

Vriendinnen op de werkvloer

17 december 2008 | Achtergrondverhaal

Van: Patricia Vlaming

Aan: Sara de Vries

Subject: Stress!

Tijd: 16.03

Heeeeej Saar, hoe is het aan de overkant? Ook zo druk vandaag? Niet normaal, hoe bedoel je veel werk. Zo ff koffie doen? XP

Van: Sara de Vries

Aan: Patricia Vlaming

Subject: RE: Stress!

Tijd: 16.07

Cappu graag! Met gevulde koek. En voor jou je dagelijkse portie chocolade ;-) Bizar hoe K. net flipte over die opdracht. Chef van niks! Maar vanavond wel feestje van Joost hè? X

Van: Patricia Vlaming

Aan: Sara de Vries

Subject: RE: RE: Stress!

Tijd: 16.11

BEN ERBIJ! Zet de cocktails maar klaar. Heb nu al zin ;-) BTW: Gerard mailde net. Hij wil een date! Haha, kansloze gast.

Van: Sara de Vries

Aan: Patricia Vlaming

Subject: LEUKE MAN!

Tijd: 16.14

Ex Gerard? Hihi. Je gaat niet hoor! Ik heb al een LEUKE man voor je gevonden... ;-)

Van: Patricia Vlaming

Aan: Sara de Vries

Subject: RE: LEUKE MAN!

Tijd: 16.19

WHOEI, spannend! Krijg ik die vanavond te zien? Oh, nu even K. helpen, want hij wordt met de minuut chagrijniger... Tot zo, X!

Dag in dag uit zitten we samen in één ruimte. We slaan liters koffie verkeerd weg, weten als geen ander bij wie welk lunchgerecht favoriet is en merken het direct op als iemand thuis problemen heeft of niet lekker in haar vel zit. Samen schelden we op die ene onaardige klant, roddelen over de onvoorstelbaar knappe jongen van de administratie en sturen elkaar oppeppende mails. Een snelle optelsom leert dat we elkaar bijna nog vaker zien dan ons gezin, beste vrienden of familie. Logisch toch, dat heel veel mensen naast collega's óók vrienden worden?

“Overal waar je mensen tegenkomt met wie je iets deelt, kun je vrienden maken,” zegt sociaal psycholoog Beatrijs Ritsema. “In de sportschool bijvoorbeeld, tijdens een theaterklasje, in je stamkroeg, maar ook zeker op je werk omdat je daar eigenlijk niet om elkaar heen kunt. Je ziet elkaar heel erg vaak, spreekt eens over dit of dat, maakt een grapje, luncht samen en

merkt vanzelf met wie je het goed kunt vinden en met wie minder. Vervolgens is de kans groot dat zich een vriendschap ontwikkelt die verder gaat dan de 'gewone' collegialiteit."

Uit een onderzoek dat werd uitgevoerd door Tom Rath van marktonderzoekbureau Gallup blijkt dat maar liefst dertig procent van alle ondervraagde mensen een beste vriend of vriendin heeft gevonden onder collega's. Niet verbazingwekkend, vindt televisieredacteur Anne van Rijn (29) die bij alle programma's waar ze tot nu toe heeft gewerkt vrienden heeft gemaakt. "Twee van mijn beste vriendinnen heb ik aan mijn periode bij *SBS Nieuws* overgehouden, maar ook bij *RTL Boulevard* en *De Wereld Draait Door* heb ik goede vrienden gemaakt."

Dat was geen opzet, vertelt ze, het gebeurde gewoon. Anne: "Ik vergelijk het ontstaan van een vriendschap wel eens met het ontstaan van een verking. Je gaat als eerste gewoon als collega's met elkaar om, merkt na een tijdje dat het klikt en dat je onwijs met elkaar kunt lachen, spreekt een keer af om na werktijd te borrelen en voordat je het weet ben je zes jaar verder en is het vaste prik om elkaar elke week te zien. Natuurlijk praten we dan veel over werk, maar ook over privé zaken. Eigenlijk bespreek ik met mijn bevriende collega's zo'n beetje alles."

Lekker stoom afblazen

Vriendschap op het werk heeft veel voordelen. Zo is een vriendschappelijke relatie met je collega's goed voor de productiviteit, motivatie en collegialiteit van werknemers, aldus blijkt uit een Amerikaans onderzoek onder 100.000 werknemers. Bevriende collega's vertellen elkaar sneller de waarheid en steken elkaar in tijden van drukte de helpende hand toe. Bovendien verminderen goede relaties met collega's het ziekteverzuim, zorgen ze ervoor dat werknemers langer bij een bedrijf blijven werken én verminderen ze de hoeveelheid stress op de werkvloer.

