

Checklist werkplezier

Met deze checklist wil ik iedereen die werkt in de metaal en techniek een positieve boost geven om te ontdekken of te checken hoe je werkplezier kunt ervaren, hoe je dit kunt versterken en wat signalen zijn van te weinig werkplezier.

Wist je dat het al dan niet ervaren van werkplezier besmettelijk is? Heb je dus geen plezier in je werk, dan straalt je dat ook uit naar collega's. Gelukkig werkt het omgekeerde ook: collega's die plezier hebben in het werk, maken jou ook een beetje blij.

Deze checklist is ingedeeld in 5 categorieën: jouw werkplezier, werkplezier in jouw team, werkplezier op de werkvloer, werkplezier op kantoor en directie met werkplezier.

Per categorie geef ik aan wat signalen zijn van verminderd werkplezier, gevolgd door tips om het werkplezier te vergroten. Maak deze checklist bespreekbaar en vul het naar jouw werksituatie aan. Aan het eind van dit document staat nog een supermooi aanbod om niet te missen!

Veel leesplezier!

Marieke Bach

Jouw werkplezier

Signalen van verminderd werkplezier: piekeren over het werk, 's morgens geen zin hebben om op te staan, klagen, geen/te weinig energie, te hoge werkdruk, te weinig concentratie, (privé) problemen, werk niet meer kunnen overzien, lichamelijke klachten, te veel prikkels, etc.

Meer werkplezier kun jij op gang brengen of versterken door:

- Goed voor jezelf te zorgen: onderzoek jouw leefstijl en gewoontes. Wat geeft energie en wat kost energie? Verminder de dingen die jou te veel energie kosten.
- Zorg dat je fit bent: voldoende slaap, sporten, ontspannen, gezond eten. Minder moe, meer fit!
- Benoem dagelijks 3 positieve dingen die je hebt beleefd op het werk en schrijf ze op. Dat wat je aandacht geeft, groeit!
- Hanteer de 80-20 regel: 80% van jouw werk bestaat uit handelingen die jij leuk en uitdagend vindt. Er wordt een beroep gedaan op jouw (technische) kennis en vaardigheden. 20% zijn minder leuke klusjes, maar die horen er nu eenmaal bij. Hoe zit dat bij jou? Is de 20% opgeschoven naar 40% of meer? Praat erover met personeelszaken of jouw leidinggevende, blijf er niet mee zitten!
- Zorg dat jouw productieniveau goed haalbaar is. Blijf niet zitten met gevoelens van stress en onrust. Kijk hoe jij jouw werkzaamheden anders kunt indelen, zodat het beter haalbaar is. Laat een collega of leidinggevende eens meekijken en vraag om feedback! Dat is geen signaal van zwakte, maar een teken dat jij jouw werk serieus neemt en het zo goed mogelijk wilt uitvoeren.
- Hoe zit het met jouw gevoel voor humor? Een dag niet gelachen is een dag niet geleefd! Wat maakt jou aan het lachen?

Werkplezier in jouw team

Werk jij in teamverband dan heb je te maken met collega's waarmee je nauw samenwerkt. Dat brengt met zich mee dat jouw werkplezier mede afhankelijk is van hoe jouw collega werkt en hoe hij/zij over het werk denkt. Teamleden die het werk minder goed uitvoeren, teamleden die ziek uitvallen of minder fit zijn... Wat doet dat met jouw werkplezier en hoe ga jij hiermee om?

Meer werkplezier in jouw team kun jij op gang brengen of versterken door:

- Ken je teamleden. Weet jij wie ze werkelijk zijn als persoon? Hoe is hun (thuis) situatie, wat is hun karakter. Wat bezorgd hen werkplezier? Door dit te weten, kun je hier rekening mee houden en laat je jouw eigen werkplezier er niet door vergallen. Praat erover in de pauze door te vragen: *'hoe gaat het me je' of, 'vertel eens over jouw hobby's', etc....'*
- Dit geldt natuurlijk ook andersom: kennen de teamleden jou? Weten ze hoe ze met jou kunnen omgaan?
- Wees geen individu binnen het team, maar pak het werk echt samen op! Hier is een belangrijke rol voor de teamleider weggelegd, maar wees zelf ook actief! Weet ieder teamlid wat zijn taak is en is hij zich bewust van de taken die de andere teamleden uitvoeren? Weten jullie dagelijks wat er qua werk te wachten staat? Praat erover met elkaar, toon betrokkenheid bij elkaar. Dit minimaliseert onverwachte en vaak onprettige verassingen, versterkt de teamspirit en daarmee ook het werkplezier!
- Zorg ook voor de leuke momenten met het team. Denk aan samen wat drinken op vrijdagmiddag, of eens per jaar een leuk uitje, etc.
- Heb oprechte aandacht voor je collega's in het team. Merk je dat een collega niet lekker in zijn vel zit of gestrest is, vraag hier dan naar en kijk wat jij kunt doen om hem te steunen!
- Wees alert op pestgedrag en maak dit bespreekbaar. Een geintje af en toe moet zeker kunnen, maar ken je grenzen!

Werkplezier op de werkvloer

Wordt er niet in teams gewerkt, dan heeft iedereen zijn eigen taken en verantwoordelijkheden op de werkvloer. Werkplezier kan dan worden beïnvloed doordat jij niet op de juiste manier het werk kunt uitvoeren. Of wanneer je eigenlijk niet weet wat jouw aandeel is in het eindproduct. Ervaar jij betrokkenheid van andere collega's, erkenning en waardering voor jouw inzet? Allemaal aspecten die flink van invloed zijn op werkplezier. Hoe ga jij hiermee om?

