

In gesprek met collega's

Zijn jouw collega's op de hoogte dat je een zorgenkind hebt? Deel je af en toe zaken uit je privé met je collega's? Wil je het hier absoluut niet over hebben met je collega's? Hou je werk en privé volledig gescheiden? Wil je het graag bespreken met één of meerdere collega's, maar weet je niet hoe?

1. Vertel ik mijn collega's dat ik een zorgenkind heb?

De keuze wat en of je iets over je zorgsituatie thuis vertelt aan je collega's is volledig je eigen keuze. We geven je hier enkele overwegingen die kunnen helpen om te beslissen.

- Een eerste factor die kan meespelen in je keuze om je thuissituatie al dan niet te delen met je collega's is de **bedrijfscultuur**. Hoe open wordt er op jouw werk over privé zaken verteld? Helemaal niet, tot op zekere hoogte of vrij open? Hoe open zijn collega's naar jou toe? Weet jij ook iets van hun privésituatie? Wordt het op prijs gesteld wanneer mensen privé zaken delen? Indien dit zo is zullen ze ook meer openstaan voor jouw verhaal. Het is ook logisch dat je misschien eerder bepaalde collega's in vertrouwen neemt die jou ook al iets privé hebben verteld.
- Een tweede belangrijk aspect waar je best rekening mee kan houden is jouw **eventuele afwezigheid van het werk**. Zorgt jouw thuissituatie er wel eens voor dat je langdurig afwezig bent of dat je plots naar huis moet? Indien je werk hieronder kan lijden kan het goed zijn dat je de situatie kort bespreekt met de collega die mogelijk jouw taken moet opvangen. Hij/zij krijgt dan de kans begrip te tonen voor jouw situatie, maar ook om al wat praktische afspraken te regelen rond een eventuele opvolging tijdens jouw afwezigheid. Probeer hierin, in de mate van het mogelijke, voldoende duidelijk te zijn, zodat je collega's niet teveel voor verrassingen komen te staan.
- Een derde situatie waarin je kan terecht komen als ouder van een zorgenkind is wanneer je leidinggevende je toelaat meer **flexibel te werken**. Voor jou is dit een goede oplossing, waardoor ook je werk er niet hoeft onder te lijden. Je collega's zijn hier echter niet altijd even begripvol voor. Wanneer je hierover open bent naar je collega's kan dit voor hen een hulp zijn om meer inzicht te krijgen in jouw situatie, waardoor ze hier ook meer begrip voor kunnen opbrengen. Je kan je leidinggevende ook vragen om dit samen met jou mee te delen aan je collega's.

2. Hoe ga ik het gesprek aan?

- Je kan het gesprek voorbereiden door **op voorhand na te denken over een aantal dingen**: waarom wil ik het bespreken? Wat zijn mijn verwachtingen ten opzichte van mijn collega? Verwacht ik een luisterend oor? Hulp? Wat vertel ik en wat niet? Waar vertel ik het? Wanneer vertel ik het?
- Je kiest hiervoor best **een rustig moment en een rustige plaats** uit zodat je collega tijdens je verhaal niet afgeleid is door werk, telefoontjes,...
- Laat je collega weten wat **de intentie van het gesprek** is. Wil je graag even je hart luchten? Of wil je hulp bij het werk? Val je mogelijk binnenkort een tijdje uit en wil je dat je werk opgevolgd wordt?

- Wens je dat een collega je werk overneemt/opvolgt?

Bereid je goed voor. Op die manier kan je je collega al heel wat informatie meegeven. Ga allereerst na of hij/zij bereid is extra werk op te nemen en geef jouw collega(s) bedenktijd. Indien ze bereid zijn om je taken over te nemen of op te volgen vraag dan na welke informatie/materialen jouw collega nodig heeft en bespreek of ze jou eventueel kunnen bereiken. Geef je collega die bereid is je hierbij te helpen voldoende waardering. Bedank hem/haar wanneer hij iets van je overgenomen heeft, geef aan dat jij op andere vlakken flexibel kan zijn en dit positief kan zijn voor hem/haar.

- Wil je vooral *begrip van je collega*?

Je hebt bijvoorbeeld met je werkgever afgesproken dat je een uur vroeger kan stoppen op bepaalde dagen terwijl dit niet toegestaan wordt aan je collega's. Indien zij niet weten waarom jij bepaalde dingen kan die zij niet kunnen, is het voor hen ook moeilijk hier begrip voor te tonen. Leg hen uit, in zoverre jij dit niet te persoonlijk vindt, waarom deze regeling jouw situatie leefbaarder maakt en wat mogelijk anders de gevolgen kunnen zijn, zoals bijvoorbeeld langdurige afwezigheid, minder gaan werken, stoppen met werken, ...

- Wil je eerder een luisterend oor?

Dan kan je overwegen dit tijdens een lunchpauze te bespreken. Zeker wanneer het niet de gewoonte is om uitgebreid te praten over privé zaken tijdens de werkuren is dit de beste oplossing. Hou in elk geval voldoende rekening met de tijd of het moment: privégesprekken op drukke momenten of met het risico dat je collega langer moet werken om het werk af te krijgen zijn een slecht idee.