



# Feelwise focust...

*Birgit Vandermeulen heeft sinds 2008 haar coachpraktijk Feelwise. Vanuit haar HR-achtergrond, coachopleidingen en -ervaring geeft zij met veel passie & professionaliteit haar praktijk vorm. Het is haar missie om mensen te inspireren tot ontwikkeling en meer regie over werk en leven te geven.*

*aanvoelend | altijd in beweging | levenservaren  
trotse mama | gek op woorden | energiegevend | tikkeltje  
filosofisch | lekker praktisch | positief | integer.*

Afgelopen weekend zag ik de World Press Photo Tentoonstelling in Den Bosch. Indrukwekkende beelden, grotendeels in relatie tot oorlog, moord en dierenleed. Geconfronteerd met deze wereldwijde heftigheid, realiseerde ik me opnieuw hoe eenvoudigweg 'simpel' het leven hier in Nederland is en de relatief grote invloed die we zelf kunnen uitoefenen op ons levensgeluk. Natuurlijk zijn er externe factoren waar we geen invloed op kunnen uitoefenen. Regeringsbesluiten die erin resulteren dat we langer moeten doorwerken bijvoorbeeld.

In workshops die ik faciliteer blijkt zeer regelmatig dat voor werknemers deze uitgestelde pensioenleeftijd een doorn in het oog is en een negatieve invloed heeft op de werkmotivatie. Vanuit individueel werknemersperspectief meer dan begrijpelijk natuurlijk. Tegelijkertijd is het voor werkgevers net zo vervelend. Zij hebben ook weinig invloed op deze overheidsmaatregelen. Wel kunnen zij elke dag opnieuw het werkgeluk van hun werknemers positief beïnvloeden.

Werkmotivatie is 'iets' waar de werknemer en de werkgever beiden aan kunnen werken. De werkgever kan werkmotivatie bevorderen door verder te kijken dan de taken die zijn vastgelegd in een functiebeschrijving. Door een goed gesprek of de inzet van een coach waarmee de werknemer wordt geholpen om zijn/haar individuele talenten te ontdekken. Door het creëren van werk waarin de ontdekte talenten kunnen worden ingezet. Door niet te focussen op dat wat niet goed gaat. Helaas is dat laatste vaak

(nog) het hoofdonderwerp van het eindejaar beoordelingsgesprek. Marc Lammers, voormalig bondscoach van het Nederlandse dameshockeyteam, benadrukte het jaren geleden al: focus op het maximaliseren van de unieke kwaliteiten van elke individuele speelster. Maak van een goede spits een nog betere spits. Zo haal je het beste uit het individu én zorg je voor het maximale teamresultaat.

Het individu heeft zijn of haar geluk in belangrijke mate in eigen handen door te focussen op een doel dat het leven de moeite waard maakt. Dat klinkt misschien zwaar en groot, tegelijkertijd is het heel simpel. Aristoteles noemde het een eudaimonisch leven: een actief leven waarin je je talenten ontwikkelt én een concrete bijdrage levert aan de samenleving. Ertoe doen & erbij horen, dat is waar wij mensen in de kern zo naar verlangen. Een leven waarin je de inzet van je talenten aan anderen geeft, en anderen de inzet van hun talenten aan jou.

Zingeving kan groots en meeslepend als wereldkampioen. Zingeving kan klein en dierbaar als vrijwilliger bij het dierenasiel. Zingeving kan gaan over grote resultaten of lucifers die onverwacht in het donker oplichten. In deze bezinnende decembermaand wens ik je het geluk om jouw alledaagse wonderjes van het afgelopen jaar te zien, en wens ik je de voldoening van een Zinvol Nieuwjaar voor jou en de wereld om jou heen. Samen. Zin. Geven. Ik heb er zin in!