

## Werken in meerdere teams leidt bij jongeren tot stress en ziekteverzuim

Bron: Brabants Dagblad, auteur Marloe van der Schrier, februari 2019

**Ben jij multi-inzetbaar en heb je meerdere projecten naast elkaar lopen? Dan is werkervaring binnen het bedrijf waar je werkt bepalend of je daar mee om kunt gaan. Starters die net bij een bedrijf gaan werken, zouden daarom maar weinig projecten moeten hebben.**

Voor mensen met weinig ervaring binnen een bedrijf, is het moeilijk om te schakelen tussen veel verschillende projecten. „Bij elk project, binnen elk team, werk je op een andere manier. Kan er een ander verwachtingspatroon zijn en een ander cultuurtje heersen”, aldus Joost van de Brake, die deze week aan de Rijksuniversiteit Groningen promoveert op dit onderwerp. „Het kost tijd om daar bekend mee te worden. En als je veel projecten doet, heb je daar logischerwijs minder tijd voor.”

### Stressvol

En deze bevindingen, die Van de Brake deed binnen een grote kennisintensieve organisatie die veel op projectbasis werkt, hebben een belangrijk gevolg: mensen die net bij een bedrijf gaan werken, zouden maar weinig projecten moeten hebben. „De eerste of twee jaar is het heel onvoordelig om in meerdere teams te werken”, aldus de onderzoeker. „Als mensen niet weten wat er van hen verwacht wordt, is dat stressvol. Mensen zijn constant bezig met de vraag of ze het wel goed doen en dat is dan ook weer een belangrijke reden om je ziek te melden.” Dat is wat het voor Van de Brake zo interessant maakt: Je kunt op deze manier deels het verzuim al voorspellen.”

Interessant: want veel jonge mensen beginnen juist met traineeships waar je in korte tijd zoveel mogelijk van de organisatie moet leren kennen en regelmatig wisselt tussen verschillende projecten. Van de Brake zou toch adviseren om daar op te letten. “Van twee kanten is de neiging groot om veel te werken in projecten. Het bedrijf wil dat een nieuwe medewerker snel kennis maakt met de hele organisatie, de nieuwe werknemer is enthousiast, wil zich bewijzen en vindt het lastig om nee te zeggen.” Hij adviseert daarom één kernproject waar nieuwe medewerkers zo’n tachtig tot negentig procent van hun tijd aan besteden. „Dan leer je hoe het gaat en kun je wennen aan het bedrijf.”

### Investing

Ook andersom is het onderzoek toepasbaar. Als mensen weinig spannends meer vinden in hun werk, kan het oppakken van extra projecten juist voorkomen dat ze zich gaan vervelen. Ook is de kans groter dat iemand met veel ervaring sneller wordt gevraagd voor een nieuw project. „We zien dat de prestaties dan eerst omlaag gaan – omdat iemand moet wennen en zich moet aanpassen – maar over tijd juist beter gaat presteren”, volgens Van de Brake. Het voordeel van werken aan meerdere projecten moet ook niet onderschat worden: je kunt kennis en materialen weer overbrengen naar andere teams. Dat zie we in de praktijk ook terug, maar het is letterlijk een investering. Het heeft tijd nodig voordat het goed werkt.”