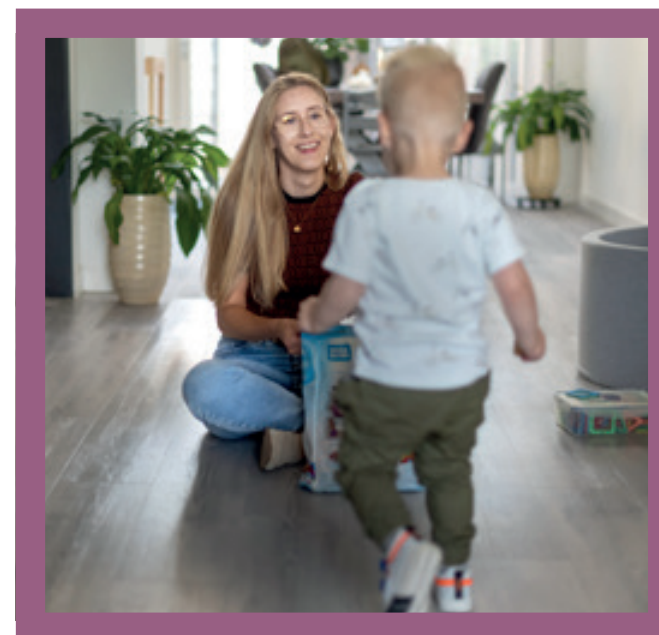


‘Baas zijn over je eigen agenda maakt je werk niet lichter, maar je kunt het wél beter doseren en verdelen.’



Medewerkers die zelf beslissingen kunnen nemen over invulling en planning van hun werk, zijn productiever en voelen zich meer betrokken bij de organisatie. Daarnaast vermindert autonomie op de werkvloer stress en verzuim.

Donna Brouwer (33) en Christianne van Goolen (45) over hoe vrijheid binnen de dagelijkse zorgpraktijk hun werk én welzijn verbetert.

**Donna (thuisbegeleider bij Icare Thuisbegeleiding, regio Assen)**

“Ik ben getrouwd en heb een prachtig zoontje van twee, die de bijbehorende drukke peuterfase doormaakt. Het is voor mij daarom extra belangrijk dat mijn werk mij niet opbrandt. Dat gevaar ligt in de zorg altijd op de loer. Doordat ik controle heb over mijn planning, kan ik mijn grenzen beter bewaken.”

**Christianne (teamcoördinator bij Icare Thuisbegeleiding, Noord-Veluwe):**

“Ook ik ervaar daardoor een evenwichtige verhouding tussen werk en privé. Zo voel ik me ook echt: in balans. Ik kan mijn zoon van acht jaar vier dagen per week naar school brengen en ik sta drie dagen per week ‘s middags bij school om hem om te halen. Hij hoeft maar een middag naar de BSO.”

**Donna:** “Balans is waarom het draait inderdaad. Ik werk 28 uur per week en weet wanneer ik wat gas terug kan nemen en ook wanneer ik juist extra stappen ga zetten. Want baas zijn over je eigen agenda, wil natuurlijk niet zeggen dat je werk lichter wordt. Je kunt het wél beter doseren en verdelen.”

**Christianne:** “Daardoor ben je onder de streep productiever dan wanneer je volgens een opgelegd stramien te werk moet gaan. En wat ook helpt: Je bent op je werk veerkrachtiger als je privé lekker in je vel zit. Doordat ik gemakkelijk in mijn agenda kan schuiven, kan ik ook bij de bijzondere momenten van mijn zoon

zijn, bijvoorbeeld bij een optreden met de klas of een klassenuitje. Daarnaast kunnen een doktersbezoek of fysiotherapie goed ingepland worden, zonder dat mijn werk eronder lijdt.”

