

Zo helpt Shared Ambition nu

Of je nu bedrijfseigenaar, directeur, HR-medewerker, manager, leidinggevende of teamleider bent: vooral NU wil je wel weten hoe het met je medewerkers gaat. Maar juist NU is persoonlijk contact met de mensen die voor en met je werken niet eenvoudig. Het merendeel van je medewerkers kan waarschijnlijk goed omgaan met de nieuwe werkelijkheid die de Corona-situatie met zich meebrengt. Maar er zijn ook medewerkers die moeite hebben met het nieuws dat op hen afkomt of het aanpassen aan een veranderde leefstructuur. Bijvoorbeeld omdat ze al langer niet zo goed in hun vel zaten en wat extra aandacht nodig hadden, omdat ze zich veel zorgen maken over alles wat er nu gebeurt en/of omdat hun thuissituatie, thuis werken niet eenvoudig maakt.



Ook NU helpen de consultants van Shared Ambition medewerkers die een luisterend oor nodig hebben. Door een gesprek op afstand over wat hen bezighoudt. Met adviezen en tips hoe om te gaan met problemen, zorgen en angst.



Leanne Ballantyne



Annet Bos



Gepke Scheringa



Herre Trujillo

Leanne Ballantyne, Annet Bos, Gepke Scheringa en Herre Trujillo zijn consultant bij Shared Ambition. Als coach van HeyCoach en Coach op Locatie met psychologische interventies en loopbaanadvies helpen zij dagelijks medewerkers door – NU vooral online - met hen in gesprek te gaan. Hun ervaringen van de afgelopen weken lees je in dit interview.

Hoe sta je op dit moment in contact met je cliënten?

- Annet:** 'Hoofdzakelijk via (beeld)bellen. Met een enkeling die dat fijner vindt, wandel ik. Dat kan op een veilige manier en sommige cliënten vinden dat heel prettig.'
- Herre:** 'Ik sta nu alleen nog via Teams of telefonisch in contact met mijn cliënten. Zij zijn op dit moment niet anders gewend dus deze manier van communiceren loopt soepel.'
- Leanne:** 'Het contact gaat eigenlijk heel goed. Cliënten hebben daar nu meer dan ooit behoefte aan. Tijdens de gesprekken hebben ze het regelmatig over de huidige situatie rondom het Coronavirus. Het houdt hen erg bezig. Sommige cliënten merken ook dat de situatie van nu hun welbevinden en herstel in de weg zit.'

Hoe reageren cliënten op de 'gesprekken op afstand'?

- Leanne:** 'Alhoewel het even wennen is om te werken op afstand in plaats van face-to-face merk ik dat het na de eerste paar minuten alweer als voelt als 'normaal' contact.'
- Gepke:** 'De reactie van de cliënten is heel oké: ze zijn blij dat het traject doorgaat. Samen ontdekken we ook allerlei mogelijkheden voor het uitwisselen van informatie. Ik deel met hen via Teams bijvoorbeeld het Psycho-dynamisch model van Shared Ambition – gebaseerd op Adleriaans gedachtengoed - en dat pakken we er vervolgens bij tijdens het gesprek.'
- Annet:** 'Via 'scherm delen' of door de flipover in beeld te plaatsen kan ik dingen laten zien/toelichten. Ikzelf ervaar de gesprekken als wat intensiever en daarom ga ik voor wat minder lange sessies. Ook omdat veel cliënten nu al veel moeten (beeld)bellen voor hun werk.'
- Gepke:** 'Dat laatste herken ik!'

Welke thema's komen op dit moment in de gesprekken aan bod? Andere of op een andere manier dan voorheen?

- Herre:** 'Een enkele cliënt maakt zich concreet zorgen over Corona (waar gaat het heen/eindigt dit? Als ik/wij het maar niet krijgen) en heeft als gevolg van die zorgen een hoger spanningsniveau. Daarnaast praten we veel over de omgang met de kinderen, het schoolwerk en de structuur in de dag. Ik breng regelmatig het onderwerp 'gezonde vermijding' ter sprake: kijk niet de hele dag naar het nieuws! Andere thema's die aan bod komen zijn: werk/privé lopen dwars door elkaar heen, zorg over/voor (zieke) familie, 'ik kan niet goed aanhaken aan de nieuwe manier van werken en sta als gevolg daarvan 24/7 aan'. Als gevolg van deze zorgen ervaren cliënten meer stress.'
- Leanne:** 'Cliënten hebben zorgen over hun toekomst, bijvoorbeeld 'heb ik hierna nog een baan?', sommigen voelen zich eenzaam (dit speelt veel bij alleenstaanden) en anderen vervelen zich en raken gefrustreerd door het thuis zijn.'
- Herre:** 'Voor cliënten die al met ons in gesprek waren speelt natuurlijk ook de hulp-/coachvraag die ze vóór de Corona-situatie al hadden. Ze waren soms aan het herstellen van klachten maar merken dat ze minder goed aan hun herstel kunnen werken door de omstandigheden nu. Cliënten die bijvoorbeeld een loopbaanvraag hadden en nadachten over een nieuwe stap in hun werk, voelen zich nu onzeker.'
- Gepke:** 'De aard van de gesprekken varieert. Cliënten ervaren soms een drempel om zich goed te uiten: ze vinden het niet gemakkelijk om de 'grotere afstand' te overbruggen, missen het persoonlijk contact. Anderen hebben dat helemaal niet en laten hun emoties ook gewoon zien.'

Welke reacties krijg je van cliënten?

- Annet:** 'Een nieuwe cliënt van HeyCoach was enorm blij dat ik haar direct op de dag van aanmelding belde. Ze was weer gestart met werken na een flinke burn-out/depressie en ze merkte dat ze terugviel. In een half uur konden we vaststellen wat ze al gedaan had om dit te voorkomen (sociale steun gezocht, HeyCoach ingeschakeld) en we hebben op een rijtje gezet wat ze nog meer kon doen. Ze miste bijvoorbeeld haar collega's, dus hebben we concrete afspraken gemaakt over frequenter contact zoeken tijdens koffie- en lunchpauzes. Ze was zo opgelucht!'
- Leanne:** 'Veel cliënten bewegen zich minder en slapen slechter. Ze krijgen hoofdpijn van het vele online zijn en worden somber. Die vicieuze cirkel ligt op de loer. Als je cliënten hiervan bewust kunt maken en ze kunt helpen om die cirkel te doorbreken breng je verlichting in hun situatie. Die ervaren ze in heel korte tijd, ondanks de fysieke afstand. Dat is mooi!'
- Gepke:** 'Cliënten ervaren gelukkig geen drempel om mijn hulp te vragen: afgelopen weekend mailde een cliënt me omdat hij een paniekaanval had gehad en echt even niet wist wat hij moest doen. Dan help je dus en hebt wat vaker korter contact.'