



JUNI 2021

# De mens achter de functie

## Over grenzen, perfectionisme en hoog sensitiviteit

# Opzet onderzoek

In mei 2021 is in opdracht van VA school een online onderzoek verricht onder de lezers van Management Support Magazine (directie secretaresses, management assistants, personal assistants en office managers).

Vaak hebben we het over de professionele kant van het vak van management ondersteuner, maar wij waren nu vooral benieuwd naar de mens achter de functie. We willen weten of jij bijvoorbeeld wel eens over je eigen grenzen gaat? Hoe waardeer jij op dit moment de communicatie met je leidinggevende en collega's? En ben je misschien bekend met hoogsensitiviteit? "Wie ben jij?" wilden we weten.

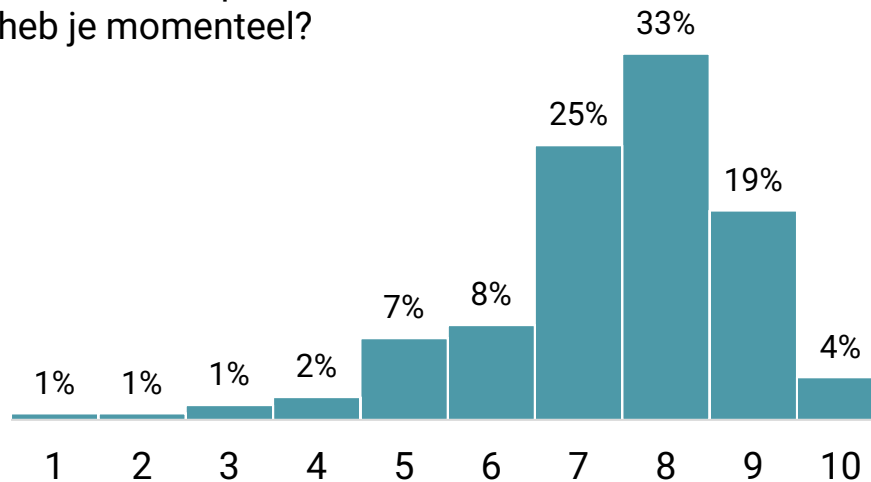
Het is onze missie om zoveel mogelijk mensen te helpen om werk te doen waar ze blij van worden, voor de mensen waar ze blij van worden gelukkig van worden. In welke vorm is voor ons om het even. Door te onderzoeken waar het goed en soms helemaal mis gaat, kunnen we deze kennis met anderen delen en werken aan herkenning én erkenning.

In totaal hebben 685 lezers ons deelgenoot maakt van hun dagelijkse beleving op het werk en de vragenlijst ingevuld. In dit verslag presenteren wij de belangrijkste resultaten uit het onderzoek.

# Hoe ervaar je je werk nu?

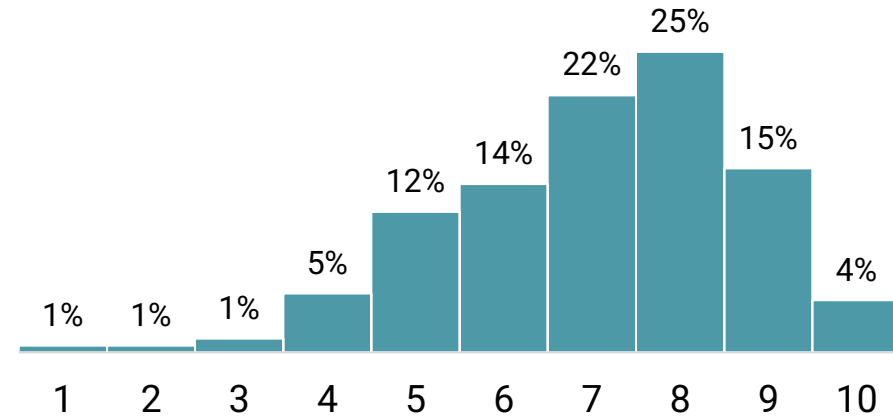
## WERKPLEZIER

Hoeveel werkplezier heb je momenteel?



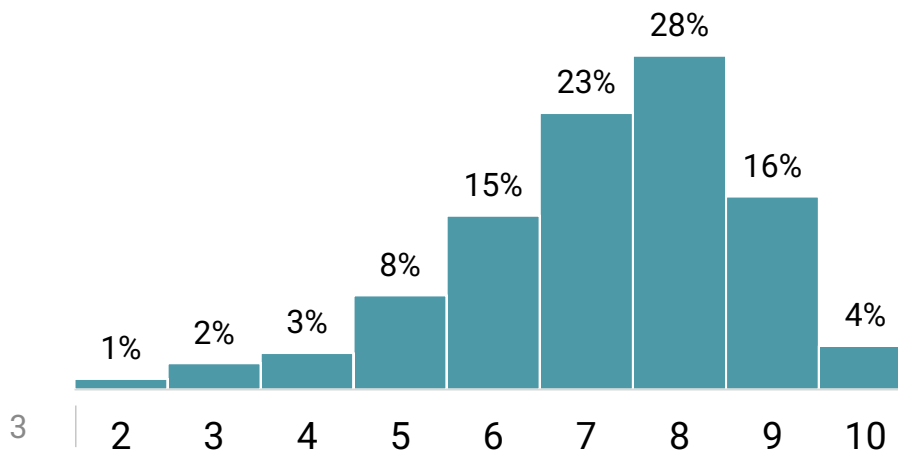
## BALANS

Hoeveel balans ervaar je momenteel in je leven?



## UITDAGING

Hoeveel uitdaging heb je momenteel in je werk?



Gemiddelden:

- Werkplezier: 7,4
- Uitdaging: 7,2
- Balans: 7

# Toelichting schoolcijfers



“Een 9 voor werkplezier: Ik heb een superleuke baan met hele leuke collega’s. Een 8 voor uitdaging: Veel werk is "gewoon" geworden, maar heb onlangs een stukje HR overgenomen, dus dat geeft wel weer uitdaging. En een 6 voor balans: privé kom ik aan weinig toe door het aantal uren.”

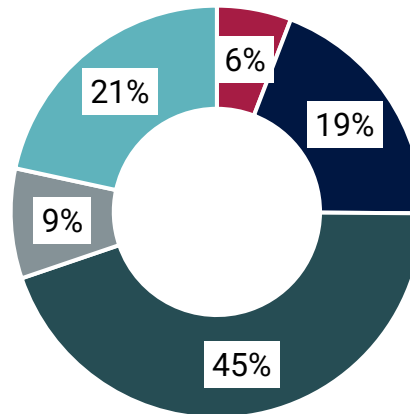
Uit de gecodeerde antwoorden blijkt dat corona bij meer dan de helft van de respondenten een invloed heeft op het professioneel functioneren. Dit blijkt uit uitspraken over:

- Balans werk/privé anders - 15%
- Aanpassen thuiswerken - 14%
- Corona beperkingen - 7%
- Weinig afwisseling - 6%
- Mis contact collega's - 4%

# Persoonlijke ontwikkeling

In hoeverre ben je bezig met je persoonlijke ontwikkeling in het vak?

