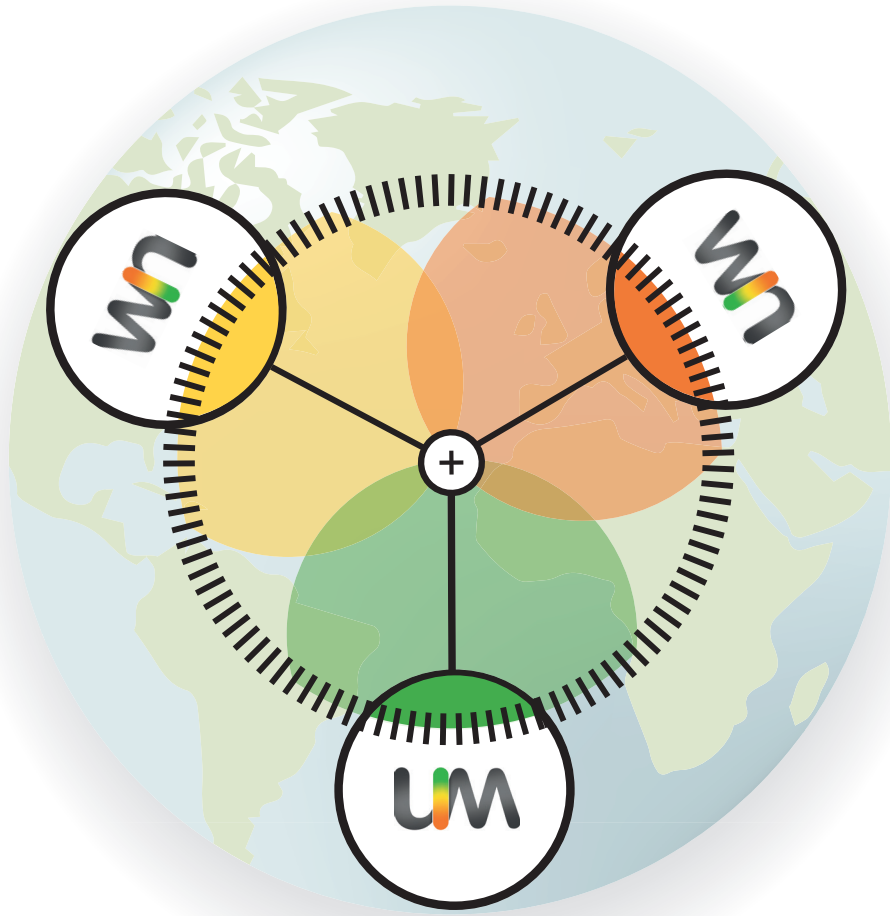




WAT EEN GELUK een LIFEHACK voor je werk
Irmgard Bomers



Zo werkt het

Een lifehack is een passende, slimme oplossing. Het gaat over meer doen, in minder tijd en met minder stress. Deze lifehack is voor je werk. Door globalisering, digitalisering en individualisering staat jouw werk permanent onder druk. Dat brengt onzekerheid met zich mee.

Het plaatje links is de lifehack. Als je werkt met de lifehack als hulpmiddel dan blijf je meedoen, zolang je wilt. Op een manier die bij jou past. Hoe oud je ook bent en ongeacht welke diploma's en ervaring je hebt.

In drie stappen ga je ontdekken hoe je de lifehack kunt gebruiken in je werk. Gaandeweg ga je de werkwijze in steeds meer situaties toepassen. Er is immers altijd iets te leren.

