

# Sturen op Werkgeluk; Hoe dan?



Door:  
Onno Hamburger



# Wat gaan we doen?

**1**

**Waarom van  
Werkgeluk?**

**2**

**De IK kant  
van de 8 van  
werkgeluk**

**3**

**De WIJ kant  
van de 8 van  
werkgeluk**

**4**

**Aan welke  
knoppen zou  
jij willen  
draaien?**

1

Waarom werkgeluk?

**Kies een situatie uit je werk waarbij jij iets deed met veel plezier wat ook energie gaf.**



**Kies één sterke kant uit die je toen gebruikte**

**Stel nu voor dat je deze sterke kant één maand niet mag gebruiken. Wat doet dit met je?**



# Herken je dit?



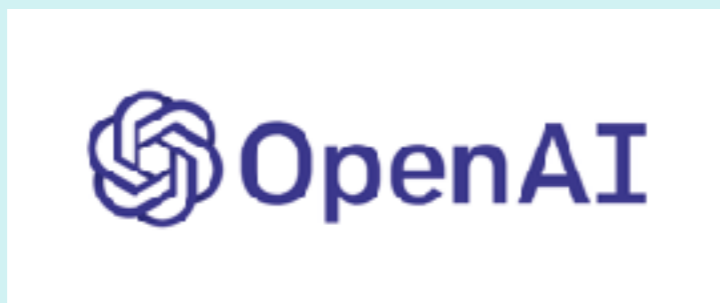
**Versnelling**



**Meer met  
minder**



**Overvloed**



# Wereld in **Beweging**



# Werkgeluk leidt tot 📍

- **Beter presteren (+10%)**
- **Beter team players**
- **Meer gezondheid**
- **Minder verzuim (-10%)**
- **Meer motivatie**
- **Creativiteit**
- **Betere relatie collega's**
- **Minder neiging te vertrekken**
- **Buffer tegen stress**
- **Meer psychologische veiligheid**

