

# Handboek voor welzijn op het werk



Sarah Cunningham, Dr. William Fleming, Cherise Regier, Micah Kaats, Prof Jan-Emmanuel De Neve

# Deel dit hulpmiddel



## Citeer dit hulpmiddel

Cunningham, S., Fleming, W., Regier, C., Kaats, M., & De Neve, J. (2024). *Work Wellbeing Playbook: A Systematic Review of Evidence-Based Interventions to Improve Employee Wellbeing*. World Wellbeing Movement.

The Work Wellbeing Playbook © 2024 van het  
World Wellbeing Movement is gelicenseerd onder  
CC BY-NC-ND 4.0 

Het onderzoek van William Fleming wordt ondersteund door het National Institute for Health and Care Research (NIHR) Oxford Health Biomedical Research Centre [NIHR203316]. De weergegeven meningen zijn die van de auteur en niet noodzakelijkerwijs die van het NIHR of het Department of Health and Social Care.

# Werk Welzijn Interventies



The Work Wellbeing Playbook is een beknopte gids die inzichten samenvat uit een grootschalige <sup>3</sup> systematische literatuurstudie naar interventies op het gebied van welzijn op het werk. Het handboek presenteert de belangrijkste inzichten op een toegankelijke en begrijpelijke manier, en is eenvoudig in gebruik.

Met steun van Indeed, en in samenwerking met onze academische partner bij het [Wellbeing Research Centre van de Universiteit van Oxford](#), heeft de World Wellbeing Movement dit handboek samengesteld. Het bestaat uit met bewijs onderbouwde interventies, ingedeeld in 12 belangrijke factoren die van invloed zijn op welzijn op de werkplek.

De onderzoekers hebben meer dan 3.000 academische studies over welzijnsinterventies op de werkplek beoordeeld. Het doel was om strategieën te identificeren waarvan bewezen is dat ze het welzijn van medewerkers in diverse werkomgevingen vergroten. In de wetenschap dat zakelijke leiders vaak met tijdgebrek kampen, hebben we de belangrijkste inzichten kort en overzichtelijk samengevat in dit vrij toegankelijke hulpmiddel, om zo drukbezette professionals te ondersteunen.

Dit handboek borduurt verder op de wetenschappelijke onderbouwde aanbevelingen van de World Wellbeing Movement's om te meten [hoe medewerkers zich voelen op het werk](#), en [waarom ze zich zo voelen](#). Dit werkt net als de [Indeed Work Wellbeing Score](#), die ook in samenwerking met experts van het Wellbeing Research Centre is ontwikkeld. Als je eenmaal de gegevens hebt verzameld, kun je met dit handboek die gebieden te identificeren en aanpakken die binnen jouw organisatie verbeterd kunnen worden.

We raden bedrijfsleiders aan om diversiteit in gedachten te houden bij het gebruik van dit handboek, om een **holistische** welzijnsstrategie voor hun medewerkers op te zetten. Bij het kiezen van interventies moeten werkgevers rekening houden met factoren zoals de werkomgeving, de industrie, de geografische locatie, en de unieke behoeften van hun werknemers.

Hoewel er geen toverformule is en alle interventies beperkingen hebben, beginnen veel bedrijven positieve veranderingen te realiseren als ze meerdere interventies combineren, *zoals interventies op organisatie-, groeps- en individueel niveau*, die verschillende factoren behelzen die het welzijn van werknemers beïnvloeden.

# Werk verbeteren met het Work Wellbeing Playbook

## Work Wellbeing Playbook



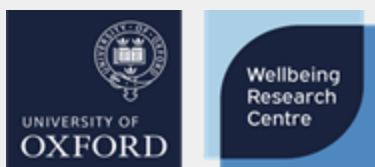
indeed

WW World Wellbeing  
Movement



Bekijk hier de video: <https://www.youtube.com/watch?v=EUjWvb0A2rU>

indeed WW World Wellbeing  
Movement



# Hoe je alles uit deze presentatie haalt

- 1 Moedig je werknemers aan om de Indeed-enquête 'Welzijn op het werk' in te vullen. Probeer een zo hoog mogelijke response rate te krijgen, zodat de resultaten de diversiteit van je personeel weerspiegelen.
- 2 Analyseer je resultaten en bepaal welke drivers van welzijn op het werk minder goed scoren. Deze drivers hangen vaak met elkaar samen. Denk daarom kritisch na over hoe deze aan elkaar gekoppeld zijn binnen je werkomgeving.
- 3 Lees deze presentatie helemaal door en wees extra aandachtig voor de interventies die gericht zijn op drivers die je wilt aanpakken.
- 4 Focus verder op de interventies die daadwerkelijk geïmplementeerd kunnen worden in je organisatie en denk goed na over de manier waarop je deze kunt toepassen om het welzijn binnen je werkomgeving te verbeteren.

# Fasen om effectieve en duurzame resultaten te behalen

