



Fitheid & Vakantie

Impact op de zorg- en welzijnssector

Juni 2022



In samenwerking met



Inhoudsopgave

- | | |
|----|--|
| 01 | Introductie en onderzoeksopzet |
| 02 | Conclusie en aanbevelingen |
| 03 | Behoefte, doel & mogelijkheden |
| 04 | Mogelijkheden vanuit de werkgever |
| 05 | Verwachtingen over vakantie en terugkeer |
| 06 | Enkele uitsplitsingen |
| 07 | Achtergrondkenmerken |



Hoe fit is zorgverlenend Nederland?

In de vaste kwartaalcyclus van onderzoek onder medewerkers in de zorg- en welzijnssector, hebben PGGM&CO in samenwerking met stichting IZZ en Miles Research niet alleen gekeken naar de fitheid en balans onder de leden, maar deze keer ook een aantal vragen voorgelegd over de behoeften aan vakantie en mogelijkheden en belemmeringen hierin. Wat is de behoefte aan vakantie en wat doet dit met de fysieke, mentale en financiële fitheid? Wat zijn de mogelijkheden vanuit werkgevers? In dit rapport worden de resultaten hiervan beschreven.

Veel leesplezier gewenst!



Onderzoeksopzet



Doelstelling

- Inzicht krijgen in de fitheid van zorg- en welzijnspersoneel en de behoeften en mogelijkheden ten aanzien van vakantieverlof.
- Ontdekken waar de grootste knelpunten liggen en wat de impact is van het wel of niet opnemen van vakantie op de fitheid.
- Deze inzichten kan PGGM&CO vertalen naar acties om de diensten en producten voor leden te verbeteren.



Doelgroep

- Personeel in de sector zorg en welzijn.
- Werkzaam lid van PGGM&CO.



Methode

- Online vragenlijst (gemiddelde invultijd circa 12,5 minuut (volledig ingevuld).
- Leden (N=200.000) uitgenodigd door PGGM&CO.

Veldwerk

- Kwartaalmeting 6 juni tot en met 9 juni.



Respons ledenbestand

- N=8.475 (3,4%), waarvan:
 - 3.898 volledig ingevuld (46%)
 - 1.925 gedeeltelijk ingevuld (23%)
 - 2.652 screenouts (niet werkzaam in sector, gestopt met werken of met pensioen) (31%).



2. Conclusies & Aanbevelingen

Belangrijkste conclusies op een rij

Oplossingen
Deelconclusies
Hoofdconclusie

1. Vakantie belangrijk voor ontspanning en nodig om balans te herstellen

2. Behoeftte aan vakantie groter naarmate werkdruk hoger is en mentale fitheid en balans zwakker

3. Vakantie niet voor iedereen in gewenste periode mogelijk

4. Echt loskomen van werk blijkt niet gemakkelijk

5. Anticiperen op verwachte toename werkdruk

6. Realiseer ook de impact van thuissituatie (mantelzorg)

7. Helpen om los te komen en te ontspannen tijdens vakantie

Samenvatting (I)

Toelichting hoofdconclusie, deelconclusies & oplossingen

1. Vakantie belangrijk voor ontspanning en nodig om balans te herstellen

- ✓ Voor zorg- en welzijnsmedewerkers is het belangrijkste doel van vakantie (zoals voor velen) om er even tussenuit te gaan en om te ontspannen.
- ✓ Ook herstellen is een belangrijk doel (derde genoemde doel; 1:10 werkenden).
- ✓ Zij verwachten dan ook een sterk effect van de vakantie op de mentale fitheid.
- ✓ 88% verwacht na de vakantie weer uitgerust aan het werk te kunnen gaan.
- ✓ Toch wordt er tijdens de vakantie nog veel aan het werk gedacht (44%), dit zijn veelal negatieve gedachten (slechts 20% heeft enkel positieve gedachten).
- ✓ 31% maakt zich zorgen over de terugkeer na de vakantie; dit blijkt ook uit veel open antwoorden.
- ✓ De verwachting is dat niet op vakantie gaan een negatief effect heeft op de mentale en fysieke fitheid. Men verwacht dat dit negatieve effect van niet op vakantie gaan sterker is dan het positieve effect van wel op vakantie gaan.

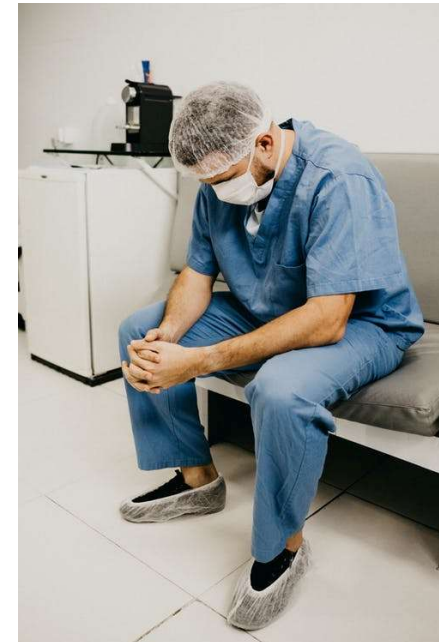
*** In dit onderzoek is gevraagd om een rapportcijfer te geven voor de (huidige en verwachte) werkdruk, waarbij 0= geen werkdruk en 10= zeer hoge werkdruk. Het gaat hier dus om werkdrukbeleving, hoe de werkdruk ervaren wordt. 'Werkdruk' in dit onderzoek is dus niet hetzelfde als feitelijke werklast. Een hoge werklast kan een hoge werkdrukbeleving geven, maar ook andere factoren kunnen het gevoel van werkdruk beïnvloeden.**

2. Behoeftte aan vakantie groter naarmate werkdruk hoger is en mentale fitheid en balans zwakker

- ✓ Bijna 2 op de 3 werkenden heeft een sterkere behoefte aan vakantie dan voor corona uitbrak.
- ✓ Werkdruk wordt het meest genoemd als verklaring voor hun behoefte aan vakantie, gevolgd door de privésituatie en de emotionele zwaarte van het werk.
- ✓ Met een gemiddelde van 6,7 wordt de werkdruk nog altijd als redelijk hoog ervaren. Duidelijk is dat een hoge werkdruk samenhangt met een sterkere behoefte aan vakantie.
- ✓ Ook de fitheid en balans laten sterke verbanden zien met de vakantiebehoefte.
- ✓ De overall fitheid laat een stabiel beeld zien over de afgelopen kwartaalmetingen, waarbij fysieke fitheid structureel het laagste scoort (7,0).
- ✓ Opvallend is de sterke daling in balans van 6,7 naar 6,3. Ook balans hangt sterk samen met de behoefte aan vakantie.
- ✓ 86% neemt de komende zomer vakantie op en voor 90% valt dit ook in de gewenste periode.

3. Maar niet voor iedereen gerealiseerd in gewenste periode

- ✓ Degenen die geen verlof opnemen, noemen vooral als reden het niet gevuld krijgen van het rooster. En dit hangt samen met een andere reden, namelijk het werk dat blijft liggen. Met name voor werkenden in primaire functies speelt het niet gevuld krijgen van de roosters een rol; zij kunnen dan ook vaker (dan de ondersteunende functies) niet de gewenste periode op vakantie.



Samenvatting (I)

Toelichting hoofdconclusie, oorzaken & oplossingen

4. Echt loskomen van werk blijkt niet gemakkelijk

- ✓ Alhoewel het belangrijkste doel is om te ontspannen, blijkt dat lang niet altijd makkelijk.
- ✓ Vakantiestress wordt niet alleen veroorzaakt door al het geregeld vooraf, maar ook door het besef dat er werk blijft liggen.
- ✓ 44% denkt tijdens de vakantie regelmatig aan werk.
- ✓ Dit zijn in meer dan de helft van de gevallen enkel negatieve gedachten; voornamelijk over de vraag of alles wel goed loopt en de gedachte aan collega's, die met een lagere bezetting nog aan het werk zijn.
- ✓ 1:3 maakt zich dan ook zorgen over de terugkeer na de vakantie.
- ✓ Niet verrassend is dan ook dat de grootste uitdagingen liggen in het tijd voor jezelf maken en werk loslaten.