- Ben ik niet mee bezig
- Heeft de laatste jaren stilgestaan
- Gaat gestaag ik leer iedere week wel iets bij
- Gaat als een speer ik volg nu een interessante training
- Anders

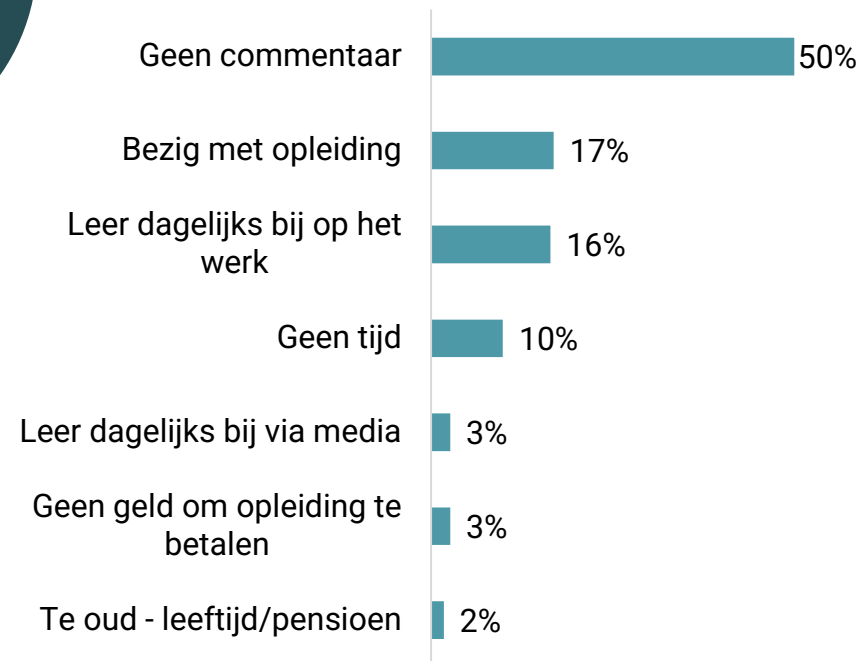


Uit de gecodeerde antwoorden van de toelichting blijkt dat 17% van de respondenten bezig is met een opleiding.

Op de gestructureerde vraag in hoeverre men bezig is met persoonlijke ontwikkeling antwoordt 9% gaat als een speer ik volg een interessante training en slechts 6% meldt dat men niet bezig is met persoonlijke ontwikkeling.

"Ik ben zeer ervaren in mijn vak, maar volg regelmatig relevante trainingen/workshops om te zorgen dat ik goed op de hoogte blijf, ook van nieuwe manieren van werken en technologie."

## Toelichting:

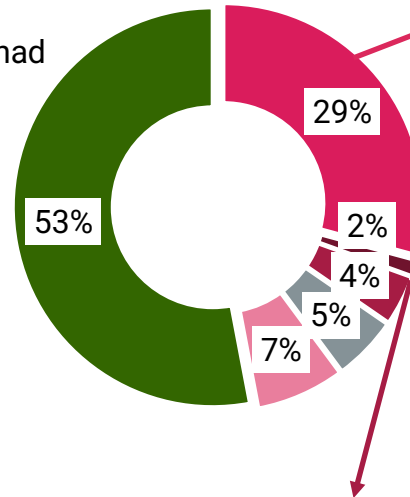


# Burn-out

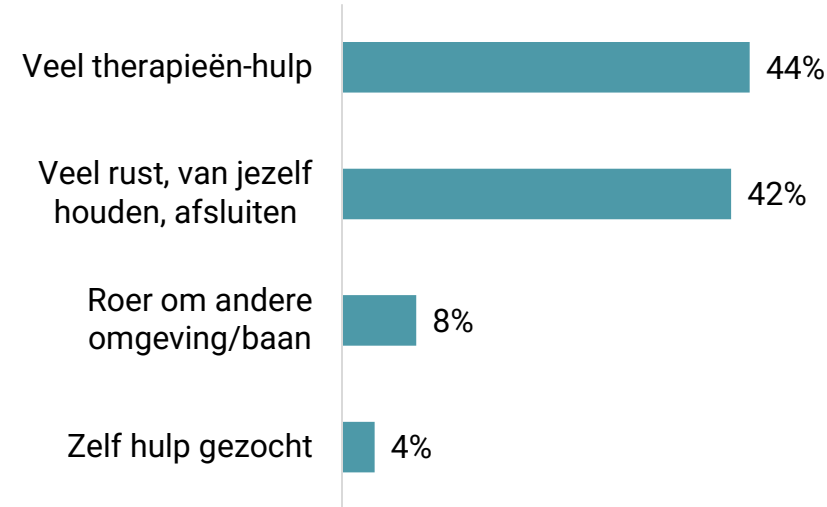
“Erg naar. Machteloos. Direct leidinggevende doet zijn best maar komt er bij beslissing nemers niet doorheen”

Heb je weleens een burn-out gehad?

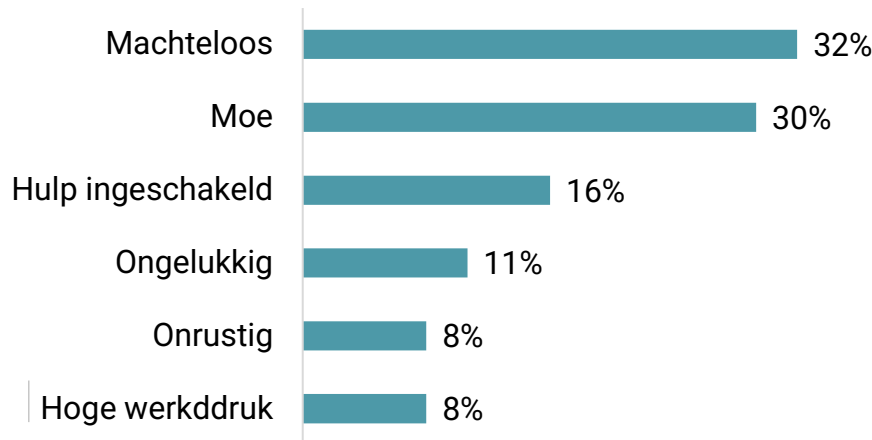
- Ja, in het verleden weleens gehad
- Ja, zit er middenin
- Ik zit er tegenaan
- Weet ik niet
- Overspannen geweest
- Nee



Kan je aangeven op welke wijze je hier uit gekomen bent?



Kan je aangeven op welke wijze je deze situatie ervaart?  
Heb je hulp bij dit proces?



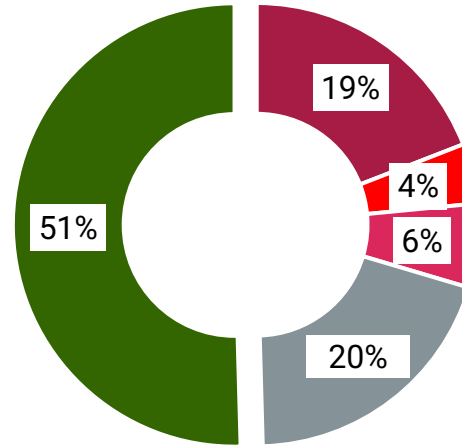
Bijna de helft van de respondenten heeft te maken gehad met burn-out achtige verschijnselen. 29% meldt dat men in het verleden een burn-out heeft gehad en 6% zit er tegenaan of middenin. Dit veroorzaakt een gevoel van machteloosheid en vermoeidheid.