"Uit verschillende onderzoeken blijkt dat het hebben van vriendschapsrelaties op het werk voor veel vrouwen een grote beschermende factor heeft," legt arbeidspsycholoog Louise Boelens uit. "Vrouwen zijn over het algemeen relationeel gericht. Veel meer dan mannen halen ze hun zekerheid uit hoe anderen over hen denken in plaats van uit de prestaties die ze neerzetten. Ze maken zich continu druk om de mening van anderen en of ze het wel goed doen. Door bevriend te zijn met collega's, voelen ze zich zekerder en minder snel gestrest."

Zoals Marjolein Bleekmolen (31) die bij een groot internationaal sportbedrijf werkt. "Het is vaak ontzettend hectisch op mijn werk en er is veel gekonkel onderling. Ik heb één echt goede vriendin met wie ik op moeilijke momenten even lekker kan roddelen en klagen over andere collega's en projecten. Het is heel erg fijn om iemand te hebben bij wie ik af en toe even lekker stoom kan afblazen zonder dat ik bang hoef te zijn dat gelijk de hele afdeling ervan af weet. Dat lucht op en motiveert me om daarna weer aan de slag te gaan."

Daarnaast is er nog een ander groot voordeel van vriendschap op de werkvloer, namelijk meer plezier. "Als je ergens werkt waar mensen zitten die je graag mag, maakt dat je werkzaamheden een stuk leuker," zegt Louise Boelens. "Je gaat met frisse zin naar je werk, bent gelukkiger, zit beter in je vel en voelt je minder onzeker over je eigen kunnen en prestaties. Het gevolg van dat alles is dat je ook nog een stuk productiever bent. Ga maar bij jezelf na: als jij blij en vrolijk bent, komt er toch ook meer uit je handen dan wanneer je jezelf rot voelt?"

Kliekjesvorming

Niets dan goed dus over vriendschapsrelaties met collega's. Toch kleven er volgens Louise Boelens ook een aantal nadelen aan een collega als beste vriendin. Wat bijvoorbeeld als je in het weekend ruzie met elkaar krijgt? Hoe reageer je dan op maandagochtend? Of als je vriendin die klus krijgt die jij ook had willen hebben? Kun je dan nog wel oprecht blij voor

haar zijn? “Meer dan bij een vriendschap buiten de werksfeer zijn er enkele grote valkuilen waar collega’s die bevriend zijn rekening mee moeten houden,” waarschuwt Boelens.

Ze denkt hierbij als eerste aan de zogenaamde ‘klikjesvorming’. Boelens: “Als twee mensen elkaar regelmatig buiten werktijd zien, bestaat het gevaar dat andere collega’s zich buitengesloten voelen en de sfeer daardoor op een negatieve manier wordt beïnvloed. Denk maar eens terug aan je schooltijd en hoe het voelt om een buitenbeentje te zijn, dat vindt niemand leuk. Realiseer je daarom dat de vriendschap iets is tussen jou en je collega en dat jullie er op de werkvloer meer bij gebaat zijn te werken aan een leuke sfeer waar iederéén deel aan heeft.”

Dat zoiets kan lastig zijn, weet tekstschrijver Barbelijn Bertram (39) uit eigen ervaring. “Mijn beste vriendin Elleke en ik hebben elkaar ontmoet op de redactie van *AvantGarde* waar we acht jaar lang als redacteurs hebben gewerkt. Het was gelijk dikke mik tussen ons. Samen stappen, winkelen, uit eten. Om te voorkomen dat onze andere collega’s zich buitengesloten voelden, communiceerden we op de redactie veel via de mail en deden we ons best om daar niet te veel over privé zaken te praten. Maar ze merkten natuurlijk wel dat wij heel erg close waren.”

Dat was voor hun collega’s niet altijd even leuk, denkt Barbelijn achteraf. Hadden zij en Elleke anders moeten handelen? “Het is belangrijk dat je al je collega’s op een gelijke manier behandelt, ook als je met de één bevriend bent en met de ander niet,” zegt Beatrijs Ritsema. “Wat je buiten werktijd doet is je eigen zaak, maar je werk is ervoor om te werken. Bespreek dus geen privé problemen op je werk, bewaar onderonsjes voor de lunchpauze en mail elkaar niet eindeloos over ditjes en datjes. Zo houd je werk en privé gescheiden en blijft de sfeer gezond.”

Negatieve spiraal

Een andere valkuil van vriendschap met collega’s is dat je vaak de neiging hebt om samen eens lekker los te gaan over alles wat verkeerd gaat op het werk. Maar of dat wel zo verstandig is? “Het is heel verleidelijk om oeverloos te praten over wat die collega nu weer heeft gedaan en hoe stom jullie baas eigenlijk wel niet is,” vertelt Louise Boelens. “Het geeft je op dat moment een schijngevoel van zekerheid om iemand te hebben die het heel erg met je eens is en het kan best een opluchting zijn om alle frustraties en problemen even van je af te praten.”