**Bron: Lester et al (2022) & World Happiness Report**

**Nationaal WerkGeluk Onderzoek (NWGO, 2010-2023)**

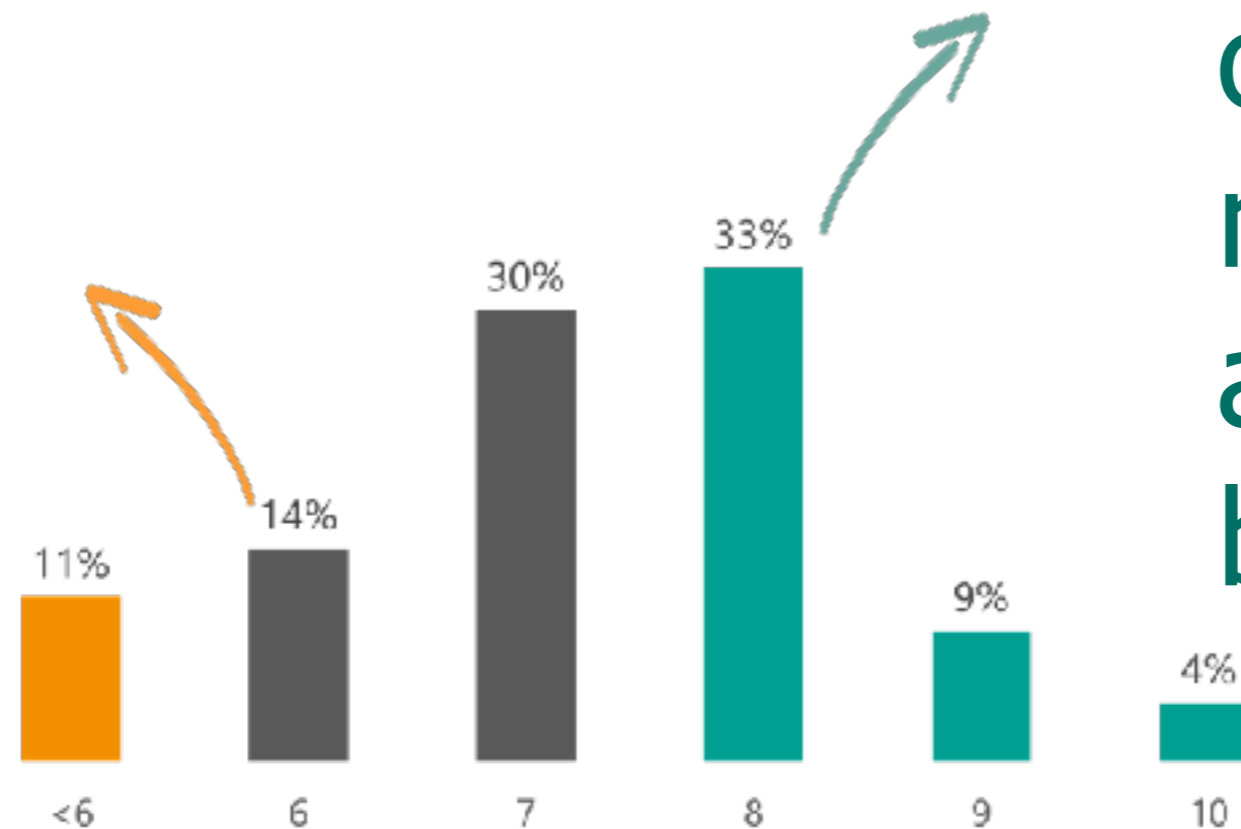
# “Intent to leave” & werkgeluk



MONITOR GROEP

*Hoe gelukkig bent u in uw werk?*

84%  
op  
zoek  
naar  
andere  
baan



84% niet  
op zoek  
naar een  
andere  
baan



2

De "IK" kant van  
werkgeeluk

# De 8 van werkgeluk



MONITOR GROEP



Veldhoen & Hamburger



De Werkgeluk Piramide

Hoe staat het met jouw werkgeluk?  
Welk cijfers geef je jezelf?

Kan je jouw idealen kwijt in jouw werk?  
Kan je een bijdrage leveren aan iets  
groters dan jouw eigen belang?