“Bespreken met leidinggevende, op zoek naar meer diepte of meer taken. En je zegeningen tellen!”

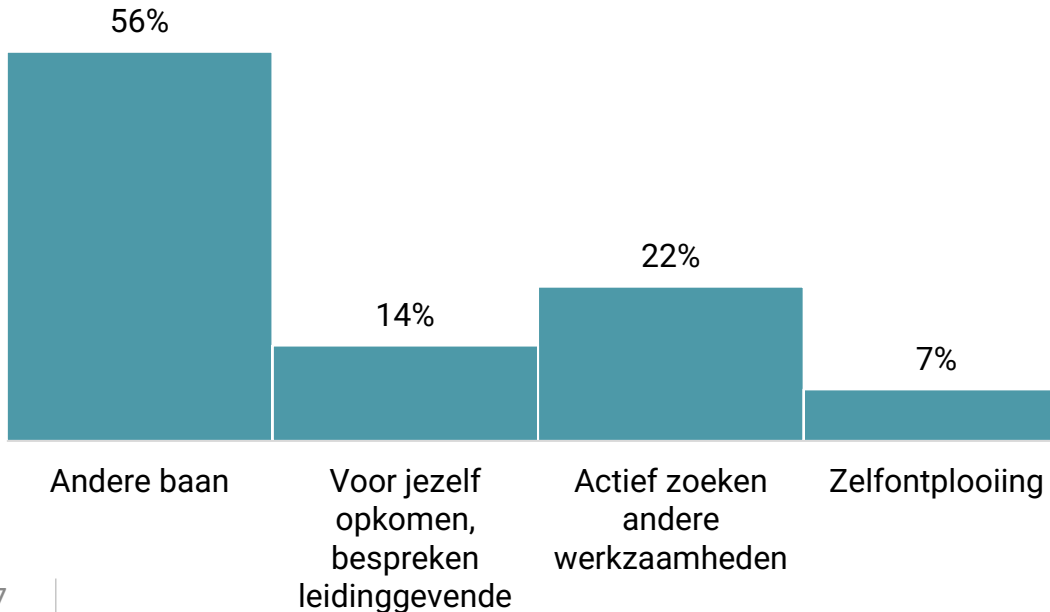
# Bore-out

## Heb je weleens een bore-out gehad?

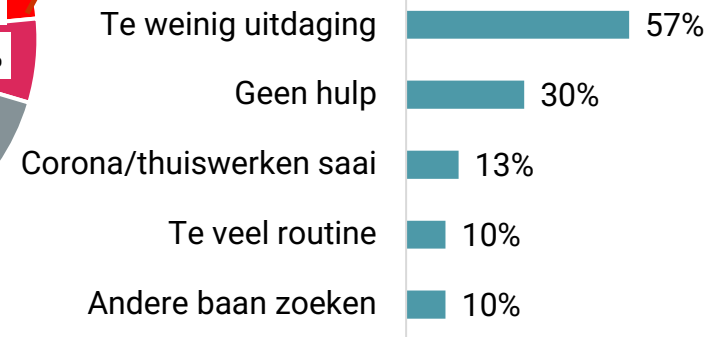
- Ja, in het verleden weleens gehad
- Ja, zit er middenin
- Ik zit er tegenaan
- Weet ik niet
- Nee



Kan je aangeven op welke wijze je hier uit gekomen bent?



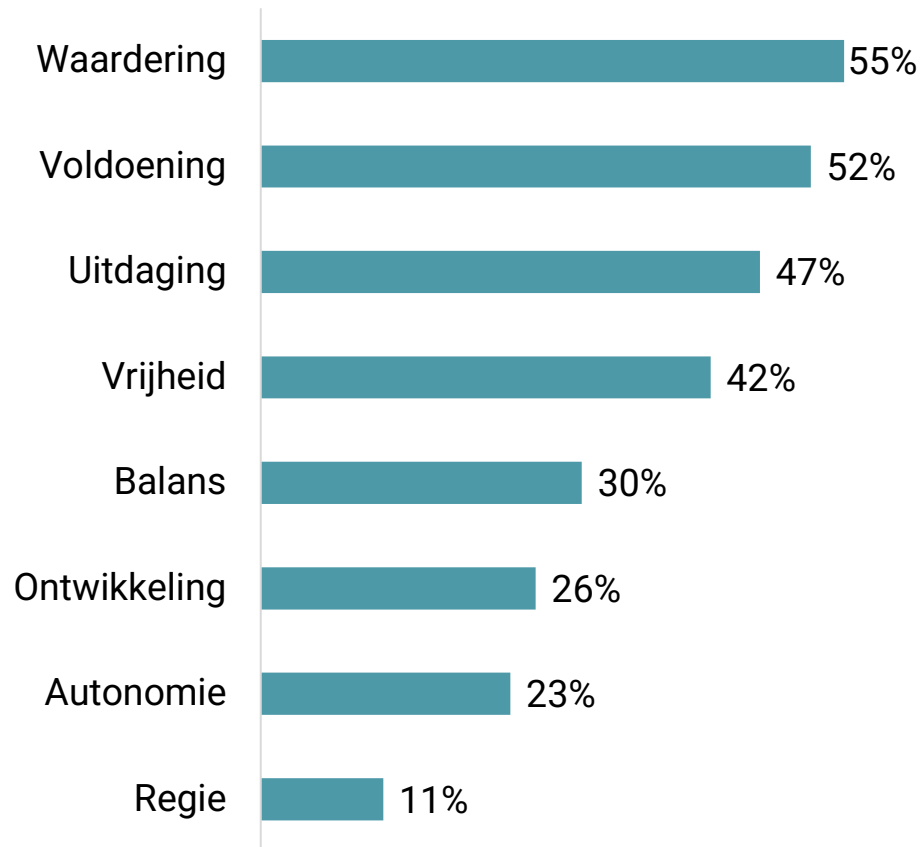
Kan je aangeven op welke wijze je deze situatie ervaart? Heb je hulp bij dit proces?



