

Invloed van de omgeving op onszelf en ons werk

Zijn we ons ervan bewust?

John Sijnke

Onze omgeving is op allerlei manieren van invloed op onze werksituatie. Dat geldt voor de omgeving in ruime zin: de samenleving. Als activiteitenbegeleider heb je te maken met maatschappelijke factoren die invloed hebben op je vakgebied. Maar natuurlijk ook met je omgeving in engere zin: je collega's, je cliënten, de organisatie waar je werkt. We zijn ons niet altijd van deze omgevingsinvloeden bewust.

Je bent in gesprek met je leidinggevende, omdat jij je zorgen maakt over de keuzes die de organisatie heeft gemaakt. Tijdens het gesprek merk je echter dat het niet de organisatie is die deze keuze heeft gemaakt, maar dat het om politieke keuzes gaat, om landelijke veranderingen. Je hebt de laatste tijd het nieuws niet echt gevolgd, dus het was je eigenlijk ontgaan wat er allemaal speelde. Je leidinggevende geeft je het advies om het nieuws toch regelmatig te volgen. 'Als je je werk professioneel wilt blijven doen, dan moet je niet alleen je eigen vakgebied bijhouden, maar ook de maatschappelijke ontwikkelingen die van invloed zijn op je vakgebied', zegt zij.

Even later loop je in de supermarkt. Een vrouw die naast je loopt duwt haar winkelwagen plotseling opzij en botst daarbij tegen je aan. Ze lijkt het niet eens in de gaten te hebben, want ze duikt gelijk de koelvitrine in. Even later sta je in de rij en voel je een winkelwagen hard tegen je benen aanduwen. Je kijkt achterom en ziet dat diezelfde vrouw achter je staat. Ze is druk aan het bellen en lijkt haar omgeving niet echt waar te nemen.

Macro

Allebei voorbeelden van omgevingsbewustzijn. Maar op heel verschillende manieren. De term omgevingsbewustzijn wordt op verschillende manieren gebruikt. Bij competentieontwikkeling wordt omgevingsbewustzijn vooral gebruikt om aan te duiden in welke mate iemand zich bewust is van de ontwikkelingen in de wereld die invloed hebben op de sector waarin de betrokkene werkzaam is. Voor medewerkers in de activiteitensector is dat een breed gebied. Want ze hebben niet alleen te maken met ontwikkelingen in de gezondheidszorg, maar ook in andere sectoren. Het gaat daarbij naast inhoudelijke ontwikkelingen vooral ook om politieke ontwikkelingen. Deze zijn van invloed op financiële kaders en daarmee dus ook op de arbeidsmarkt. En die krappere financiële kaders hebben weer invloed op de wijze waarop het werk georganiseerd wordt. Want ook al wordt er vaak een inhoudelijk sausje over gegoten, de huidige ontwikkeling in de richting van zelfsturing wordt binnen veel organisaties toch vooral ingegeven door economische motieven. Inzicht op dergelijke factoren op jouw dagelijkse werk zou je *macro-omgevingsbewustzijn* kunnen noemen.

Meso

Wanneer je een beetje dichter bij huis blijft zijn er ook allerlei invloeden van de specifieke context waarin jij werkt. De cultuur binnen jouw directe werkomgeving, de ongeschreven wetten en codes die binnen een organisatie of een organisatieonderdeel gelden. Wanneer je daar niet gevoelig voor bent kom je sneller in botsing met je omgeving dan wanneer je een zekere sensitiviteit op dat gebied hebt: aanvoelen wat wel en niet kan, wat de ongeschreven regels en grenzen zijn hoe er met elkaar wordt omgegaan. Dat zou je *meso-omgevingsbewustzijn* kunnen noemen. Het gaat dan om wat 'sociaal gewenst gedrag'

genoemd wordt, gedrag dat meestal nergens beschreven staat maar waarvan vrijwel iedereen begrijpt dat zoiets wel of niet past in een bepaalde situatie. Mensen met een beperking of stoornis hebben vaak moeite om in te schatten welk gedrag nu wel of niet in een bepaalde situatie past. Je zou kunnen zeggen dat hun omgevingsbewustzijn op mesoniveau dan niet goed ontwikkeld is.