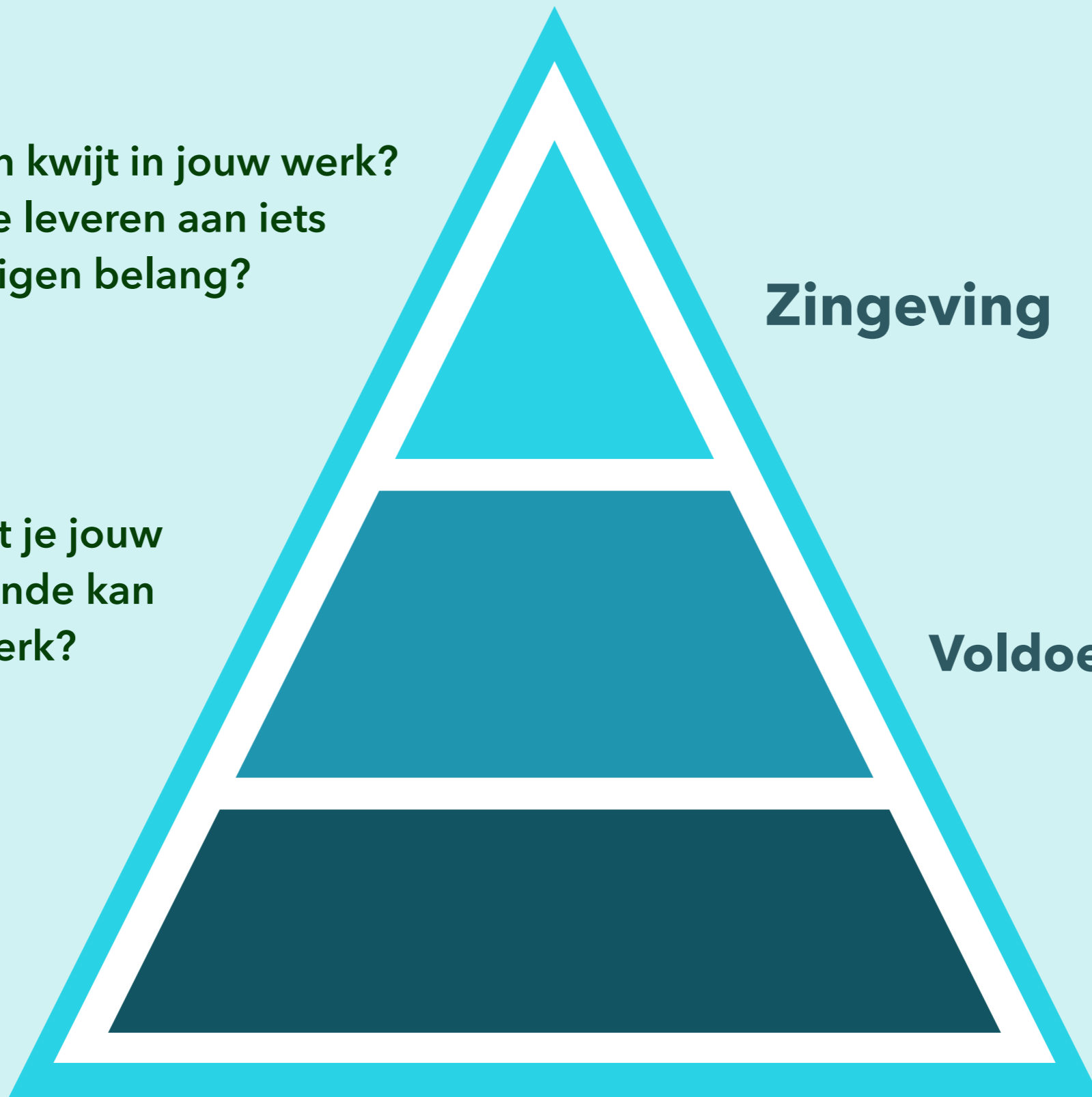
**Zingeving (1-10)**

Heb je het idee dat je jouw  
kwaliteiten voldoende kan  
inzetten in jouw werk?

**Voldoening (1-10)**

Heb je voldoende  
plezier in je werk?

**Plezier (1-10)**



# De 8 van werkgeluk



MONITOR GROEP



Veldhoen & Hamburger

# Overzicht Sterke Kanten

## Wijsheid

- Creativiteit
- Nieuwsgierigheid
- Kritisch denken
- Leergierigheid
- Levenswijs

