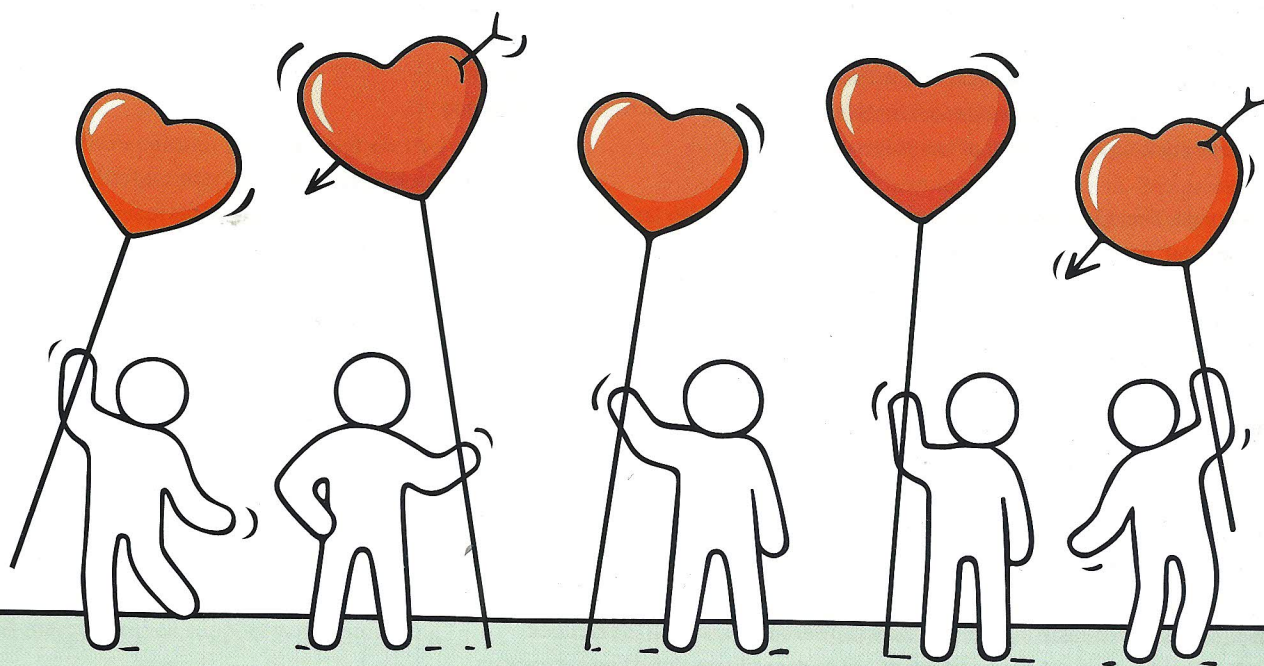


Een goede werksfeer is een kostbaar goed. Dit houd je in stand door open te zijn naar elkaar, en eventuele irritaties bespreekbaar te maken. Maar: maak niet overal een punt van. Anderen zijn anders dan jij, en sommige dingen gaan zoals ze gaan. Niet alles is te veranderen.

# Wat kun jij doen voor een **betere** werksfeer?



**E**en slechte werksfeer kan ten koste gaan van je werkplezier. “Toch is het soms beter om niets te doen”, zegt Ingrid Bannink, trainer bij Bannink Coaching & Consultancy. “Jij wilt graag dat dingen anders gaan. Maar jouw collega’s kijken anders tegen dezelfde situatie aan. Door alles bespreekbaar te maken, raket je misschien dingen op die gevoelig liggen en waarmee je mensen kwetst. Dus: laat mensen in hun waarde, en focus je op de zaken waar je echt last van hebt, en die te veranderen zijn.”



**JILDAU ZWAAGSTRA:**

## “Ik wil graag dat mensen het zeggen als er iets is”

### **VERZUURDE COLLEGA**

Als voorbeeld noemt ze een collega die regelmatig te laat komt. “Dat is vervelend als jij daardoor alle telefoontjes moet aannemen. Het is goed om die collega op een positieve manier feedback te geven. Waarschijnlijk heeft hij helemaal niet door dat je je aan hem stoort, en kun je samen nadenken over een oplossing.”