Op een heel andere manier geldt dat ook wanneer je in een heel andere cultuur komt. Dan blijkt dat wat voor jou vanzelfsprekend is voor je omgeving helemaal niet zo vanzelfsprekend te zijn. Je kunt je er dan niets van aantrekken en denken: ze nemen me maar zoals ik ben. Maar daarmee onderschat je de betekenis van de ongeschreven regels binnen een cultuur. Die hebben meestal sterke historische wortels. Er wordt vaak niet eens meer zo bewust over nagedacht waarom iets gaat zoals het gaat, maar toch wordt er doorgaans veel waarde aan gehecht. Het is ook een vorm van respect. Want stel je voor dat je niet gelovig bent opgevoed en je begeeft je in een christelijke omgeving, dan wordt het als vrij onbeschoft ervaren als je er dwars doorheen praat wanneer anderen bidden. Met een goed ontwikkeld omgevingsbewustzijn op mesoniveau kost het je geen enkele moeite om op een respectvolle manier rekening te houden met mensen die soms andere waarden en normen hebben dan jij die hebt.

Micro

Maar het meest zichtbaar in je eigen gedrag wordt het toch wanneer je nog dichter bij je zelf blijft: *micro-omgevingsbewustzijn* zullen we dat maar noemen. Je kent het vast wel, situaties zoals het tweede voorbeeld aan het begin van dit artikel. Sommige mensen letten altijd op of ze een deur niet per ongeluk voor een ander dicht laten vallen, anderen trekken zich daar minder van aan of zijn zich er gewoon niet van bewust dat er nog iemand vlak achter hen loopt. Soms is het een kwestie van mentaliteit. Je ziet dat bijvoorbeeld bij mensen die ongestoord keihard muziek op hun koptelefoon beluisteren en zich er niet om bekommeren dat anderen daar last van hebben. Niet bij iedereen is dat natuurlijk een kwestie van mentaliteit, want soms schrikt iemand als hij er op aan wordt gesproken, zich niet bewust van het feit dat zijn muziek zo hard stond. Maar soms kijkt zo iemand je niet begrijpend aan of met een blik van: waar bemoei jij je mee?

Allemaal hebben we in meer of mindere mate een zeker omgevingsbewustzijn op microniveau, dus gericht op onze directe omgeving. Maar dat het bij de een sterker is ontwikkeld dan bij de ander is heel duidelijk. Want hoe komt het dat sommige mensen als ze in het gangpad van een volle trein staan hun rugtas continue in het gezicht duwen van zittende medereizigers, terwijl anderen dat nooit zullen laten gebeuren?

Dat heeft met twee aspecten te maken: rekening houden met anderen en je bewustzijn van de fysieke ruimte die je inneemt. Afstand houden is daarbij een essentieel punt. In zo'n volle trein wordt dat soms lastig, maar toch proberen de meeste mensen om enige afstand tot hun omgeving te houden. Dat heeft te maken met de fysieke ruimte die we nodig hebben om ons prettig te voelen. Mensen die je niet kent en die tijdens een gesprek heel dichtbij komen hebben blijkbaar moeite om de juiste afstand in te schatten, want vrijwel iedereen voelt zich daar onprettig bij.