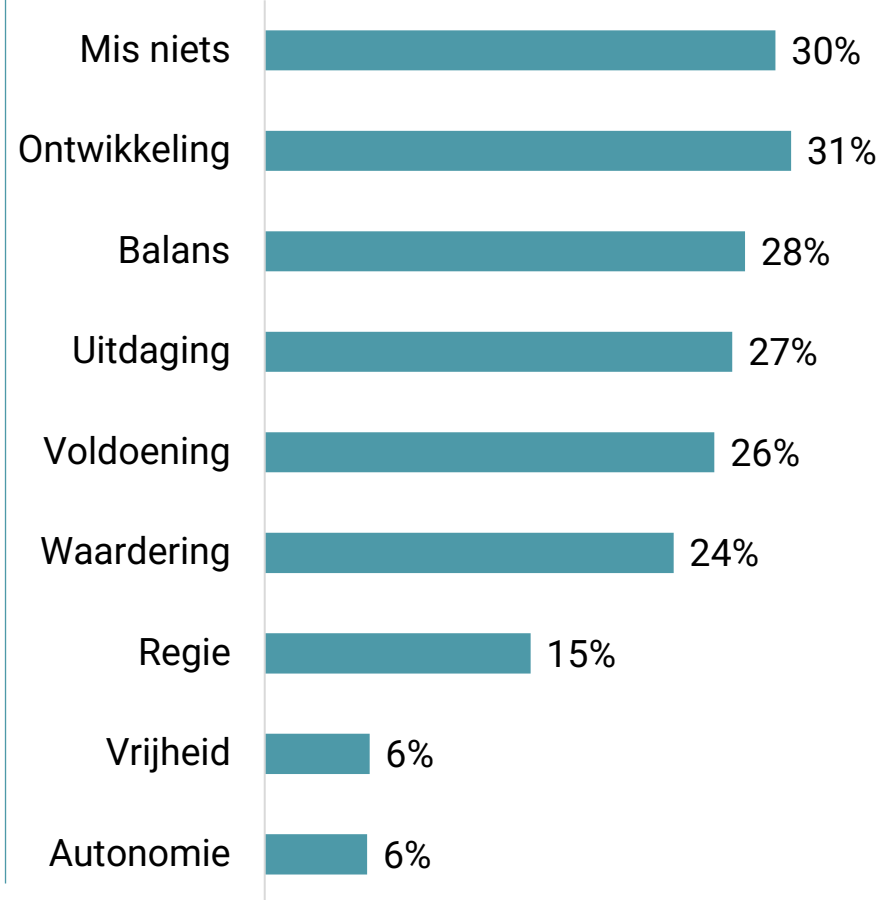
Bijna 30% van de respondenten heeft weleens een bore-out meegemaakt of heeft er nu mee te maken. Een situatie, waarin men weinig uitdaging vindt in het huidige werkaanbod. Bij de meeste (56%) resulteert deze situatie in het oppakken van een andere baan, veelal bij een andere werkgever. 22% gaat actief op zoek naar andere werkzaamheden en 14% maakt het bespreekbaar bij leidinggevende.

# Allerbelangrijkst in het werk

Als je moet kiezen, wat is voor jou het allerbelangrijkst in je werk/functie?



Wat ervaar je momenteel niet in je werk en heb je het meeste behoefte aan?

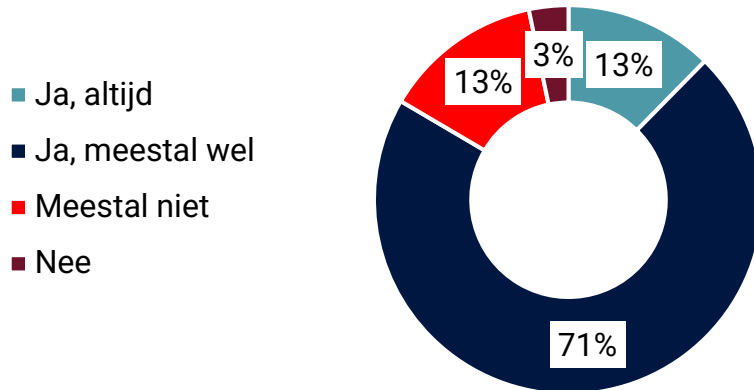


Waardering, voldoening en uitdaging vinden de meeste respondenten zeer belangrijk. Men mist vooral ontwikkeling (31%). Overigens geeft 30% van de respondenten aan niets te missen.

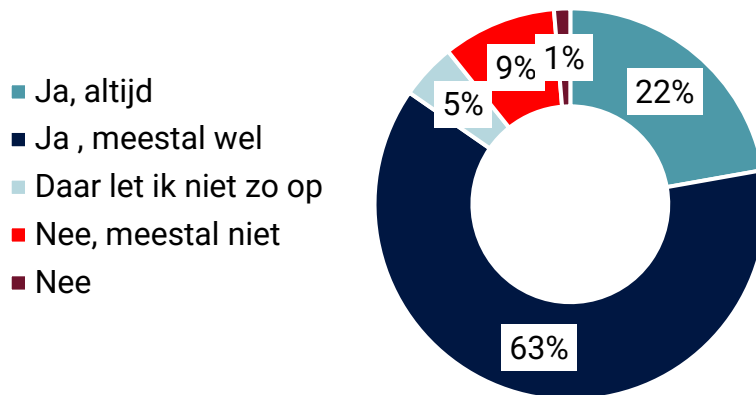


# Gezien op werk en waardering

Voel je je op je werk gezien, gehoord en begrepen?



Word je gewaardeerd op het werk?



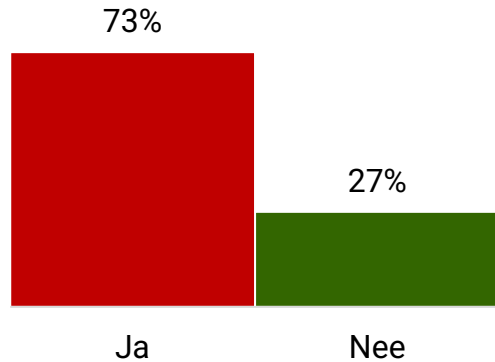
“Sinds corona werkt iedereen in zijn eigen bubbel terwijl je het als ondersteuner van de 'wandelgangen' moet hebben...”

Ruim 85% van de respondenten is tevreden over de waardering en de wijze waarop men gehoord en begrepen wordt. Uit de toelichting bleek dat 59% antwoordt veel aandacht voor elkaar te hebben en te werken voor een goede werkgever.

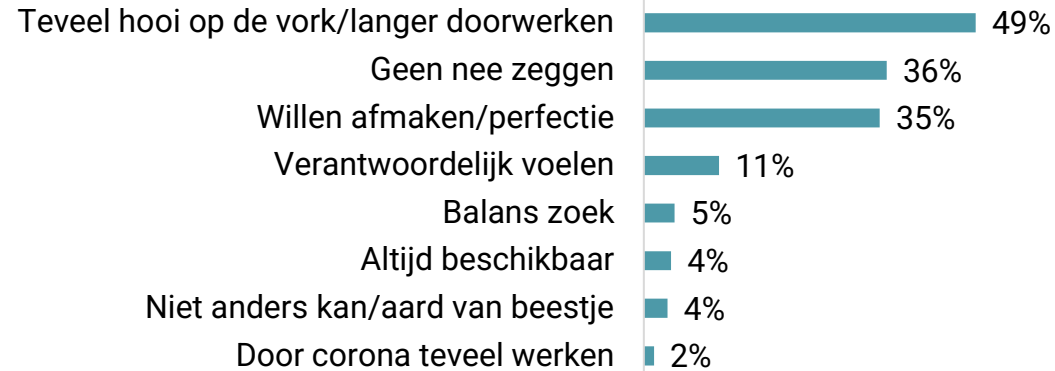
“Bij nee laten verleiden om uiteindelijk toch iets aan te pakken of te doen.”

# Grenzen

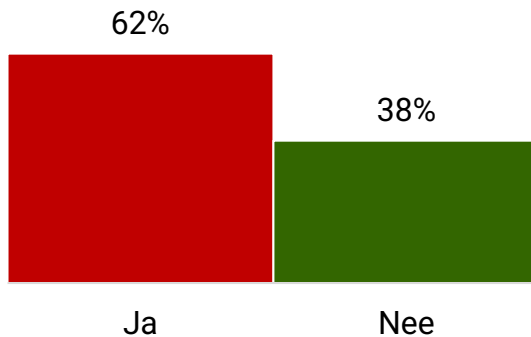
Ga je weleens over je eigen grenzen?



