

Internationale vrouwendag: we moeten het samen doen

Op 8 maart 2022 is het Internationale Vrouwendag. Een dag waarop de focus ligt op vrouwen, emancipatie en vrouwenrechten. Het thema voor 2022 is solidariteit en de kracht van verandering. En die verandering mag, als je het mij vraagt, ook op verschillende plekken op de werkvloer plaatsvinden. Uit onderzoek blijkt namelijk dat 40% van de werkenden niet geheel tevreden is met haar of zijn baan. Ik geloof dat de verandering naar meer werkgeluk noodzakelijk is. Simpelweg omdat we een substantieel deel van ons leven op ons werk doorbrengen. En die verandering is iets wat we samen moeten doen, met zowel vrouwen als mannen.. Want als we de traditionele rolpatronen en genderspecifieke verwachtingen loslaten, en dus uitgaan van unieke individuen, wordt ieder mens gelukkiger, aldus de Afrikaanse auteur Chimamanda Ngozi Adichie. En gelukkig zijn (in ons werk), dat willen we allemaal toch?

Maar hoe doe je dat dan? De volgende vijf aspecten van werkgeluk laten zien waar je op kunt letten in je huidige werk of in je zoektocht naar toekomstig werk.

1. Betekenis

Haal ik zingeving uit mijn werk? Voel ik dat ik een bijdrage lever? Hoe meer jij voelt dat je van toegevoegde waarde bent, hoe meer werkgeluk je zult ervaren.

2. Competentie

Ben ik goed in wat ik doe? Als je een taak met de juiste kennis en vaardigheden kunt afmaken, vind je dit automatisch leuker om te doen.

3. Autonomie

Ervaar ik zelfstandigheid in mijn werk en de ruimte om zelf beslissingen te nemen? Hoe meer autonomie je ervaart, hoe gelukkiger je je voelt in je werk.

4. Verbondenheid

Is er sprake van saamhorigheid en verbondenheid op de werkvloer en onder collega's? Het samen doen, het gevoel van bij elkaar horen en elkaar steunen. En laat solidariteit nu net het thema zijn van Internationale Vrouwendag dit jaar.

5. Plezier.

Ervaar ik plezier in mijn werk? Plezier in je werk is een vorm van korte termijn geluk, dat je o.a. ervaart wanneer je lacht.

Denk eens eerlijk na over deze vijf aspecten en beantwoord dan voor jezelf de vraag: ben ik gelukkig in het werk dat ik doe? Waar moet mijn droombaan aan voldoen? En hoe ziet dat er concreet uit? Hoe bereik ik die baan? Wat moet ik daarvoor doen of laten?

Belangrijke vragen maar niet voldoende om erachter te komen wat jouw droombaan is en die achterna te gaan. Want zoals ik al schreef: het draait om het samen doen en elkaar steunen. Ik geloof dat er ook maatschappelijk werk aan de winkel is. Denk bijvoorbeeld aan geboorteverlof of ouderverlof. In veel branches is het voor de man nog moeilijk of zelfs onmogelijk om parttime te werken en met alleenstaande moeders en vaders wordt amper rekening gehouden.

Deze traditionele rolpatronen moeten we loslaten, zodat er ook vanuit organisaties gekeken kan worden naar wat ieder individu het gelukkigst maakt. Het is dus niet alleen jouw taak om je eigen werkgeluk achterna te gaan, maar ook van onder (andere) managers en leidinggevenden. Ik ben van mening dat mannen ook baat hebben bij het emancipatieproces waar vrouwen elke dag voor strijden. Het is een strijd die we samen, met elkaar, moeten leveren en waar ieder mens gelukkiger van kan worden. Op het werk, maar ook daarbuiten.

Is dat iets waar je hulp bij kunt gebruiken, lees dan vooral mijn boek [Ik ben er zo klaar mee](#). Na het lezen van dit boek weet jij wat voor werk écht goed bij je past en je wel gelukkig maakt.