



'Veterinary Happiness'

Op weg naar geluk in de praktijk

Je ziet het niet alleen bij dierenartsen, maar eigenlijk in alle beroepen, aldus Ron de Jong van Veterinary Happiness: "Er is een epidemie van overspannenheid. Gelukkig groeit tegelijkertijd de aandacht voor geluk in het werk."

TEKST JOHAN KLEIN HANEVELD | FOTO KJELL POSTEMA

“**W**at de wetenschap laat zien, is dat gelukkige medewerkers beter presteren, minder vaak ziek zijn en de klantenbinding verbeteren”, vertelt Ron, “Dus ook los van altruïstische motieven is het verbeteren van het geluk op de werkvloer een goede investering.” Toch gaat de meeste aandacht vaak nog uit naar externe motivatie, zoals bonussen. “Het nastreven van bezit, zoals een bonus, leidt wel even tot geluksgevoelens”, stelt Ron, “maar je moet je succes daarna steeds opnieuw gaan herhalen, de spreekwoordelijke ‘rat race’.” Onderzoek heeft uitgewezen dat externe factoren maar voor 10 procent verantwoordelijk zijn voor het gelukkige gevoel. “Je aanleg en hoe je je gedraagt zijn verantwoordelijk voor de andere 90 procent”, aldus Ron. “We weten bijvoorbeeld dat autonomie een heel belangrijke motivator is. Dat gooi je het raam uit als je als leidinggevende alles zelf wilt beslissen.” Andere belangrijke motivatoren zijn de mate waarin iemand bekwaam is voor zijn of haar taken en in hoeverre iemand daarin kan groeien, en goede relaties op de werkvloer. Tenslotte is er zingeving. Ron: “Uit gelukstudies blijkt dat de manier waarop iemand betekenis geeft aan wat hij of zij doet, de belangrijkste leverancier is van duurzaam geluk.” Leidinggevendenden doen er

verstandig aan de medewerker hierin te ondersteunen. “Door iemands persoonlijke eigenschappen beter te leren kennen, kun je aanpassingen doen die gelukkig werken stimuleren.”

'Job crafting'

De meeste dierenartsen beginnen te werken vanuit interne motivatie. Ron: “Je bent niet zomaar diergeneeskunde gaan studeren. Maar het kan een valkuil zijn je zo sterk te identificeren met je beroep. Als de term ‘dierenarts’ beschrijft wie je bent als mens, hoe kun je dan nog twijfelen aan je werk, hoe kun je dan openstaan voor iets anders? Wat blijft over als je ziek of arbeidsongeschikt raakt, of met pensioen gaat?” Heel wat dierenartsen twijfelen om deze

.....
Wat blijft er over als je ziek of arbeidsongeschikt raakt?
.....

redenen aan zichzelf, denkt Ron. Jezelf zien als volledig persoon, wiens identiteit meer is dan zijn werk, is een belangrijke stap op weg naar



verandering. “Pas dan kun je eerlijk zijn over je passies en je kwaliteiten, maar ook over je behoeften en zelfs je twijfels”, betoogt Ron. “Het jezelf zulke pittige vragen durven stellen gaat hand in hand met toenemende compassie voor jezelf.” Een coach kan bij dit soort processen helpen.

Een volgende stap is na te gaan of je competenties en kwaliteiten nog wel in je baan passen. “Met die informatie kun je jouw baan gaan aanpassen aan wat je kunt en wilt.” De term hiervoor is: ‘Job crafting’. Ron: “Dit doe je in overleg met je leidinggevende. Die moet er de vrijheid en de mogelijkheden voor geven. Maar ook voor werkgevers kan insteken op ‘Veterinary happiness’ veel positief effect hebben.” ●

In 2017 wordt de ‘Veterinary happiness award’ uitgereikt. Kijk voor meer informatie hierover op pagina 21

COACHENDE DIERENARTS

Ron studeerde diergeneeskunde in Gent. “Ik moest en zou dierenarts worden en daar moest alles voor wijken. Er was geen ruimte om me te verdiepen in andere aspecten.” Eenmaal dierenarts wilde Ron een specialisatie chirurgie doen, maar dat gaf niet de voldoening die hij ervan verwachtte. “Consulten vond ik eigenlijk te kort duren. Mensen ervaren in de dierenartsenpraktijk een veilige omgeving en praten soms makkelijker over hun problemen dan bij de huisarts. Dat gaf me veel voldoening.” Dus ging hij zich richten op coaching en mediation. Hoewel hij zich als coach niet speciaal op dierenartsen richtte, werd hij wel steeds vaker door dierenartsen benaderd. “Ik ken het beroep en dat helpt elkaar sneller te begrijpen.” Na zijn opleiding tot erkend coach in 2011 heeft Ron zich gespecialiseerd in werkgeluk. Sinds 2016 werkt hij fulltime als coach, trainer en als consultant op het gebied van werksfeer of werkgeluk. Zijn aanpak van ‘veterinary happiness’ bestaat uit drie niveaus. Ten eerste individuele coaching. “Een coach hebben betekent al lang niet meer dat het niet goed met je gaat. Iedereen zit zichzelf wel ergens in de weg. Iedereen heeft beperkende ideeën of overtuigingen die zorgen dat hij of zij zich niet lekker voelt of minder tot stand brengt dan er inzit. Een coach zorgt ervoor dat die remmende ideeën zichtbaar worden. En helpt vervolgens een aanpak te vinden die bij de persoon zelf past.” Ron zelf koppelt zijn inzichten aan een wetenschappelijke houding. “Er is veel onderzoek gedaan naar deze problematiek. Dierenartsen zijn vaak bang dat coaching iets zweverigs zou zijn. Maar je wetenschappelijk hart kan wat mij betreft gewoon blijven kloppen.” Ten tweede verzorgt Ron teamtrainingen. “Onno Hamburger gaf een training ‘Gelukkig werken’ in de humane zorgsector. Die trainingsbasis is door het ministerie van Sociale zaken en werkgelegenheid benoemd tot ‘best practice’ tegen werkstress. De training verzorg ik nu voor dierenartsen en paraveterinair. Het is een mooie manier om met de hele praktijk aan dit onderwerp te werken. Want wat voor individuele dierenartsen geldt, geldt ook voor teams: er kunnen ongezien belemmerende patronen insluipen.” Ten slotte kan Ron praktijken begeleiden in het management. “Ik kan leidinggevend helpen bij het proces ‘veterinary happiness’ in te zetten in het beleid.”