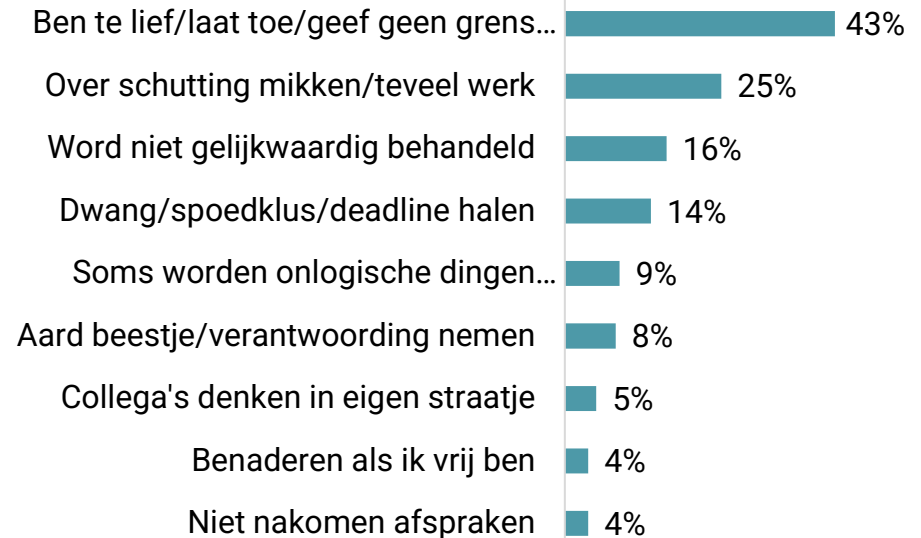
Toelichting:



Gaan anderen weleens over je grenzen?



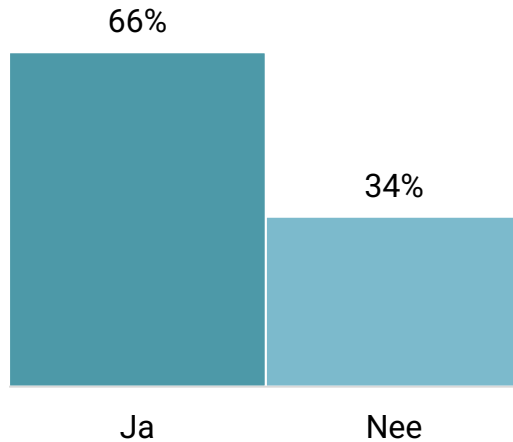
Toelichting:



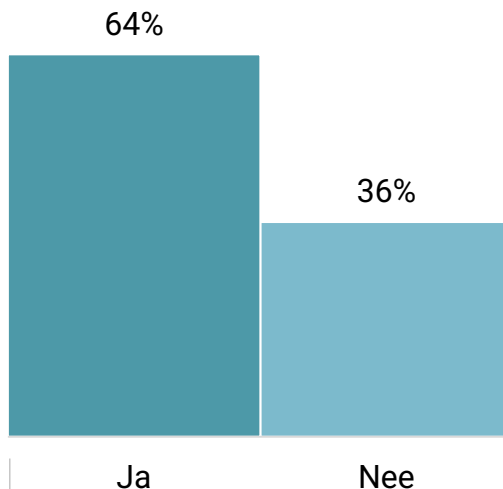
# Perfectionisme

“Iedereen weet dat als ik iets regel, het tot in de puntjes geregeld wordt. Nadeel hiervan is dat het mij soms hoofdbrekers kost. Mijn hoofd blijft doormalen om het perfect te regelen. En dat kan veel tijd kosten.”

Zie je jezelf als een perfectionist?

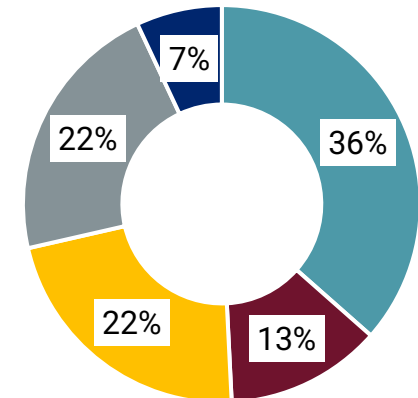


Zien anderen jou als een perfectionist?



Zo ja, ervaar je dit als een probleem of een voordeel en waarom?

- Voordeel
- Nadeel
- Beide
- Geen probleem
- Valkuil/meer balans

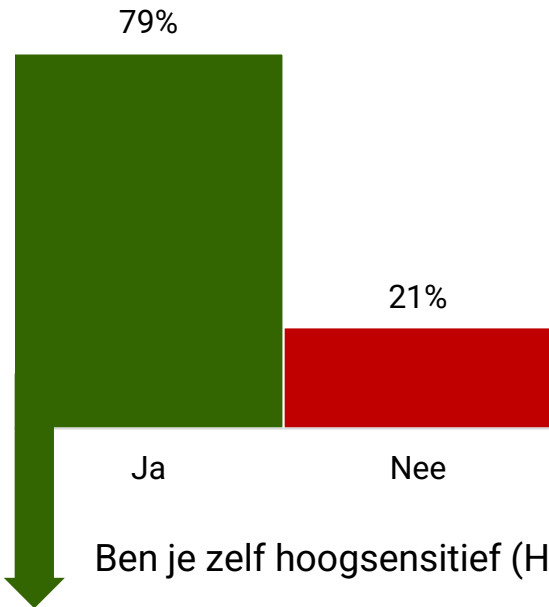


Twee derde beschouwt zichzelf als perfectionist. Slechts 13% perfectionisten ervaart dat als een nadeel, 36% ziet de voordelen van perfectionisme. Voor 22% is het geen probleem. Een 7% beschouwt het als een valkuil en wil meer balans in de werkzaamheden.

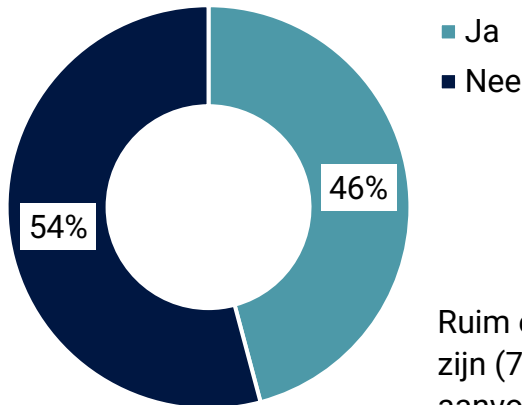
# Hoogsensitiviteit

“Ik voel situaties en mensen goed aan dat helpt me mijn werk goed te doen. Ik kan daardoor makkelijk op mensen afstemmen. Nadeel is dat ik emoties/energie van anderen oppik en niet altijd in de gaten heb dat die van een ander is en niet van mij. Daar kan ik echt op leeglopen.”

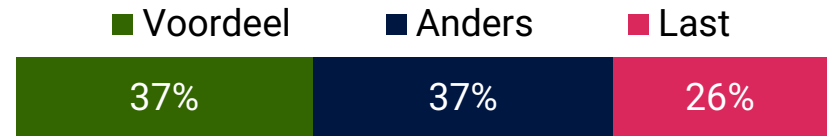
Ben je bekend met hoogsensitiviteit?