## Moed

- Moed
- Doorzettingsvermogen
- Oprechtheid
- Enthousiast

## Rechtvaardigheid

- Teamwerk
- Rechtvaardigheid
- Leiderschap

## Gematigdheid

- Vergevingsgezind
- Bedachtzaamheid
- Bescheidenheid
- Zelfregulatie

## Spiritualiteit

- Waarderen van...
- Dankbaarheid
- Hoopvol
- Humor
- Spiritualiteit

## Medemenselijk

- Liefde
- Vriendelijkheid
- Sociale intelligentie



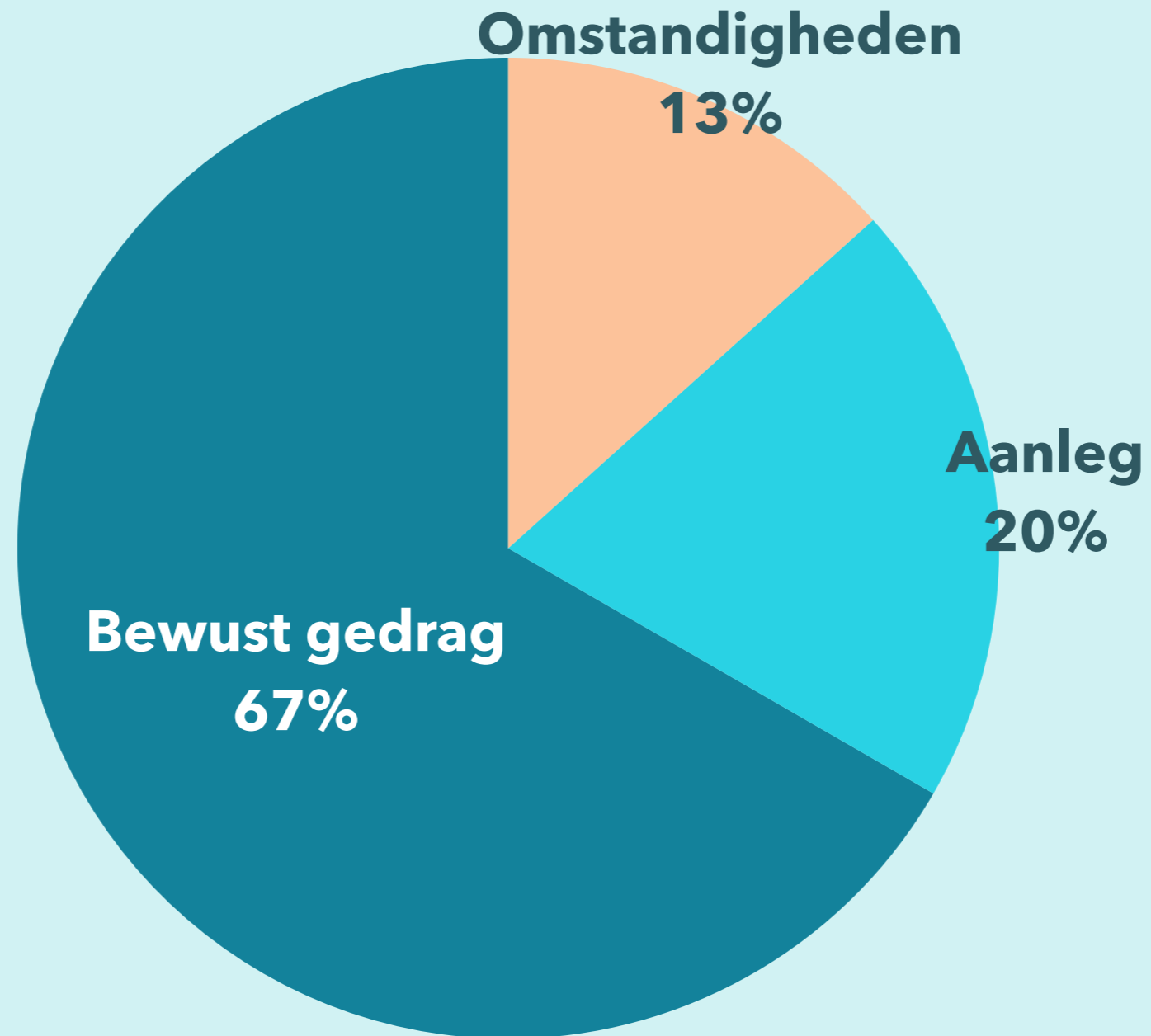
# De 8 van werkgeluk



MONITOR GROEP



# Wat bepaalt werkgeluk?



Bron: Lester et al (2022), interpretatie door Hamburger (2022).

# Cirkels van (on) geluk





# De 8 van werkgeluk



MONITOR GROEP



Veldhoen & Hamburger

3

Welke factoren  
spelen een rol bij de  
WIJ kant van  
werkgeeluk?

