



HAPPINESS AND WELL-BEING AT WORK



www.tryangle.be
info@tryangle.be

Werken aan welzijn en werkgeluk

Tryangle ondersteunt bedrijven en hun werknemers om samen te bouwen aan meer welzijn en geluk op de werkvloer.

We begeleiden organisaties, managers, teams en medewerkers bij de uitvoering van welzijns- en werkgelukinterventies en focussen op componenten die aansluiten bij de specifieke bedrijfscultuur.

Ons aanbod

Tryangle biedt zowel offline als online training, consulting, coaching, teambuilding en inspiratie (zoals keynotes, webinars, artikels en andere content) rond alle mogelijke deelthema's van werkgeluk. We werken op basis van het Tryangle piramide-model en gaan uit van een duurzame aanpak en gedeelde verantwoordelijkheid tussen organisatie, leidinggevenden en medewerkers.

Onze 'try a different angle' stijl is gebaseerd op learning-by-doing, beweging en fun, en brengt de materie op een unieke manier tot leven. Ontdek meer over onze aanpak en aanbod in deze folder.

Waarom werken aan welzijn en werkgeeluk?



Werken maakt ziek/gedemotiveerd

Het is niet zo fantastisch gesteld met de motivatie en energie van onze Belgische werknemers.

Ongezonde stress, presenteïsme, absenteïsme en allerlei negatieve gevoelens op het werk zijn alomtegenwoordig en vallen niet meer te ontkennen.

Het **engagement** van de Belgische werknemer staat op een zeer laag pitje, terwijl het belang van bevlogen en gemotiveerde werknemers uiterst groot is.

De oplossing = werken aan welzijn en werkgeeluk

Werken aan welzijn en werkgeeluk is het **tegengif voor de hedendaagse uitdagingen op de werkvloer**. Dankzij de juiste interventies binnen een consistente strategie zet je je medewerkers (terug) in hun kracht en bied je een antwoord op allerlei psychosociale vragen die leiden tot kort en lang verzuim. Zo pak je de stress en burn-out problematiek aan, verlaag je de kosten verbonden aan absenteïsme, presenteïsme of verloop en reduceer je het aantal fouten en ongevallen.

Gezonde en gelukkige werknemers zorgen daarnaast ook voor een positieve spillover op enorm veel andere domeinen, zoals betere communicatie en hechtere samenwerking, sterkere relaties met klanten en leveranciers, meer creativiteit en efficiëntie, meer optimisme, energie en veerkracht, een sterk employer brand,...

Kortom, een duurzaam en geïntegreerd welzijns- en werkgeeluk beleid levert een positieve impact op het engagement en de productiviteit van medewerkers en zorgt zo voor betere bedrijfsresultaten. Inzetten op welzijn en werkgeeluk wordt op die manier **een investering met een duidelijke en meetbare financiële return**. Studies tonen immers een *gemiddelde* ROI aan van 1:3 voor dergelijke investeringen.



Indien je meer wil weten over wat werkgeeluk kan inhouden:

Vind meer inspiratie op happinessatwork.blog of weekvanhetwerkgeeluk.be.

Hoe pak je het aan?

Welzijn en werkgeluk als duurzame strategie

Het creëren van een gezonde en gelukkige organisatie is een uitdaging op lange termijn. Het vereist een **strategische aanpak** waarbij consistente stappen genomen worden die aansluiten bij de bedrijfscultuur.

Net zoals de missie, visie en waarden van een organisatie mag ook het thema werkgeluk geïntegreerd worden in het DNA van het bedrijf. Dat betekent nadenken over wat werkgeluk specifiek voor jouw organisatie betekent, en er passende keuzes in maken.

Een gedeelde verantwoordelijkheid

Om werkgeluk succesvol neer te zetten is het enerzijds aan **de organisatie en de leidinggevenden** om een kader te scheppen waar verschillende individuen zich goed in hun vel kunnen voelen. Het is dus aan de onderneming om een omgeving te creëren waar ruimte is voor zaken zoals positieve samenwerking, constructief leiderschap, fysiek en mentaal welbevinden, autonomie, persoonlijke groei en zingeving.

Anderzijds is het natuurlijk ook aan **de medewerkers** om actief te werken aan het eigen werkgeluk en dat van collega's en zelf actie en verantwoordelijkheid te nemen.



Werkgeluk als totaalaanpak

Organisaties kunnen het werkgeluk van hun medewerkers en de positieve impact ervan vergroten door in te zetten op **verschillende bouwstenen**. Bij Tryangle ontwikkelden we een piramidemodel met alle deelthema's van werkgeluk die elk op hun eigen manier bijdragen aan een positieve en gelukkige bedrijfscultuur, zowel top-down vanuit de organisatie en leidinggevenden, als bottom-up vanuit de medewerkers zelf.



Het Tryangle model

Het ultieme doel? Door op een duurzame, doordachte, consistente en passende manier aandacht te besteden aan verschillende componenten van werkgeluk, creëer je een positieve **employee experience** die je toelaat om als onderneming écht het verschil te gaan maken.

