



Focus Werkdruk en Energie



Sturen op Werkdrukbalans en Energie

© AdMova 2011

Colofon

"Sturen op Werkdrukbalans en Energie"

© AdMova 2011

Erna van der Weerd, Ben van Hilst

"Sturen op Werkdrukbalans en Energie" is een uitgave van de Stichting A+O VVT.

De aanpak "Sturen op Werkdrukbalans en Energie" en bijbehorende instrumenten zijn ontwikkeld door AdMova in opdracht van de Stichting A+O VVT, voor de arbocatalogus VVT

Deze uitgave is te downloaden van www.ArbocatalogusVVT.nl.

Onderdelen van "Sturen op Werkdrukbalans en Energie" mogen uitsluitend worden gekopieerd voor gebruik binnen de branche VVT, onder vermelding van de bron: AdMova (2011) Sturen op Werkdrukbalans en Energie

Wat is.....



?

Focus Werkdruk en Energie is een instrument om werkdruk en werkplezier vanuit de praktijk van alledag in kaart te brengen.

Het instrument is gemaakt voor medewerkers en leidinggevenden.



Medewerkers



Leiding-geevenden

Doel van Focus op Werkdruk en Energie is het inzichtelijk en bespreekbaar maken van werkdruk en werkplezier.

Aanleiding voor gebruik:

- Klachten van medewerkers over (te hoge of te lage) werkdruk inventariseren en koppelen aan acties
- Ontwikkelen van initiatieven om plezier in het werk te vergroten.

Hoe ziet het er uit:

Het instrument bestaat uit roze, gele en groene signaalkaartjes, ter grootte van een visitekaartje. Ze passen in het borstzakje van de werkkleding. ([Kaartjes Focus Werkdruk en Energie](#)).

- Op de **roze kaartjes** geef je signalen weer die wijzen op een **te hoge werkdruk**;
- Op de **gele kaartjes** geef je signalen weer die wijzen op een **te lage werkdruk**;
- Op de **groene kaartjes** geef je signalen weer die wijzen op een **gebalanceerde werkdruk en plezier in het werk**.

Hoe werkt het:

1. Tijdens het werkoverleg spreek je één of meer "[werkdruksignaal-dagen](#)" af. Je legt uit wat de bedoeling is en hoe de signaalkaartjes werken. Je spreekt de datum voor de opvolgbijeenkomst af. In deze opvolgbijeenkomst bekijk je de uitkomsten en plan je de vervolgactiviteiten en de opvolgbijeenkomst.
2. Je zorgt dat iedereen over voldoende kaartjes kan beschikken (via e-mail, website, plekken in de organisatie waar mensen ze kunnen pakken, door ze uit te delen).
3. Tijdens de signaaldagen kunnen medewerkers hun kaartjes posten in een [signaal-postbus](#). Het is handig om dit per locatie en apart voor de te onderscheiden groepen medewerkers te regelen.
4. De kaartjes worden geordend naar kleur: roze, geel en groen, en naar de mate waarin medewerkers een gebeurtenis als vervelend of juist prettig hebben ervaren.
5. Wat bespreek je tijdens de opvolgbijeenkomst?
De bedoeling van de opvolgbijeenkomst is samen te komen tot concrete verbeteractiviteiten.

Dat kunnen concrete, losse activiteiten zijn, zoals een afspraak maken over de zorg voor een bepaalde cliënt die extra aandacht nodig heeft of het dragen van beschermende kleding.

Maar het kan ook gaan over hoe je in het algemeen omgaat met cliënten met extra zorgvragen, hoe je oproepen in de pauze regelt of waarom je kiest voor bepaalde vormen van flexibele inzet.

De werkdruksignalen zijn samen met de doelen die je wilt bereiken het startpunt voor het afspreken van verbeteractiviteiten



Tip!

Medewerkers kunnen op de achterkant van de werkdruksignaal kaartjes suggesties doen voor verbeteringen of oplossingen van problemen.



Aandachtspunten:

- a. Gebeurtenissen met een sterk emotionele lading goed voorbereiden.
 - i. Kernvraag bij negatieve gebeurtenissen: Hoe zou je zo'n gebeurtenis kunnen voorkomen?
 - ii. Kernvraag bij positieve gebeurtenissen: Hoe zorg je dat zo iets vaker voorkomt?
- b. Voldoende tijd reserveren voor suggesties van medewerkers voor het oplossen van problemen en het vergroten van plezier in het werk / een goede werkdrukbalans.

Tip!

Bij probleemsignalen: je kunt het zo aanpakken:

1. Vraag uitleg over de situatie waarin het signaal zich voordeed: Wat gebeurde er precies, waar gebeurde het? Wat gebeurde ervoor en erna? Wie waren erbij betrokken? Waarom was de situatie vervelend?
2. Probeer een zakelijk beeld te krijgen van de problemen.
3. Vorm met elkaar een beeld van de mogelijke oorzaken van de problemen.
4. Bespreek welke drie punten het meest belangrijk zijn. Waarom zijn juist deze punten zo belangrijk?
5. Hoe urgent zijn deze drie punten? Wat gaat er op korte termijn mis als er niets aan gedaan wordt? Leg de drie punten op volgorde, het meest urgente punt staat bovenaan.

Is het een emotioneel of zeer persoonlijk signaal, dan is het verstandig om eerst met de betrokken medewerker bespreken. Maak daarvoor een afspraak met de medewerker. Zo nodig roep je de hulp van een deskundige of vertrouwenspersoon hierbij in.

Signalen vertalen naar acties



Om de signalen te kunnen koppelen kunt je de volgende hulpmiddelen gebruiken:

- Hulpmiddel voor het koppelen van signalen aan acties: [Beelden van Werkdruk](#)
- Hulpmiddel voor het concreet maken van acties: [Actiekaart](#)

Met welke activiteiten begin je?

Je kunt kiezen op basis van de volgende criteria:

- De activiteit is belangrijk voor het oplossen van belangrijke en urgente werkdrukproblemen.
- De activiteit is belangrijk voor het voorkomen van werkdrukproblemen.
- Door de activiteit krijg je in de toekomst een betere grip op werkdruk.
- De activiteit draagt herkenbaar bij aan een positieve werksfeer en vergroot het plezier in het werk.
- Neem tijd om de activiteit goed voor te bereiden als de activiteit meerdere onderwerpen, verantwoordelijkheden of groepen medewerkers raakt. Bepaal met wie gesproken moet worden voor een uitwerking van de activiteit.
- Spreek af wanneer je met elkaar in het werkoverleg de resultaten van je activiteiten gaat bespreken. Je kunt een Werkdruksignaal-dag steeds weer opnieuw organiseren.

Tip!

Zorg voor succes op korte termijn. Je kunt hierop letten:

- Het enthousiasme van medewerkers om mee te werken aan de activiteit is groot.
- De activiteit is snel en makkelijk uit te voeren (meteen beginnen).
- Er is snel een herkenbaar resultaat te verwachten.

Focus Werkdruk en Energie kun je samen gebruiken met de instrumenten:

- [Checklist Werkoverleg](#),
- [Checklist Optimale Conditie](#)s (verschillend per proces),
- [Werkdrukplan](#)

In het schema Focus Werkdruk en Energie staat alles op een rij.



