



Gouden tips

- Wat je aandacht geeft groeit. Het is niet de bedoeling om ongezonde werkdruk te negeren. Maar... als je het alleen over werkdruk hebt, zie je op een gegeven moment alleen nog maar werkdruk. En heb je het over werkplezier, dan zie je ook werkplezier, dan ga je daar naar opzoek. Zet je blik vooral op het vergroten van werkplezier en ga daarmee aan de slag. Kijk daarbij wat je in de weg zit om dat werkplezier te hebben en pak dat aan.
- De vuistregel voor plezier in je werk is: 'wees betrokken, vier successen en geef eerlijke feedback'.
- "Den Haag" veroorzaakt veel werkdruk door allerlei nieuwe regels waar je niet op zit te wachten als medewerkers in de zorg. Hier kan jij echter bitter weinig aan doen. Waar je wel invloed op hebt is de manier waarop jullie instelling met deze regels omgaan. En vooral de manier waarop jullie je werk organiseren, samenwerken, leidinggeven etc. Een succesvolle aanpak richt zich niet op de buitenwereld en klagen daarover. Succes berust op zaken die je wel kan beïnvloeden. Maak je voor je werkplezier onafhankelijk van "Den Haag".
- Leren van anderen. De ene collega straalt veel plezier uit en de ander veel minder, terwijl ze precies hetzelfde werk doen. Vraag eens aan een 'plezier-collega' hoe hij/zij dat doet en of hij/zij tips voor jou heeft.
- Eén voor één de irritaties de organisatie uit ...
Doseer je ambitie. Begin met het oplossen van één oplossing die het werkplezier vergroot en de werkdruk minder maakt. Daarna volgt nummer 2, 3 laatste.
- Re-integratie na uitval door werkdruk waar de medewerker zelf mag kiezen waar hij/zij mee begint is vele malen succesvoller, dan re-integratie die door een ander bepaald wordt.

Praktijkvoorbeelden in het kort

- Washandjes: 'voorverpakte zeepwashandjes (die in de magnetron worden voorverwarmd) om zo de ADL piekdruk te verlagen) hebben een positief effect op de werkdruk'.
- Telefoon en deurbel: 'Tijdens het eten met cliënten, beantwoorden we niet meer de telefoon of de deurbel. Ook is er dan geen bezoek. Het lijkt soms zo simpel, maar geeft veel rust.'
- Boodschappen: 'Doordat we de boodschappen zijn laten bezorgen en niet meer gaan halen bij de supermarkt hebben we meer tijd voor het werk waar we echt mee bezig willen zijn. Twee dagdelen per week tijds winst en minder fysieke belasting'
- 'Andere werkstructuur ten aanzien van ADL zorg. Dat wil zeggen, een aantal mensen kregen 's ochtends hulp bij het douchen, anderen na thuiskomst van de dagbesteding en weer anderen in de avond, zodat de tijdsdruk op een andere wijze werd verdeeld waardoor de piekmomenten niet meer als zodanig werden ervaren'.
- 'Van decentraal plannen (5 locaties die elk één persoon hadden die de planning maakte, veel gedoe op de afdeling - iedereen vraagt om de beste planning voor hem/haar), naar één persoon die de planning maakt voor 5 locaties. Dat werkt sneller, geeft meer overzicht en minder gedoe op de werkvloer. Resultaat 8 uren meer handen aan het bed in de week, betere borging van planning en minder ruis.'
- 'ondeugend voor meer werkplezier: voorbeeld van manager die de niet patiënt gebonden zorg minimaliseert en bewust kiest voor maximale inzet op de bewoner/patiënt. Hierdoor is de niet patiënt gebonden werkdruk beperkter dan op andere locaties. Hij is tevreden met net een voldoende en wil zeker niet het braafste jongetje uit de klas zijn. Wel stuurt hij op betrokkenheid rond de zorg.'