Een ander voorbeeld: een collega met een laag werktempo. Ingrid: “Hij heeft waarschijnlijk een ander karakter dan jij. Probeer het eens van de positieve kant te zien. Misschien is het wel goed om iemand in je team te hebben die wat langer over zaken nadenkt, en zich wat assertiever opstelt.”

### **AANNAMES**

Jildau Zwaagsta, secretaresse bij het UMC Utrecht, werkt in een team met een goede sfeer. “Iedereen heeft veel inlevingsvermogen en alles is bespreekbaar”, vertelt ze. “We houden elkaar goed op de hoogte van allerlei zaken. Mijn managers geven mij bijvoorbeeld extra achtergrondinformatie, zodat ik vergaderingen beter kan notuleren.” Zoals de meeste mensen heeft Jildau wel eens in een team gewerkt waar de sfeer minder open was. “Ik vond dat we veel met aannames werkten, en zaken niet met de juiste personen bespraken. Daar stoorde ik me aan. Daarom heb ik dat een keer aangekaart. Ik heb aangegeven dat ik het zelf ook doe en dat ik graag wil dat het verandert, omdat dat de samenwerking bevordert. In

eerste instantie schrokken mijn collega’s. Daarna gaven ze toe dat het inderdaad wel klopte, en dat het goed was om dit te veranderen.” Toch is het niet gelukt om het tij te keren. Op een gegeven moment werd het drukker, en verviel iedereen in oude gewoontes. “Eigenlijk is dat jammer, want ik vind werksfeer wel belangrijk. Het is goed om daar de tijd voor te nemen, juist als het druk is.” Drie jaar geleden is Jildau gestart met haar baan bij het UMC. Ze heeft toen meteen uitgesproken dat ze graag wil dat mensen het haar zeggen als er iets is. “Mijn collega’s doen dat ook, en dat zorgt er mede voor dat ik de werksfeer als positief ervaar.”

### **PATRONEN VERANDEREN**

Het is vaak lastig om patronen binnen een groep te veranderen. “Iedereen trekt eigen muurtjes op in zijn houding en gedrag”, zegt Mariëlle Willems, trainer bij Letsgoactive training groep. “Voor een beter contact moet je je eigen muurtje iets laten zakken, en dat vraag je ook van de ander. Wil jij moeite doen om de sfeer te verbeteren? Zo ja, probeer eens iets. Ga naar die ene collega toe, en vraag of hij meegaat naar de vrijdagmiddagborrel. Of ga eens naast hem zitten in de pauze en begin een gesprek. Als jij niet de eerste stap zet, dan blijft de situatie zoals die is.”

Mariëlle zegt dat het daarbij belangrijk is om je oprecht te verdiepen in de ander. “Wat heeft hij of zij nodig om uit die schulp te kruipen? Houdt



# “Voor een beter contact moet je je muurtje iets laten zakken”

## TIPS

**Iedere situatie is anders. Wat kun je doen om de sfeer te verbeteren? Trainer Ingrid Bannink zet de belangrijkste tips op een rij.**

• **Los kleine irritaties op**

Collega's ergeren zich vaak aan kleine dingen, zoals een collega die telkens met snoeppapiertjes ritselt. Bespreek dit, en verzin een praktische oplossing. Misschien kunnen die snoepjes aan het begin van de dag uitgepakt worden zodat je er geen last meer van hebt.

• **Stop met roddelen**

Collega's moeten soms even hun hart luchten, of willen een vervelende situatie voorleggen aan iemand anders. Daarom wordt er geroddeld. Maar besef dat het niet oké is. Roddelen gaat vaak van kwaad tot erger. En je beïnvloedt daarmee ook de ander, die daardoor een negatief beeld krijgt van jouw collega. Doe er niet aan mee, en maak het eventueel bespreekbaar.

