



Tendrapport | werkgeluk in Nederland

Gelukkige medewerkers, blije organisaties

Gelukkige medewerkers presteren beter, zijn minder vaak ziek, hebben meer energie en zijn meer betrokken bij hun werk dan minder gelukkige collega's. Hun geluk werkt bovendien aanstekelijk: blije medewerkers zorgen voor een goede sfeer op de werkvloer én voor tevreden klanten. Redenen te over om als organisatie te investeren in het werkgeluk van je medewerkers.

Maar hoe staat het eigenlijk met het werkgeluk in Nederland? Welke factoren bepalen je werkgeluk en hoe scoren Nederlandse werkenden hierop? En maakt het verschil in welke sector je werkt, of je man of vrouw bent, jong of oud, werknemer of zelfstandig ondernemer? Wij gingen op zoek naar de cijfers.



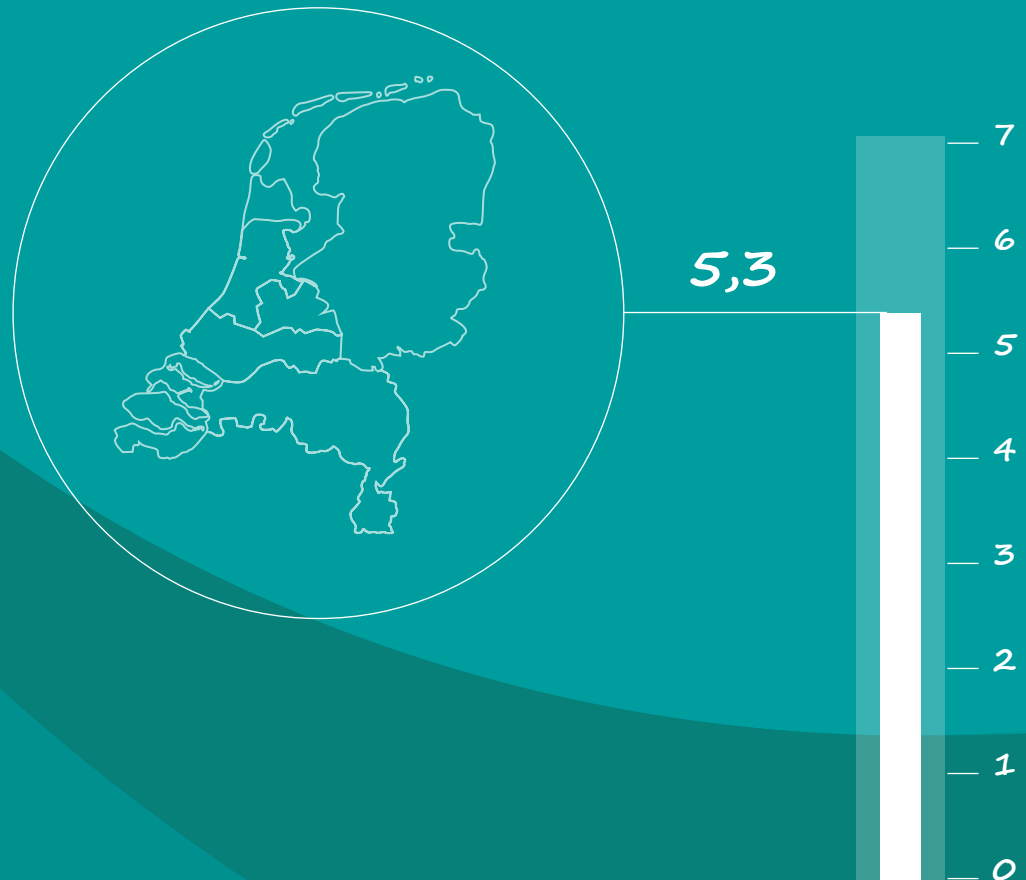
Inhoud

Werkgeluk in Nederland	5
Mannen versus vrouwen	6
5 geluksfactoren	7
- Relaties	8
- Uitdaging	9
- Betekenis	10
- Positieve emoties	11
- Flow	12
Werken vanuit passie	13
Werkgeluk en leeftijd	14
Werkgeluk wereldwijd	17
Publieke en private sector	18
Van zelfinzicht naar werkgeluk	19
Een werkgelukkige organisatie	21



Werkgeluk in Nederland

Happiness Works deed in 2015 een representatief onderzoek naar het werkgeluk van de op dat moment meer dan 7,2 miljoen Nederlandse werkenden. Dit is het tot nu toe grootste onderzoek naar werkgeluk in Nederland. De gemiddelde score: een 5,3 (uit 7).¹



