



GIDS
GELUKKIG
IN GESPREK OVER
WERKGELUK

TIPS VOOR LEIDINGGEVENDEN

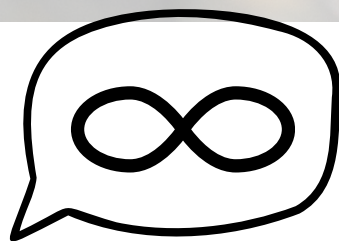
MONITOR GROEP

TIP 1:

VOOR ALLEBEI VAN WAARDE

Voor een geslaagd gesprek vormen openheid en vertrouwen een belangrijke basis. Dit vertrouwen is er niet vanzelfsprekend. Als leidinggevende speel je een belangrijke rol in het opbouwen ervan. Bedenk waarom jij het écht belangrijk vindt om te werken aan werkgeluk en deel je intentie tijdens de gesprekken.

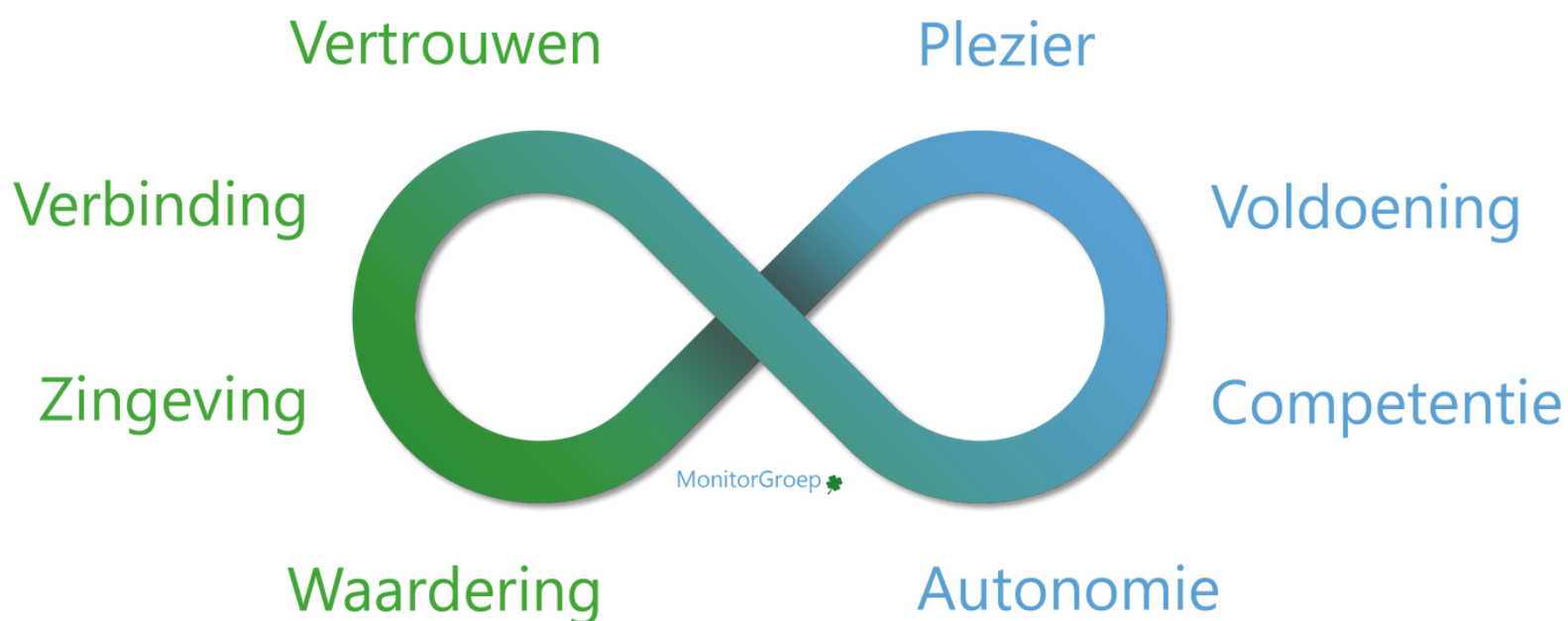
‘Ik vind het belangrijk dat de medewerkers in ons team met plezier en voldoening hun werk doen. Als zij gelukkig zijn het werk, zien onze klanten dat ook. Als ik medewerkers daarbij kan helpen en als we samen een fijn werkklimaat neerzetten, is mijn missie geslaagd.’