**Donna:** “Ik heb hiervoor een jaar of zes gewerkt op Wonen, met de zorg voor een aantal vaste cliënten. Ik ontdekte dat mijn hart echt bij dit vak ligt. Maar ik had onregelmatige werktijden en toen ik een vaste relatie kreeg, begon dat me op te breken. Ik was de weekenden aan het werk en dan was mijn vriend vrij. Het was goochelen met de agenda’s om voldoende tijd met elkaar door te brengen. Gelukkig wees mijn teamleider me op een vacature als ambulante begeleider, waarbij ik zelf mijn werkschema grotendeels zou kunnen bepalen. ‘Kijk gewoon eens of het iets voor je is’, zei hij. Dat is nu vier jaar geleden en het bleek een schot in de roos.”

**Christianne:** “Naast de vrijheid die het met zich mee brengt, vind ik de afwisseling van thuisbegeleiding ook onderdeel van het werkplezier. Wij bieden begeleiding aan mensen die problemen ervaren in hun dagelijks leven op psychiatrisch en/of psychosociaal gebied. Ook bieden we opvoedondersteuning bij gezinnen. Daarnaast ben ik intern opleidster Video-home-training en ben ik verantwoordelijk voor de bijscholingen. Een bomvol pakket binnen mijn 28-urige werkweek, wat ik met veel plezier op me neem. En wat dus goed te doen is, doordat ik autonoom beslissingen over mijn agenda mag maken.”





**Donna:** “Daar spreekt ook vertrouwen uit vanuit de organisatie. Het is een vorm van waardering: ‘Wij weten dat jij dit kan en zelf het beste weet hoe je het werk doet en indeelt.’ Je professionaliteit wordt gezien en tegelijkertijd ook de mens daarachter. Er is oog voor het belang van de balans werk-privé. Zeker in functies als de onze, waar geen dag hetzelfde is en je nooit weet wat je precies achter de voordeur aantreft, is flexibiliteit nodig. Die goede balans is daarvoor de basis. Die houdt je veerkrachtig en alert, wat weer recht doet aan onze cliënten.”

**Christianne:** “En voor hen doe je het. Als ik samen met iemand een stukje op mag lopen in zijn of haar leven en een kleine bijdrage kan leveren aan iemands welzijn, geeft mij dat een goed gevoel. Ik vind het nog altijd heel bijzonder welke verhalen er allemaal schuilgaan achter de voordeur. Ik ben dankbaar dat ik mag delen in deze verhalen door er gewoon te zijn en te luisteren.”

**Donna:** “Daarbij telt niet alleen dat je agenda bij jou past, maar ook de cliënten. De ene collega heeft meer met mensen met dementie, de andere meer met mensen met een verstandelijke beperking, of met psychiatrie. In ons team bespreken we niet

alleen wie er ruimte heeft voor een nieuwe cliënt, maar ook met wie het een goede match is. Natuurlijk moet het allemaal passen, maar over het algemeen kunnen we in ons team de expertises goed verdelen. Dat is ook in het belang van de cliënt.”

**Christianne:** “Als thuisbegeleider werk je heel zelfstandig, maar het hebben van een fijn team is heel belangrijk. Als teamcoördinator vind ik het mooi om mee te kunnen denken met collega’s in lastige casuïstiek. Daarnaast vind ik het belangrijk om hen in hun kracht te blijven zetten. De thuisbegeleiders zetten zich dagelijks voor 100 procent in voor hun cliënten, dus is het ook belangrijk dat zij zélf gezien en gehoord worden. Een goede match met cliënten, of oog voor de richtingen waarin begeleiders zich willen ontwikkelen, is heel belangrijk.”

**Donna:** “Maatwerk en autonomie, uiteraard binnen wat mogelijk is in de dagelijkse zorgpraktijk, maakt je beter belastbaar. Je doet makkelijker een stapje extra. Voor zowel cliënten, als wanneer je een keer in moet springen voor een collega. Met het oog op de krapte in zorgpersoneel en het grote verloop, zou ik het echt iedereen gunnen dat dit meer gemeengoed wordt. Al is het maar zoveel mogelijk.”



‘Er is oog voor de balans werk-privé’

Donna Brouwer

