

BALANS IN ZICHT

Nieuwsbrief december 2011

1 Miljoen?!

Frankrijk raakt zo langzamerhand vol met Nederlandse campings. De populairste beroepskeuze lijkt nu dan ook coach te zijn. Toen ik echter in 1997 met de slogan 'Mens in balans - Organisatie in balans' begon, stuitte ik toch wel op 'enige' scepsis. Overtuigd echter van het feit dat de balans van elke individuele medewerker uiteindelijk zijn weerslag krijgt op de balans van de organisatie in zijn geheel, startte ik even gepassioneerd als naïef.

Maar mede door de innovatieve manier van trainen en coachen, besloot ik destijds om vooral bedrijven in het Westen te benaderen. Zo koester ik warme herinneringen aan mijn leerzame en inspirerende ontmoetingen met (HR-) managers van organisaties als PGGM, Shell, ABP en het CBS.

Zoals bijvoorbeeld die ontmoeting in 2002 met de manager van het CBS. Trots vertelde hij me dat integriteit het hoogste goed was binnen het CBS en dat een verzoek van een voormalig kabinet om cijfers positief te kleuren vriendelijk doch categorisch van de hand werd gewezen. En terwijl ik me, omgeven door grootsheid, verontschuldig voor mijn (overigens bewuste) keuze om 'klein' te blijven voegde hij me toe: *"Ja maar Harry, het gaat me niet om de tent, maar om de vent!"*

Maar hoe trots ik ook ben op Nederland en onze geweldige bedrijven, ook het beste peerd van stal struikelt wel eens. Onlangs gaf het CBS aan dat er jaarlijks 1 miljoen mensen getroffen wordt door een burn-out?! Kan vast niet zo goed rekenen als zij, maar *"wie moet dan straks het werk nog doen?"* zo vroeg ik me verbaasd af.

Uiteraard hangt het er af van hoe je een burn-out definieert, maar dit lijkt me toch wel overdreven. Zelf vind ik 9 van de 10 diagnoses *"burn-out"* die ik hier krijg, absoluut geen burn-out! Een echt burn-out is m.i. zeldzaam; door jarenlang (soms zelfs decennia) en stelselmatig misbruik en overbelasting van je systeem, zowel geestelijk als fysiek volkomen opgebrand zijn. Ook fysiek is er dan al schade ontstaan, waarvoor ik samenwerk met 's lands beste medische specialisten. Herstel kost dan veel zorg en tijd. In de overige gevallen is er meer sprake van overspannenheid, waarbij de cliënt klachten heeft van energetische of depressieve aard, meestal een combinatie ervan. Ook dan is zorg geboden, maar herstel kost gewoon minder.

Je schijnt zelfs ook nog een *"ernstige burn-out"* te kunnen krijgen?! Dus nog erger dan totaal opgebrand zijn? Snapt u het nog? Ik niet meer, word er gewoon een beetje depri van...

Kortom, niets mis met erkenning van je klachten en ze adequaat adresseren, maar zullen we nu samen weer *hart* gaan werken aan onze prachtige samenleving en elkaar daarin waarderen en ondersteunen?!

Lijkt me veel gezonder!




Bijeenkomst CPE

In september hadden wij de Contact Groep Personeelsmanagers Enschede te gast. De meeste grote organisaties in Enschede e.o. waren vertegenwoordigd voor een 'Harry-presentatie'. Ver van gebaande paden en Powerpoint (Harry denkt nog steeds dat dat een soort fitness is...), ontstond een inspirerende dialoog met de ca. 30 aanwezige managers. Toen één van de aanwezigen de vraag der vragen stelde *"Maar ligt het dan altijd aan het werk, al die psychische klachten?"* liet Harry een stilte vallen, liep op hem af en zei: *"Het ligt nooit aan het werk! Alleen kiezen mensen soms het verkeerde werk"...* Op onze site vindt een korte impressie.

Wat maakt een organisatie ziek?

In dit recente artikel zoekt Harry naar het antwoord op de vraag die hem zo vaak wordt gesteld. Het artikel is o.a. gepubliceerd op de site van het Inspirational Forum of Organizational Health, www.ifoh.nl. Harry kennende, weet u natuurlijk al lang dat hij eerst met de lezer op zoek gaat naar de juiste vraag... kortom, laat u zich verrassen.

Verfrissend

"Je bent niet ziek, je hebt dorst!" is een verfrissende uitspraak van dr. F. Batmanghelidj in zijn boek 'Water'. Water is inderdaad van levensbelang, net zo goed als ontspanning. Werkt u veel achter de computer en wilt u uw lichaam en geest in goede conditie houden? Zet dan uw glaasje water niet op uw buro maar op de vensterbank in uw kantoor.

Regelmatig even opstaan, heerlijk uitrekken, een slokje nemen en uit het raam staren zodat ook uw ogen, en alles wat daar mee samenhangt, zich even kunnen ontspannen. Commentaar van uw collega's? Voer het onderzoek van TNO aan dat medewerkers die regelmatig mini-pauzes houden veel productiever zijn dan degenen die continu doorgaan!

Wat maakt een organisatie gezond?

"Prachtig artikel Harry, roerend mee eens, maar hoe breng je dat nou in de praktijk en hoe meet je dat dan, met welk instrument?" reageerde een HR-manager op mijn jongste artikel. Wilt u HGT niet alleen inzetten als het, al dan niet bijna, mis is gegaan en bent u het eens met het artikel van Harry dat gezondheidsmanagement heel wat meer impliceert dan *"wat gezonde snacks in de kantine en de roltrap uitzetten"* neemt u dan eens contact met ons op. In samenwerking met dr. Maurice de Valk van Intermedic en met Anne van Muijen RA, kan HGT aan de hand van de Organizational Health Card® de effectiviteit van het gezondheidsbeleid in uw organisatie in kaart brengen. De medewerkers en de organisatie zullen daar beter van worden!

Gezondheidsmanagement

Meerdere keren per jaar (januari, maart-april en september) starten we in ons klooster de training *Weer in Balans* voor medewerkers met psychische dan wel balansklachten, van licht tot zeer ernstig.

Fervent voorstander echter van een 2-sporen beleid (zowel management als medewerkers trainen) starten wij in maart wederom de training *Balans of Balanceren* voor HR- en teammanagers als open training. Bent u op zoek naar persoonlijke groei als manager en een andere manier van kijken naar gezondheid(smanagement), informeer dan gerust. Uiteraard aandacht voor signalen die tot verzuim leiden (hoewel Harry het belangrijkste signaal nog in geen enkel curriculum aantroft!) maar zeker ook aandacht voor uw rol als leidinggevende. Binnenkort zullen wij onze klanten voor deze unieke ervaring uitnodigen. Wilt u liever zeker zijn van een plek en niet wachten op de uitnodiging? Reserveer dan nu uw plek via info@harrygrob.nl



Fijne Feestdagen

Waarom vieren we eigenlijk geen Thanksgiving in Nederland? We hebben zo veel om dankbaar voor te zijn! We wensen u allen fijne feestdagen en spreken de wens uit dat u naast alle drukte en gezelligheid ook tijd neemt voor bezinning op elementaire waarden als dankbaarheid, tevredenheid en samen eerlijk delen. De enige weg naar een betere balans in u zelf én in uw organisatie.