6. Realiseer ook de impact van thuissituatie (mantelzorg)

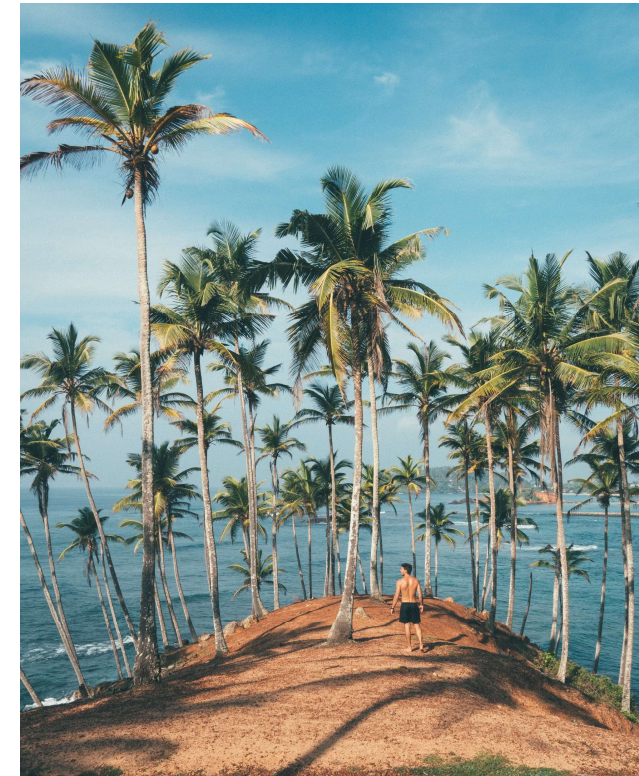
- ✓ Niet alleen werkdruk is de oorzaak van onvoldoende ontspanning en herstel.
- ✓ 40% van de werkenden is ook mantelzorger.
- ✓ De impact hiervan op de fitheid komt onder meer naar voren uit de open antwoorden. De zorg voor familie, partner trekt een zware wissel op de mantelzorgers, een zorg die ook tijdens vakantie vaak doorgaat.

5. Anticiperen op verwachte toename werkdruk

- ✓ De werkdruk wordt met een 6,7 als redelijk hoog ervaren, de verwachting is dat dit de komende periode toeneemt. Gelegenheid om vakantie te nemen in de gewenste periode is belangrijk om uitval op lange termijn te voorkomen.
- ✓ Door werkdruk neemt de behoefte aan vakantie voor veel zorg- en welzijnsmedewerkers toe. Als de werkdruk ook de komende periode hoog zal zijn en mogelijk nog hoger dan de afgelopen periode, is tijdige ontspanning geen luxe maar noodzaak.
- ✓ Dat stelt hoge eisen aan de personeelsplanning en capaciteit.

7. Helpen om los te komen en te ontspannen tijdens vakantie

- ✓ Het daadwerkelijk los kunnen komen van het werk en echt te kunnen ontspannen blijkt voor veel medewerkers een grote uitdaging. Deze groep hierbij helpen is van belang.



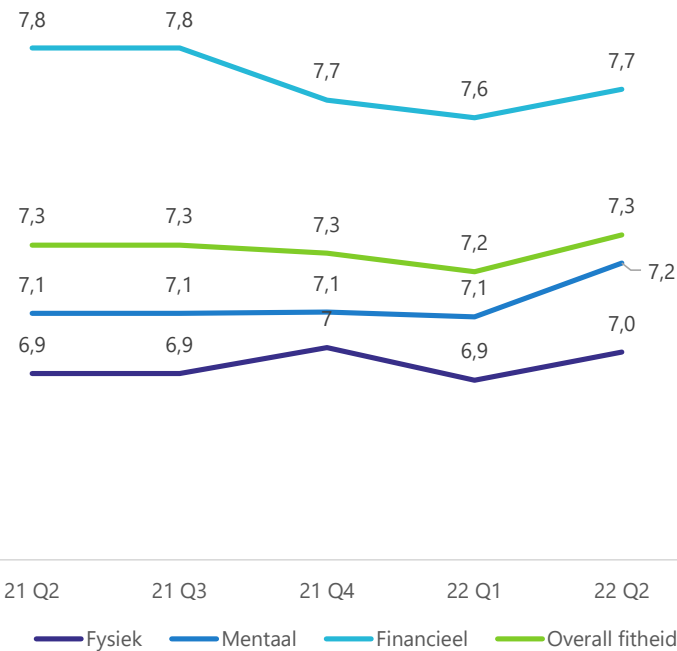
A decorative graphic in the top left corner consisting of several concentric, semi-circular arcs in shades of blue, green, and orange, resembling a stylized signal or a series of overlapping paths.

3. Behoefte, doel & mogelijkheden

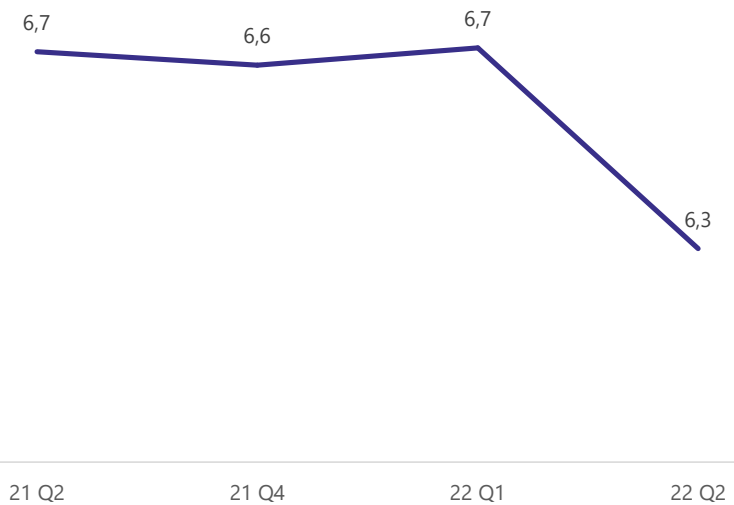
Fitheidsscores stijgen licht

En toch daalt het gevoel van balans

Verloop fitheid 2021 Q2 t/m 2022 Q2 (gemiddelde scores)



Verloop balans 2021 Q2 t/m 2022 Q2 (gemiddelde score)



* Hoe beoordeel jij je eigen fitheid? Schaal van 1 (voel mij helemaal niet fit) tot 10 (voel mij heel erg fit)

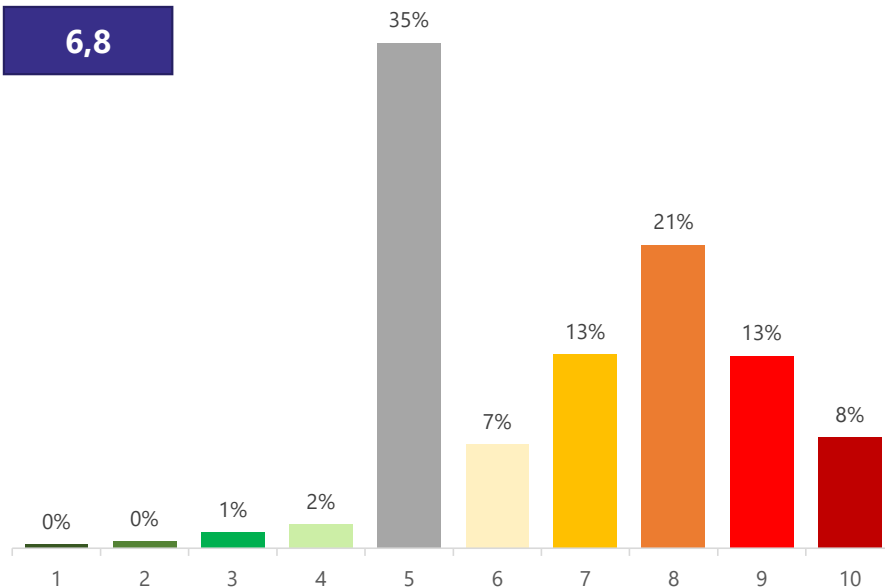
62% heeft een sterkere (≥ 6) behoefte aan vakantie sinds corona uitbraak

