



De wereld door de ogen van een loopbaancoach

'You are not your resume, you are your work!'

Deze inspirerende titel kwam ik op LinkedIn tegen van één van mijn connecties. De uitspraak prikkelde mij, want zijn we ons werk? Bepaalt het type werk dat we doen wie we zijn, waar we voor staan en waar we in geloven? Ondanks dat de verscheidene media ons anders doen geloven ben ik van mening dat we niet ons werk zijn. Sterker nog, ik denk dat dit soort positief bedoelde uitspraken meewerken aan het hoge aantal burn-outs dat vooral onder millennials lijkt plaats te vinden. Hoe zit dat?

De post van de dame bleef uiteraard niet alleen bij een titel. Haar stuk eindigde, wederom in het Engels, met de zin 'Remember, your work has to be amazing!'. Mijn eerste reactie daarop was "En anders wat..?". Het lijkt erop dat we ons, volgens deze recruiter, niet alleen identificeren met onze functietitel maar daarbij ook de lat extreem hoog moeten plaatsen. Want alleen dan is het goed. Waarom voor een zesje gaan als je ook een negen kan halen, toch?

In eerste instantie zou je denken dat de zin waarin het werk fantastisch moet zijn perfect zou aansluiten bij mijn visie als loopbaancoach. Je bent tenslotte op deze aarde om het maximale uit jezelf te halen. En volgens wie zou je dat moeten doen? Voor jezelf? Je werkgever of de maatschappij? Of is het om de buitenwereld te laten zien hoe geweldig je het doet. Want in de huidige maatschappij lijkt het de standaard om acceptatie van buitenaf te gebruiken als brandstof voor in de motor van ons zelfbeeld en lijken we te zijn vergeten dat echte tevredenheid uit onszelf komt. Een samenleving dat gericht is naar de buitenkant en de binnenkant achterwege laat.

Veel jongvolwassenen die na hun studie op de arbeidsmarkt aankomen komen vaak van een koude kermis thuis. De baan die ze hebben lijkt toch niet echt aan te sluiten bij de verwachtingen. De druk kan te hoog liggen, de werkcultuur kan hard zijn en misschien zijn de werkzaamheden wel leuk, maar niet 'amazing'. Honderd jaar geleden konden we nog God de schuld geven hiervan, het was tenslotte zijn plan en daar had je je maar aan te houden. Tegenwoordig moet God plaatsmaken voor het individuele gedachtenproces waardoor het jóúw verantwoordelijkheid is. En je wilt toch iedere dag het beste uit jezelf halen? Je wilt toch iedere dag meer? Je wilt toch iedere dag 'amazing' maken?

We lijken, bewust of onbewust, een enorme prestatiedruk op onze schouders te willen leggen. Niet omdat het moet, maar omdat het verwacht wordt. 'Succes is een keuze', wordt weleens gezegd. Alleen wordt er dan niet bij verteld wat 'succes' daadwerkelijk betekend. Nogal vaag begrip zonder context. Doordat we maar steeds het maximale uit onszelf moeten halen, extreme resultaten moeten bereiken en het leukste werk ooit moeten hebben vragen we op emotioneelvlak behoorlijk wat van onszelf. Want wat nou als je werk leuk is maar niet fantastisch? Wat nou als je een kleine bijdrage hebt geleverd aan een betere wereld maar niet het 'ei van Columbus' zelf hebt bedacht? Dat constante gevecht met onszelf, de constante drang naar professionele ontwikkeling met de bijbehorende acceptatie op sociaal vlak, de constante zoektocht naar de perfecte werkgever... het put ons uit. Emotionele vermoeidheid.

Wat zou er gebeuren als we de laatste zin zouden veranderen naar 'Remember, be content with your job!'. Zouden we niet moeten kijken naar 'tevredenheid' in plaats van 'fantastisch'? Dat werk niet fantastisch hoeft te zijn om voldoening te halen uit je werk. Dat het ok is om kleine ontwikkelstapjes te maken. Dat het ok is als je omgeving niet met open mond en jaloezie aanhoort hoe geweldig jouw baan is. Maar dat je tevreden bent. Content. En dat we de lat met kleine stapjes kunnen laten stijgen, zodat we het hebben over een organische professionele ontwikkeling. Door bijvoorbeeld ervaring op te doen en door het maken van fouten. Tja, dat kost tijd. En moeite. En misschien wat schaamte- en baalmomenten. Vallen en opstaan. Ondanks dat tijd gezien wordt als schaarste ("Oei wat heb ik het druk!") wil ik je graag het tegendeel aanbieden; je hebt tijd genoeg. Want zo kan je groeien in je functie. Alles is niet vanaf dag één gelijk perfect. Doordat je jezelf leert kennen kan je jezelf beter presenteren op je werk, zonder dat je het onmogelijke van jezelf en van je werkgever vraagt.

Laten we nou eens ons werk niet leidend maken in ons leven, maar laat het nou eens een onderdeel zijn van ons. Als je een timmerman bent ben je geen timmerman. Veertig uur in de week doe je timmerman werkzaamheden. En wat doe je alle andere 128 uur die in een week zitten, met uitzondering van slapen? Misschien ben je naast timmerman ook een partner en/of een geliefde. Allicht ben je ook vader, een goede vriend, een zoon en een buurman. Er zijn zoveel verschillende rollen die we aannemen in ons dagelijks leven dat het te simpel lijkt om onszelf puur en alleen te identificeren met onze baan. En welke van deze rollen staat het dichtst bij je? Bij welke rol voel je jezelf authentiek, dat je niet een karikatuur van jezelf hoeft te spelen?

Dus ik zou de titel willen veranderen naar : 'You are not your jobtitle, you are you.'.