

# column annemiek



## Open of gesloten op het werk

Regelmatig krijg ik te horen van mensen dat ze op het werk niks over hun reuma vertellen. Enerzijds uit angst dat ze bij een volgende reorganisatie worden ontslagen, anderzijds vinden ze het vervelend een uitzonderingspositie op de werkplek in te nemen.

Als je reuma geen enkele invloed heeft op je functioneren op je werkplek, hoef je er helemaal niks over te zeggen. Het is dan helemaal aan jou wat je wel en niet vertelt. Lastiger is het als je reuma wel van invloed is. Als bijvoorbeeld het aantal uren te veel is of de reistijd te lang. Of de werkdruk is zo hoog dat je even niet weet hoe je dat in goede banen kan leiden.

Als je dan niks zegt en maar stug doorgaat tot het echt niet meer lukt, gebeurt er juist wat je graag wilt ontwijken: langdurige uitval en een uitzonderingspositie. Misschien voel je je schuldig dat je collega's nu meer moeten doen omdat je uitgevallen bent. Je worstelt met de vraag: 'hoe open kan ik zijn zonder dat ik me er minderwaardig door voel of twijfels bij mijn werkgever over mijn functioneren oproep'.

---

## **ALS JE REUMA GEEN ENKELE INVLOED HEEFT OP JE FUNCTIONEREN OP JE WERKPLEK, HOEF JE ER HELEMAAL NIKS OVER TE ZEGGEN**

Over het algemeen geldt dat hoe duidelijker jij bent over wat je wel en niet aan kunt, hoe makkelijker het blijven werken is. Zeker als je zelf hebt nagedacht over mogelijke oplossingen voor de knelpunten die ontstaan door je reuma. Als jij aangeeft waar je moeite mee hebt en bijna direct erachter aan zegt wat je aan mogelijke oplossingen hebt bedacht, merkt je leidinggevende gelijk dat je graag wilt. Jij en je leidinggevende zijn samen verantwoordelijk dat jij aan het werk kunt blijven.

Heb je nog geen idee wat je qua werk aankunt, geef dit dan aan en bespreek je twijfels. Zo geef je je werkgever en collega's ook de kans met je mee te denken of maak een (preventieve) afspraak bij de bedrijfsarts.

Je moet het wel zelf doen, maar je hoeft het niet alleen te doen.

**Annemiek de Crom**  
**[www.annemiekdecrom.nl](http://www.annemiekdecrom.nl)**