Met name de werkdruk is een belangrijke oorzaak, gevolgd door de privésituatie en emotionele belasting

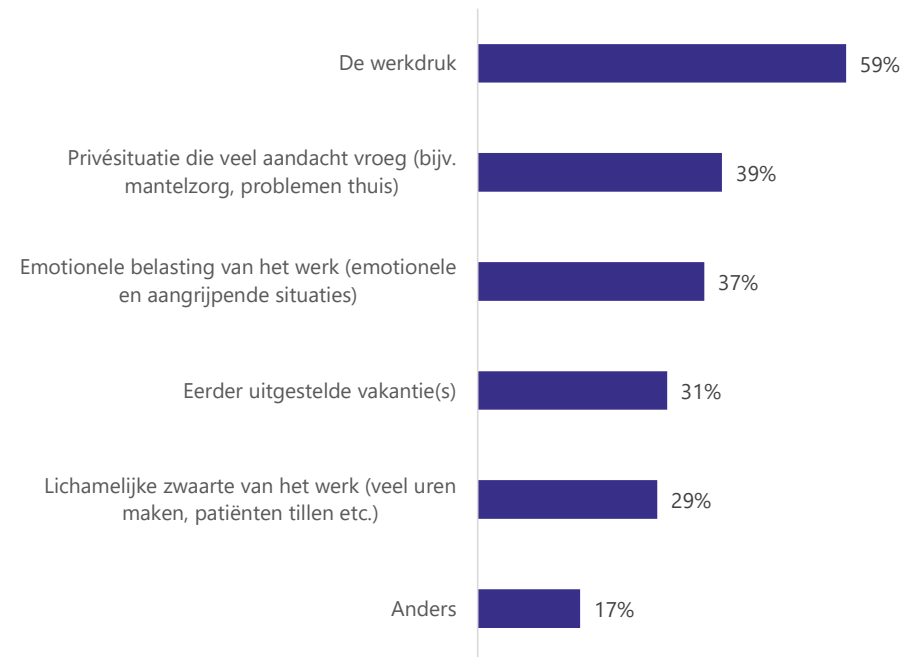
Hoe sterk is dit jaar jouw behoefte aan vakantie, als je dit vergelijkt met de periode voor corona uitbraak? Een score 5 is evenveel als normaal. (n=3898)

Gemiddelde score

6,8



Welke van onderstaande redenen hebben ervoor gezorgd dat jij meer behoefte hebt aan vakantie? * (n=2414)



* Deze vraag is voorgelegd indien de behoefte aan vakantie een 6 of hoger is gegeven.

Andere redenen toegenomen behoefte aan vakantie

Bijna 300 medewerkers hebben een andere reden opgegeven

- De meest genoemde redenen zijn ziekte en minder fit voelen (circa 150).
- Daarnaast gaat het vaak over bezettingsproblemen, het overwerken, ergernissen op het werk (circa 90).
- Ook geven veel medewerkers aan 'gewoon zin te hebben in vakantie', en blij te zijn dat het nu weer kan (ruim 80).
- Verder worden ook zaken genoemd als het volgen van een opleiding, mantelzorg.

'Combinatie van bovenstaande. Veel langdurig zieke collega's. Zorgzwaarte is toegenomen, waar qua inzet geen rekening mee gehouden wordt.'

'Gewoon lekker vrij zijn.'

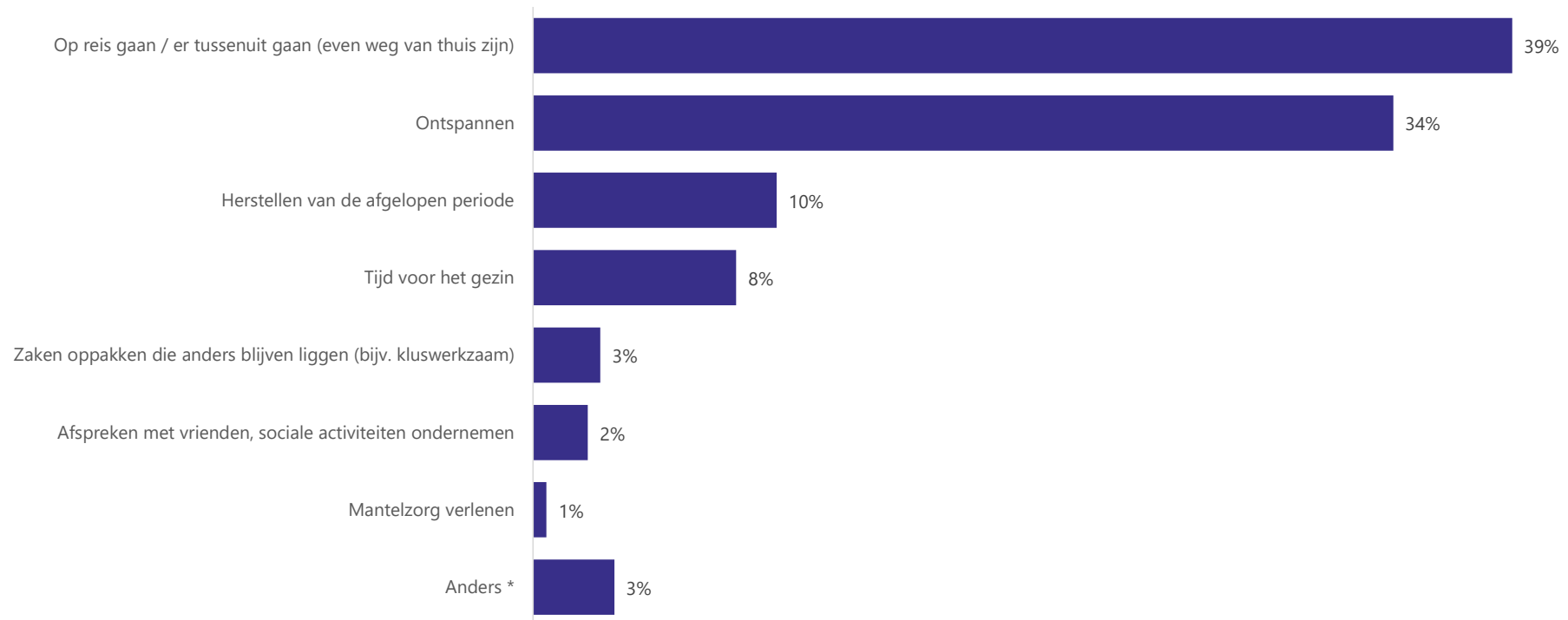
'Ergernis door weinig begrip en beleid van de organisatie waarvoor ik al bijna 40 jaar werk. Maak zoveel extra uren. Door ziekte van collega's. En het niet op kunnen nemen van vakantie en plusuren.'

'Zelf corona gehad, ben wel aan het werk maar nog niet helemaal opgeknapt '.

