

# Summerschool Basisvaardigheden 2026: Werkgeluk



**5** jaar  
**Pro  
biblio**

# Welkom bij de Summerschool



- Elin Karlmark
- *Adviseur Educatie (basisvaardigheden en digitale inclusie)*

# Programma

Welkom en kennismaken

1. Wat is (werk)geluk?
2. Wat zegt de wetenschap?
3. Wat zijn de 5 pijlers van werkgeluk?
4. Aan de slag: Assessment



Zo kun je van start met werkgeluk

Afronding

# Kennismaken

- Stel jezelf even voor in de chat met:
  - Naam
  - Bibliotheek
  - Waarom heb je jezelf voor deze workshop aangemeld?
  - Waar kom jij je bed voor uit?



# Een definitie van geluk

*“**Geluk** kan worden omschreven als het **tevreden** zijn met de huidige levensomstandigheden. Hierbij kunnen er verschillende **positieve emoties** aanwezig zijn, zoals vreugde, vrede, ontspannenheid en vrolijkheid.” - Wikipedia*



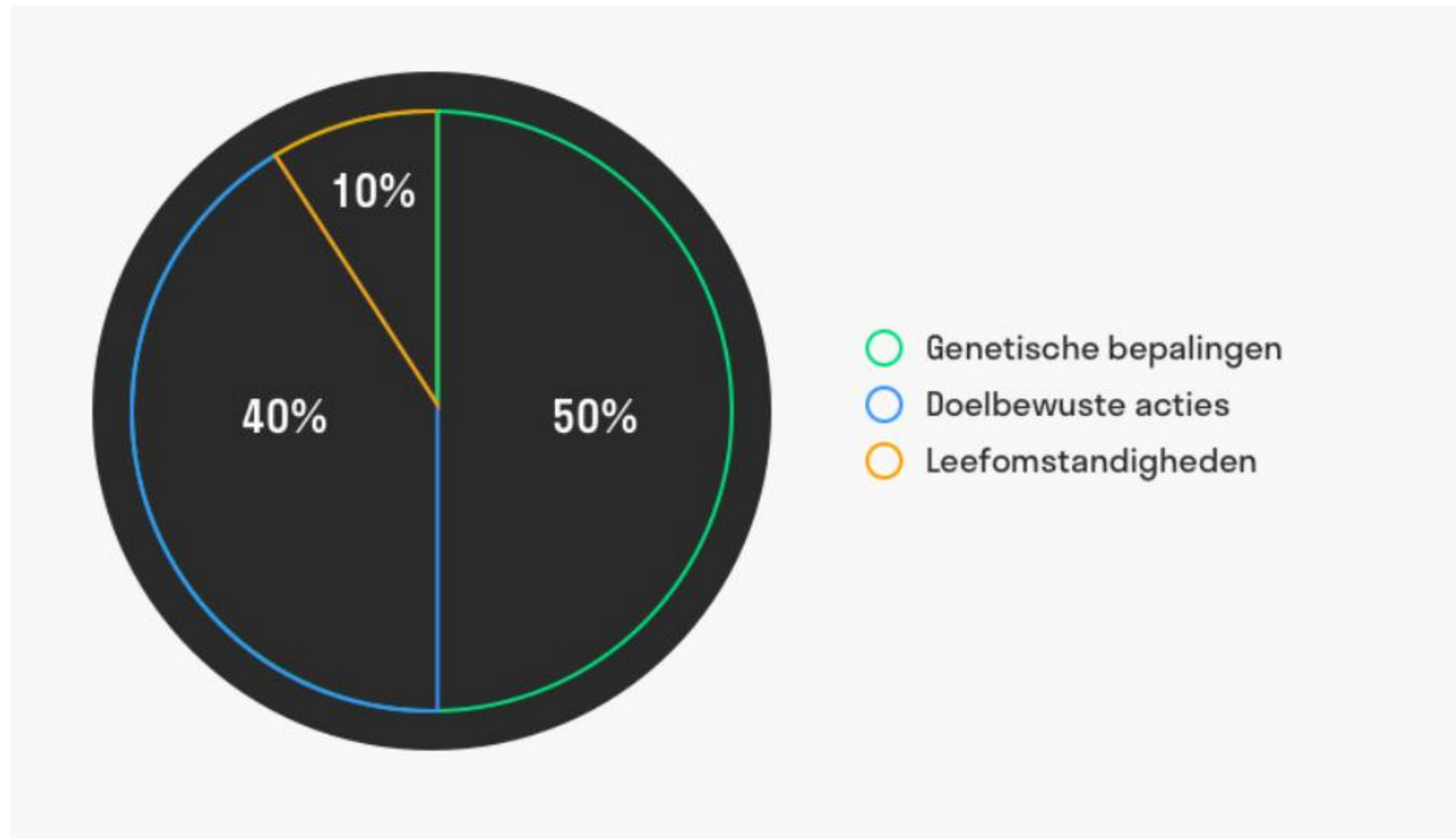
# Nog een definitie van geluk

*"Geluk is de **ervaring** van vreugde, tevredenheid of positief welzijn, gecombineerd met het **gevoel** dat iemands leven goed, zinvol en de moeite waard is." - Sonja Lyubomirsky*