• **Accepteer andere visies**

Mensen hebben vaak in hun hoofd wat de beste werkwijze is, en worden daarin gesteund door hun collega's. Mensen met een afwijkende mening worden soms sociaal buitengesloten of belachelijk gemaakt. Besef dat een andere visie ook goed kan zijn.

• **Wees attent, maar overdrijf niet**

Het is goed voor de werksfeer om af en toe koekjes mee te nemen, en collega's te vragen hoe hun weekend was. Maar overdrijf het niet. Collega's die altijd maar gezellig willen doen en alles met de mantel der liefde bedekken, slaan uiteindelijk de plank mis. Blijf vooral jezelf.

• **Haal zelf plezier uit je werk**

Soms heb je gedaan wat je kon doen om de werksfeer te veranderen, en lukt het gewoon niet. Probeer je dan te focussen op de dingen die wél leuk zijn. Misschien heb je inhoudelijk leuk werk, of heb je een leuk contact met collega's van andere afdelingen. En als je echt geen plezier meer hebt in je werk: zoek dan een andere baan. In een ander team voel je je waarschijnlijk wel op je plek.

hij van een directe communicatie? Of is het een kwetsbaar iemand, en kun je je beter voorzichtig opstellen? Zorg er bovendien voor dat je gevoelige onderwerpen altijd persoonlijk bespreekt. Je kunt niet van iemand verwachten dat hij zich open opstelt, als het hele team meeluistert. Kies een moment dat je even met z'n tweeën bent."

**KWETSBAAR OPSTELLEN**

Francis Schuiling, directiesecretaresse bij Vegro Verpleegartikelen, zegt dat een goede werksfeer iets is dat je samen opbouwt. "Het komt heus wel eens voor dat ik iets verkeerd breng, of dat ik bij iemand op een verkeerd knopje druk. Juist omdat de werksfeer goed is, wordt dat altijd snel uitge-

sproken." Francis vindt het belangrijk om zich kwetsbaar op te stellen. "Ik heb een leidinggevende functie, dus ik moet regelmatig opdrachten verdelen. Natuurlijk krijg ik soms tegengas, dat hoort erbij. Ik probeer uit te stralen dat mijn wil geen wet is. Iedereen kan fouten maken, en ook ik doe wel eens iets verkeerd. Ik zeg dat collega's altijd naar me toe kunnen komen als ze verbeteringen hebben."

Francis heeft onlangs een training gevolgd om de communicatie binnen het team te verbeteren. "Zo'n training is altijd goed, omdat ieder teamlid een spiegel voorgehouden krijgt. Voor mij kwam eruit dat ik een vrij directe manier van communiceren heb. Ik wil het liefste alles op hoofdlijnen bespreken, en pak graag snel door. Niet iedereen vindt dat fijn. Natuurlijk weet ik wel dat ik zo ben. Maar ik sta daar niet altijd bij stil. Zo'n training opent je ogen weer even, zodat je weet wat je kunt doen om het contact te verbeteren."

**GEDULD**

Tot slot geeft Ingrid aan dat het belangrijk is om een keuze te maken. "Maak een irritatie bespreekbaar, of stop met jezelf eraan te ergeren. Mopperen zonder dat je actie onderneemt heeft geen zin." Ze zegt dat het bovendien goed is om te beseffen dat je zelf ook verantwoordelijk bent voor de werksfeer. "Dus: zoek het niet altijd bij een ander. Maar bedenk wat je zelf kunt doen. Misschien vind je het koud op kantoor, en kun je dit zelf oplossen door een sjaal om te doen." Mariëlle zegt als afsluiting: "Als je besluit iets te doen: wees geduldig. Mensen hebben soms de neiging om te denken: 'ik heb er nu één keer iets van gezegd, en nu moet het goed zijn'. Maar zo werkt het niet. Gedragsveranderingen gaan met ups en downs. Wees blij met de kleine vooruitgangen die je boekt. En heb er vertrouwen in dat al die kleine stappen uiteindelijk de werksfeer als geheel verbeteren."



**FRANCIS SCHUILING:**

**"Ik vind het belangrijk om me kwetsbaar op te stellen"**