Het gevaar hierbij is echter dat jullie op die manier een eigen werkelijkheid creëren die helemaal niet overeenkomt met hoe het er écht aan toegaat. Boelens: “Als je maar vaak genoeg tegen elkaar zegt dat jullie baas een ongelofelijke niksnut is, dan ga je dat op een gegeven moment vanzelf geloven en denken dat niemand hem mag en hij dus wel snel ontslagen zal worden. Maar die baas doet gewoon wat hij moet doen en wordt ook op die manier beoordeeld. Accepteer daarom wat door hogerhand is bepaald en twijfel niet aan die beslissingen.”

Irene van der Ploeg (32) wenst dat ze die wijze woorden twee jaar geleden al had gehoord. “Ik werkte toen nog als verpleegster en had in mijn team een vriendinnetje met wie ik urenlang kon analyseren wie wat nu weer fout had gedaan. Uiteindelijk kwamen we altijd tot de conclusie dat het allemaal de schuld was van onze chef. Vreselijke dingen hebben we over haar gezegd. Totdat ze er op een gegeven moment achterkwam hoe we over haar dachten en woedend riep dat we niet moesten denken dat ons proefcontract zou worden verlengd.”

Spijt als haren op haar hoofd heeft Irene, want ‘zo slecht was haar chef nou eigenlijk ook weer niet’. “Tsja, te laat,” lacht Boelens. “Dit is een uitstekend voorbeeld om aan te tonen dat je jezelf beter niet kunt laten meeslepen door negatieve uitlatingen over andere collega’s, je chef of je baas. Versterk elkaar niet in het negatieve, want dat geeft weliswaar heel even een

lekker gevoel omdat je bevestiging van je gelijk krijgt, maar brengt je uiteindelijk niets behalve een nog negatievere instelling. Richt je liever op het positieve en dat wat wél goed gaat.”

Averechtse werking

Om een vriendschap met een collega te laten slagen, is het bovendien belangrijk je op je werk zo professioneel mogelijk te gedragen. Dus: ruzies uit de privésfeer thuislaten en andersom tijdens een gezellig avondje uit niet te beginnen over een kritiek werkpunt. Tamara Elmore (31) heeft ervaren hoe het is als dat niet gebeurt. “De vriendschap met twee meisjes op mijn advocatenkantoor begon heel leuk, maar al snel merkte ik dat zij hun ruzies heel vaak uitvochten op de werkvloer. Ze vroegen mij dan om een kant te kiezen met allerlei drama’s tot gevolg.”

Niet fijn, vond Tamara. “Ik werd zo zenuwachtig van alle toestanden elke keer dat het ten koste ging van mijn werk. Daarom heb ik besloten om de vriendschap met de twee meiden in het vervolg op een heel laag pitje te zetten.” Een verstandige keuze, vindt Boelens. “De basis van een vriendschap tussen collega’s hoort vooral buiten het werk te liggen. Het is prima om even wat steun te geven als iemand dat nodig heeft, omdat dat de werkproductiviteit juist kan bevorderen. Maar op het werk kissebissen over iets wat privé is voorgevallen, gaat echt te ver.”

Het beste wat je in zo’n geval kunt doen is afstand nemen, zoals Tamara heeft gedaan. “Een vriendschap met collega’s werkt alleen als beide partijen de scheidslijn tussen privé en werk in acht nemen,” legt Boelens uit. “Die scheidslijn is vrij dun en het vergt enige inspanning en om de grenzen niet te overschrijden, maar het kan wél. Het helpt al een stuk als je jezelf realiseert dat je in de eerste plaats op je werk zit voor het werk. Vraag jezelf af: waartoe dien ik hier? Ben ik hier om met mijn vriendin te kletsen over de wintermode of om te produceren?”

Televisieredacteur Anne van Rijn moet lachen om de woorden van Boelens, maar geeft haar wel gelijk. “Ik ben dol op kletsen en vind het sociale gebeuren met collega’s op de werkvloer erg belangrijk. De goede sfeer op de redactie onderling zie je ook terug in het eindproduct, in mijn geval de uitzending. Maar als er gewerkt moet worden, dan ben ik ook echt aan het werk. Dan is er geen tijd voor *small talk* en werkt iedereen keihard aan de uitzending. Pas daarna wordt er weer gezellig gekletst onder het genot van een wijntje en zo hoort het ook.”