Bedrijven waar medewerkers zich op alle vlakken goed in hun vel voelen, zullen gemotiveerd en geëngageerd bijdragen tot het succes van de organisatie, in goede én in uitdagende tijden. Zo word je niet alleen productiever maar zet je als onderneming tevens een ijzersterk en authentiek **employer brand** neer waar werknemers, naast alle andere stakeholders, graag deel van willen (blijven) uitmaken. Van een positieve spiraal gesproken!

Het Tryangle Aanbod

Voor wie zijn onze diensten geschikt?

Of je nu deel uitmaakt van het management team, je een HR professional, Chief Happiness Officer, Corporate Well-being verantwoordelijke, preventieadviseur, leidinggevende of medewerker bent:

- Wil je je binnen jouw organisatie, afdeling of team stappen zetten naar een gelukkigere en productievere omgeving en positievere samenwerking met een welzijns- of werkgeluk strategie? Dan ben je bij Tryangle aan het juiste adres voor wetenschappelijke inzichten, informatie en begeleiding.
- Wil je jouw werknemers, team members of collega's ondersteunen in het vergroten van hun persoonlijk welzijn, veerkracht en werkgeluk? Dan brengen onze ervaren trainers en coaches inzichten en concrete tips en tricks tot bij de medewerkers zelf.

Voor welke diensten kan je bij Tryangle terecht?

Tryangle is actief op verschillende vlakken, zowel off- als online:

- **(Digitale) workshops, dag-trainingen, meerdaagse opleidingen, e-learning en (blended) learning journeys** gaan dieper in op één of meerdere thema's met behulp van theoretische inzichten, praktijkvoorbeelden en hands-on oefeningen.
- **Teambuilding en coaching** helpt specifieke (individuele of team) uitdagingen aanpakken en concrete oplossingen formuleren, en bouwt aan sterke teams en constructieve samenwerking.
- **Consulting** ondersteunt managers of management teams in het uittekenen van een welzijns- of werkgeluk strategie, het bepalen van prioriteiten en het uitrollen van de gekozen activiteiten.
- **Happiness at work inspiration:** Tryangle deelt heel wat inzichten omtrent welzijn en werkgeluk. Dat doen we via algemene off- en online formats zoals keynotes, webinars, e-books, vlogs, podcasts, white papers en artikels, maar deze maken wij tevens graag op maat van de interne organisatie volgens de noden en de stijl van de onderneming.



Rond welke thema's werkt Tryangle?

Op de volgende pagina's vind je een overzicht van onze werkgeluk topics. Aangezien werkgeluk een gedeelde verantwoordelijkheid is, kan je zowel **top-down als bottom-up** werken aan een positieve werkomgeving:

▼ **Empower the employer:** Hier helpen we enerzijds het toplevel van de organisatie sleutelen aan de voor hen relevante componenten van werkgeluk. Alle activiteiten aan de linkerkant van onze piramide staan dus de CEO, het management team, HR, preventieadviseur of leidinggevenden bij met gericht advies of begeleiding voor elk thema.

▲ **Empower the employee:** Anderzijds willen we de medewerkers (terug) in hun kracht zetten en reiken we hen tools aan om zelf te bouwen aan meer welzijn, psychologische immunititeit en werkgeluk. Aan de rechterkant van de piramide kan je dus ontdekken welke workshops, trainingen en ondersteuning we kunnen bieden voor medewerkers binnen elk thema.

Empower the employer

Met behulp van een sterke werkgeluk strategie kan je als onderneming het best mogelijke klimaat scheppen zodat medewerkers zich goed in hun vel voelen. Dat zal niet alleen zorgen voor een productievere omgeving maar tevens een authentieke en ijzersterke **employer brand** opbouwen. Tryangle helpt management en leidinggevendenden een heldere invulling geven aan wat werkgeluk kan inhouden, passend bij de organisatiecultuur.

Wanneer medewerkers hun werk graag en goed kunnen doen, hun job zinvol vinden en binnen een duidelijk kader vrij kunnen bewegen om resultaten te halen, geven ze het beste van zichzelf. Tryangle helpt leidinggevendenden met performance management op basis van autonomie, intrinsieke motivatie en engagement. Zo kom je tot een sterkere **productiviteit** en hogere **retentie**.

Investeren in **talentmanagement**, inschatten en ontwikkelen van bestaande talenten en werknemers inzetten op de juiste plek in het juiste team, leidt tot ongekend sterke resultaten, die veel moeilijker te behalen zijn wanneer gehamerd wordt op enkel competentieontwikkeling zonder onderliggende passie. Tryangle begeleidt organisaties en teamleaders om hier bewust(er) mee om te gaan en zo het beste uit mensen naar boven te kunnen halen.

