

Vrienden door dik en dun, juist nu

In deze thuiswerktijd is het lastig bevriend te raken met collega's of die vriendschappen te onderhouden. Toch maar proberen, want amicale relaties op het werk zijn niet alleen gezellig, ze verbeteren ook je prestaties en verhogen je zelfvertrouwen, betoogt journalist **Maud Beucker Andreae**.

Thuiswerken heeft één groot voordeel: geen collega's. Geen luide of onfris rui-kende, overijverige of juist lamledige medewerkers om je heen. En de enige eventuele toetsenbord-rammer ben je zelf (of je partner). Het grote nadeel aan thuiswerken: geen collega's. Want wat is het toch fijn om samen iets te verzinnen. Of uit je impasse te worden getrokken door het briljante idee van een ander. Een letterlijke schouderklop te krijgen of te geven. Maar ook om tussen de bedrijven door te roddelen over de manager die er telkens met anderomans verdiensten vandoor gaat. Of met je ogen te rollen naar je overbuurman, als die dralende collega weer eens te lang bij je bureau blijft hangen. En hoe dierbaar is eigenlijk die slappe koffie en slechte kantoorhumor. Niets van dit alles voor de thuiswerker: die lurkt eenzaam (of overprikeld door aanwezig gezin) aan zijn Ghanese filterkoffietje.

Op afstand is het, ondanks onlinetools als Slack en Teams, ook lastig bevriend te raken (of te blijven) met collega's. En dat is

best jammer. Want vriendschap op het werk is niet alleen gezellig, het bevordert ook de productiviteit, blijkt uit onderzoek. Een Amerikaanse studie uit 2016 in het wetenschappelijke tijdschrift *Personnel Psychology* onder een groep werknemers bij een verzekeringsmaatschappij laat zien dat de prestaties, het (zelf)vertrouwen en de creativiteit sterker waren bij degenen die meer vriendschappelijke relaties op het werk onderhielden. Ander onderzoek laat zien dat connecties op het werk stressverlagend werken. Oftewel: voel jij je verbonden met je team, afdeling of zelfs de hele organisatie, dan komt dat je psychische welbevinden ten goede. Het is een beetje het 'vind je stam' waar Ken Robinson het in zijn boek *Finding your element* over heeft. Een fijne, passende baan is meer dan alleen doen waar je goed in bent en wat je leuk vindt. Het zijn die stamleden om je heen, met wie je je identificeert, die dezelfde (professionele) interesses hebben en met wie je die ondefinieerbare klik hebt die maakt dat je je thuis voelt op je werk. En omdat dit ook prestatiebevorderend werkt, spelen hippe techbedrijven zoals Google en Zoom hierop in door een grote hub te maken van hun kantoren. (Tafelvoetballen kan misschien nog net straks in de anderhalvemeter-economie.)

In mijn laatste loondienstbaan had ik geen stamgevoel. Hoewel

Bezuinigingen, veelreisende klanten; je collega heeft aan twee woorden genoeg.



Ieder dezelfde expertise had als ik – organisatiepsychologie, niet mijn roeping – waren de meesten, hoe aardig ook, voor mij geen vriendschapsmateriaal. Terwijl ik langzaam wegwijnde, kwam er een meisje werken dat daar wel haar stam zag. Waar ik na twee jaar nog steeds rondjes reed om mijn plek te vinden, parkeerde zij binnen een paar weken soepel in. Zo sterk als zij floreerde en op haar (wetenschappelijke) plek zat, zo verpieterde ik in een baan die ik langzaam steeds meer ging verfoeien. En toch, wie schetste mijn verbazing, werden wij, de grote belofte en het hoopje ellende, de beste vrienden. Hoewel de misfit tussen mij en de baan me uiteindelijk in een burn-out deed belanden, had ik het nooit zo lang volgehouden zonder haar. Zij was mijn, in elk geval tijdelijke, verlosser. Wij, totaal verschillend in karakter, achtergrond en interesses, bleken het toch goed met elkaar te kunnen vinden.

Terugredenerend hielpen deze vier kantoorfactoren hieraan mee:

1. De gemeenschap-pelijke vijand

Het is een bekende verbinder, ook in vredestijd. Bij ons nam de vijand de vorm aan van een smakende collega en een loeionsympathieke manager. Ook hadden we een niet onbelangrijke gezamenlijke

vriend: de sigaret. Veel rookpauzes zijn we al gierend doorgelopen, over de geprakte banaan in de wang van een collega of over weer een of andere streek van de baas.

2. De gezamen-lijke tijd

Met je collega's spendeer je wekelijks ongeveer evenveel wakere uren als met je partner. Hoe groter je werktuin, hoe groter de kans dat daar iemand tussen loopt die je meer dan oké vindt. En hoe dichterbij je zit – wij zaten schuin tegenover elkaar – hoe groter de kans dat je elkaar echt leert kennen.

3. De intimiteit met vreemden

Hoe veilig is het om je diepste zielenroerselen te delen met iemand die verder niemand in je omgeving kent. Mijn collega en ik namen dan ook graag ons eigen, maar ook het wel en wee van onze beider persoonlijke vriendenkring met elkaar door. Hierdoor ontstonden een soort soaps op afstand en had ik het idee dat ik haar cirkel van haver tot gort kende. Hetzelfde gold voor haar ten opzichte van mijn vrienden. Het enige gevaar ontstond wanneer, bijvoorbeeld op verjaardagen, de twee werelden elkaar ontmoeten. Want wat werd je geacht wel en vooral wat niet te weten? Ik heb op haar feestjes gere-

geld op mijn lip moeten bijten; dat is zeker ook andersom het geval.

4. De gedeelde smart

Van bezuinigingsronde tot veelreisende klanten, de pijn die je erdoor ondervindt, is het best te delen met de collega die hetzelfde meemaakt. Je beste vriend of partner thuis weet nét niet de vinger op de zere plek te leggen, waar je lievelingscollega aan twee woorden genoeg heeft. Gedeeld succes werkt overigens ook: een van mijn wel geslaagde projecten was in samenwerking met haar. Net als in een goede relatie vulden we elkaar qua competenties aan.

Inmiddels ben ik al acht jaar freelancer in een ander vakgebied. Tot grote tevredenheid, maar ik moet het wel stellen zonder mijn vriend-collega. Die ik overigens wel ook na onze kantoor tijd ben blijven zien. Maar wat betreft fijne contacten op het werk, heb ik nu misschien wel het beste recept. Een werkplek, op een kantoor, bij gelijkgestemden, freelancers en kantoorgenoten, die nié mijn collega's zijn maar die ik, in pre- en post-afstandtijd, wel bijna dagelijks zie. Die af en toe met mij meedenken en ik met hen. Ik heb zowaar mijn stam gevonden. Misschien geen gezamenlijke vijand of gedeelde successen, maar wel slappe koffie – en dito verhalen. Ik verheug me op het weerzien. □

Bij ons nam de vijand de vorm aan van een loeionsympathieke manager