Er even tussenuit zijn en ontspannen belangrijkste doelen

1 op de 10 medewerkers heeft vakantie nodig om te herstellen

Wat is voor jou het belangrijkste doel van vakantie de komende zomer? (n=3575)

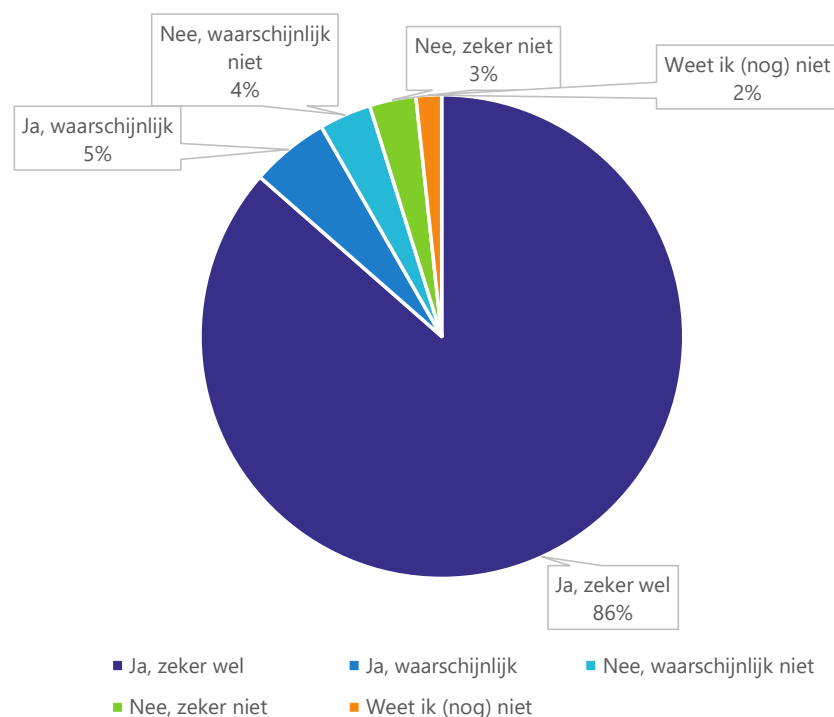


* Herstellen, ontspannen, loskomen meest genoemd bij 'anders'.

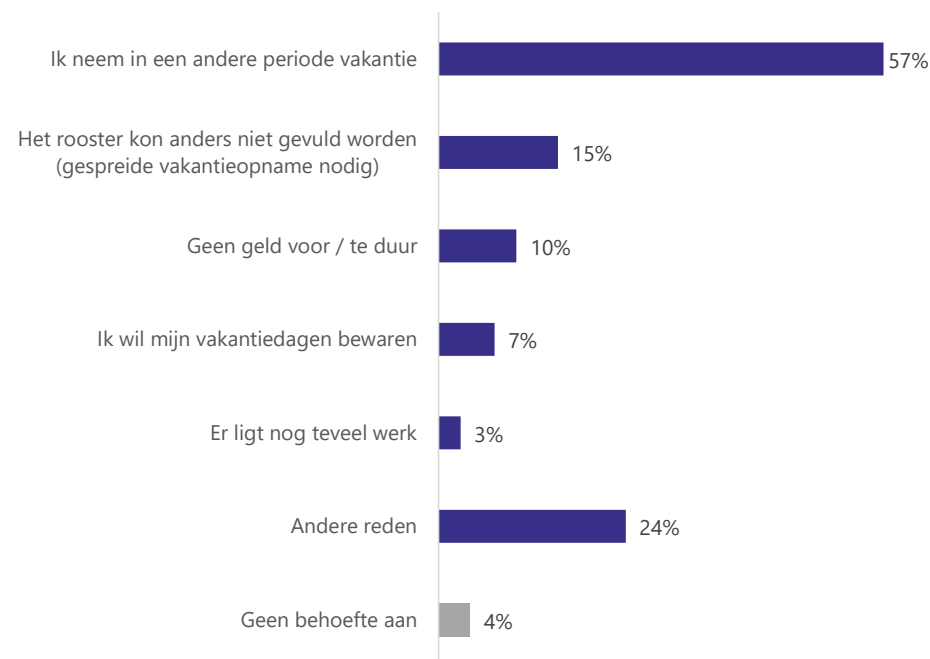
Ruime meerderheid neemt komende zomer vakantie op

Van degenen die dat niet doen, neemt meer dan de helft dit in een andere periode op

Neem je de komende zomer vakantieverlof op? (n=3898)



Wat zijn voor jou de belangrijkste redenen dat je (misschien) geen verlof opneemt * (n=323)



* De redenen 'Geen geld voor / te duur' en 'Geen behoefte aan' hangen sterker samen met de reden 'ik neem in een andere periode vakantie'; de reden 'Het rooster kon anders niet gevuld worden...' hangt sterker samen met 'Er ligt nog teveel werk'

Andere redenen om geen verlof op te nemen

Ruim 70 medewerkers hebben een andere reden opgegeven

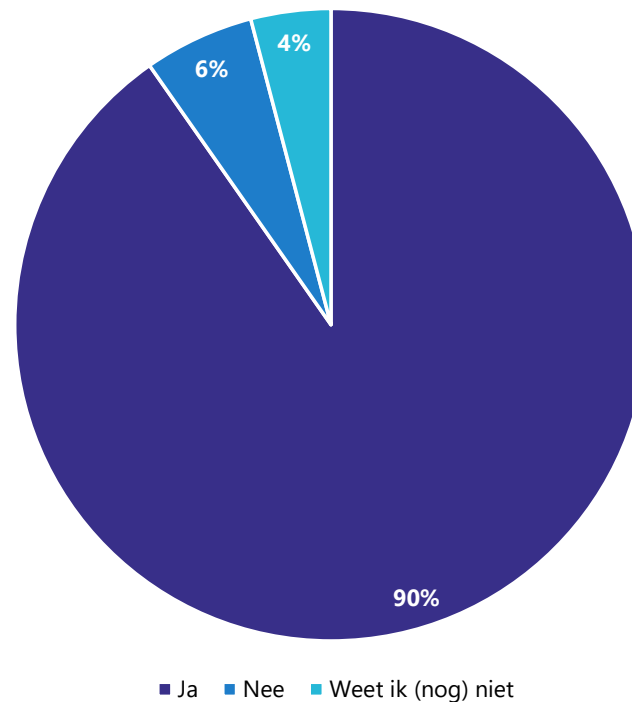
- De meest genoemde redenen zijn privégerelateerde redenen (circa 27), zoals mantelzorg (vooral voor partner), zwangerschap, een verhuizing of verbouwing.
- Andere reden die veel genoemd zijn, zijn ziekte (circa 19). Een aantal medewerkers geeft aan in de ziektewet te zitten; enkelen vanwege long-COVID of een burn-out.
- Daarnaast geven sommige medewerkers (circa 9) ook bezettingsproblemen als reden op.
- Circa 8 medewerkers geven aan recent vakantie te hebben gehad.
- Financiële redenen worden door 3 medewerkers genoemd als reden om geen verlof op te nemen.



Bijna alle medewerkers kunnen in de gewenste periode verlof opnemen

Voor 6% lukt het niet in de gewenste periode vakantie op te nemen; 4% weet het nog niet

Kun je in de gewenste periode vakantieverlof opnemen (al dan niet op reis)? (n=3642)



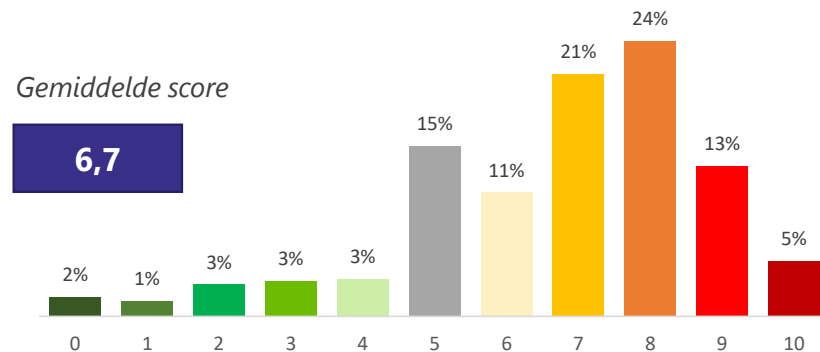
* Gevraagd aan mensen die (waarschijnlijk) op vakantie gaan

Medewerkers ervaren een iets minder hoge werkdruk dit kwartaal

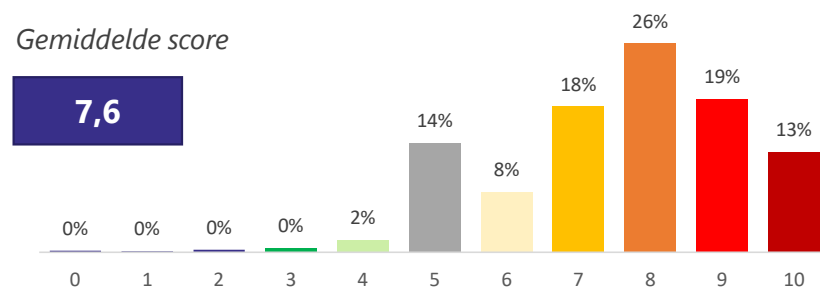
Een toename wordt wel weer verwacht. 84% verwachtte een toename komende periode; slechts 2% een afname.