# De 8 van werkgeluk



MONITOR GROEP

VERTROUWEN

PLEZIER



VOLDOENING

COMPETENTIE

Veldhoen & Hamburger

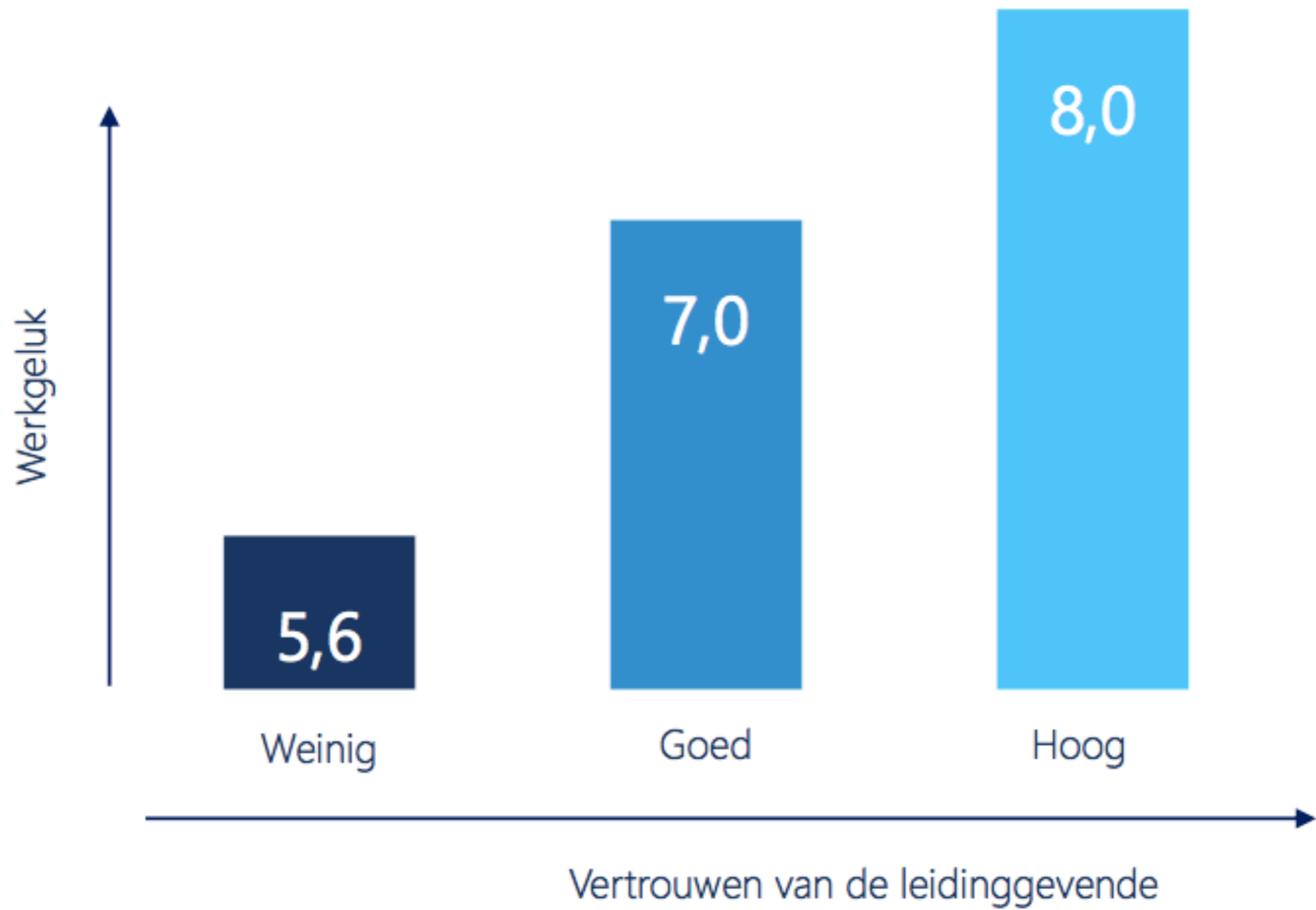
AUTONOMIE

# Vertrouwen

**#1 "Leiderschapsstijl"**: Het merendeel van de interactie met leidinggevendenden is ondersteunend en coachend waarbij eigen leiderschap wordt bevorderd. (niet waar 1-10 waar).