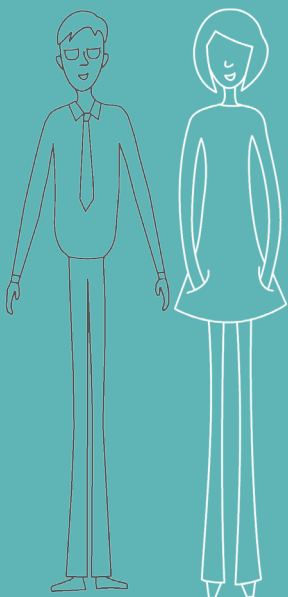
Mannen versus vrouwen

De algemene scores van mannen en vrouwen lijken nauwelijks van elkaar te verschillen, maar het geslacht lijkt specifieke factoren die van invloed zijn op werkgeluk wel degelijk te beïnvloeden.¹

Vrouwen

ervaren over het algemeen betere relaties op het werk en voelen zich vaker met respect behandeld

Vrouwen en mannen scoren over het algemeen gelijk op factoren als balans tussen werk en privéleven en het gevoel eerlijk behandeld te worden



Mannen hebben vaker het gevoel dat ze controle en invloed hebben op het werk en ervaren betere ontwikkelingsmogelijkheden

De opvallendste verschillen op een rij



5 geluksfactoren

Welke factoren bepalen eigenlijk je werkgeluk? Het Instituut voor Positieve Psychologie (IvPP) deed onderzoek naar het geluksmodel van Martin Seligman, een van de grondleggers van de Positieve Psychologie, en onderscheidt vijf factoren.² Wij gebruiken ze als uitgangspunt voor dit trendrapport.

Benieuwd hoe jij scoort op de 5 geluksfactoren? Doe de test op www.ivpp.nl/geluksmeter

Relaties

Een goede relatie met je collega's en je leidinggevende. Een cultuur waarin mensen op een respectvolle manier met elkaar omgaan.

Uitdaging

De mogelijkheid hebben om het beste van jezelf te laten zien en steeds beter te worden. Uitgedaagd worden en de vrijheid krijgen om te experimenteren (mèt goede begeleiding).

Betekenis

Het gevoel dat je werk een duidelijk doel dient. Je werk belangrijk vinden en betrokken zijn bij het eindresultaat.

Positieve emoties

Om je goed te voelen, heb je positieve emoties nodig, zoals tevredenheid, plezier, hoop en nieuwsgierigheid.

Flow

Het gevoel dat je helemaal opgaat in wat je doet. Je vergeet de tijd, vergeet jezelf, bent geconcentreerd en geïnspireerd en voelt je na afloop heel voldaan.

Geluksfactor 1



Vrouwen hebben vaker goede vrienden op het werk (47,2% versus 35%)¹

Ze hebben ook vaker een goede relatie met hun teamgenoten (61,2% versus 51,9%)¹

Bovendien voelen ze zich vaker met respect behandeld (50,4% versus 43%)¹

Relaties

Een goede relatie met je collega's en je leidinggevende. Een cultuur waarin mensen op een respectvolle manier met elkaar omgaan.

56% van de Nederlanders vindt dat hij/zij leuke collega's heeft¹

Leuke collega's: 60,1% is gelukkig

Geen leuke collega's: 17,8% is gelukkig

40,5% zegt goede vrienden te hebben op het werk¹

Goede vrienden: 64,3% is gelukkig

Geen goede vrienden: 43,6% is gelukkig

60,2% heeft het gevoel gerespecteerd te worden op het werk¹

Gerespecteerd: 73% is gelukkig

Niet gerespecteerd: 16,5% is gelukkig

We hebben leuke collega's, maar de samenwerking kan beter

Slechts 36,2% vindt dat teams binnen de organisatie goed samenwerken¹

Teams werken goed samen: 74,8% is gelukkig

Teams werken niet goed samen: 27,3% is gelukkig

Een klik met je leidinggevende? Grote kans dat je werkgelukkig bent

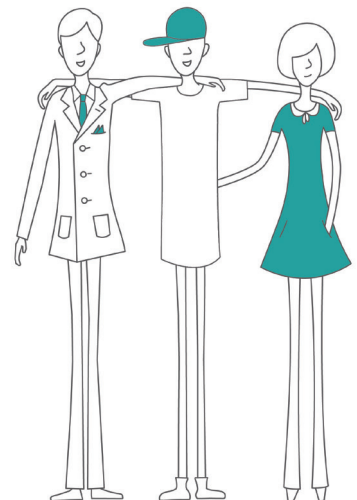
54% kan goed met zijn/haar leidinggevende opschieten¹