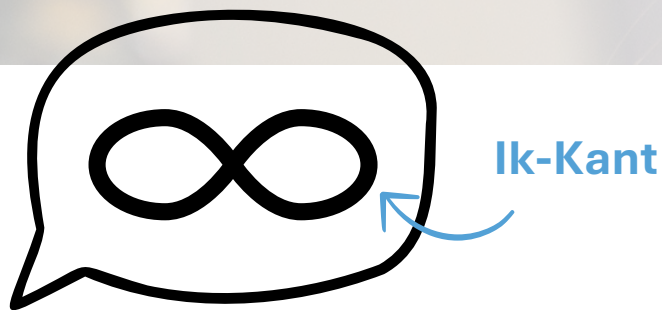


TIP 2:

PRAAT OVER OVER DE 8 VAN WERKGELUK

Om wat structuur aan te brengen in het praten over werkgeluk, kun je de 8 van Werkgeluk bij wijze van leidraad gebruiken. Dat is een laagdrempelige (en onderbouwde) manier om aan de slag te gaan. Op de volgende pagina tref je handige hulpvragen.





PRAAT OVER OVER DE 8 VAN WERKGELUK

Plezier

- Hoe ervaar je de sfeer tussen de collega's?
- Wat draagt bij aan een positieve sfeer?
- Heb jij plezier in het werk dat je doet?

Voldoening

- Wat geeft jou voldoening in je werk?
- Op welke manier draagt jouw werk bij aan een groter geheel?

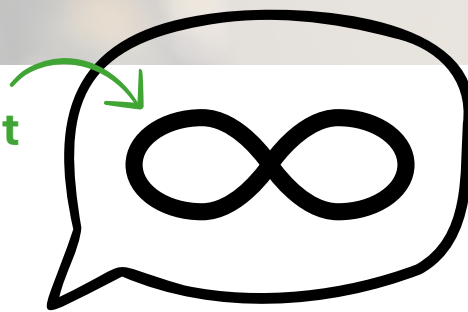
Competentie

- Worden je talenten goed benut?
- Welke vaardigheden zou je willen ontwikkelen?
- Hoe kunnen we jou ondersteunen in je professionele groei?

Autonomie

- Voel je je gehoord?
- Op welke vlakken zou je meer autonomie willen ervaren?
- Hoe kunnen we jouw taken anders/vrijer inrichten?

Wij-Kant



PRAAT OVER OVER DE 8 VAN WERKGELUK

Vertrouwen

- Heb je het gevoel dat je open kunt zijn op je werk?
- Kun je jezelf zijn?
- Voel je je vrij om je mening te geven?

Verbinding

- Hoe ervaar je de verbinding binnen het team?
- Voel je je verbonden met de doelen van onze organisatie?
- Zijn er manieren waarop we de verbinding kunnen versterken?

Zingeving

- Heb je het gevoel dat je met je werk bijdraagt aan iets moois, goeds of belangrijks?

Waardering

- Op welke manieren voel jij je het meest gewaardeerd?
- Voel je erkenning voor de dingen doe je doet?
- Zijn er specifieke prestaties waarvan je vindt dat ze meer erkenning verdienen?



TIP 3:

NEEM WERKDRUK(SIGNALEN) SERIEUS

Werkdruk: zolang collega's geen hinder ervaren van de werkdruk is het oké. Maar zodra mensen last krijgen van de werkdruk, heeft dit allerlei negatieve effecten: de lontjes worden korter en de psychologische veiligheid daalt en het verzuim gaat omhoog.

Het is dus ook goed om aandacht te besteden aan deze remmende factor op werkgeluk. Door regelmatig in gesprek te zijn, houd je de drempel laag om bij oplopende werkdruk aan de bel trekken.