Dit is een uitgave van WIN Recept
Caballerofabriek Unit 18
Saturnusstraat 60
2516 AH Den Haag

Tekst: Irmgard Bomers
Ontwerp: Margot Beun
Tekstadvies: Eva Beun

1e publicatie: 20 november 2019



INHOUD

IK

- 08 Even schrikken
- 10 3x3 Denken en doen
- 12 High tech human touch
- 14 Jouw kleine IK
- 16 Met een waardevol netwerk
- 18 Werk stapelt zich niet meer op

IK & WIJ

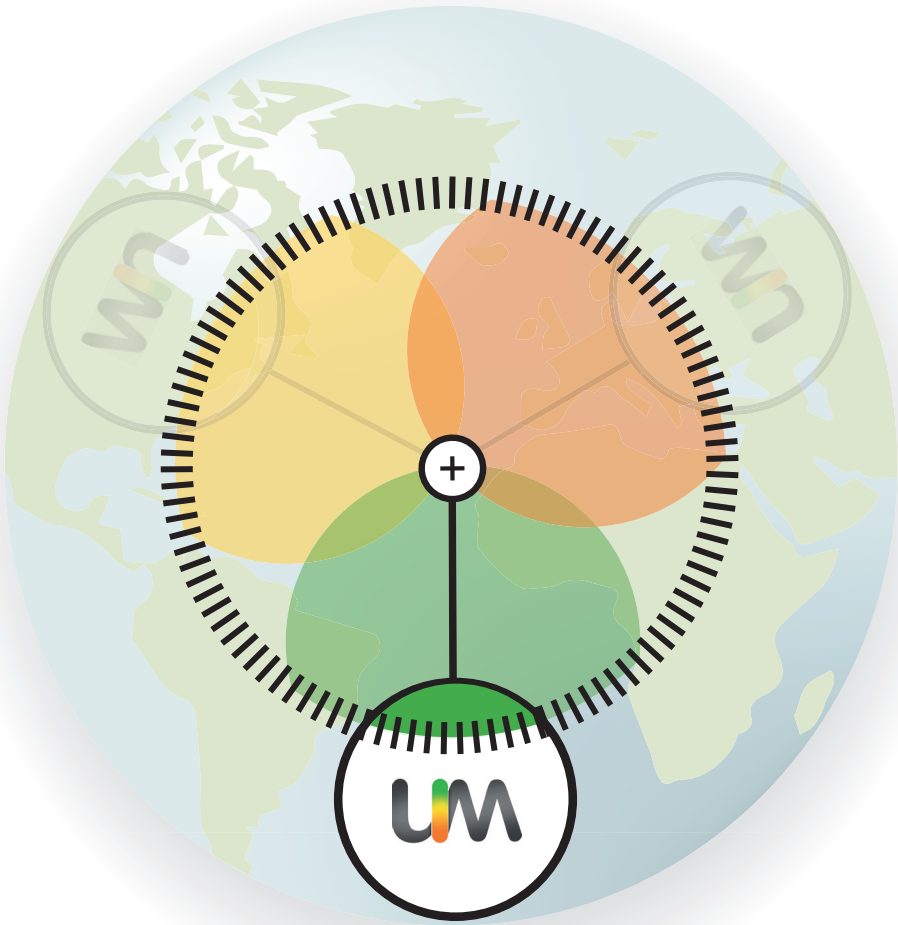
- 34 Alles is tijdelijk
- 36 Delen is vermenigvuldigen
- 38 Luchtballonnen doorprikken
- 40 Futureproof samenwerken
- 42 Natuurlijk werken

WIJ

- 22 De wereld draait door
- 24 De werkcultuur blijft achter
- 26 Een nieuw perspectief
- 28 Het gat in de markt
- 30 Zo simpel is het