**#2 "Betrouwbaarheid"**: Wij doen wat wij zeggen. Afspraak is afspraak. (niet waar 1-10 waar).

**#3 "Psychologische veiligheid"** Wij hebben het gevoel dat wij kunnen zeggen wat wij denken en voelen. (niet waar 1-10 waar).

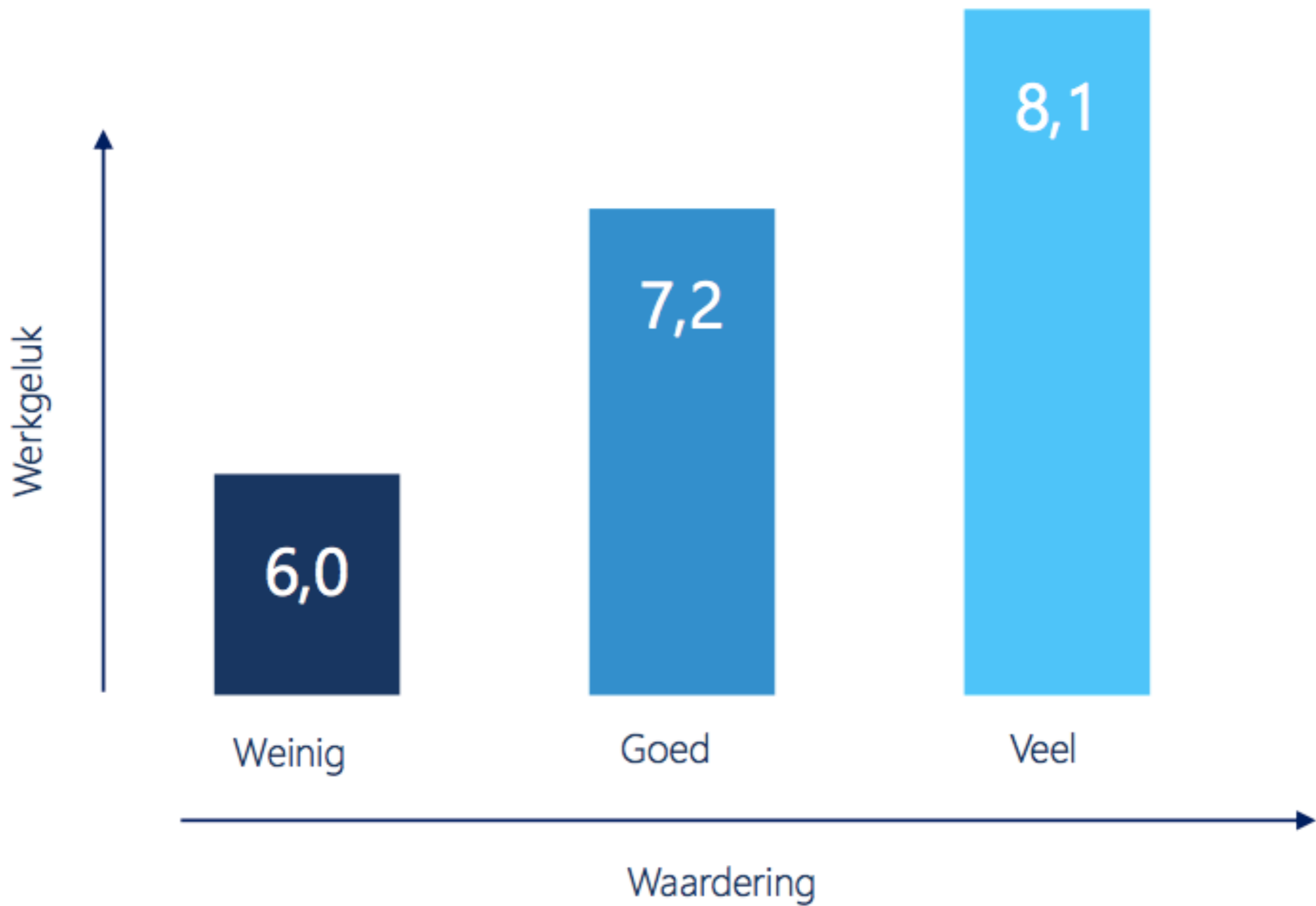


# De 8 van werkgeluk



MONITOR GROEP