Goede relatie met de leidinggevende:

67,8% is gelukkig

Slechte relatie met de leidinggevende:

9,1% is gelukkig



Geluksfactor 2

Mannen
versus
vrouwen

Mannen hebben vaker het gevoel zeggenschap te hebben over hun werk (47,6% versus 43%)¹

Mannen hebben vaker het gevoel dat ze invloed hebben op beslissingen (34,6% versus 25,5%)¹

Mannen hebben vaker het gevoel dat ze goede ontwikkelingsmogelijkheden hebben (27,7% versus 24,1%)¹

Uitdaging

De mogelijkheid hebben om het beste van jezelf te laten zien en steeds beter te worden. Uitgedaagd worden en de vrijheid krijgen om te experimenteren (mét goede begeleiding).

Zeggenschap over eigen werk

45,6% van de Nederlanders heeft het gevoel zeggenschap te hebben over zijn/haar werk. Van hen is 69,1% werkgelukkig (van de mensen die geen zeggenschap hebben is slechts 20,3% werkgelukkig).¹

Doen waar je goed in bent

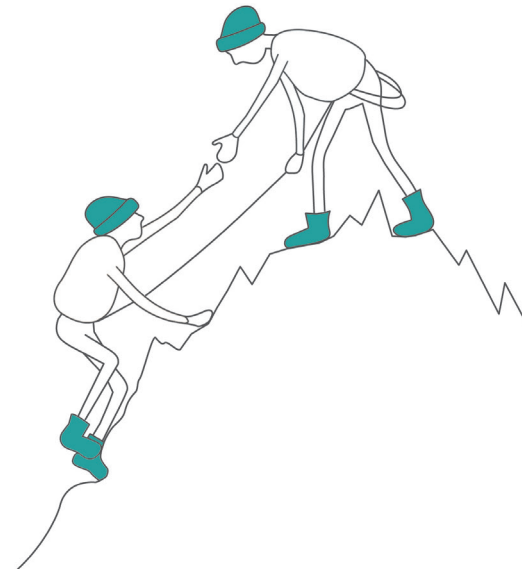
47,3% zegt zijn/haar kwaliteiten goed te kunnen benutten op het werk. Van hen is 71,6% werkgelukkig (van de mensen die hun kwaliteiten niet voldoende kunnen benutten is slechts 15,1% werkgelukkig).¹

Het gevoel dat je iets bereikt

57,3% van de Nederlanders heeft regelmatig het gevoel iets te bereiken. Van hen is 76,5% werkgelukkig (van de mensen die niet het gevoel hebben regelmatig iets te bereiken is slechts 15,7% werkgelukkig).¹

Nieuwe dingen leren

41% heeft het gevoel nieuwe dingen te leren op het werk. Van hen is 69,5% werkgelukkig (van de mensen die niet het gevoel hebben nieuwe dingen te leren is slechts 29,1% werkgelukkig).¹



Geluksfactor 3

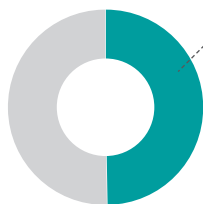
Grote verschillen publiek en privaat

Werkenden in de publieke sector hebben vaker het gevoel in hun werk iets te kunnen betekenen voor anderen (85% tegenover 70%)³

Ze hebben vaker het gevoel dat hun werk ertoe doet (84% tegenover 72%) en dat hun werk van grote betekenis is voor de maatschappij (69% tegenover 44%)³

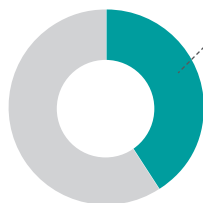
Betekenis

Het gevoel dat je werk een duidelijk doel dient. Je werk belangrijk vinden en betrokken zijn bij het eindresultaat.



49,9% van de Nederlanders vindt zijn/haar werk de moeite waard

Van hen is 71% werkgelukkig. Van de mensen die hun werk niet de moeite waard vinden, is slechts 11,2% werkgelukkig.¹



41% van de Nederlanders is van mening dat zijn/haar werk van grote betekenis is voor de samenleving

Van hen is 71,6% werkgelukkig. Van de mensen die hun werk niet van betekenis vinden voor de samenleving, is slechts 24% werkgelukkig.¹



Geluksfactor 4

Positieve emoties

Om je goed te voelen, heb je positieve emoties nodig, zoals tevredenheid, plezier, hoop en nieuwsgierigheid.