Ben je zelf hoogsensitief (HSP)?

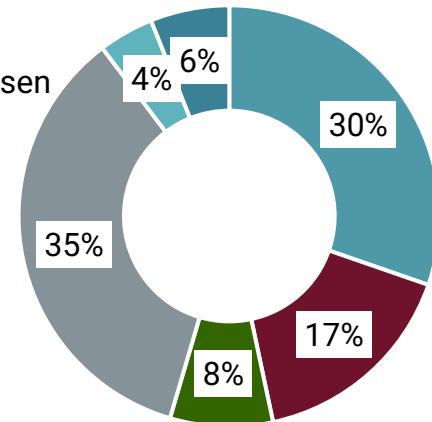


Heb je er in het werk last of voordeel van dat je hoog sensitief bent?



Toelichting:

- Aanvoelen van niet zichtbare wensen
- Nadeel
- Voordeel
- Beide/hangt situatie af
- Wordt niet altijd goed begrepen
- Geen last van

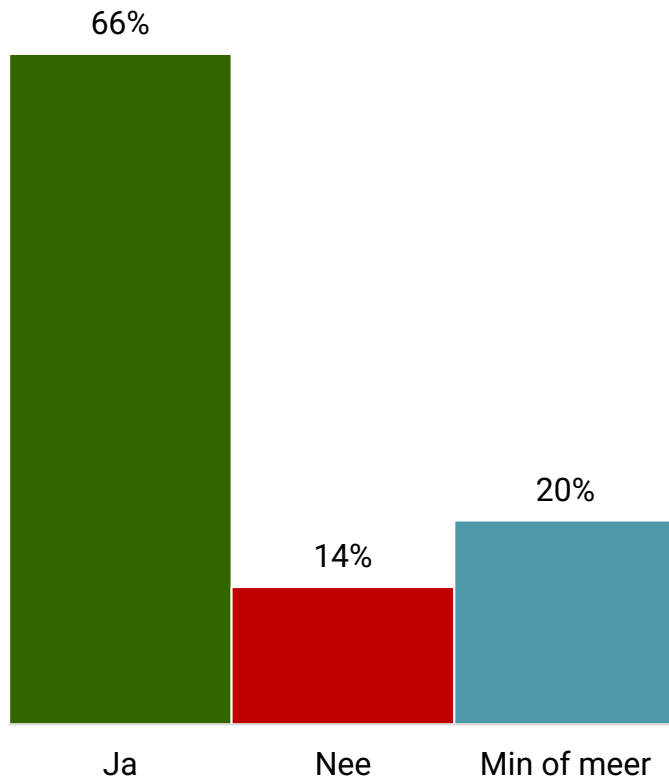


Ruim een derde van de respondenten geeft aan hoog sensitief te zijn (79% x 46% = 36%). Een 30% van deze groep ervaart het aanvoelen van niet zichtbare wensen als een extra asset om processen in goede banen te leiden.

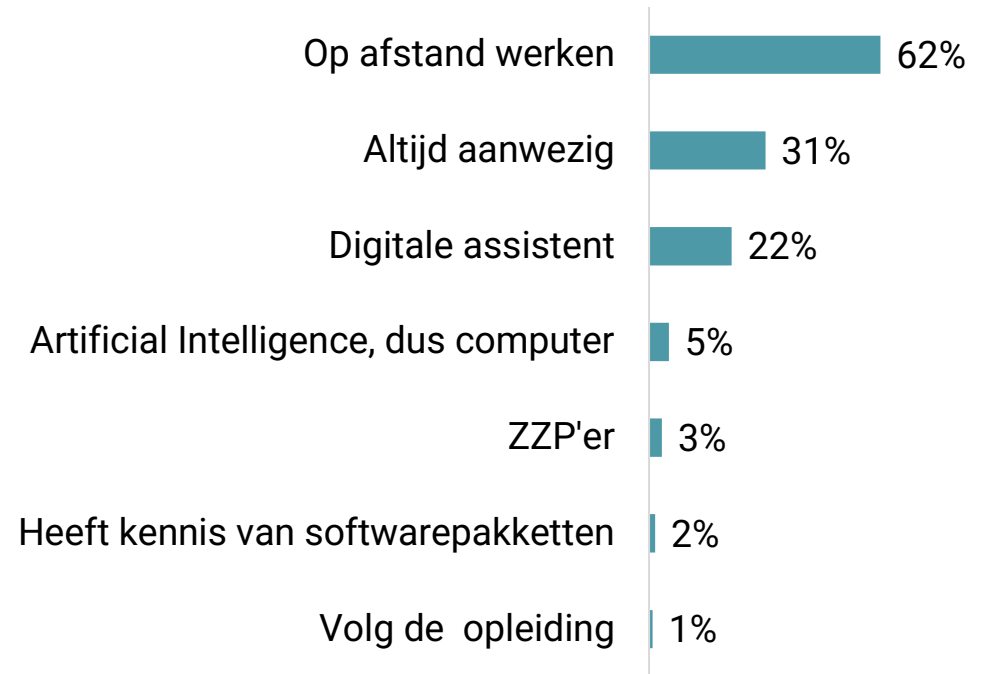
# Virtual assistant

Ben je bekend met de term virtual assistant?

“Een ondersteuner op afstand. Je hoeft niet fysiek samen te zitten, je kunt iemand ook ondersteunen vanuit bijvoorbeeld huis.”



Hoe zou je het begrip virtual assistant omschrijven?

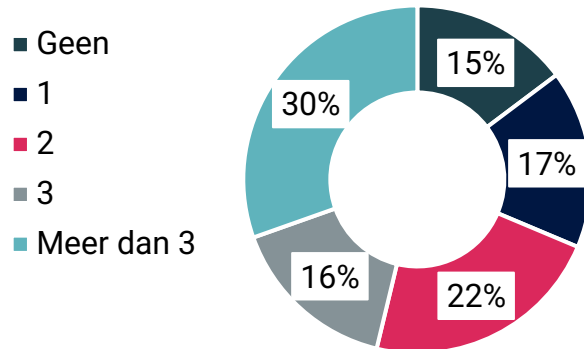


86% van de respondenten is bekend met de term virtual assistant. De meest gegeven omschrijving is van een assistent die op afstand management support werkzaamheden verricht. Een klein percentage geeft aan dat deze VA ook digitale kennis heeft van de laatste softwarepakketten.

# Reorganisaties

“Het heeft voor veel onrust gezorgd omdat mijn functie verdween, maar uiteindelijk is het goed gekomen en ben ik op een hele fijne nieuwe werkplek terecht gekomen binnen de eigen organisatie.”

Hoeveel reorganisaties heb je al meegemaakt in je carrière?



Een lichtpuntje is dat 29% aangeeft, dat de reorganisatie positief heeft uitgewerkt. 15% Heeft nog nooit een reorganisatie meegemaakt. Het effect van een reorganisatie is veelal negatief. Leidt tot boosheid en onbegrip. Vaak is de communicatie onvoldoende om de mensen op evenwichtige wijze door een dergelijk ingrijpend proces te leiden.

