

# Mijn thuiswerkplek

Voor veel mensen is dit jaar de werksituatie veranderd. Noodgedwongen werk je plots thuis met het hele gezin om je heen of vanaf de bank in je kleine studio. Niet ideaal, want je werkplek kan grote invloed hebben op je werkgeluk. Zo blijkt uit cijfers van onderzoeksorganisatie TNO dat 1 op 8 thuiswerkers moeite heeft zich te concentreren, twee keer zoveel als mensen die gewoon naar kantoor kunnen. En er is groot verschil onder de thuiswerkers. Hoe blijven ze met collega's en het werk verbonden? Weten ze een gezonde balans tussen werk en privé te realiseren? Hoe zit dat bij jou? In *Mijn thuiswerkplek* gaan we het land in om te kijken hoe en waar de Nederlander nu werkt.

**Dit keer spreken we met trainingscoördinator en deeltijdstudent pabo Marloes Lankreijer. Door de coronacrisis werkt en studeert ze voor het grootste deel thuis.**



Aanschuiven in volle collegebanken en kletsen met haar collega's op kantoor zit er voor Marloes niet meer in. Ze werkt nu zo goed als volledig thuis, met heel sporadisch een uitje naar de brievenbus om materiaal op de post doen of een flitsbezoek aan het kantoor als het echt niet anders kan. In het begin voelde het thuiswerken voor Marloes als een verademing, haar reistijd werd een stuk korter en ze had door het beperken van sociale afspraken meer vrije uren. "Het gaf wat lucht... maar aan de andere kant is het ook wel saai. Ik miste toch het contact met mensen. Op kantoor, maar ook op de studie want fysieke colleges heb je opeens niet meer."

Dat bleek vooral voor haar studie een probleem. Waar Marloes eerst met veel met haar medestudenten kon sparren, bleek dat online toch moeilijker. "En daarvan leer je toch het meeste."

Gelukkig was er vanuit werk meer dan genoeg initiatief om ervoor te zorgen dat de collega's met elkaar in verbinding zouden blijven. Zo worden er allerlei activiteiten georganiseerd om met elkaar in contact te blijven. "Om negen uur in de ochtend hebben we een call met iedereen die die dag werkt. Dan vertel je even over je weekend en wat er op de planning staan. Daarnaast bedenken we een opdracht voor elkaar, zoals 'ga deze week online lunchen met een collega en maak daar een foto van!'"

Contact met de collega's is er dus nog, maar het liefst ziet Marloes ze toch in het echt. "Neem de vergaderingen, die gaan nu online. Dat vind ik helemaal niet fijn. Ik heb mijn beeldscherm ook nodig om gegevens na te kijken, waardoor je op dat moment je collega's niet ziet. Dus je mist het non-verbale aspect en je hebt gewoon ruis over het geluid. In het echt kan je wel twee mensen tegelijk verstaan. Dat gaat online niet."

Toch heeft het thuiswerken zonder haar collega's om zich heen ook voordelen benadrukt Marloes. "Je wordt niet gestoord en daardoor kan ik nu goed doorwerken. Eigenlijk ben ik efficiënter." Het is iets dat ze in de toekomst vaker gaat toepassen, even zich afzonderen van het rumoer om haar heen. Ze voegt lachend toe "Oh ik heb nog een pluspunt aan het thuiswerken, ik kan aan het werk gaan in een joggingbroek!"

**Ga jij ook op zoek naar de juiste balans tussen werk en privé? Doe mee aan de week van de werkstress!**