Lichaamstaal

Sommige mensen met een verstandelijke beperking en/of autisme hebben daar extra moeite mee. Zij voelen niet van nature aan wat een gepaste afstand is. Terwijl andere mensen dat onbewust inschatten, moeten zij leren daar bewust rekening mee te houden. Lichaamstaal speelt daar ook een rol bij. Wanneer twee mensen in een hoek van een ruimte, met hun rug naar de anderen, met elkaar in gesprek zijn, dan zullen ze zelden gestoord worden. Vrijwel iedereen voelt bij die houding aan dat zij een persoonlijk gesprek voeren, waar je niet zomaar

in kunt breken. Wanneer ze in diezelfde hoek staan, maar naar hun omgeving gericht, dan zullen de meeste mensen zich niet geremd voelen om er bij aan te sluiten. Zonder dat ze het zeggen lijkt iedereen te begrijpen dat ze open staan voor contact. Wanneer je dat niet aanvoelt ben je blijkbaar minder gevoelig voor dit soort signalen. En dat kan weer effect hebben op de wijze waarop anderen op jou reageren. Want wanneer je de ongeschreven codes in het sociale verkeer niet aanvoelt, zullen veel mensen de neiging hebben afstand van je te nemen.

Onbewust

We zijn ons natuurlijk niet de hele dag in dezelfde mate bewust van alles in onze omgeving. Sommige dingen gaan automatisch. Wanneer je elke dag dezelfde route aflegt kan het je gebeuren dat je plotseling merkt al een paar plekken gepasseerd te zijn zonder ze heel bewust te hebben waargenomen. Blijkbaar bestaat er ook iets als '*routinebewustzijn*': je let wel op, maar het gaat vanzelf. Dat is bijvoorbeeld ook het geval wanneer je op een station uitstapt dat je niet kent. In plaats van eerst rond te kijken waar de uitgang is lopen de meeste mensen automatisch met de stroom mee. We gaan er blijkbaar automatisch vanuit dat al die mensen met hetzelfde doel een bepaalde richting oplopen: naar de uitgang. Meestal is dat natuurlijk ook zo, maar in feite laten we daar wel mee zien dat we toch een beetje kuddedieren zijn. Soms ben je zo geconcentreerd dat je je omgeving een beetje vergeet. Heel intensief naar je navigatie kijken maakt je geen erg betrouwbare verkeersdeelnemer. En ook de mobiele telefoon heeft intussen voor een ware revolutie gezorgd als het gaat om omgevingsbewustzijn. Niet alleen worden veel publieke ruimten gedomineerd door telefonerende mensen. Die focus op de mobiele telefoon lijkt zelfs een collectieve vorm van bewustzijnsvernauwing te zijn geworden. Met als negatief gevolg: niet altijd even goed opletten en overlast voor de directe omgeving. Daarmee is het gebruik van de mobiele telefoon op afstand het meest opvallende voorbeeld geworden van een ernstig gebrek aan omgevingsbewustzijn.

Persoonlijke fysieke ruimte

Wat een prettige fysieke afstand is bij contact met anderen is voor iedereen natuurlijk anders. De belangrijkste factor is uiteraard welke relatie je met iemand hebt. Een persoonlijke relatie is anders dan een professionele relatie, hoewel dat soms door elkaar kan lopen. Er zijn collega's die na een korte afwezigheid hun collega's omhelzen als ze elkaar weer zien, maar iedereen zal begrijpen dat dit niet gebruikelijk is in elke professionele relatie.

Voor mensen met een verstandelijke beperking werkt het soms anders: zij maken veel vaker dan anderen lichamelijk contact met hun begeleiders. Vaak hebben zij niet de natuurlijke rem die anderen daar wel bij hebben. Wanneer je als begeleider daar erg in mee gaat help je hen in feite niet om te leren wat in sociale omgang gebruikelijk is.

Uit onderzoek is vast komen te staan wat de gemiddelde afstand is in verschillende omstandigheden. Zo is de afstand bij zakelijke gesprekken ongeveer anderhalf tot 2 meter.

Wanneer de gesprekspartners elkaar beter kennen wordt de afstand, ook bij zakelijke gesprekken, een stuk kleiner: een tot anderhalve meter. Bij vriendschappelijke contacten, ook als die in de werksfeer bestaan, is dat een halve tot een hele meter. Bij minder dan een halve meter is er sprake heel goede vrienden of een heel persoonlijke relatie. Wie dus zonder zo'n relatie te hebben zo dicht bij iemand komt geeft die ander doorgaans een ongemakkelijk gevoel.