

Creativiteit, motivatie en minder stress: Hoe kunst en cultuur kunnen bijdragen aan geluk op de werkvloer

30-05-2024 08:00



“cre·a·ti·vi·teit (de; v) 1. scheppend vermogen.” Ofwel: de kracht om nieuwe ideeën te vormen uit bestaande informatie. Als we deze definitie van van Dale vertalen naar de werkvloer, zou je met een goed ontwikkeld creatief denkvermogen sneller kunnen schakelen, nieuwe kansen kunnen creëren en in oplossingen kunnen denken. Bovendien lijkt creativiteit een uitstekende manier om ons brein fit te houden. Het recept voor een gelukkige werknemer?

Vindingrijkheid, betere sociale vaardigheden en een groter probleemoplossend vermogen. Het is slechts een greep uit de voordelen die creatieve ontwikkeling ons bieden. Creatief bezig zijn - of zelfs alleen al het waarnemen van een creatieve uiting - verjaagt stress, motiveert en stimuleert het aanpassingsvermogen. Het resultaat? Gelukkige, loyale en productieve werknemers. Volgens emeritus hoogleraar en hersenonderzoeker Dick Swaab is creativiteit bovendien een sleutel tot gezond ouder worden, want aangetoond is dat ouderen met een verder ontwikkeld creatief denkvermogen langer leven. Vertalen we dit door naar de stijgende pensioenleeftijd, kan creativiteit dus de duurzame inzetbaarheid van werknemers bevorderen.

Het hoeft niet ingewikkeld te zijn. Door afstand te nemen, routines te breken, ideeën te laten rijpen en onszelf te omringen met anderen kunnen we al tot nieuwe inzichten komen. Dit kan al door de werkvloer als een eigen ecosysteem te beschouwen. Een ecosysteem met prikkelende en kunstzinnige zones waarmee motivatie en creativiteit gestimuleerd worden. De beste ideeën worden nou eenmaal niet geboren in een prikkelarme omgeving.

Een voorbeeld van zo'n bedrijf waar kunst een prominente plek inneemt op de werkvloer, is ING. De bank

startte in 1974 met het verzamelen van kunstwerken met als doel inspiratie te bieden, innovatie aan te jagen én omdat het bijdraagt aan een aangename werkomgeving. Kunst is zoveel meer dan slechts opvulling van een kantoorruimte: het is een instrument om de creativiteit te stimuleren. Een zorgvuldig uitgekozen kunstwerk lokt de dialoog uit tussen medewerkers en heeft een positieve invloed op de sfeer. Bovendien geeft kunst een werkplek een eigen gezicht. Het onderstreept het unieke karakter van een organisatie

Strijkkwartetten en dansvoorstellingen

Maar kunst en cultuur kunnen ook worden ingezet als oplaadmoment of energizer. Een strijkkwartet tijdens de lunchpauze kan in een half uur de focus verleggen van e-mails en to-do-lijsten naar ontspanning en nieuwe inspiratie. Een zangworkshop zorgt voor een meer vertrouwde sfeer en geeft nieuwe energie aan een lange jaarvergadering. En dan is er natuurlijk nog cultuurbeleving buiten het werk. Een concert, theaterstuk of dansvoorstelling; het draagt bij aan het verminderen van stressgevoelens en we voelen ons er daadwerkelijk gelukkiger door.

What's in it for me?

Een belangrijke rol kan hier dus weggelegd zijn voor de werkgever, die het ervaren van kunst en cultuur op verschillende manieren kan stimuleren. Creatief bezig zijn of het waarnemen van een creatieve uiting vermindert stress, motiveert en stimuleert out-of-the-box ideeën. Het resulteert in betrokken, productieve, maar vooral gelukkige medewerkers en dat heeft zijn weerslag op de prestaties en slagvaardigheid van de hele organisatie. That's in it for you.

Redactie