Het gevoel eerlijk behandeld te worden

Volgens Happiness Works is het gevoel eerlijk behandeld te worden een belangrijke factor voor werkgeluk. Wij scharen deze onder geluksfactor 4: positieve emoties.

Eerlijk salaris en werkgeluk

32% van de Nederlanders heeft het gevoel een 'eerlijk salaris te verdienen'. Van de mensen die blij zijn met wat ze verdienen is 79,8% werkgelukkig. Van de mensen die niet blij zijn, is slechts 33,5% werkgelukkig.¹

Een goede balans tussen werk en privéleven

40,7% van de Nederlanders ervaart een goede balans tussen werk en privéleven. Van de mensen met een goede balans is 67,3% werkgelukkig. Van de mensen met een slechte balans is slechts 30,7% werkgelukkig.¹

Werk mee naar huis

1 op de 5 werkenden kan het werk maar moeilijk loslaten en hierdoor thuis minder goed ontspannen, blijkt uit onderzoek van Schouten & Nelissen (2016). Dat is jammer, want mensen die thuis niet piekeren over het werk zijn werkgelukkiger (70%) dan mensen die dit wel doen (40% is werkgelukkig).⁴

Huis mee naar werk

Andersom geldt dat mensen die zich op het werk niet kunnen concentreren door hun thuissituatie minder werkgelukkig zijn (33%) dan mensen met een stabiele thuissituatie (69% is werkgelukkig).⁴



Opvallend:
wat we van ons salaris vinden, is belangrijker voor ons werkgeluk dan wat we daadwerkelijk verdienen



Geluksfactor 5

Flow

Het gevoel dat je helemaal opgaat in wat je doet. Je vergeet de tijd, vergeet jezelf, bent geconcentreerd en geïnspireerd en voelt je na afloop heel voldaan.

1 op de 3 werkende Nederlanders is 'bevlogen'

Onze zoektocht leverde weinig op over de geluksfactor flow. Wel vonden we cijfers over bevlogenheid, een toestand die hiermee veel overeenkomsten vertoont. Er is sprake van veel energie en toewijding. Je bent enthousiast over je werk en gaat er helemaal in op. Je bent heel geconcentreerd bezig en vergeet alles om je heen. Daardoor krijg je het gevoel dat de tijd vliegt.

Zinvol werk belangrijke voorspeller van bevlogenheid

Volgens partner in talentontwikkeling Schouten & Nelissen maken gelukkige medewerkers het verschil voor organisaties.

In hun onderzoek 'De Happitest' onder 1.900 medewerkers in diverse branches, onderzochten ze onder

meer de bevlogenheid van werkend Nederland. Het onderzoek laat zien dat zinvol werk een belangrijke voorspeller is van de bevlogenheid en het werkgeluk van medewerkers.

- Slechts 1 op de 3 medewerkers is gelukkig en bevlogen in het werk. Het werk inspireert hen en geeft energie en betekenis.
- 82% van de gelukkige medewerkers ervaart het werk als zinvol. Van de niet gelukkige medewerkers vindt 61% het werk niet zinvol.
- 72% van de gelukkige medewerkers is bevlogen. Bij de niet-gelukkige medewerkers is dat slechts 6%.⁴

Driekwart van de zzp'ers gaat helemaal op in werk

TNO vergeleek in 2016 werknemers met zzp'ers.⁵

Hun conclusie: 74% van de zzp'ers gaat helemaal op in het werk. Bij werknemers is dat 61%.