Het meest schrijnende is dat iemand meldde dat *“ze met bussen naar een ontspannend evenement werden ‘afgevoerd’ en bij terugkomst de werkplek was verdwenen.”*

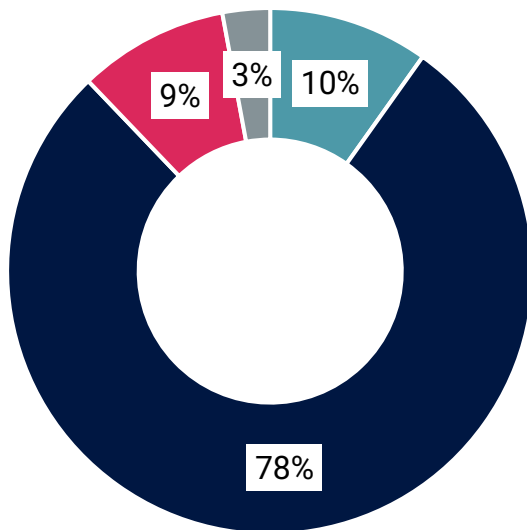
Welk effect hebben deze reorganisaties op je gehad?



# Thuiswerken

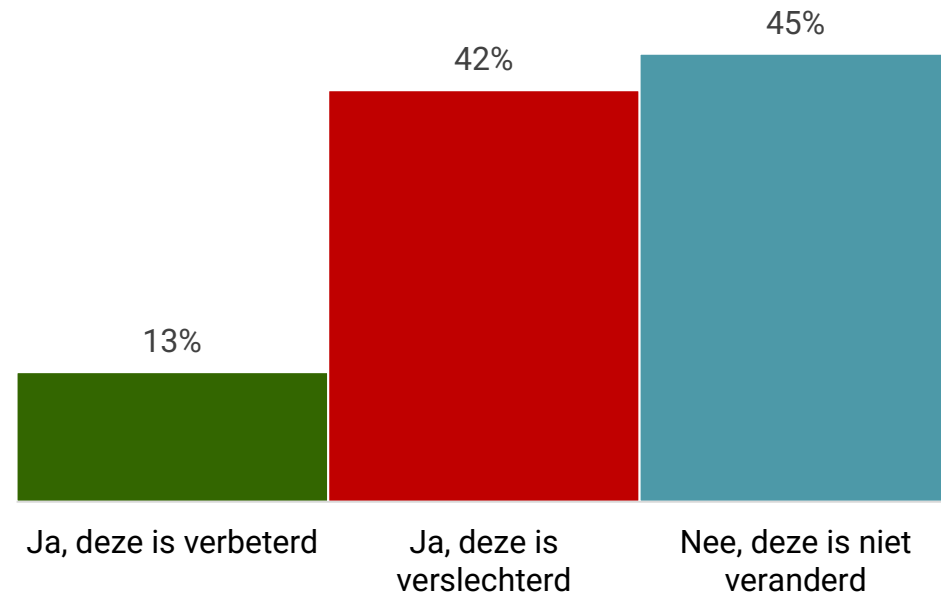
Heb je ervaring met thuiswerken en zo ja, hoe heb je dat ervaren?

- Ja, heel prettig ik wil niet anders
- Ja, in afwisseling met op locatie werken is het ideaal
- Ja, dat is niks voor mij
- Nee, daar heb ik geen ervaring mee



“Door het thuiswerken kan ik mijn privé afspraken beter plannen en af en toe ook 's avonds werken, zodat ik overdag weer wat meer vrij kan nemen. De balans tussen werk en privé is hierdoor verbeterd. Ik probeer uitdagingen meer zelf op te lossen omdat even bellen met een collega toch een grotere drempel is dan even face to face overleg. En dat gaat goed.”

Is de communicatie met collega's/leidinggevende veranderd door thuiswerken?



Het thuiswerken wordt als positief ervaren, 88% vindt het heel prettig vooral in afwisseling met op locatie werken, 9% vindt het niks. Overigens geeft 42% aan dat communicatie met collega's/leidinggevende is verslechterd.

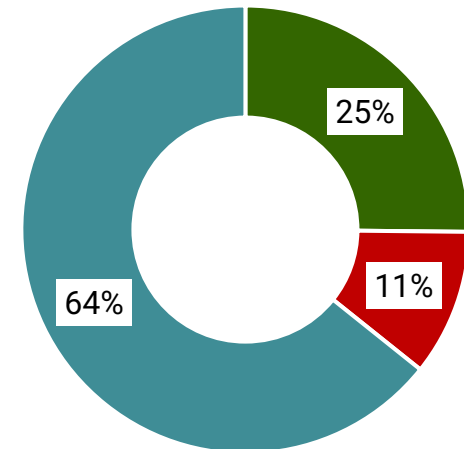
# Effect thuiswerken

“Verslechterd is niet het goede woord, het voelt afstandelijker.”



Is er iets veranderd in jouw functioneren tijdens het thuiswerken?

- Dit is verbeterd
- Dit is verslechterd
- Dit is niet veranderd



Slechts 11% geeft aan dat het functioneren door het thuiswerken is verslechterd, voor 25% is dit verbeterd.

Voor een kwart van de respondenten is er niets veranderd, 29% mist het face-to-face contact, voor 19% is de communicatie veranderd of het overleg strikter geworden (15%).



# Meer werkplezier?

“De combinatie blijven houden tussen 1-2 dagen thuis werken en de andere dagen op kantoor. Daarnaast uitdaging blijven voelen door nog meer inhoudelijke klussen te kunnen uitvoeren voor de directeur. Maar daarover zijn we inmiddels allebei aan het nadenken hoe we dit vorm kunnen geven.”

