Een score op werkgeluk is voor iedereen verschillend.

Mirjam: “Dat is waar, Hanneke, en tegelijkertijd worden de goudomrande regelingen steeds minder en zijn de arbeidsvoorwaarden flink aan het veranderen. Ik zie gemeentes worstelen met bezuinigingen en taakstellingen en politieke en maatschappelijke veranderingen die naast krimp vooral ook vragen om kwalitatief hoogwaardig en flexibel inzetbare medewerkers. Ik zie bij ambtenaren een grote passie en bevlogenheid in hun werk voor ‘hun’ stad en een enorme maatschappelijke betrokkenheid. Tegelijkertijd zie ik de worsteling bij ambtenaren die zien dat loyale collega’s hun baan verliezen en bezorgd zijn om hun eigen positie. Die meer werk met minder mensen moeten doen. Die gezien hebben dat hun trouwe, loyale collega’s het veld hebben moeten ruimen. Uit onderzoek blijkt dan ook dat de zoge-

naamde ‘gelukkigen’ die hun baan behouden, meer stress ervaren dan de mensen die hun baan kwijt zijn. Dus reorganisaties hebben een impact op werkgeluk. Gelukkig zie ik dat veel gemeentes investeren in duurzame inzetbaarheid waarin het gaat om de juiste persoon op de juiste plaats en waar ruimte is voor talentontwikkeling en persoonlijke groei.”

Zijn ‘de vier stappen naar werkgeluk’ ook bruikbaar in gemeenteland?

Hanneke ontwikkelde vier stappen naar werkgeluk. Wat heb je daar als ambtenaar aan?

Stap 1. Maak anderen gelukkig en jezelf

Mirjam: “Ik vraag vaak in mijn coachgesprekken: waar ben je trots op? Wat opvalt is dat het antwoord dan altijd gaat over dat ze iets betekend hebben voor een ander. Trots en talent gaat altijd over een ander gelukkig maken. Een mooie samenwerking in een team, een klant die tevreden de deur uitgaat, een onoplosbaar probleem opgelost, een vastzittend project vlotgetrokken.

Andersom is ook het geval. Mensen raken gedemotiveerd als ze niets kunnen betekenen voor een ander. Niets kunnen betekenen leidt tot een

gevoel van zinloosheid met stress en bore-out tot gevolg.”

Hanneke: “Ik heb dezelfde ervaring als Mirjam. Keer op keer zie ik hoe mensen beginnen te stralen als ze vertellen hoe ze hebben bijgedragen aan het geluk van anderen. Bij ambtenaren heb je het dan over burgers, B&W, de Raad, directe collega's, collega's van andere afdelingen, de leidinggevende, externe dienstverleners en leveranciers, cursusbureaus, onderzoeksbureaus, etcetera, etcetera. Op een hoger niveau streven al die partijen naar een gezamenlijk doel. Te ontdekken wat dat is en daar op inspelen, dat is de uitdaging. Dat kan ook heel simpel: door anderen een compliment te geven, of feedback waarvan ze kunnen leren. Een ambtenaar die ik coachte, wilde meer een sociale kant in zijn werk. Toen we keken hoe dat zou kunnen, bleek dat hij daar van zijn leidinggevende alle vrijheid voor kreeg. Vaak is er veel meer mogelijk dan mensen denken.”

Stap 2. Ontdek je kracht en je kwetsbaarheid

Hanneke: “Een van de ambtenaren die ik coachte, kon echt heel goed

contact leggen met wethouders. Dat was echt haar kracht. Daardoor passeerde ze vaak ambtenaren, waardoor ze veel weerstand op riep. Die kracht maakte dus ook kwetsbaar. Toen we dat hadden ontdekt, ging ze meer contacten leggen op een lager niveau, waardoor het werk makkelijker ging én leuker werd.”

Mirjam: “Mensen zijn vaak gericht op het voorkomen van het maken van fouten, waardoor er spanning en stress ontstaat. Er is geen ruimte voor creativiteit en vernieuwing. Terwijl juist jezelf ruimte geven om fouten te mogen maken de manier is om te groeien en jezelf op een hoger plan te brengen. Dit vraagt om het mogen uiten van kwetsbaarheid. Voor sommige mensen is hulp vragen al een grote kwetsbaarheid. Voor een ander is dat een stilte laten vallen in plaats van doorratelen. Of zeggen in een projectteam dat je iets moeilijk vindt. Je zorgen blijken bijna altijd ongegrond. De omgeving reageert opgelucht en je geeft de ander ook toestemming om zichzelf te laten zien. Wat helpt is jezelf niet te identificeren met wat je doet. Je bent je baan niet, je hebt je baan.”