Werken vanuit passie

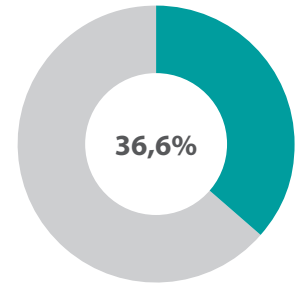
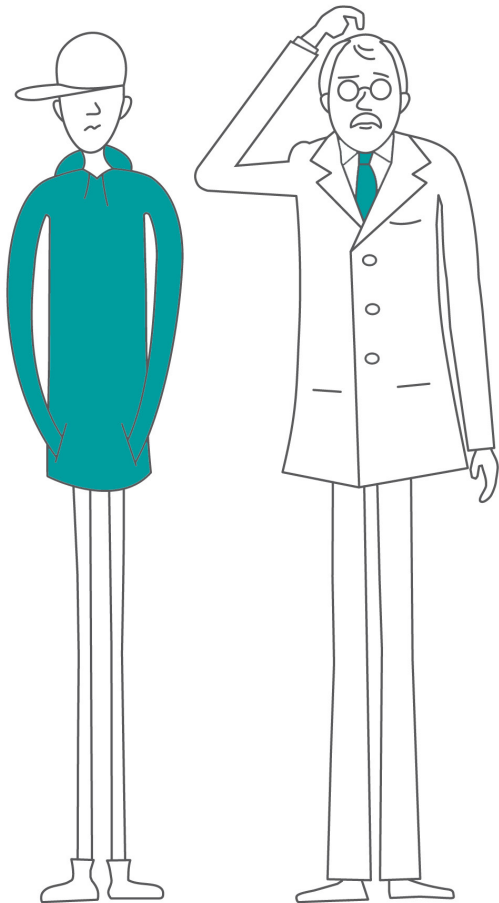
Energie krijgen van je werk, vanuit passie werken: het hangt voor een belangrijk deel af van in hoeverre iemands baan aansluit bij zijn **wensen, verlangens** en **behoeften**.

Bij **42%** van de respondenten in het onderzoek van Schouten & Nelissen (2016) sluit het werk goed aan bij hun wensen, verlangens en behoeften.

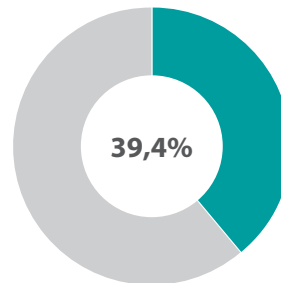
40% ervaart geen goede aansluiting. Voor **52%** van alle respondenten geldt dat ze eigenlijk ander werk zouden willen doen.⁴

Werkgeluk en leeftijd

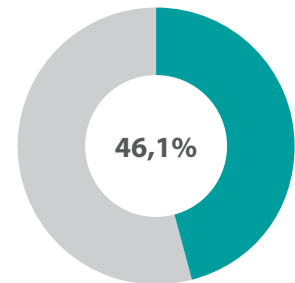
Het onderzoek van Happiness Works laat een positieve relatie zien tussen oplopende leeftijd en algemeen werkgeluk. Met andere woorden: hoe ouder mensen worden, des te meer werkgeluk ze ervaren. Iets dat overigens ook over onze landsgrenzen heen het geval is.¹



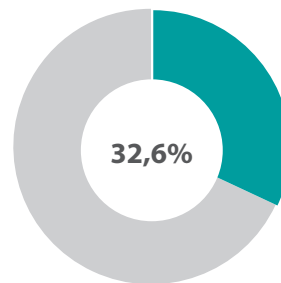
35 - 44 jaar



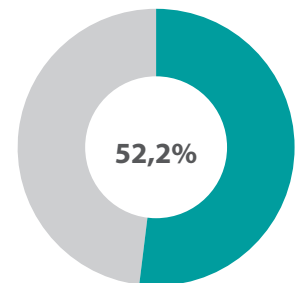
18 - 24 jaar



45 - 54 jaar



25 - 34 jaar



55+ jaar

Jonge werknemers minder gelukkig

In 2014 scoren jonge professionals in loondienst een magere 6 op de mate waarin zij werkgeluk beleven. Maar liefst 67% van alle jonge professionals die in het bedrijfsleven werken, geeft aan binnen een jaar op zoek te gaan naar een andere baan. Jonge ondernemers daarentegen geven zichzelf een 8 op gebied van werkgeluk.⁶

Wat willen millennials eigenlijk?

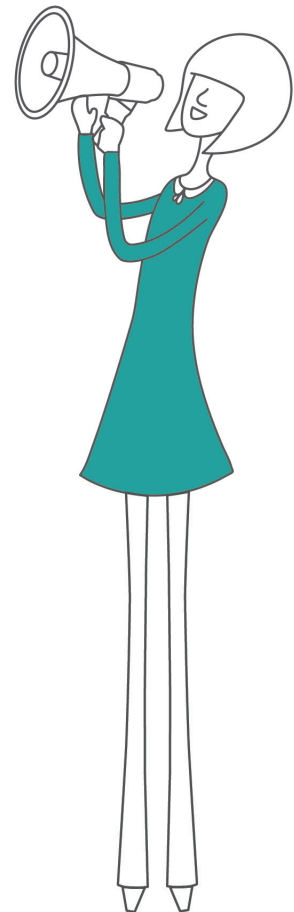
Young Capital nam in december 2016 een internationaal arbeidsonderzoek af en vroeg 3.721 millennials (17-36 jaar) uit acht Europese landen waar zij warm voor lopen bij de keuze voor een werkgever.⁷