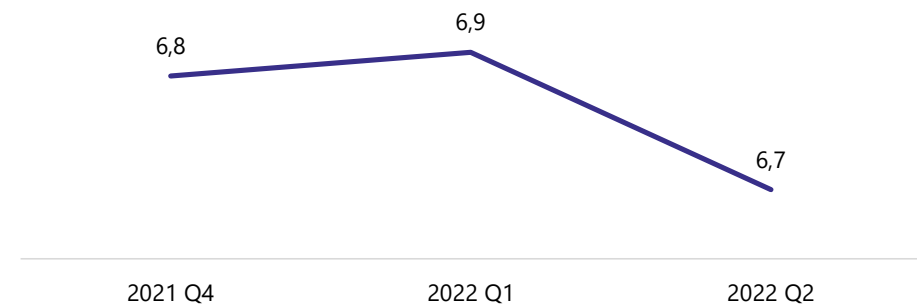
In welke mate heb je de afgelopen maanden werkdruk ervaren? * (n=3898)



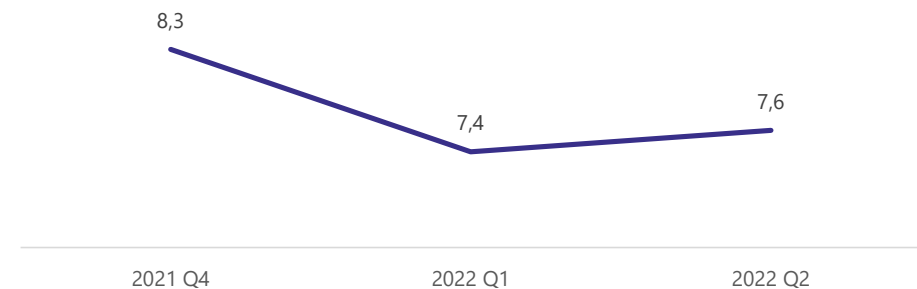
Hoe denk je dat de werkdruk in zorg en welzijn zich zal ontwikkelen de komende maanden? ** (n=3898)



Verloop werkdruk 2021 Q4 t/m 2022 Q2



Verloop verwachte werkdruk 2021 Q4 t/m 2022 Q2



* In welke mate heb je de afgelopen maanden werkdruk ervaren? Antwoordschaal van 0=geen werkdruk; 10= zeer hoge werkdruk

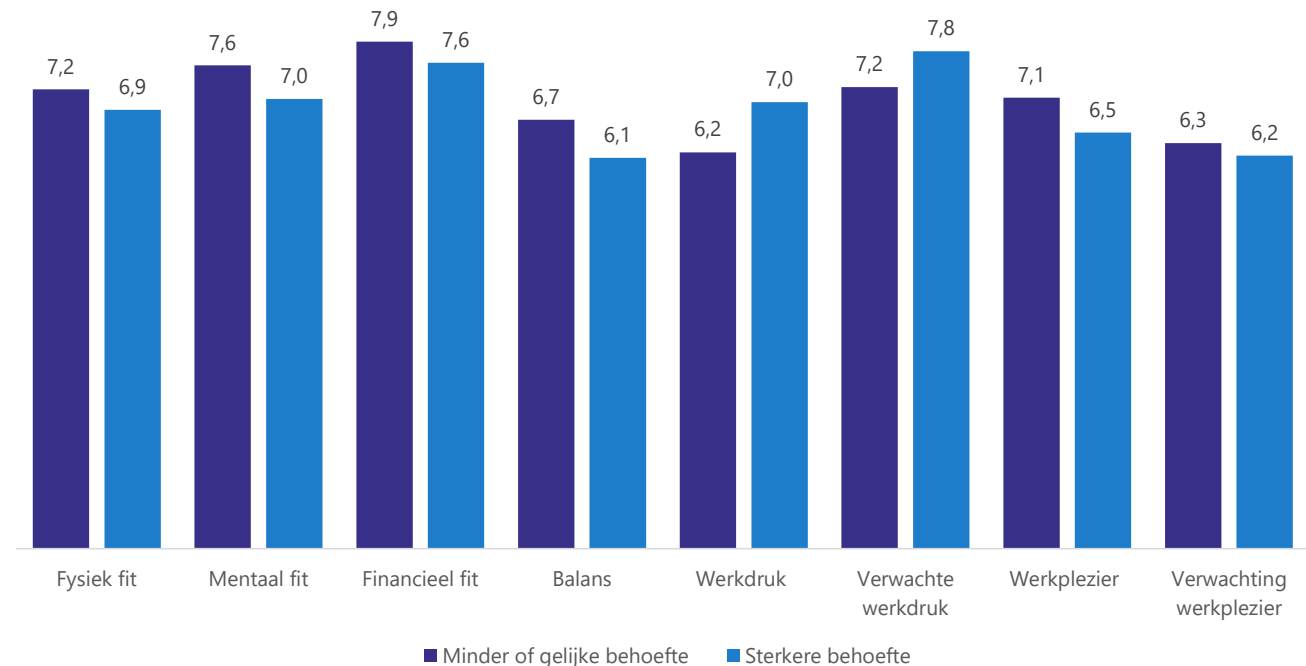
** Hoe denk je dat de werkdruk in zorg en welzijn zich zal ontwikkelen de komende maanden? Antwoordschaal van 0 = de werkdruk neemt sterk af (het wordt rustiger), 10 = de werkdruk neemt sterk toe

Fitheid, balans en werkdruk hebben duidelijke relatie met vakantiebehoefte

Sterke behoefte aan vakantie hangt samen met minder fitheid, slechtere balans en hogere werkdruk

- In de grafiek hiernaast wordt de relatie aangetoond tussen de behoefte aan vakantie en de fitheid, balans en werkdruk.
- Als voorbeeld; bij een sterkere behoefte aan vakantie is de fysieke fitheid 6,9; bij medewerkers die minder of evenveel behoefte hebben aan vakantie als voor de coronapandemie, is de fysieke fitheid 7,2; een verschil van 0,3. Het verschil bij mentale fitheid is nog groter (0,6).
- Alle verschillen tussen de groep met een sterkere en minder of gelijke behoefte zijn statistisch significant.
- Het grootste verschil in de behoefte aan vakantie is te zien bij werkdruk: de gemiddelde ervaren werkdruk is beduidend hoger onder de groep die een sterkere behoefte heeft aan vakantie (gemiddeld 7,0) tegenover de groep die minder of een gelijke behoefte aan vakantie heeft (gemiddeld 6,2).

