

# NATUURLIJK, DUURZAAM ONDERNEMEN MAAR HOE DOE JE DAT EIGENLIJK?



Dijkhuizen: “Het thema van mijn bijzondere leerstoel aan Tilburg University is duurzame inzetbaarheid van ondernemers: hoe kun je als ondernemer op langere termijn, dat wil zeggen tot het eind van je carrière, blijven werken in een gezond bedrijf. Dat betekent fysiek en mentaal gezond blijven en de energie en inspiratie hebben om je bedrijf te blijven leiden. In mijn visie zit de kracht van je

onderneming vooral in jezelf als ondernemer. Jij bent als ondernemer het belangrijkste voor het succes van je onderneming. Wat niet betekent dat er niks mis kan gaan als jij maar heel gezond bent en blijft. Je zult jezelf en je bedrijf moeten blijven ontwikkelen. Ik bedoel daarmee duurzaam ondernemen in de zin van financieel en persoonlijk gezond blijven ondernemen.”

## TIP 1

### Meet je ondernemersgeluk niet af aan de bedrijfsresultaten

Volgens Dijkhuizen betekent een financieel florerend bedrijf niet zonder meer dat je daar als ondernemer heel gelukkig van wordt. Belangrijk is dat je jouw kernwaarden in de onderneming kunt inpassen. “En daarbij is een cruciale factor of je blij wordt en blijft van je takenpakket als ondernemer. Als je alleen maar bezig bent met de administratie en het aansturen van medewerkers en nauwelijks meer met je vak als tandarts, kan dat voor de ondernemer met het profiel van de inhoudelijk expert enorm stressverhogend werken.”

## TIP 2

### Heb oog voor de levensfase waarin je bent

Ondernemers hebben verschillende wensen en behoeften in diverse fasen van hun leven. Op je 35e ben je vaak heel ambitieus, ben je eager om grote uitdagingen aan te gaan en lijkt het aansturen van mensen spannend. Dijkhuizen: “Maar het is goed denkbaar dat je dat vijftien jaar later allemaal wel gezien hebt en er eigenlijk geen zin meer in hebt en andere behoeften hebt in je leven en ondernemerschap. Ik zie dat ondernemers boven de vijftig zich bijvoorbeeld meer bewust worden van de fysieke en mentale belasting van het werk en zich meer bezig gaan houden met vraagstukken rondom zingeving.”

“Een onderneming hoeft niet elk wiel opnieuw uit te vinden”

## TIP 4

### Zorg ervoor dat medewerkers je kernwaarden delen

Een mondzorgpraktijk heeft niet de omvang van een organisatie waar de poppetjes er nauwelijks toe doen. Integendeel. Als praktijkhouder draag je een duidelijke signatuur mee, waaraan je praktijk als het goed is herkenbaar is. Dijkhuizen: “Kernwaarden vormen de ziel van iedere organisatie. Daarom is het heel belangrijk dat je mensen aanneemt die jouw kernwaarden delen. Wanneer heldere en volledige communicatie met patiënten voor jou een kernwaarde is, en een van de tandartsen nauwelijks de tijd neemt om een behandelingsplan toe te lichten, kan dat de betrouwbaarheid en continuïteit van de praktijk flink onder druk zetten.”

## TIP 3

### Scan je omgeving en kies je koers

Weten wat er speelt in de omgeving van je onderneming, ziet Dijkhuizen als een onmisbaar element: “Die omgeving is dynamisch en complex. Technologische ontwikkelingen vallen daaronder, zowel binnen als buiten je eigenlijke vakgebied. Maar ook de ontwikkeling van regels en voorschriften door de overheid en vakorganisaties. Bij alle, vaak snelle ontwikkelingen is adaptief vermogen belangrijk. Maar je hoeft ook weer geen kameleon te worden of met alle winden mee te waaien. Ook vastberadenheid en koersvastheid zijn grote waarden voor een onderneming. Het gaat erom de juiste balans te vinden tussen aanpassingsvermogen en je eigen strategie.”