Niet in heel Europa gelden dezelfde wensen, maar de top 3 is overal gelijk:

1. *Nieuwe dingen leren*
2. *Een goed salaris*
3. *Duidelijke verwachtingen en kaders*

Opvallende cijfers voor Nederlandse jongeren⁷:

- Van alle nationaliteiten hebben zij de minste behoefte aan exact geformuleerde opdrachten (77,7% t.o.v. bijvoorbeeld 85,2% in België)
- 6 op de 10 vinden een informele bedrijfscultuur zeer belangrijk en hechten veel waarde aan vrijheid: ze willen graag zelf bepalen wát ze wannéér doen
- Slechts een derde hecht waarde aan snel promotie maken
- 71,3% kiest vol overgave voor een leuke baan met een modaal salaris, in plaats van een saaie en zeer goed betaalde baan.



*'The happiest people
don't have the best of everything,
they just make the best of
everything they have'*

- Zig Ziglar

Werkgeluk wereldwijd

's Werelds grootste vacaturesite Indeed maakte in 2016 een vergelijking op basis van 10 miljoen 'company reviews' en rangschikte de 25 'werkgelukkigste' landen⁸:

- 1 Colombia
- 2 Mexico
- 3 Rusland
- 4 Ierland
- 5 Brazilië
- 6 Noorwegen
- 7 Chili
- 8 Nieuw-Zeeland
- 9 Spanje
- 10 Venezuela
- 11 Australië
- 12 Peru
- 13 Zweden
- 14 Portugal
- 15 Italië
- 16 Filipijnen
- 17 Canada
- 18 Ver. Arabische Emiraten
- 19 Hong Kong
- 20 Nederland**
- 21 Argentinië
- 22 Verenigd Koninkrijk
- 23 Verenigde Staten
- 24 Pakistan
- 25 België

Opvallend:

Mensen in Colombia zijn het werkgelukkigst en er staan maar liefst drie andere Zuid-Amerikaanse landen in de top 10.

In landen waar de leefomstandigheden zwaar zijn en werk moeilijk te vinden is, zijn mensen over het algemeen zeer werkgelukkig. Mensen zijn al dolblij dat ze een baan hebben.

Nederland op een schamele 20e plaats



Verschillen publieke en private sector

Driessen HRM onderzocht de verschillen in werkgeluk tussen werkenden in de publieke sector en werkenden in de private sector.³ Leggen we de cijfers uit dit onderzoek langs de lat van de vijf geluksfactoren dan zien we het volgende:

Uitdaging



Werkenden in de publieke sector voelen zich meer uitgedaagd in hun werk dan werkenden in de private sector (65% tegenover 55%). Ze krijgen vaker de ruimte om mee te denken over verbeteringen en nieuwe ideeën (65% tegenover 58%) en ervaren meer ruimte om kennis en vaardigheden te ontwikkelen (68% tegenover 56%).

Betekenis

Werkenden in de publieke sector hebben vaker het gevoel in hun werk iets te kunnen betekenen voor anderen (85% tegenover 70%). Ze hebben vaker het gevoel dat hun werk ertoe doet (84% tegenover 72%) en dat hun werk bijdraagt aan de maatschappij (69% tegenover 44%).

Relaties

Werkenden in de publieke sector voelen zich meer gerespecteerd (80% tegenover 71%).
Werkenden in de publieke sector kunnen meer zichzelf zijn (82% tegenover 71%).

Flow

Werkenden in de publieke sector komen opvallend vaker thuis met een voldaan gevoel (62% tegenover 49%).



Werkenden in de publieke sector geven hun werkgeluk een 7,2.
Werkenden in de private sector geven hun werkgeluk een 7,0.



Positieve emoties

Volgens 63% van de werkenden in de publieke sector zijn werk en privéleven in goede balans. 49% is tevreden over de werkdruk. 33% zegt thuis vaak te piekeren over werkgerelateerde dingen.