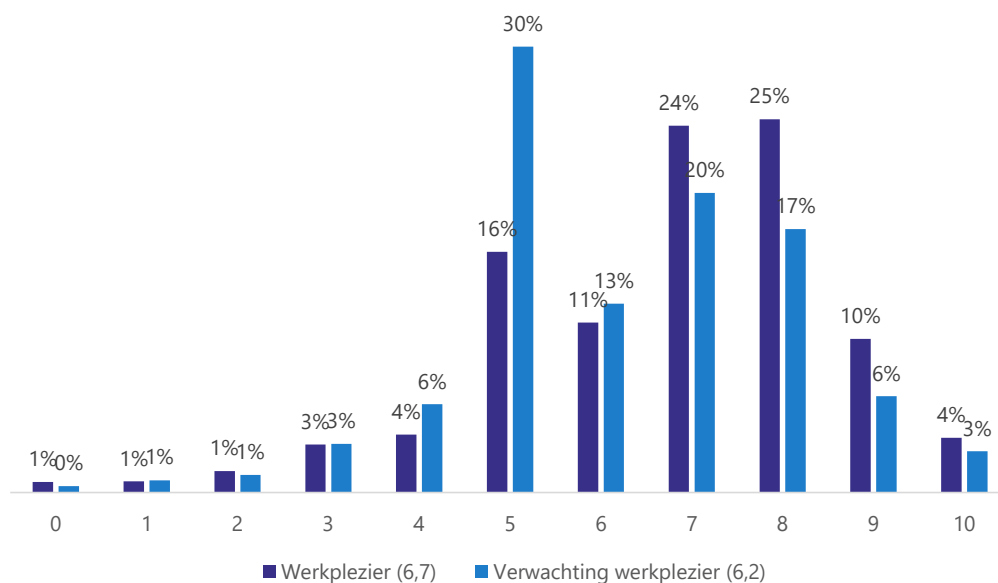
Fitheid, balans en werkdruk in relatie tot behoefte aan vakantie (n=3898)



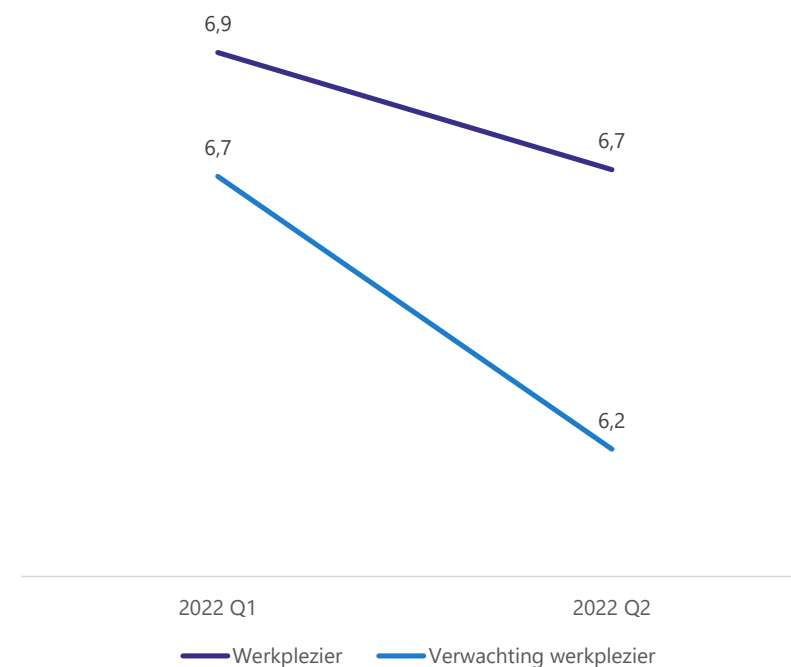
Slechts 39% ervaart veel werkplezier (8+)

De verwachting is dat dit sterk afneemt (6,2)

In welke mate heb je de afgelopen maanden plezier in je werk ervaren? En hoe denk je dat jouw werkplezier zich de komende maanden zal ontwikkelen? * (n=3898)



Verloop 2022 Q1 t/m 2022 Q2 Werkplezier en verwachting

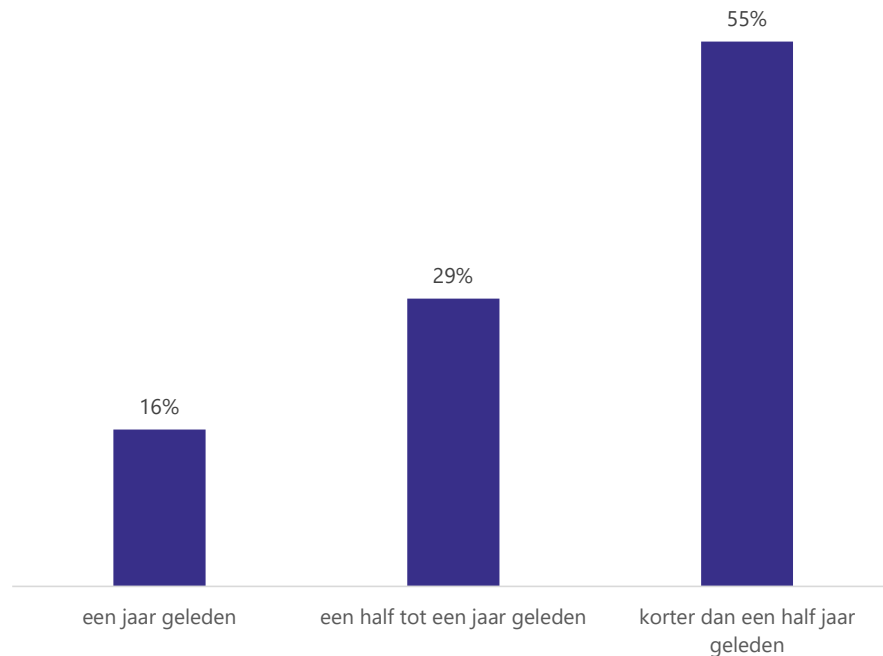


* In welke mate heb je de afgelopen maanden plezier in je werk ervaren? Antwoordschaal van 0=geen plezier; 10= heel veel plezier; Hoe denk je dat jouw werkplezier zich de komende maanden zal ontwikkelen Antwoordschaal van 0 = werkplezier neemt sterk af , 10 = werkplezier neemt sterk toe

Voor 16% is vakantie langer dan 1 jaar geleden

Gemiddeld is het 5,5 maand geleden voor medewerkers dat ze vakantie hebben gehad

Hoe lang is het geleden dat je vakantie hebt genomen en/of op vakantie bent geweest? (n=3856)



Gemiddelde aantal maanden

5,5

Meest genoemd aantal maanden

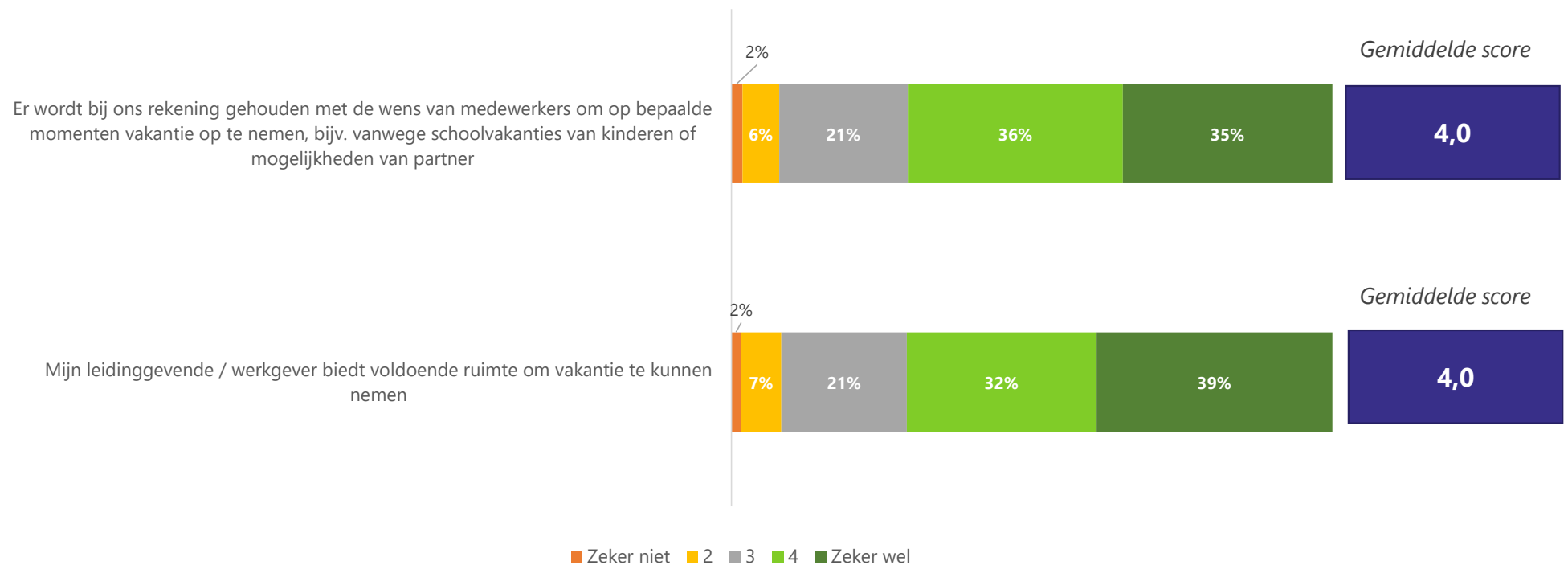
1 (20%)