44 Wat een geluk
46 Werkwijzer







IK

Focus op eigen kracht

“Zonder eigenwaarde geen meerwaarde” - Rick van Asperen

Even schrikken

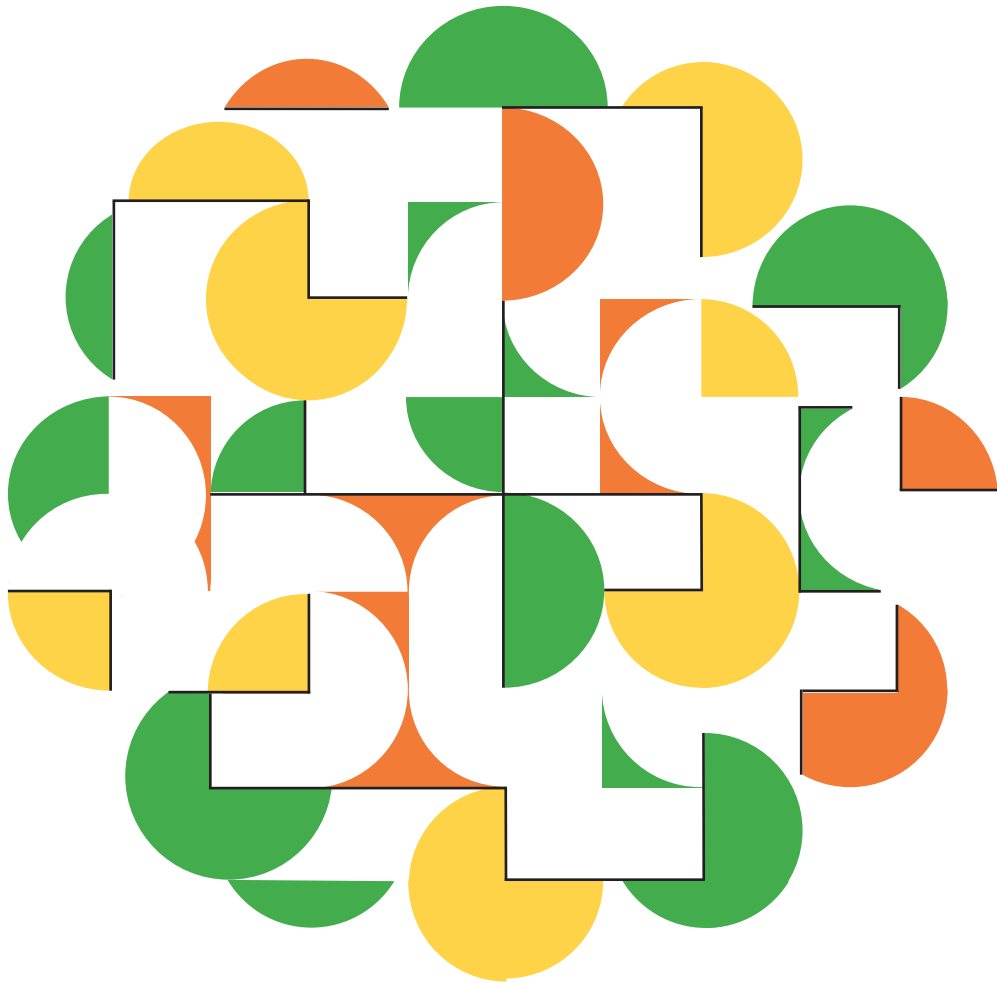
k? Ja jij. **IK** gaat over jou. Jouw waarde, jouw ontwikkeling en jouw eigen verantwoordelijkheid. **IK** staat ook voor egoïsme, voor jezelf kiezen. Dat is niet altijd gemakkelijk, want je omgeving vindt daar iets van. Ook je eigen **IK** houdt je nog wel eens tegen om te kiezen voor jezelf. Dagelijks word je verleid om de betere versies van jezelf te laten zien. De druk om op alle fronten succesvol te zijn is groot, evenals de angst om er niet bij te horen of buiten de boot te vallen. Dat is heel vermoeiend.

Om jezelf daartegen te beschermen creëer je een eigen bubbel, want dat is lekker veilig. Iedereen doet dat. Jouw hersenen helpen daarbij een handje, want ze zijn ingericht om jouw eigen gelijk te bevestigen. Daarmee sluit je onderwerpen en mensen buiten die niet passen in jouw wereldbeeld. Er is zelfs bewezen dat met de toenemende hoeveelheid informatie ons wereldbeeld steeds minder klopt met de realiteit. Dat maakt onzeker. De angst om tekort te komen werkt verlamrend en kan zelfs evolutionair worden verklaard. Ons brein is sinds de jaartelling nog steeds ingesteld op schaarste, terwijl we al een eeuw in overvloed leven. Het verklaart waarom we zo spaarzaam zijn, bijvoorbeeld met verlof opnemen.