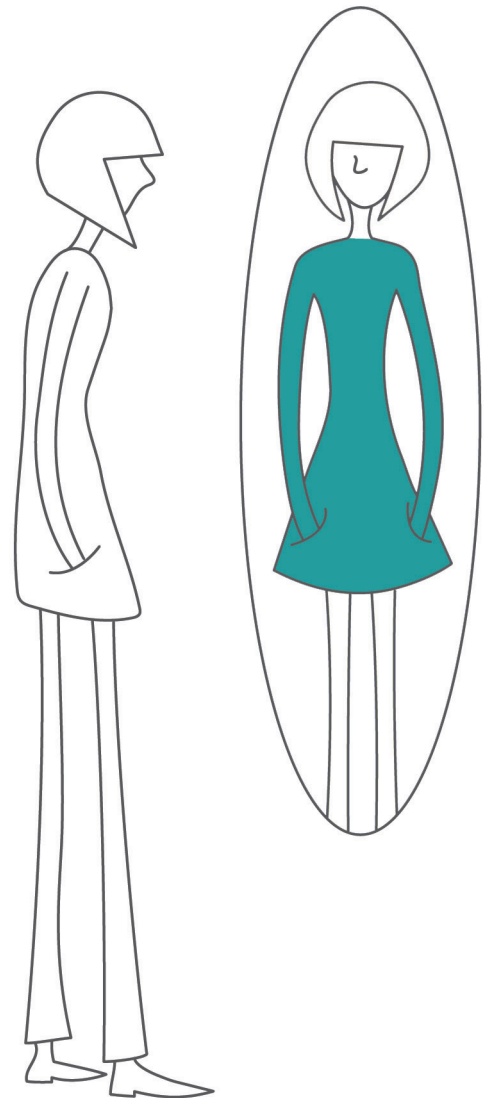
Van zelfinzicht naar werkgeluk

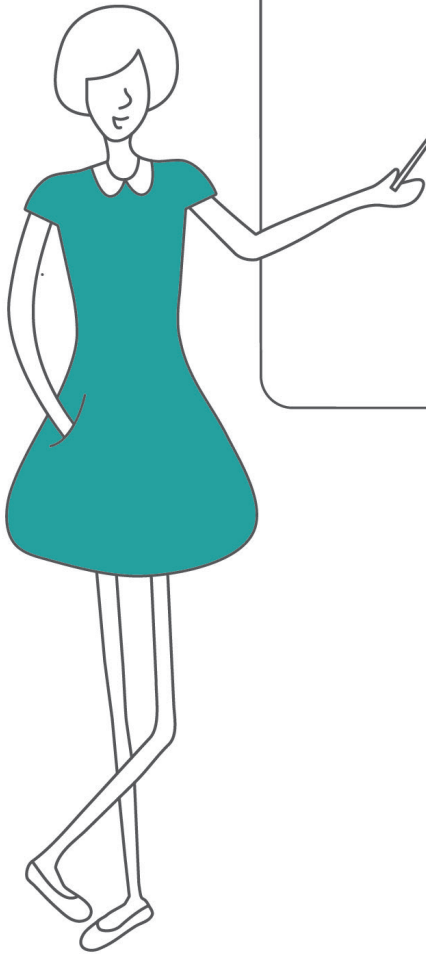
Blame it on the boss

Onno Hamburger, psycholoog en coach bij Gelukkig Werken, valt het op dat mensen vaak denken dat een externe factor van invloed is op hun werkgeluk of –ongeluk. Dat ze niet gelukkig zijn op het werk ligt volgens hen aan hun manager. Of aan de collega's. Terwijl het veel vaker in de eigen persoonlijkheid en denkpatronen zit.

Van zelfinzicht naar werkgeluk

Werkgelukkig(er) worden begint met ontdekken wat kan bijdragen aan je werkgeluk en wat je werkgeluk in de weg staat. Wat je nodig hebt om in flow te komen en het beste uit jezelf te halen. Weten waar je goed in bent, wat je boeiend en waardevol vindt, wat je een team of organisatie te bieden hebt en wat je nodig hebt van een ander. Als je dát weet, kun je de verantwoordelijkheid pakken voor je eigen werkgeluk: een werkomgeving vinden die bij je past, met rollen waarin jij de meeste toegevoegde waarde kunt leveren. Gezond zelfinzicht is een voorwaarde om werkgeluk te vinden én te behouden.