4. Mogelijkheden vanuit de werkgever

Meerderheid zegt voldoende ruimte te hebben om vakantie te nemen

Ook wordt er volgens 71% rekening gehouden met de wens van medewerkers

In welke mate ben je het eens met deze stellingen? (n=3898)

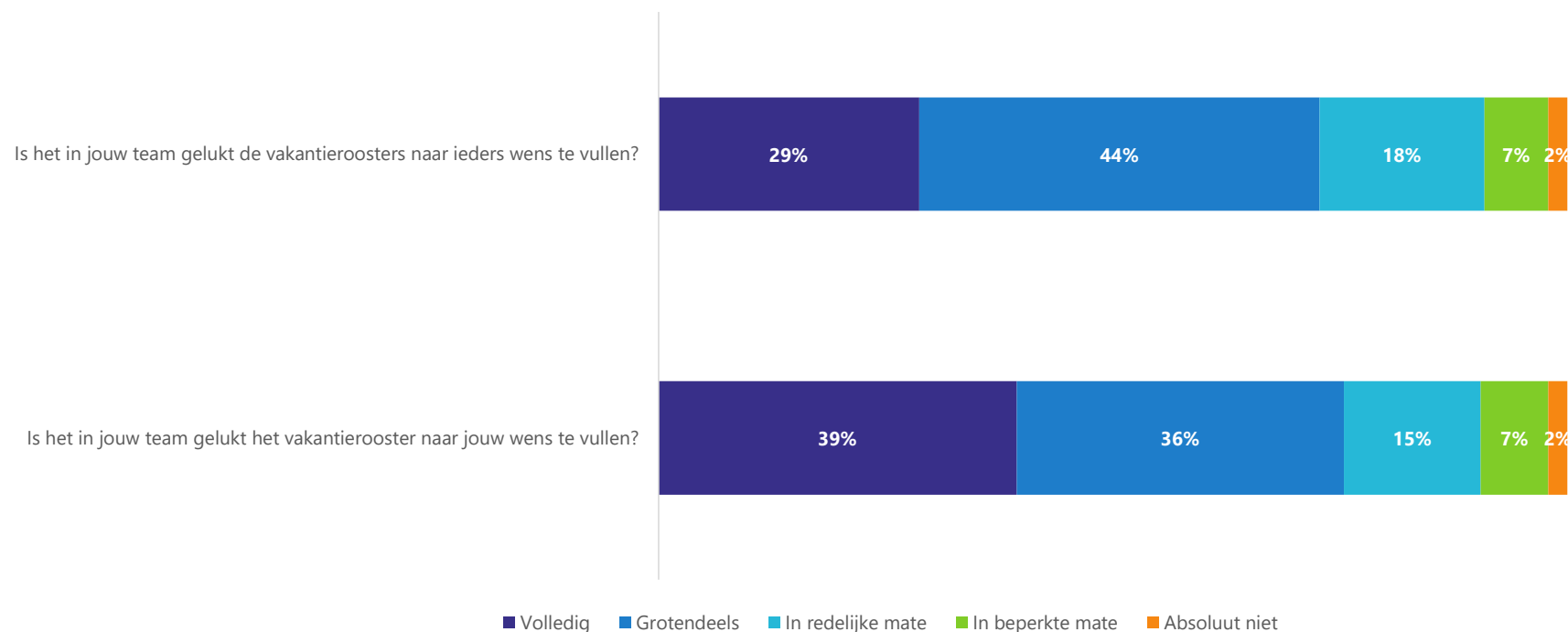


In ongeveer driekwart van de gevallen zijn roosters grotendeels tot volledig naar ieders wens ingevuld *

Voor 39% van de medewerkers is het rooster volledig naar eigen wens ingevuld; bij 9% is dat beperkt of niet gelukt

Is het in jouw team gelukt de vakantieroosters naar ieders wens te vullen? ** (n=3898)

Is het in jouw team gelukt het vakantierooster naar jouw wens te vullen? ** (indien vorige vraag niet volledig) (n=2860)



* Met name voor werkenden in een primaire functie kunnen roosters niet altijd naar ieders wens gevuld worden: voor 11% in primaire functies is het beperkt of niet gelukt tegenover 5% in ondersteunende functies; Voor 23% in primaire functies is het volledig gelukt tegenover 37% in ondersteunende functies.

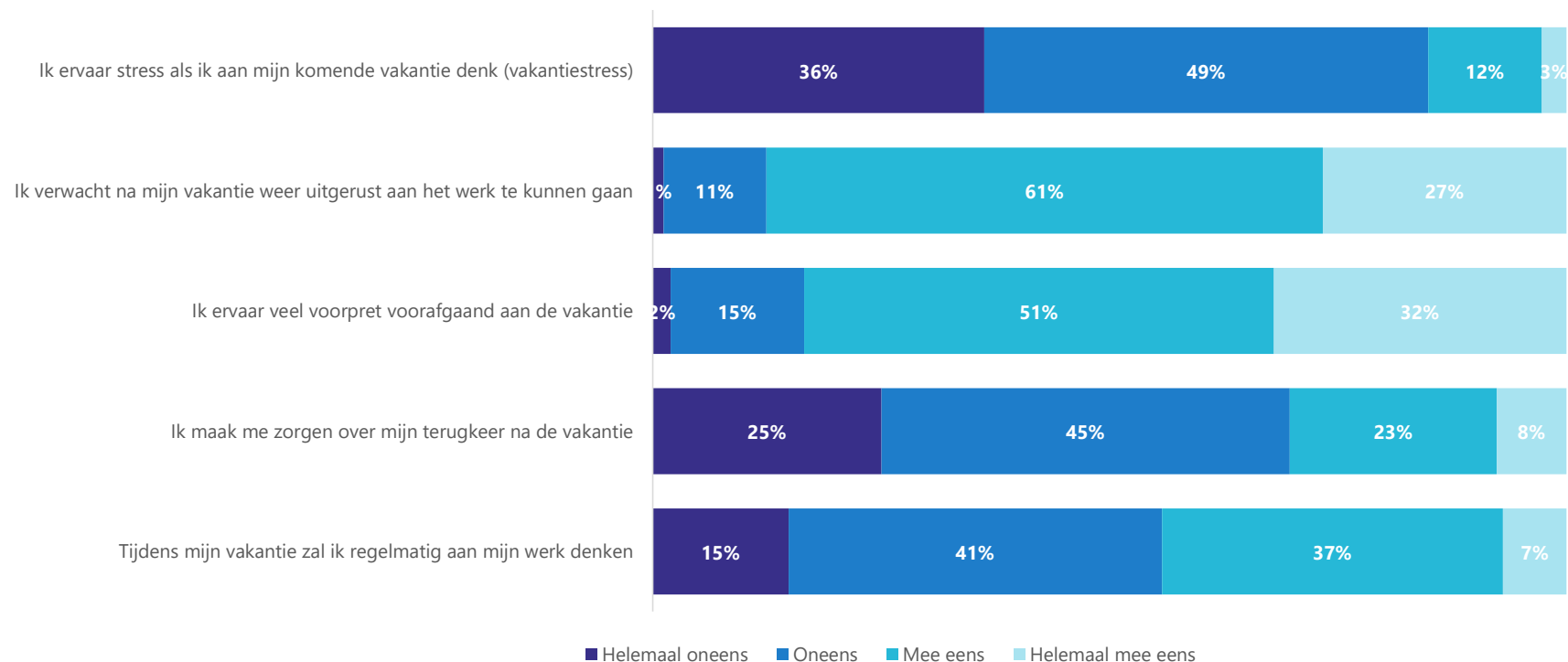
** De antwoordcategorie 'weet ik niet' is buiten beschouwing gelaten.

