

Zowel met deelnemers als met opdrachtgevers of collega's praat ik vaak over werkplezier en (werk)geluk. Wat het voor onszelf inhoudt en wat we professionals en ondernemers op dit gebied gunnen. Daarnaast ben ik als business coach ook nieuwsgierig of het zakelijk vruchten afwerpt...



Werpt jouw werkgeluk ook zakelijk vruchten af?

Recent gaf ik een inspiratiesessie over Personal Branding voor een groep ondernemers en kwam het onderwerp passie voor je werk/bedrijf en werkgeluk ter sprake. Iemand vroeg zich af of we dan altijd maar gelukkig moesten zijn in ons werk? Goede vraag! Ik geloof niet dat we continu gelukkig kunnen zijn. Ik geloof er wel in dat we alerter kunnen zijn en meer verantwoordelijkheid kunnen nemen in het realiseren van meer werkgeluk. Zoals het stilstaan bij de kleine geluismomenten of momenten van blijdschap. Ik ken namelijk genoeg mensen die van hun passie helaas niet hun werk hebben gemaakt. Simpelweg omdat ze niet de kansen of mogelijkheden zien, of dat ze niet over het lef, de daadkracht en de discipline of middelen beschikken om er een succes van te maken. Tegelijkertijd ken ik ook behoorlijk wat professionals die niet eens durven na te denken wat zakelijk hun passie kan zijn. Niet voor niets blijkt uit diverse onderzoeken dat de afgelopen jaren 60 tot 70 procent van onze werkende bevolking niet op de juiste werkplek zat. Die ontevreden waren en erger: bewust danwel onbewust hierdoor het werkplezier en werkgeluk voor een ander vergallen...

BEWUSTWORDING

Als ik aan het einde van een werkdag terugkijk en bedenken wat de dag mij in positieve zin aan energie, plezier en voldoening gebracht heeft, dan is die balans negen van de tien keer top! Ik trotseer files en lange reistijd omdat ik veel energie geef en terugkrijg uit mijn werk. Tevens kijk ik zelf in de spiegel: wat was mijn eigen bijdrage aan dit werkgeluk en ben ik hier bewust mee bezig geweest? Heb ik tegen de juiste opdrachten 'ja' en tegen de voor mij niet passende opdrachten 'nee' gezegd? Heb ik me laten leven door de waan van de dag, of heb ik prioriteiten gesteld en gezorgd dat wat voor mij of mijn omgeving belangrijk is en mij blij maakt, op de agenda gezet?

LEESTIP

Wil je hier als ondernemer of professional bewuster bij stilstaan? Lees dan het boek: 'Vind je Ikigai' (Miralles & Garcia). Dit werkboek en Japans geheim voor geluk in de praktijk helpt je balans te zoeken tussen verleden, heden en toekomst. De vier Ikigai-componenten spreken mij erg aan:

Waar houd ik van?

Wat heeft de wereld/mijn omgeving nodig?

Waarvoor kan ik betaald worden (nu en toekomst)?

Waar ben ik goed in?

Succes en plezier met het in kaart brengen van jouw route naar (werk)geluk!

Drs. Jocelyn Rebbens is gepassioneerd consultant/psycholoog/coach/spreker en geeft trainingen, workshops, lezingen en individuele begeleiding aan professionals, managers en ondernemers. In 2015 en 2016 was zij de best gewaardeerde trainer van NIMA en schreef zij de paperback Personal Branding.

Neem voor vragen contact op via info@rebbels.com of kijk op www.rebbels.com.