Hanneke: “Helemaal mee eens, Mirjam, het niet te veel identificeren met je baan, dat geeft vrijheid. Sowieso is ‘identiteit’ iets waar we mee kunnen spelen.”

Stap 3. Blijf leren: bewust en speels

Mirjam: “Ja, als je jezelf kunt relativeren en niet meer zo serieus neemt, dan wordt het leven lichter en leuker. Je werk wordt speels en je krijgt plezier in de dingen die je doet. Ik had laatst een coachee die letterlijk ging spelen. Ze was na een coachgesprek langs een hobbywinkel gegaan en had de mooiste potloden voor zichzelf gekocht en is thuis gaan tekenen. Zonder vooropgesteld plan laten komen wat er kwam. Ze werd er heel blij van.”

Hanneke: “Vaak hoor ik: ‘Er is geen geld meer voor opleidingen’. Maar wil je in een veranderende wereld bij blijven dragen aan het geluk van anderen, dan is leren noodzakelijk. Onderzoek laat zien dat mensen veel actiever en enthousiaster leren als ze geprezen worden voor hun inzet in plaats van hun resultaten. Ik suggereer dus vaak om iedere dag leerpunten te noteren en moedig mensen hierin aan. Een van de ambtenaren die ik coachte raadde ik ook aan in andere landen informatie te zoeken op zijn vakgebied. Dat leidde zelfs tot een uitnodiging om een lezing te geven. Een mooie kans om nog meer te leren.”

Stap 4. Stel doelen en wees gelukkig hier en nu

Mirjam: “Ik had laatst een coachgesprek waarin iemand uitsprak een meer coördinerende functie te ambiëren. We zijn in dat gesprek gaan onderzoeken hoe dit eruit zou zien en wat het haar zou geven als dit doel bereikt zou zijn. In het volgende coachgesprek vertelde ze dat ze gevraagd was te solliciteren naar een functie van coördinator. Ze was heel verrast dat dit ‘zomaar’ op haar pad kwam. Een doel geeft focus en rich-



Mirjam Visser

Foto: privé-bezit



Hanneke Dijkman

Foto: privé-bezit



Als ambtenaar draag je bij aan het geluk van burgers, of het nu met grote projecten (centraal station Rotterdam) of met kleine projecten. Foto: privé-bezit

ting en is van vitaal belang voor geluk en succes, hoe klein het doel ook is. Het is heel belangrijk om te genieten van de weg naar het doel en dankbaar te zijn voor het resultaat ook al is het er nog niet."

Hanneke: "Ik werk veel met meditatie. Dat heette vroeger soft, maar nu mediteren zelfs de dames van het Nederlandse hockeyteam dagelijks. Dat doen ze natuurlijk om te kunnen winnen. Leren genieten van het kiezen van doelen, van het struikelen over bezuinigingen en taakstellingen, van je ontwikkeling als persoon en als professional, van het samen werken aan een betere wereld, dat zie ik als de uitdaging voor de ambtenaar anno nu."

Vier 1-MINUUT-oefeningen

Neem voor iedere oefening één minuut. Suggestie: zet een wekkertje. Het zijn opwarmers om je aan het denken en voelen te zetten.

Stap 1:
Noteer voor jezelf welke mensen het mogelijk maken dat jij je werk kunt doen.

"Keer op keer zie ik hoe mensen beginnen te stralen als ze vertellen hoe ze hebben bijgedragen aan het geluk van anderen."

Stap 2:
Denk eens terug aan de afgelopen week.

Wanneer voelde jij je kwetsbaar? Welk deel van jou werd geraakt?

Stap 3:
Vul spontaan de onderstaande zin aan, op zoveel mogelijk manieren. "Ik zal NOOIT leren om"

Stap 4:
Je komt morgen op je werk en je blijkt een budget van 50 miljoen euro te

hebben gekregen, vrij te besteden. Wat zou je hiermee doen?

Over de auteurs

Hanneke Dijkman is werkgelukcoach en organiseert werkgeluk weekends, zie www.een10voorwerkgeluk.nl/

Mirjam Visser biedt personal coaching, team coaching en intervisiebegeleiding, zie www.mirjamvissercoaching.nl