

# FACTSHEET #WERKGELUK

Alles wat je over werkgeluk móét weten

Hoe gelukkig zijn wij in het werk?

7,1



14%



72%



14%

## Feiten & Cijfers

- De gemiddelde Nederlander geeft zichzelf een 7,1 voor werkgeluk
- **14%** heeft burn-out klachten
- **72%** is redelijk tevreden, maar bij **15%** slaat dit om in gelatenheid met bore-out klachten (verveling) tot gevolg
- **14%** is bevlogen en gelukkig in het werk

## 3 lagen van werkgeluk

### Zingeving

Welke bijdrage lever ik aan iets groters dan mezelf? Help ik anderen? Kan ik mijn idealen waarmaken?

### Voldoening

In hoeverre ken en benut ik mijn kwaliteiten en talenten?

### Plezier

Hoeveel plezier heb ik in mijn werk?

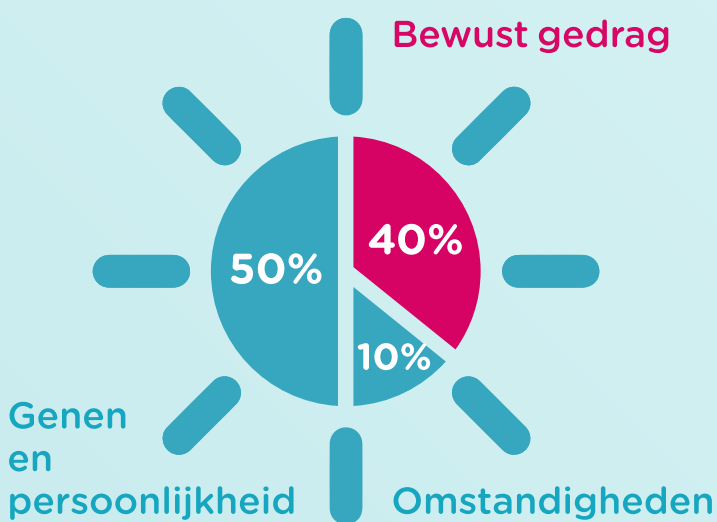
Bron: Gelukkig Werken (2011), Steda (2017)

## Wat is werkgeluk?



Bron: Werkgelukpiramide, Hamburger

## Wat bepaalt werkgeluk?



Bron: De maakbaarheid van het geluk, Lyubomirsky

## 3 basisbehoeften van iedere medewerker

### Autonomie

De ruimte ervaren om naar eigen inzicht te handelen.

### Verbinding

In positieve verbinding staan met collega's en de purpose van de organisatie.

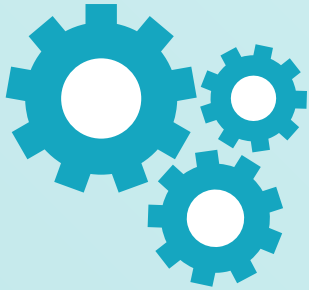
### Competentie

Elke dag een beetje beter worden.

Bron: Self-Determination Theory (SDT), Deci & Ryan

## Wat levert werkgeluk op?

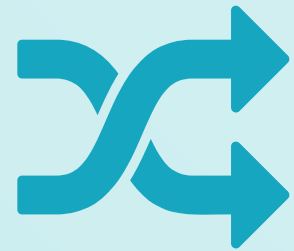
Het World Happiness Report van de VN (2013) stelt dat gelukkige medewerkers o.a.:



**Productiever zijn**



**Minder verzuimen**



**Beter omgaan met veranderingen en stress**

## Hoe maak je als organisatie werk van werkgeluk?



### Meet

Geef medewerkers inzicht in hun werkgeluk, door dit vaker, korter, en op een leukere manier te meten dan het traditionele medewerkersonderzoek.



### Verbind

Koppel werkgeluk aan actuele organisatie- en HR-thema's zoals cultuurverandering en duurzame inzetbaarheid.



### Organiseer

Maak werkgeluk leuk en laagdrempelig. Organiseer bijv. een Werkgelukfestival, -parade of -proeverij.

WERKGELUK VERGROTEN IN JOUW ORGANISATIE?

# KLAPPE TRAINING

FLOREER IN WERK

[www.klappetraining.nl](http://www.klappetraining.nl)