Een corporate well-being aanpak combineert alle informatie en tools die een bedrijf ter beschikking kan stellen rond vitaliteit en gezonde gewoonten voor lichaam en geest. Tryangle ondersteunt organisaties bij het inzetten van welzijnstools (ter **preventie van stress en burn-out** maar ook ter verbetering van de gezondheid, veerkracht en prestaties van teams) en biedt eveneens begeleiding om constructief om te gaan met de veerkrachtdialoog, uitval en re-integratie.

Tryangle helpt organisaties om een sterke en authentieke **bedrijfscultuur** te bouwen door het toepassen van de principes van positieve psychologie, het aanmoedigen en uitvoeren van initiatieven die het werkplezier en de groei mindset ondersteunen, het formuleren en tot leven brengen van krachtige bedrijfs- en team waarden, het omarmen van diversiteit en inclusie op de werkvloer,

Tryangle begeleidt bedrijven om een optimaal klimaat te scheppen voor de best mogelijke samenwerking tussen teamleden onderling - **teambuilding** - maar ook op vlak van **leiderschap** en het optimaliseren van de relatie tussen medewerkers en hun managers. Tryangle traint leidinggevendenden in hun coachende rol en positieve leiderschapstijl op basis van vertrouwen en constructieve communicatie.

Zonder een sterk fundament van werktevredenheid kan je de piramide niet verder opbouwen. Wanneer dingen foutlopen aan de basis (in de werkomgeving, verloning, infrastructuur, functie omschrijvingen, pre- en on-boarding,...) houden werknemers sowieso een negatief gevoel over aan hun job. Kortom, zonder aandacht voor de basisvoorwaarden en alle touchpoints van de **employee journey** zal elk initiatief rond werkgeluk een losse flodder blijven. Tryangle kan helpen om duidelijkheid te scheppen en werkt tevens samen met gewaardeerde partners om diepgaande inzichten te krijgen.

HAPPINESS AT WORK

ENGAGEMENT

TALENT

WELL-BEING

MINDSET

CONNECTION

JOB SATISFACTION

Empower the employee

Zelfs binnen de meest constructieve bedrijfscultuur hebben werknemers zelf een belangrijk deel van de eigen **employee experience** in de hand. Iedereen zit anders in elkaar. Tryangle kan via trainingen, workshops en coaching individuele medewerkers en teams informeren en ondersteunen om hun persoonlijke definitie van werkgeluk te formuleren, te zien waar er nog ruimte voor verbetering zit en hen de tools in handen geven om hiermee aan de slag te gaan.

HAPPINESS AT WORK

Werknemers die hun werk zinvol vinden en voelen dat ze een belangrijke bijdrage leveren hebben een hogere intrinsieke **motivatie** en gedrevenheid. Tryangle helpt werknemers en teams om meer inzicht te krijgen in de match en de overlap tussen hun persoonlijke drijfveren en doelstellingen en die van het team of de organisatie.

ENGAGEMENT

Medewerkers aanmoedigen om te ontdekken waar hun sterktes precies liggen, en op welke manier ze aan **talentontwikkeling** kunnen doen, en hierover ook open te communiceren, helpt om hen op de juiste manier te kunnen inzetten. Daarnaast is het ook de ideale manier om de energie, het werkplezier en de prestaties te verhogen, iets waar niet alleen zichzelf maar ook de onderneming danig bij gebaat is. Tryangle snijdt dergelijke thema's op een unieke manier aan in (digitale) workshops en trainingen.

TALENT

Als onderneming kan je jouw werknemers ondersteunen om hun **vitaliteit en veerkracht** te vergroten door hen inzichten en tools aan te reiken rond hun fysieke en mentale welzijn. Tryangle heeft tal van (digitale) opleidingen waarin medewerkers meer te weten komen over de impact van negatieve stress en daarnaast tal van technieken kunnen aanleren voor een betere (psychologische) weerstand.

WELL-BEING

MINDSET

Hoe iemand kijkt naar de realiteit en omgaat met wat er zich afspeelt, wordt beïnvloed door diens mindset. Maximaliseer de mogelijkheden van medewerkers door hen de principes van positieve psychologie, **positieve mindset** en mind fitness aan te leren en deze te laten toepassen op de werkvloer. Tryangle heeft tal van opleidingen rond positief denken, mindfulness, breinmanagement, perfectionisme, piekeren,...

CONNECTION

JOB SATISFACTION

Medewerkers kunnen zelf een erg grote bijdrage leveren aan positieve relaties op de werkvloer. Als bedrijf of als teamleader kan je inzetten op aanscherpen van de **communicatie** skills van je werknemers, het vergroten van het vertrouwen, en de waardering en de samenwerking binnen teams. Tryangle helpt hier graag bij onder de vorm van teambuildings, workshops en opleidingen.

Om van een optimale **werktevredenheid** te kunnen genieten is het van belang dat werknemers voldoende zelfkennis en zelfleiderschap ontwikkelen om niet alleen de juiste omgeving te kiezen die bij hen past, maar ook initiatief te nemen om uitdagende situaties aan te pakken en te verbeteren en actief aan job crafting te doen. Middels individuele of team coaching kan Tryangle ook hier ondersteuning bieden.