Vriendin wordt cheffin

Bevriend raken met een collega is één ding, maar hoe zit het als een van de twee vervolgens wordt gepromoveerd tot chef? Barbelijn Bertram maakte dat mee toen zij na haar vertrek bij AvantGarde chef werd bij *Cosmopolitan* en haar vriendin Elleke op Barbelijn’s verzoek voor datzelfde blad ging schrijven. “Dat was een beetje een rare situatie,” zegt Barbelijn, “maar we waren professioneel genoeg om privé en zakelijk gescheiden te houden. Als ik een tekst van Elleke beoordeelde, deed ik dat op precies dezelfde manier als ik dat bij iemand anders had gedaan.”

Volgens Louise Boelens is dat ook de enige juiste manier als chef om te gaan met een vriendin alias werknemer. “Als een chef bevriend is met een medewerker, dan kan dat heel vervelende situaties opleveren. Scheve ogen, jaloerse collega’s, een chef die niet serieus meer wordt genomen. Dat voorkom je door naar de andere medewerkers heel zuiver en open te zijn over je bedoelingen en hen exact hetzelfde te behandelen als de bevriende werknemer. Laat geen misverstanden bestaan over voortrekpraktijken, maar houd alles heel transparant.”

Op die wijze kan de vriendschap volgens Boelens standhouden, alhoewel de kans volgens haar groot is dat er wel iets verandert. “Je werkt plotseling op heel andere niveaus, waardoor je bepaalde zaken niet meer met elkaar kunt bespreken. Dat kan een afstand veroorzaken.”

Maar dat hóéft niet, zo bewijst Anne van Rijn die door de Vara op een gegeven moment werd gepromoveerd van redacteur naar redactiecoördinator. “Dat heeft totaal geen invloed gehad op mijn vriendschappen,” vertelt ze. “Ik trok niemand voor, maar stelde ook niemand achter.” Ze denkt dat het scheelt dat ze haar collega’s nooit als ‘minderen’ heeft gezien. Anne: “Ik heb een enorme hekel aan pipo’s die zich anders gaan gedragen met een nieuwe functie en houd niet van autoritair gedrag. Ik heb dan ook zoveel mogelijk geprobeerd om mij niet zo te gedragen, wat niet wil zeggen dat ik totaal kritiekloos te werk ging. Ik kon juist erg streng en direct zijn, ook naar bevriende collega’s toe. Dat heeft nooit tot problemen geleid. Als je goede vrienden van elkaar bent, moet je dat soort zaken van elkaar kunnen scheiden.”

Koffie verkeerd, iemand?

Wat ook belangrijk is bij goede vriendinnen die tegelijkertijd collega’s zijn, is dat je elkaar af en toe iets gúnt. Barbelijn Bertram: “Elleke en ik hebben onlangs ons eigen tekstbureau opgezet, Mevrouw Van Dale, en dan kan het gebeuren dat zij een heel gave opdracht krijgt die ik ook wel had willen doen of andersom. Op zulke momenten ben ik natuurlijk wel een beetje jaloers, maar gun ik het haar wel. Als je op een constructieve, gezellige en leuke manier als vrienden wilt samenwerken, is dat volgens mij een eerste voorwaarde.”

Daarnaast is het van belang om geen zaken voor elkaar achter te houden en eerlijk te zijn. Ook als het gaat om kritiek op een bepaalde werkwijze. “Het risico van samenwerken met vriendinnen is dat de situatie zo amicaal wordt dat het werk eronder gaat lijden,” zegt stylist Iris Woering (25). “Te laat komen en niet fris en scherp zijn wordt in zo’n geval al snel van tafel geveegd, want ‘ach, je bent toch vriendinnen’. In zulke gevallen ga ik echter gelijk heel hard op mijn strepen staan, want ik blijf eindverantwoordelijk en pik het niet als het werk versloft.”

Qua vriendschap verandert dat niks, aldus Iris. “Tegen je vrienden kun je over het algemeen meer zeggen dan tegen je collega’s, daarom is het vaak ook zo prettig om met vrienden samen te werken. In de meeste gevallen begrijp je sneller wat iemand bedoelt, je weet waar iemand z’n kracht ligt en kunt eerlijk en direct tegen elkaar zijn. Je komt minder snel voor miscommunicaties te staan omdat je elkaar kent en kunt beter inschatten hoe de ander reageert. Juist als ik met vrienden werk, verlopen klussen vaak heel soepel en efficiënt.”

En dat is niet alleen bij Iris het geval, want uit het eerder genoemde onderzoek van marktonderzoekbureau Gallup blijkt dat werknemers met bevriende collega’s zich tot wel zeven keer meer betrokken voelen bij hun werk dan mensen zonder vrienden op de werkvloer! Mits je jezelf verre houdt van klikjesvorming, geroddel en al te persoonlijke gesprekken op het werk, houdt niets je dus tegen om je volgende beste vriendin te zoeken binnen de kantoormuren. Iemand zin in een cappuccino bij de koffieautomaat?