Meer werkplezier op de werkvloer kun jij op gang brengen of versterken door:

- Te weten hoe alle processen in het bedrijf werken. Hoe komt het eindproduct tot stand en wat is jouw aandeel hierin? Vraag hierna bij jouw leidinggevende en ontdek jouw toegevoegde waarde in het geheel.
- Wees nieuwsgierig en toon betrokkenheid bij andere collega's. Dan krijg je ook aandacht terug. Iedereen wil gezien en gehoord worden.
- Heeft jouw collega problemen met het uitvoeren van zijn werk? Blijf niet toekijken totdat hij helemaal vastgelopen is. Het heeft wellicht ook gevolgen voor jouw werkzaamheden. Wat kun jij doen om te helpen?
- Ga bij binnenkomst niet direct aan het werk zonder iemand te spreken. Houdt een 'start van de dag moment' door een kop koffie te drinken met collega's. Perfect moment ook om door te spreken wat er die dag op de planning staat.
- Productie gehaald aan het eind van de week? Sluit de werkweek met collega's af door samen wat te drinken.

Werkplezier op kantoor

Op kantoor zijn andere werksituaties van kracht dan op de werkvloer. Werkplezier op kantoor kan minder worden door: te onrustige werkomgeving (geluidsoverlast, kantoortuin), (trage) computersystemen, niet juiste persoon op de juiste plek, te hoge werkdruk, pauzes overslaan, te hoge diversiteit aan werkzaamheden binnen 1 functie, te veel vergaderen, te veel stil zitten, onduidelijke werkafspraken, te weinig collegialiteit, betrokkenheid, etc.

Meer werkplezier op kantoor kun jij op gang brengen of versterken door:

- Zorg dat je fit bent, zie de checkpunten bij 'jouw werkplezier'
- Weet waaraan jij een bijdrage levert voor het bedrijf (zinnelijkheid). Besef dat jij waardevol bent voor het bedrijf. Hier mag je best trots op zijn!
- Zorg dat jij gesteund wordt als dat nodig is. Bij wie kun jij terecht? Ervaar jij betrokkenheid en collegialiteit? Wees eerlijk, toon jij dit zelf ook?
- Deel complimentjes uit naar collega's en je krijgt ze zelf ook terug.
- Werkplezier neemt toe als je de ruimte hebt om zelfstandig te werken en eigen keuzes mag maken in de uitvoering. Hoe zit dat bij jou?
- Laat die planning los als het stress en werkdruk oplevert. Zoek een werkmethode die past bij jou.
- Wordt jij enthousiast van jouw werk? Natuurlijk sta je niet bij elke klusje te jubelen, maar het is echt belangrijk dat het grootste gedeelte van jouw werkzaamheden een positieve beleving geeft.
- Zit jij op de juiste werkplek? Is het te onrustig om je heen, maak het bespreekbaar en schudt deze stressbron van je af.
- Worden jouw kennis- en vaardigheden voldoende benut? Houdt ook hierbij de regie in eigen handen.

Directie met werkplezier

Directie leden dragen een grote verantwoordelijkheid over alles wat er in het bedrijf gebeurt. Er worden beslissingen genomen die gevolgen hebben voor het personeel, bedrijfsvoering en toekomst van het bedrijf. Hoe blijf je aan de ene kant innovatief en winstgevend, hoe houd je aan de andere kant de kosten in bedwang en zorg je dat de bedrijfsvoering op orde blijft? Het nemen van de juiste strategische keuzes: hoe verhoudt zich dat tot werkplezier?

Het werkplezier bij directieleden zal toenemen wanneer:

- directieleden ervoor zorgen dat ze fit blijven en de checkpunten bij 'jouw werkplezier' naleven.

Het zijn tenslotte ook 'gewone' mensen 😊

- de bedrijfsvoering volgens de beoogde missie en visie kan plaatsvinden.
- de bedrijfskosten transparant en onder controle zijn.
- door de juiste strategische keuzes een top bedrijfsresultaat wordt behaald;
- directieleden in goed contact staan met de werknemers op de werkvloer en kantoor. Dit stimuleert een positieve werksfeer waardoor werknemers productiever worden;
- afspraken worden nagekomen en er helder wordt gecommuniceerd;
- er vertrouwen is in de werknemers: ze zijn fit, gemotiveerd, je kunt van ze op aan. Het ziekteverzuim is minimaal en werknemers zijn optimaal inzetbaar.

Meer aandacht voor werkplezier nodig?

Ontdek jij door deze checklist dat er binnen jouw bedrijf te weinig werkplezier is en wil je hier een duurzame verbetering in aanbrengen? Schroom dan niet en maak gebruik van het volgende supertoffe aanbod:

Ik ga gedurende het laatste kwartaal van 2019 in jouw bedrijf aan de slag om werkplezier een boost te geven. Hoe? Dat is per bedrijf verschillend en afhankelijk van jullie wensen en de situatie die ik aantref. Voorbeelden kunnen zijn door gesprekken te voeren, door een onderzoek uit te voeren, presentaties te geven, een ludieke actie op poten te zetten. Hier komen we samen wel uit.

Ben jij een snelle beslisser en zeg je voor 15 september a.s. 'JA' tegen dit mooie aanbod, dan kost deze investering wekelijks: € 500,-- exclusief BTW en reiskosten. Ik ga dan tot de feestdagen maximaal 8 uur/week voor jouw bedrijf aan de slag.

Ik zeg doen!

Maak een afspraak voor een kennismakingsgesprek door naar <https://mariekebach.nl/gratis-checklist/view/form.html> te klikken of bel direct: **06-14603262**.