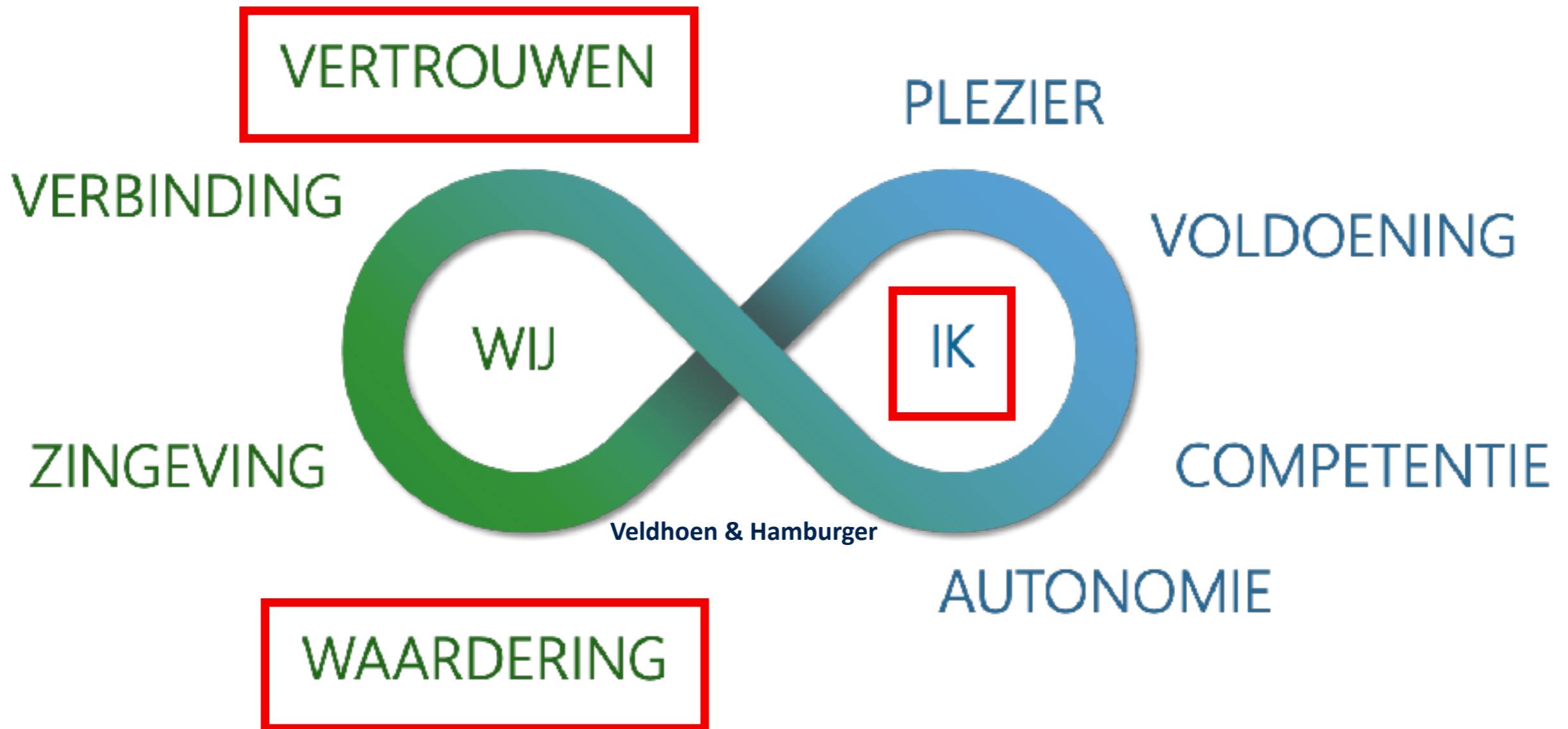




# De 8 van werkgeluk



MONITOR GROEP





# Meer met werkgeluk ...

**#1 "Meten van werkgeluk"**: Meten is weten met een uitgebreide vragenlijst die zicht geeft op alle 8 punten voor leidinggevenden, alle medewerkers & teams.