# Wat zegt de wetenschap?

## De 40%-thesis



# Wat zegt de wetenschap nog meer..?

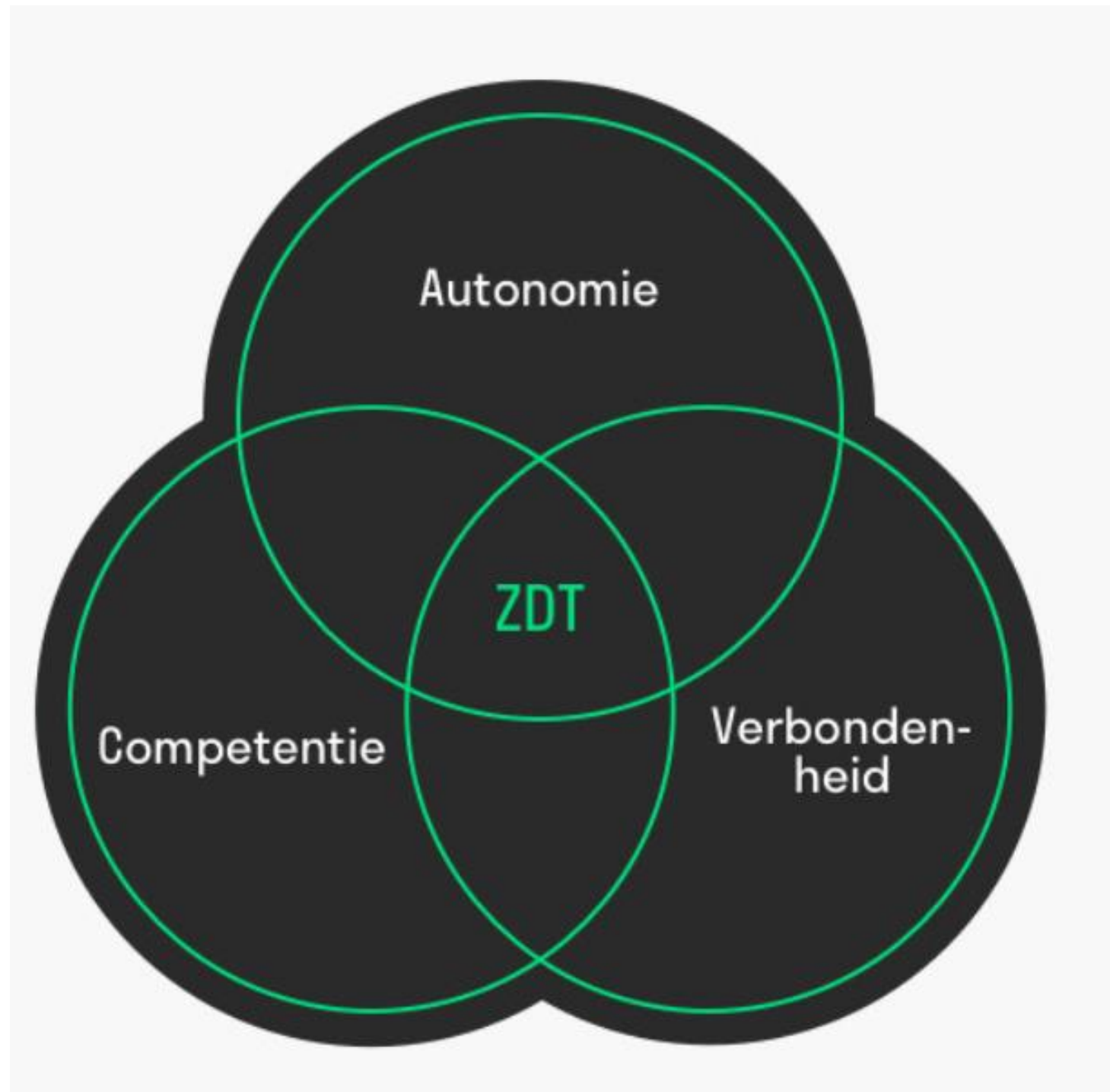
## De behoefte piramide van Maslow



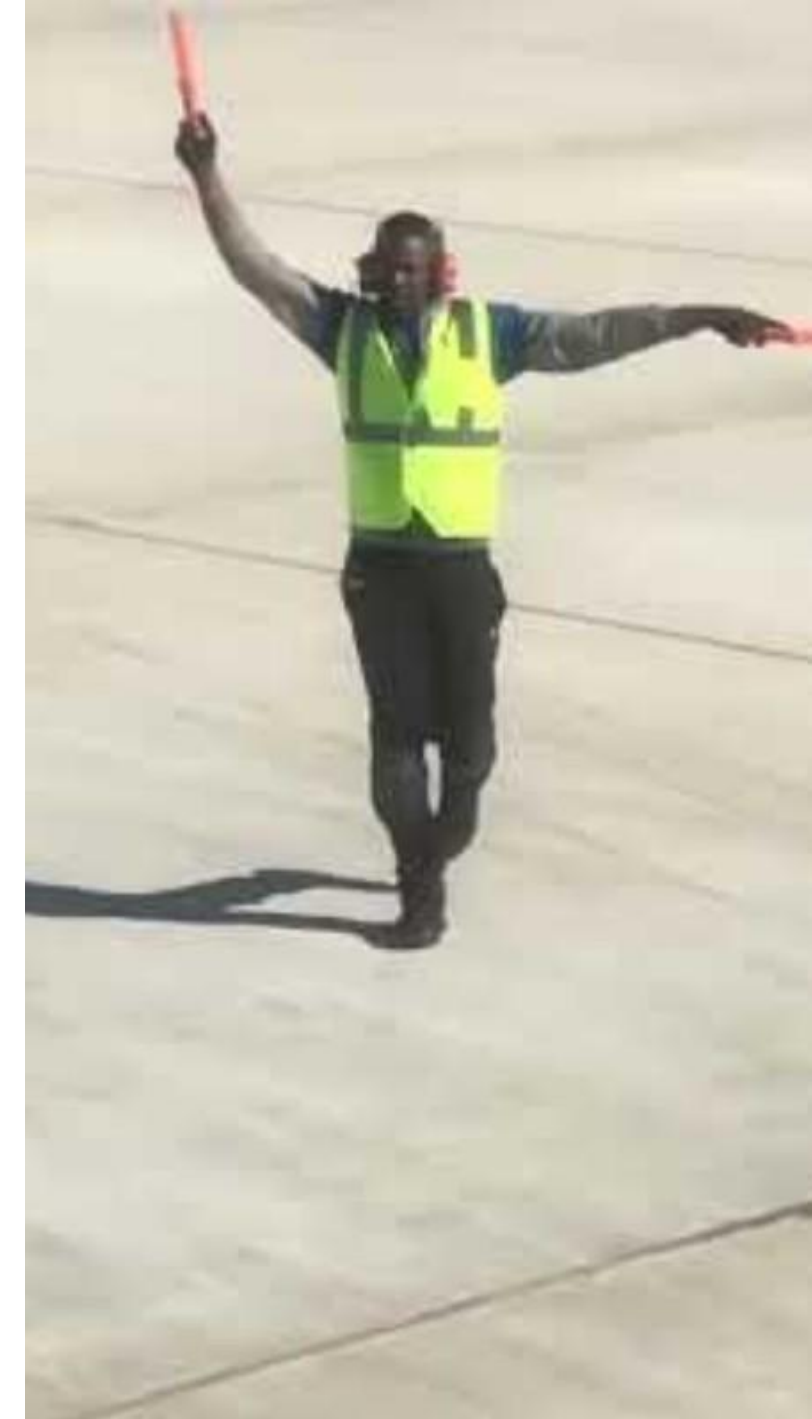
*Piramide van Maslow*

# ..en wat nog meer?

## De zelf-determinatie-theorie



# Wat is dan werkgeluk?



# ChatGPT, dingt uiteraard ook even mee..

“Werkgeluk is een term die verwijst naar het gevoel van tevredenheid, plezier en voldoening dat een persoon ervaart in zijn of haar werk. Het omvat meerdere aspecten, zoals het plezier hebben in de dagelijkse werkzaamheden, een gevoel van zingeving en betekenis in wat men doet, positieve relaties met collega's, een goede balans tussen werk en privéleven, en een gevoel van persoonlijke ontwikkeling en groei.”



# Wat zijn de 5 pijlers van werkgeluk?



# Aan de slag

Geef de werkgelukelementen een cijfer op de schaal van 0 tot 10.

1. Vul per element een cijfer in voor jezelf.
2. Motiveer het cijfer.
3. Wat valt jou op?
4. Wat is er nodig om op alle 5 elementen een 8 of hoger te scoren?
5. Op welke manier zou je werkgever hier een bijdrage in kunnen leveren?



# Zo kun je van start met werkgeluk

1. Werk vanuit kernwaarden
2. Samenwerken en verbinding creëren
3. Helder communiceren wat er speelt
4. Nieuwe medewerkers verwelkomen
5. Investeer in de ontwikkeling van medewerkers
6. Vitaliteit vergroten
7. Successen vieren
8. Benadrukken wat er allemaal al is
9. Het kantoor als tweede thuis
10. Altijd ruimte voor plezier



**Vergeet niet: Creëren van Werkgeluk moet actief gedragen worden door het MT (Top-down), maar vergt in de uitvoering ook een actieve inzet van de medewerker zelf Bottom-up).**

# Voorbeeld



# Vragen?



# Dank jullie wel!

Elin Karlmark: [ekarlmark@probiblio.nl](mailto:ekarlmark@probiblio.nl)