De lifehack helpt jou stap voor stap om patronen te doorbreken die ervoor zorgen dat jij minder prestatiedruk voelt. Je gaat simpelweg anders kijken naar jezelf, je werk en de wereld om je heen.

Kijk eens naar jezelf vanaf een afstandje en zet jezelf in het midden[©] van de lifehack. Wat zie je? Hoe ziet jouw wereld eruit? Wat vind jij belangrijk?





3x3 Denken en doen

In welke wereld wil jij leven? Waar wil jij aan werken? Waarmee wil jij geld verdienen? Wie of wat heb je daarvoor nodig? Vragen die je misschien niet direct kunt beantwoorden, maar die wel belangrijk zijn. Werk is immers continue aan verandering onderhevig. Je voelt daarom net als ieder ander de druk om gewild te zijn én gewild te blijven op de arbeidsmarkt. Maar hoe doe je dat, waarom zouden ze voor jou kiezen? Het begint met anders naar je werk te kijken en het niet los te zien van je privé situatie en de wereld om je heen. Deze twee beïnvloeden immers jouw functioneren.

Zet je werk in het midden \ominus van de lifehack en kijk er eens naar vanuit drie verschillende perspectieven.

Persoonlijk

Krijg ik energie van mijn werk; houd ik voldoende tijd over voor mijn privéleven?

Maatschappelijk

Draag ik met mijn werk bij aan een groter doel; zet ik mij ook in voor anderen?

Zakelijk

Verdien ik genoeg om het leven te leiden wat ik wil; heb ik ontwikkelmogelijkheden?

Grote kans dat je wensen hebt. Hoe mooi zou het zijn als die in vervulling gaan. Dat kan door de verschillende perspectieven te combineren, in samenhang te zien, zowel in je denken als doen. En daarbij vooral technologie te omarmen.



High tech human touch



Technologie is dé grote integrator; van werk & privé, maar ook van natuur & cultuur. De techniek zelf ontwikkelt zich al autonoom en is daarmee ook de driver geworden van de noodzaak om je als mens te blijven ontwikkelen. De centrale vraag is waarmee jij als mens waarde wilt toevoegen, nu én in de toekomst. Daar gaat het om. Technologie creëert zelf de ruimte om met het antwoord iets te gaan doen. Het neemt je werk uit handen en het is bij uitstek het middel om je eigen kennis, netwerk en zichtbaarheid te vergroten.

Zet technologie in het midden \ominus van de lifehack en breng de betekenis voor je werk in kaart

Persoonlijk

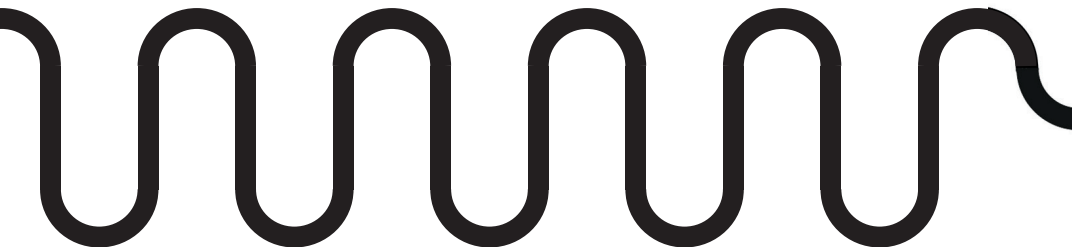
Maatschappelijk

Zakelijk

Gebruik ik de beschikbare devices, applicaties en systemen optimaal?

Hoe zichtbaar ben ik (bijvoorbeeld op sociale media) en waarmee?

Welk deel van mijn werk kan worden geautomatiseerd en wat ga ik daarmee doen?



Het is goed om je te realiseren dat 80% van de dingen die jij kunt, anderen ook kunnen of misschien zelfs wel beter. Het is daarom veel slimmer om te focussen op de 20% aspecten waarmee je het verschil maakt. Als jij weet waar je goed in bent - je talenten benut - dan groeit vanzelf je eigenwaarde. Zonder eigenwaarde kun je immers geen meerwaarde bieden. Wat is jouw unieke waarde?