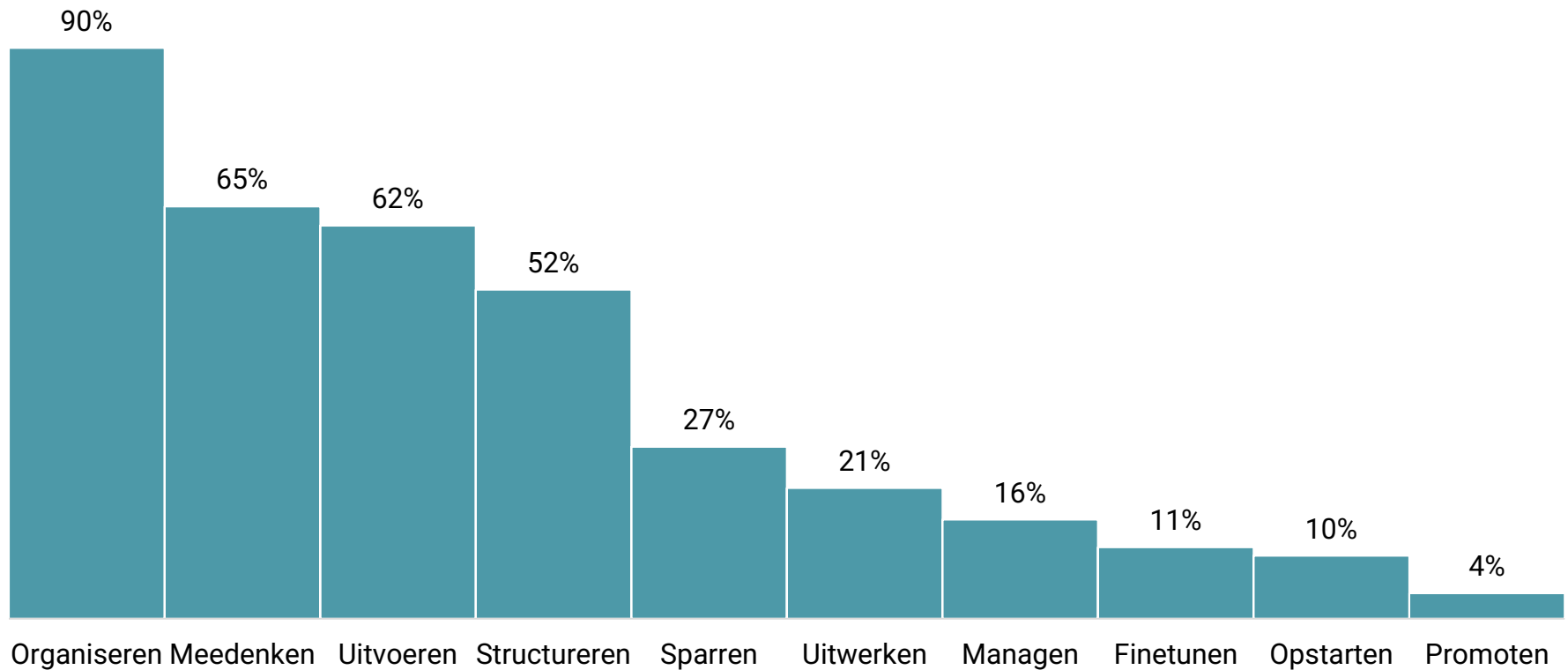
Welke verandering op het werk zou jou á la minute meer werkplezier opleveren?



# Rollen

“Organiseren, secretariaat opzetten, sparren, uitvoerende taken.”

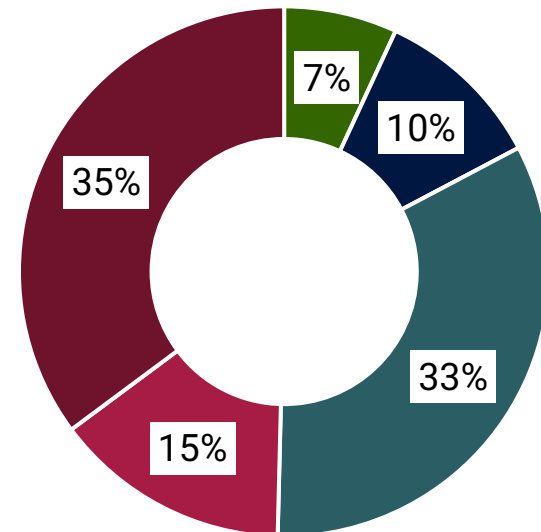
Welke rol past het best bij jou?



# Voor jezelf beginnen?

Heb je weleens overwogen om voor jezelf te beginnen?

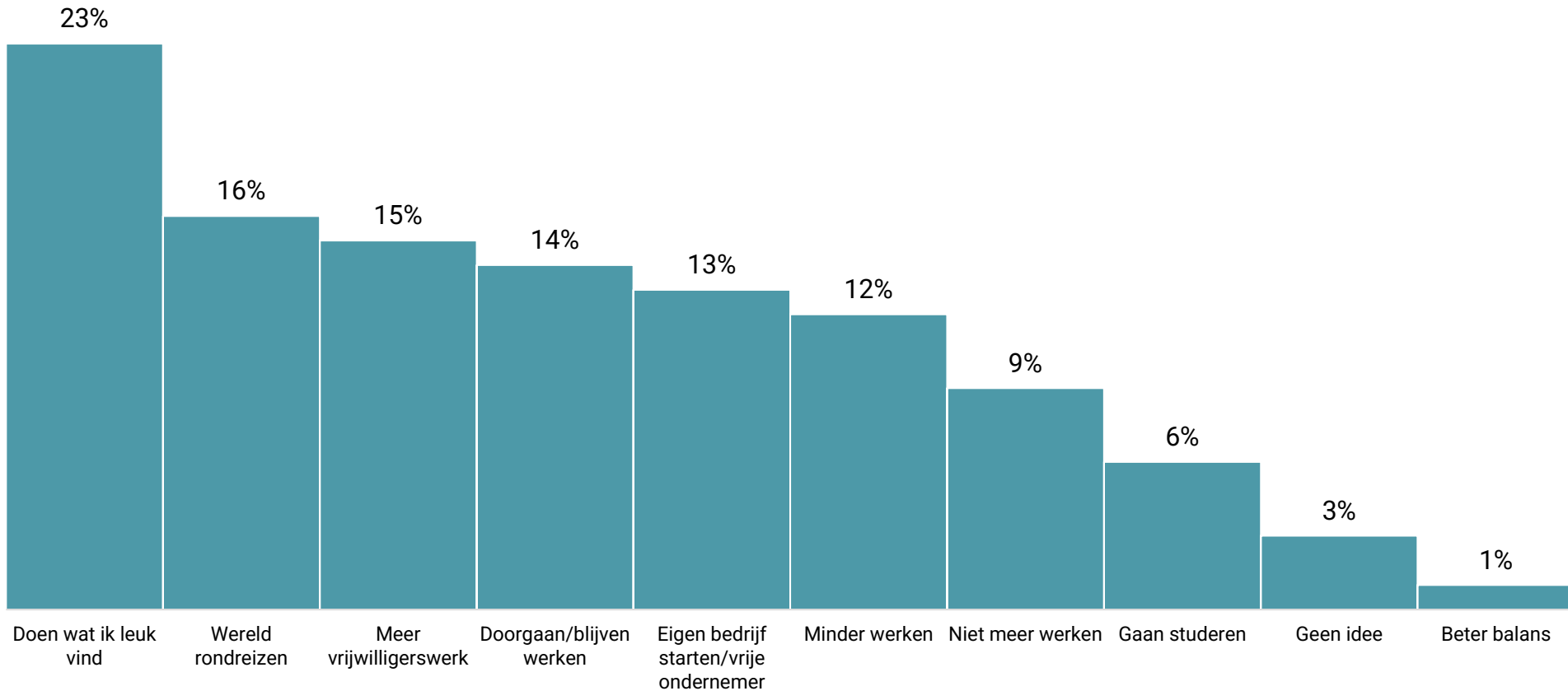
- Ja, daar droom ik al van sinds ik klein was en gaat ook zeker gebeuren
- Ja, dat lijkt me ideaal maar ik weet niet hoe
- Misschien, ik zie teveel apen en beren op de weg
- Nee, nog nooit over nagedacht
- Nee, dat is niets voor mij



# Ideaalbeeld

“De wereld rondreizen, daarna leuk en zinvol vrijwilligerswerk gaan doen.”

Als tijd en geld geen rol speelt dan zou ik....



Ruim een kwart van de respondenten zou alleen maar doen wat men leuk vindt als tijd en geld geen rol spelen. 18% wil de wereld rondreizen, 17% gaat meer vrijwilligerswerk doen en 16% wil gewoon doorgaan met de huidige werksetting. Ruwweg zou 84% dus iets anders gaan doen als geld en tijd geen rol speelt.