**#2 "Opleidingen organiseren voor medewerkers en leidinggevenden"**: Specifieke opleidingen faciliteren en organiseren voor medewerkers en leidinggevenden rond Sturen op Werkgeluk.

**#3 "HR professionals ontwikkelen zichzelf tot werkgeluk coach, werkgeluk mentor of werkgeluk deskundige"**: Opleidingen volgen op het gebied van werkgeluk om zelf initiatieven te ontplooiën binnen de organisatie zoals workshops maar ook .

**#4 "Aan de slag met het eigen team"**: De 8 van werkgeluk op individueel en team niveau.

# Kun je wel sturen op werkgeluk? Hoe dan?



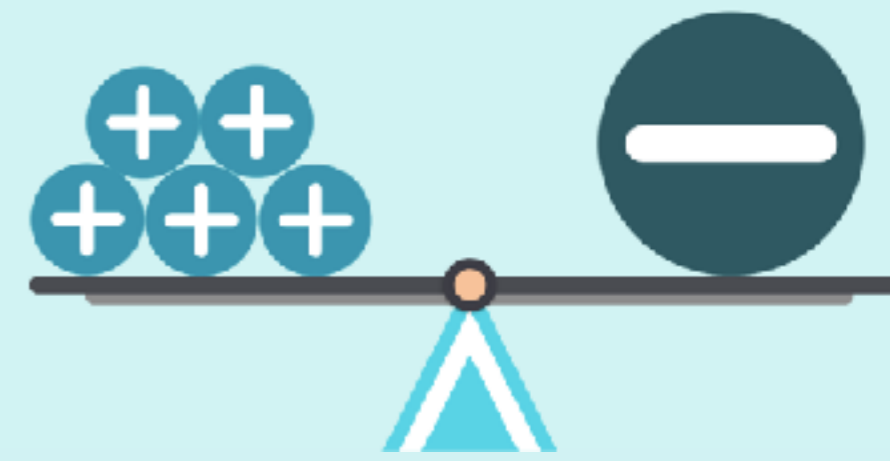
## Cirkels van werk(on)geluk



Overzicht Sterke Kanten	
<b>Wijsheid</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Creativiteit</li> <li>• Nieuwsgierigheid</li> <li>• Kritisch denken</li> <li>• Leergierigheid</li> <li>• Levenswijs</li> </ul>	<b>Gematigdheid</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vergevingsgezind</li> <li>• Bedachtzaamheid</li> <li>• Bescheidenheid</li> <li>• Zelfregulatie</li> </ul>
<b>Moed</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Moed</li> <li>• Doorzettingsvermogen</li> <li>• Oprechtheid</li> <li>• Enthousiast</li> </ul>	<b>Spiritualiteit</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Waarderen van...</li> <li>• Dankbaarheid</li> <li>• Hoopvol</li> <li>• Humor</li> <li>• Spiritualiteit</li> </ul>
<b>Rechtvaardigheid</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Teamwerk</li> <li>• Rechtvaardigheid</li> <li>• Leiderschap</li> </ul>	<b>Medemenselijk</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Liefde</li> <li>• Vriendelijkheid</li> <li>• Sociale intelligentie</li> </ul>



**JUST DO IT.**





?

?

?

Q&A

Belangrijkste slides van deze presentatie  
Podcast Werkgeluk  
Artikel over leidinggeven aan werkgeluk



[www.Linkedin.com/in/onnohamburger](http://www.Linkedin.com/in/onnohamburger)