## TIP 5

### Bewaak de balans tussen autonomie en samenwerking

Een bijzonder kenmerk van de meeste (para) medische praktijken is volgens Dijkhuizen dat iedereen zelfstandig werkt en je elkaar niet voortdurend controleert. “Dat betekent dat je elkaar, als autonoom werkende collega’s, veel vertrouwen moet geven. Tegelijkertijd zoek je als praktijk naar samenwerking en herkenbaarheid. Tot waar gaat dus die autonomie, en hoe garandeer je tegelijkertijd voldoende samenhang in het team? Aandacht voor die schijnbare tegenstelling is een belangrijk duurzaamheidsaspect, zeker waar in grotere praktijken de één op één relatie tussen tandarts en patiënt is losgelaten. De inzet van zzp’ers, van wie de wetgever ook autonomie verwacht, zorgt voor extra aandacht voor dit punt. Een wekelijks moment samen met het team, voor collegiaal overleg met aandacht voor de persoon, kan hieraan een goede bijdragen leveren.”

TEKST: KEES ADOLFSSEN, FREELANCE JOURNALIST  
BEELD: CURVE/SHUTTERSTOCK

## TIP 6

**Blijf vakinhoudelijk aangehaakt**

Een onderneming hoeft niet elk wiel opnieuw uit te vinden. Dat zou inefficiënt en onverstandig zijn. Dijkhuizen adviseert om vooral in contact te blijven met collega's en met andere mondzorgpraktijken. "Blijf daarnaast ook aangehaakt bij je beroepsvereniging. Bezoek bijeenkomsten en vakbeurzen. Blijf bijgeschoold, ook op gebieden buiten je vak, zoals AI. Je hoeft daarin geen expert te worden, maar het missen van dergelijke ontwikkelingen is absoluut onverantwoord."

“Neem mensen aan die jouw kernwaarden delen”

## TIP 8

**Besteed aandacht aan je gezondheid en je functioneren**

Ondernemers gaan vaak lang en regelmatig zelfs te lang door. Fysieke signalen zijn bijna niet te missen, hoogstens tijdelijk te negeren. Maar signalen van verminderd mentaal welbevinden en mentaal werkvermogen worden vaak langduriger verdrongen. Met alle risico's van dien, meent Dijkhuizen: "Elk elastiek op spanning knapt een keer. Heb daarom oog voor typische stresssymptomen zoals hoofdpijn, spanning in je lijf, meer roken of drinken. Sta vooral ook open voor waarschuwingen en vragen uit je directe omgeving en wees open naar mensen die dicht bij je staan. Veel organisaties doen regelmatig een check in: hoe gaat het, het sta je erin? Als mensen dat kunnen delen en kwetsbaar mogen zijn, zorgt dat voor ondersteuning en voorkomt het uitval. Of schakel een coach in die je een spiegel kan voorhouden: wat geeft jou ruimte, waardoor je weer energie kunt opdoen? Dat is individueel bepaald. Maar algemeen geldt dat het heel goed kan zijn om een tijdje iets anders te doen dan je al jaren gedaan hebt."

## TIP 7

**Trek als ondernemer niet alles naar je toe**

Het is een bekende valkuil: jij bent de spil om wie alles in de onderneming draait. Daarom trekken ondernemers zelfs nog taken naar zich toe die ze eigenlijk niet zelf zouden hoeven doen, ziet Dijkhuizen nogal eens: "Als je goed kunt delegeren, kun je je eigen werk beter, aangenamer en effectiever maken. Maar dat niet alleen: veel medewerkers hebben behoefte aan een stukje autonomie, aan de ontwikkeling van hun competenties en aan getoond vertrouwen. Geef ze een project, een taak, plus het vertrouwen en de middelen om die taak goed uit te voeren. Het zorgt voor geïnspireerde en beter functionerende medewerkers. Ook het uitbesteden van specialistisch werk aan experts van buiten je eigen organisatie kan de ondernemer ontlasten en kan de onderneming, ondank de kosten die het meebrengt, beter laten draaien."

**Unieke winactie**

Josette Dijkhuizen heeft de 'Duurzame Inzetbaarheid Scan voor Ondernemers' (DISO) ontwikkeld. Met vragen over je vitaliteit, je werk-privé balans en de gezondheid van het bedrijf. Ze heeft vijf van die scans gratis beschikbaar gesteld om te verloten. Ben jij geïnteresseerd? Stuur dan een e-mail met je gegevens en de tekst 'Duurzaam ondernemen' naar [ntdentz@knmt.nl](mailto:ntdentz@knmt.nl). Wellicht ben je een van de gelukkigen.