Technisch is het al mogelijk om data op te slaan in je eigen DNA.





Jouw kleine IK

Voor grote ego's telt alleen het individuele geluk. Aan de ene kant vrij praktisch, want je hoeft alleen maar rekening te houden met jezelf. Dikke kans dat jij geen groot ego hebt. Dat maakt je leven ingewikkelder, maar ook waardevoller, omdat je ook rekening houdt met anderen. Met een klein ego is er ruimte om zowel in je werk als in je vrije tijd anderen te helpen.

Zet talent in het midden ⊕ van de lifehack en breng jouw eigen unieke waarde in kaart.

Persoonlijk

Waar komt je vandaan; je DNA? Welke eigenschappen heb je meegekregen van je familie? Gebruik je die of kies je een eigen pad? Wat doe je in je vrije tijd?

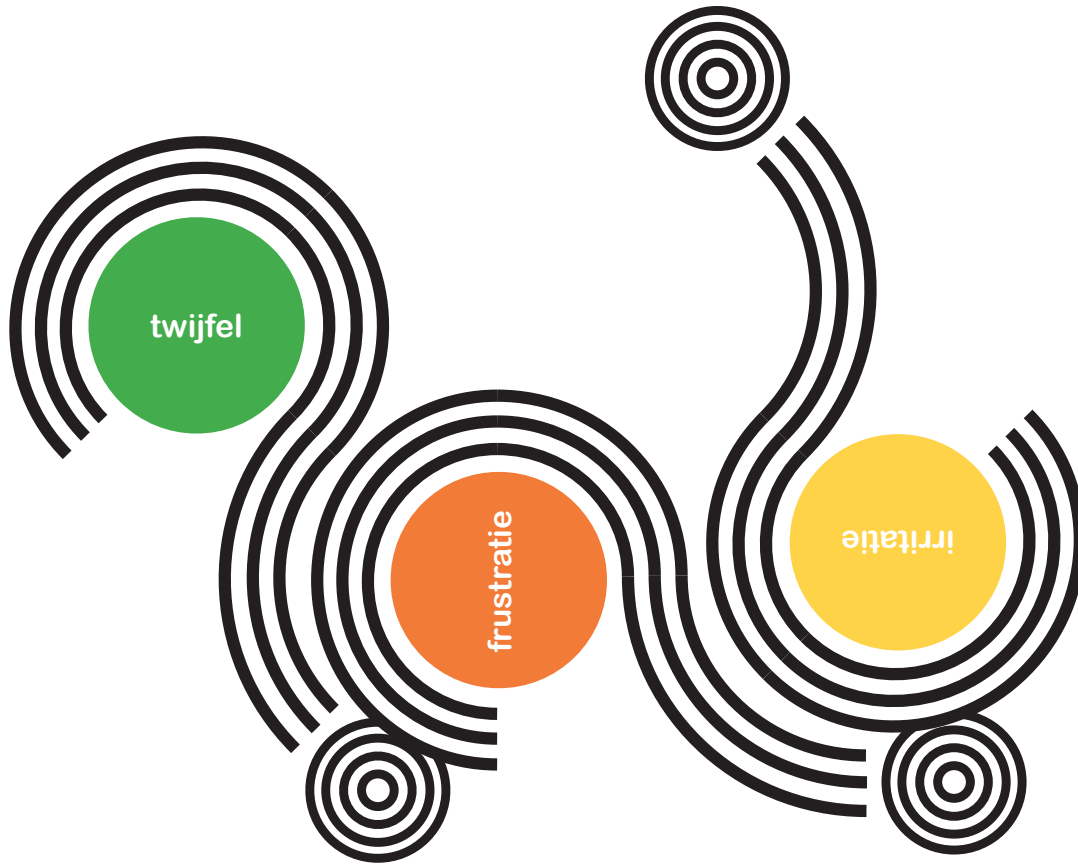
Maatschappelijk

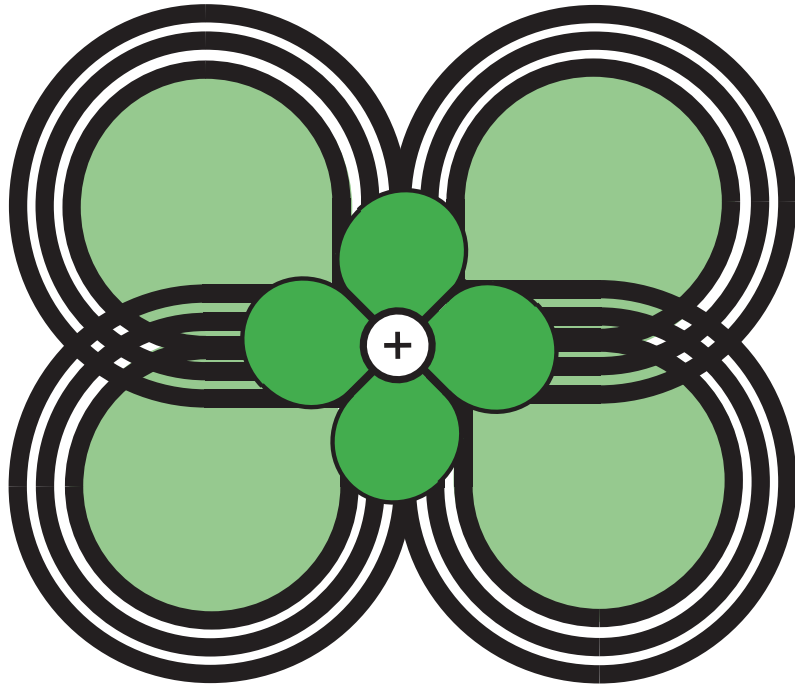
Welke onderwerpen interesseren je? Welke kennis heb je opgedaan? Waarmee? Wie bewonder je? Wie of wat volg je op social media?

Zakelijk

Wat vind je leuk om te doen? Welke werkervaring heb je? Wat heb je ervan geleerd? Wie of wat inspireert jou in je werk?

Jouw unieke talent is een combinatie van deze aspecten en vormt de 20% waarmee jij het verschil kunt maken. Twijfel, frustratie en irritatie horen daarbij en zijn een teken dat er iets in jouw kleine IK wordt geraakt. Het is een signaal dat het tijd is voor nieuwe ontwikkelingen; stappen voorwaarts. Vaak gaat dit gepaard met het loslaten van zaken die geen energie opleveren. Loslaten betekent niet dat je een ander met een probleem opzadelt of opnieuw begint. Je borduurt voort op je 20% en maakt daarbij gebruik van je netwerk.





