

Sommige werksituaties zijn lastig en lijken onoplosbaar. Toch is er vaak een uitweg. Coach Loeke Richter herstelt elke maand de balans tussen leven, lijf en werk van een cliënt uit haar praktijk.



Loeke Richter (1952) werkt al jaren als coach, trainer en (hpto)therapeut. Ze zorgt voor een frisse wind, vindt een nieuwe *work/life*-balans en ondersteunt persoonlijke veranderingsprocessen.
www.schaalvanrichter.nl

Suzanne moet wennen aan het Nieuwe Werken en Generatie Y

Deze maand

Naam: Suzanne

Leeftijd: 49

Beroep: ingenieur

Gedoe: Suzanne heeft een uitdagende nieuwe baan bij een jong bureau met flexibele werktijden en hypermoderne ICT-faciliteiten. Maar haar draai kan ze er nog niet echt vinden.

WERK

Suzanne is werktuigbouwkundige. Na haar studie in Delft werkte ze full time voor een dynamisch stedenbouwkundig bureau. Daarna is zij vanwege de kinderen drie dagen per week bij een degelijk bouw- en aannemersbedrijf gaan werken. Ze heeft haar netwerk en professionele ontwikkeling steeds goed bijgehouden. Nu de kinderen meer op eigen benen staan, gaat ze op zoek naar een nieuwe, prikkelende werkomgeving. En dat lukt! Ze gaat werken bij een bureau dat stedenbouw en landschapsarchitectuur combineert. “Recht in mijn hart,” vertelt zij, “want hier komt mijn ambitie weer helemaal tot zijn recht.” Bovendien spreken de jonge mensen, de flexibele werktijden en de hypermoderne ICT-faciliteiten haar erg aan. Typisch voor de cultuur van Het Nieuwe Werken en Generatie Y. Maar om de een of andere reden brengt het haar uit balans, ze kan er haar draai niet vinden. “Ik werk hier nu drie maanden en wil echt niets anders, maar zo gaat het niet goed. Iedereen lijkt alleen maar hard hollend met zichzelf bezig te zijn. Ik word er een beetje onrustig van.”

LEVEN

Suzanne heeft uit haar eerste huwelijk twee dochters, van 20 en 24 jaar. De een doet heao, de oudste is sinds een jaar junior consultant. De dames kennen alle ins en outs van social media. Haar vriend Derk heeft een zoon van 23, ook al zo’n snelle jongen. Derk en Suzanne hebben het samen naar hun zin. Wandelen, bezoeken steden, lezen allebei graag. Suzanne kijkt met plezier en verbazing hoe de jonge generatie het leven oppakt en hoe makkelijk de kinderen in de hectiek van de dag meebewegen. Ze heeft zich suf gelachen om haar oudste dochter die belde met: “Oh mam, ik heb zo lopen stretchen, ik ga even bij mijn vriendin crashen en lekker bij haar chillen.”

LICHAAM

Niet echt ontevreden, zegt zij zelf over haar lichaam, maar het is ook niet optimaal. Suzanne merkt dat zij conditioneel achteruit is gegaan en heeft daar last van. Een beetje ongedurig voelt ze zich. Voorheen ging ze twee keer per week naar de sportschool, nu niet meer. Ze merkt dat ze toch wat stijver is geworden.

De situatie

Het lijkt erop dat Suzanne zich heeft verkeken op hoe het écht werkt, Generatie Y en Het Nieuwe Werken. Het gaat over veel meer dan de nieuwste faciliteiten of flexibele werktijden. Eén van de vele aspecten van Het Nieuwe Werken is verantwoordelijkheid nemen. Voor je werk, maar ook voor het onderhouden van je sociale contacten. Dat is Generatie Y gewend: ondernemend, ambitieus, uitgerust met de nieuwste social media én met hun eigen jargon.

De voorbereiding

Op mijn vraag wat zij in de coaching wil bereiken, antwoordt Suzanne: “Ik wil me meer op mijn gemak voelen en absoluut NIET ‘stretchen’!” En wat zou dat dan voor haar betekenen? “Mij niet zo verloren voelen, meer verbondenheid met het bureau hebben.” Ik vraag haar thuis op te schrijven welke veranderingen het nu precies zijn waar zij last van heeft en welke stappen zij daar in heeft gezet of zou kunnen zetten.

De methode

Suzanne moet zich bewust worden van wat er nu echt voor haar is veranderd. Op die manier krijgt ze meer grip op de zaak; de gevoelens waar zij last van heeft, zijn een beetje ongrijpbaar. Dat geeft ook dat onrustige gevoel. Door letterlijk te benoemen wat haar opbreekt, kan ze makkelijker zien wat zij zelf kan doen om haar probleem aan te pakken. En juist dat zelf doen, is weer zo’n typisch kenmerk van Het Nieuwe Werken.

De praktijk

Het wordt Suzanne duidelijk waar de echte verschillen met haar vorige en huidige werksituatie zitten: er wordt niet per definitie gezamenlijk geluncht, dat spreek je met elkaar af. Werkoverleg is doelgericht, het sociale gesprek doe je op de tweewekelijkse borrel. Collega’s zien elkaar soms anderhalve week niet, maar sms’en of bellen vaak. Later komen of eerder weggaan, wordt op andere tijden weer gecompenseerd. Suzanne gaat stappen zetten. In de eerste plaats laat zij zich door iemand van HR nog eens goed voorlichten over wat er nu allemaal kan in Het Nieuwe Werken. Daarna gaat zij aan de gang met zelf lunchafspraken met collega’s maken. Met ook eens wat eerder naar huis gaan, zodat zij naar de sportschool kan en daarna ’s avonds nog een uurtje te werken. Ze gebruikt haar mobiel vaker voor de e-mail. Wat zij vooral doet is de sociale zaken die zij belangrijk vindt, zelf organiseren.

Het resultaat

Het zelf stappen zetten, heeft zijn effect. De middelen en de manier waarop zijn wel anders, maar de kwaliteit van het contact is er niet minder om. Suzanne besluit eens in de maand naar de borrel te gaan. Meer hoeft niet van haar. De onrust is uit haar lichaam. Ze voelt zich verbonden met het nieuwe bureau maar ze loopt niet meer op haar tenen, is niet uitgeput en lekker bijkomen, doet ze met Derk op z’n Hollands: op de bank.

LOEKE GEEFT TIPS

Wennen aan een nieuwe werkcultuur:

- schrijf letterlijk op: wat is er veranderd en wat mis ik om mij goed te voelen?
- kijk waar u zelf het initiatief kunt nemen
- hou uw eigen jargon

LEZEN

- *Generatie Y: aan het werk* door Kim Castenmiller