NEEM WERKDRUK(SIGNALEN) SERIEUS

Vragen over werkbalans:

- Hoe ervaar je de werkdruk?
- Wat zijn dingen die jou kunnen helpen hierin?
- Zijn er aanpassingen die we kunnen maken om deze balans te verbeteren?

'Misschien voel je dat je werkdrukissues niet compleet kunt oplossen. Het feit dat je zoveel mogelijk meedenkt en luistert, wordt vaak ook als helpend ervaren. Uit onderzoek van de MonitorGroep blijkt dat waar er in de organisatie een open en helpende houding is vanuit de organisatie als het gaat om een (te hoge) werkdruk, dit de veerkracht om hiermee om te gaan versterkt. Mensen voelen zich gesteund.'

**Dominique Oude Wansink,
Adviseur & Coach Werkgeluk**

TIP 4:

WAT OPEN DEUREN TOT BESLUIT

De volgende punten spreken voor jou natuurlijk voor zich, maar toch de moeite waard om ze nog even door te lezen :-)

- 1. Luister actief:** Toon oprechte interesse in wat de medewerker vertelt en luister zonder direct te onderbreken.
- 2. Wees empathisch:** Probeer de situatie vanuit het perspectief van de medewerker te begrijpen en toon begrip voor hun standpunt.
- 3. Stel open vragen:** Moedig medewerkers aan om hun gedachten te delen door open vragen te stellen. Dit stimuleert een diepgaander gesprek.

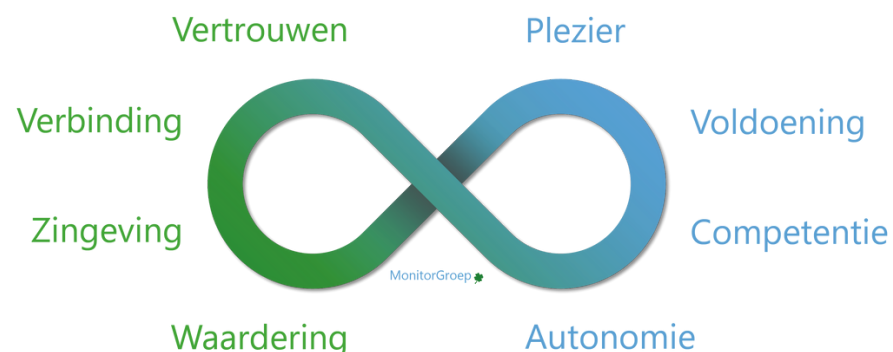
TIP 5:

ZELFREFLECTIE

Door na ieder gesprek even terug te kijken op je eigen manier van doen, groei je rol van gelukkig leidinggevende. Zomaar wat hulpvragen:

- Heb je laten zien dat je je betrokken voelt bij het welzijn van de medewerker?
- Heb je oog gehad en begrip getoond voor persoonlijke uitdagingen? Is de verbinding tussen jullie versterkt?
- Heb je ook iets van jezelf laten zien? Iets wat voor jou belangrijk is in werk en leven?
- Heb de doelen van de medewerker in beeld en de wijze waarin je hen daarin kunt ondersteunen.
- Was het gesprek plezierig? Ben je iets over de ander te weten gekomen waardoor je hem/haar nog beter begrijpt?
- Wat ging goed en wat ga je in een volgende gesprek anders doen?

MEER OVER WERKGELUK



De MonitorGroep helpt je graag verder op het gebied van werkgeluk. Dit doen wij bijvoorbeeld met:



Een werkgeluksmeting

Medewerkers vullen een vragenlijst in over hun werkgeluk. Als resultaat ontvangen zij een persoonlijk werkgeluksprofiel. Dit geeft inzicht in hun eigen werkgeluk én biedt een ideaal startpunt om met een leidinggevende over in gesprek te gaan.

Benieuwd? Neem gerust contact op!

MONITOR GROEP

030- 2887 558
info@monitorgroep.nl