Met een waardevol netwerk

Netwerken is vaak een beladen term, waar maar weinig mensen zin in hebben. Dat verandert als je beseft dat je al een enorm netwerk hebt dat jou best wil helpen. Een gemiddeld mens kent 400 mensen, die ook weer 400 mensen kennen. De helft van hen kan interessant zijn voor jou. Dit betekent 80.000 potentiële netwerkcontacten.

Zet jezelf in het midden \ominus van de lifehack en breng je netwerk in kaart. Wat valt je op?

Persoonlijk Familieleden, vrienden, teamgenoten

Maatschappelijk Buurt-, klas- en lotgenoten, inspiratoren, social media volgers

Zakelijk (oud-)Collega's, vakgenoten, bazen en bazinnen?

De waarde van jouw netwerk wordt bepaald door de mate waarin je aandacht geeft aan anderen, online én offline. Niet omdat het moet, maar omdat je de mensen wilt laten weten waar jij voor staat, wat jou motiveert en bezighoudt. Netwerken gaat om het delen van kennis, informatie en contacten waarbij werk & privé steeds vaker door elkaar lopen. Continuïteit is daarbij belangrijker dan frequentie. Activiteiten die je privé heel gewoon vindt, kun je ook voor je werk toepassen. Dit kan een berichtje zijn van jezelf, maar ook het liken of delen van artikelen, het bezoeken van een evenement of een hapje eten met iemand. Het is heel wat anders dan jezelf verkopen of je profiel bijwerken, omdat je toevallig werk zoekt.