Werkgeluk zou een
human right
moeten zijn

- Pieter Stenfert, Insights Benelux

Een werkgelukkige organisatie

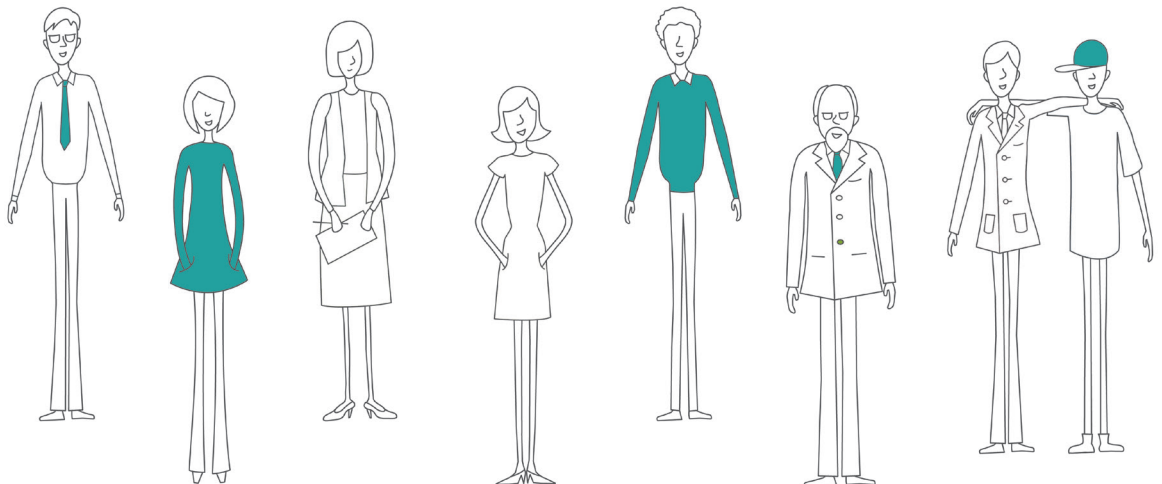
Het is geen toeval dat in het bedrijfsleven de aandacht voor geluk toeneemt. Gelukkige organisaties zijn gezonder en presteren beter. Wanneer is er sprake van een gelukkige organisatie? Juist, als de medewerkers gelukkig zijn!

Insights biedt unieke ontwikkelprogramma's en helpt organisaties over de hele wereld het allerbeste uit hun mensen te halen. De samenwerking met Insights begint altijd met wat jouw organisatie écht uniek maakt: de mensen. Want elke verandering op weg naar betere prestaties begint bij beter zelfinzicht van je medewerkers.

Wat kunnen we voor jou betekenen?

Laat mensen het allerbeste uit zichzelf halen door hun zelfinzicht te verbeteren. Leer ze onderlinge verschillen waarderen en benutten en creëer een werkomgeving waarin geluk, creativiteit en productiviteit centraal staan.

Lees meer op www.insightsbenelux.com of neem direct contact op via **+31 (0)23 542 6929**



Insights On Topic

Deze uitgave is onderdeel van Insights On Topic, een jaarlijks terugkerend programma waarin Insights practitioners co-creëren en werken aan inspirerende publicaties rondom een actueel thema op het gebied van Learning & Development. 2017 staat in het teken van het thema Van zelfinzicht naar werkgeluk. Meer publicaties vind je op www.insightsontopic.com

Bronnen

Dit trendrapport is tot stand gekomen met medewerking en cijfers van:

1. Happiness Works, de Geluk en Werk Index 2015
2. Instituut voor Positieve Psychologie (IvPP)
3. Driessen HRM, Werkgeluk 2017
4. Schouten & Nelissen, De Happitest
5. TNO
6. Stichting 4YoungPeople en Careerwise.nl - Young Professional Onderzoek
7. Young Capital - New Generation Recruitment Guide 2017-2018
8. Indeed Job Happiness Index 2016

The Insights Group Ltd, 2017. All rights reserved.

Niets uit deze uitgave mag geheel of gedeeltelijk worden verveelvoudigd, opgeslagen of openbaar worden gemaakt, op welke wijze dan ook, zonder vermelding van de uitgever en/of bovengenoemde bronnen.

Insights Benelux kan niet aansprakelijk worden gesteld voor eventuele onjuistheden in deze uitgave en is ook niet verantwoordelijk voor handelingen van derden welke mogelijkterwijs voortvloeien uit het lezen van deze publicatie. De uitgever sluit iedere aansprakelijkheid door schade als gevolg van zet- of drukfouten uit.

*Meer lezen over het
thema Van zelfinzicht
naar werkgeluk? Ga naar
www.insightsontopic.com*



www.insightsbenelux.com