5. Verwachtingen over vakantie en terugkeer

1 op de 3 ervaart veel voorpret voorafgaand aan de vakantie

Maar even grote groep maakt zich zorgen over de terugkeer na de vakantie; 44% denkt tijdens de vakantie regelmatig aan het werk

In welke mate ben je het eens met de volgende stellingen? (n=3898)

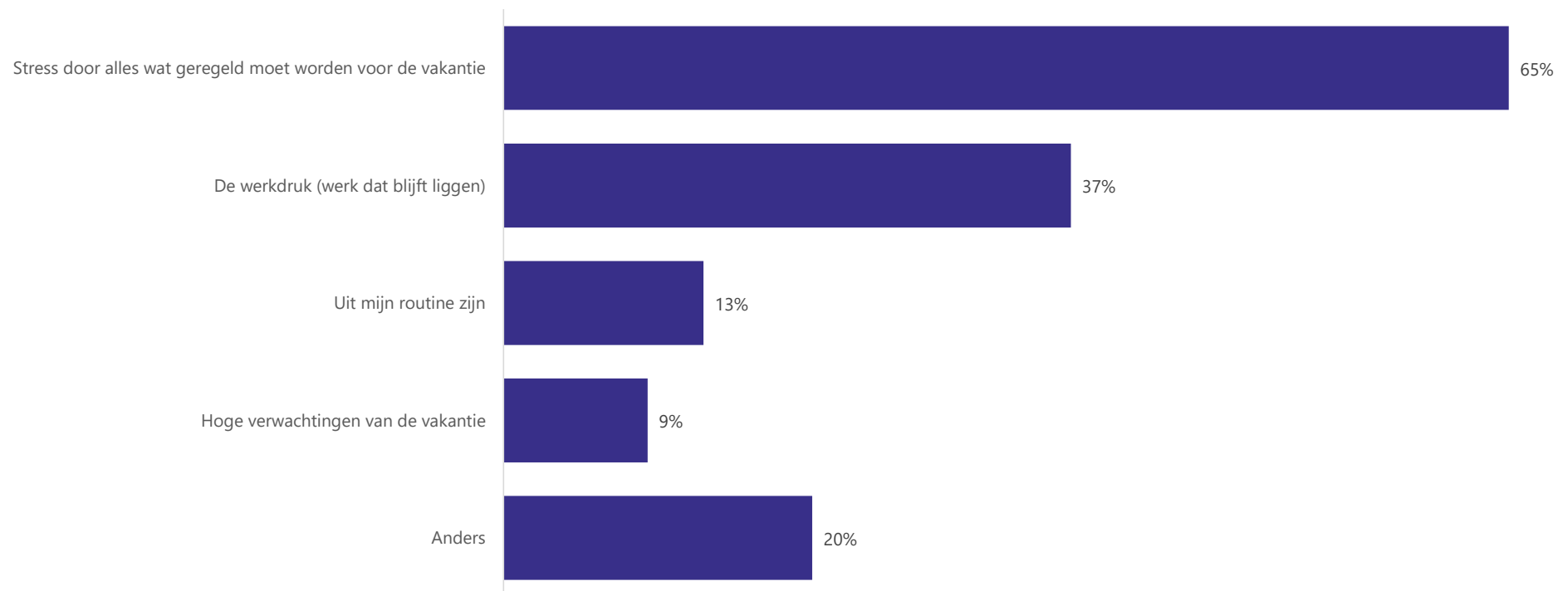


* De antwoordcategorie 'weet ik niet' is buiten beschouwing gelaten.

Vooral stress door wat vooraf geregeld moet worden*

Gevolgd door realisatie dat werk blijft liggen

Wat zorgt deze vakantie voor vakantiestress bij jou? (n=527)



* 15% heeft aangegeven vakantiestress te ervaren (zie pagina 26). Aan deze groep is gevraagd naar de oorzaak daarvan.

Andere oorzaken vakantiestress

Ruim 100 medewerkers hebben een andere oorzaak genoemd

Meestal gaat het om oorzaken die ook in de gesloten vraag aangegeven konden worden, zoals de werkdruk en stress door alles wat geregeld moet worden. Soms worden andere oorzaken genoemd, zoals:

- Zorg over de mantelzorg die door vakantie niet gegeven kan worden, wordt circa 14 keer genoemd.
- Zorgen over de reis ernaar toe, zoals de drukte op Schiphol.
- Zorgen over de vakantietijd zelf, vanwege de gezondheid, of de kinderen het wel naar hun zin zullen hebben, zorg voor hulpbehoevende partner, voor het eerst alleen op vakantie e.d.

'Oudste dochter blijft thuis, corona toegang in het buitenland, voor het eerst ver weg met elektrische auto.'

'Of ik het werk wel ver genoeg afkrijg voor ik ga.'

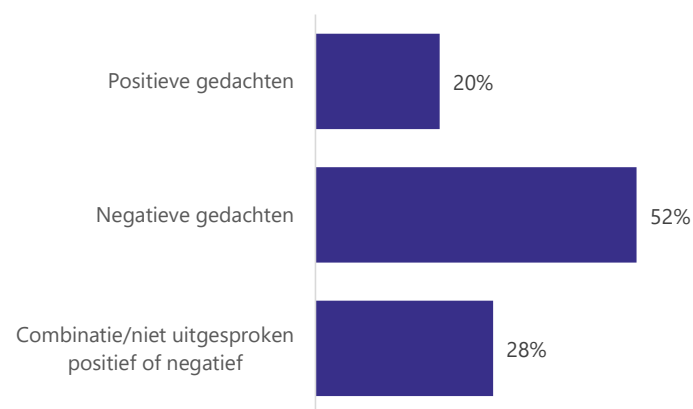
'Ander soort vakantie; heel eenvoudig omdat ik niet meer kan betalen.'

'De grote behoefte om naar de zon te gaan, maar de vraag of dit vanwege corona en beperkte financiële mogelijkheden wel mogelijk is.'

Een ruime meerderheid heeft negatieve gedachten over het werk tijdens de vakantie *

Het zijn vooral zorgen of alles wel goed loopt en het besef dat collega's het ondertussen druk hebben.

Je hebt aangegeven dat je verwacht tijdens je vakantie regelmatig aan je werk te denken. Zijn dat vooral positieve of negatieve gedachten en zou je die willen toelichten? (n=979)



'Dat ik toch gebeld ga worden.'

'Of ik het werk in de zorg nog wel aankan.'

'Door veel invalkrachten worden de cliënten onrustig.'

'Ik denk aan de lieve mensen.'

'Als er maar niemand ziek wordt, het rooster komt niet rond?'

'Fijn team, ontzettend leuk werk, nieuwe ideeën.'

'Positief omdat ik nu vakantie heb en dan over een paar weken gezellig met iedereen weer kan werken.'

'Wat een fijn team heb ik.'

* 44% heeft aangegeven tijdens de vakantie regelmatig aan het werk te denken (zie pagina 26). Aan deze groep is gevraagd of dit voornamelijk positieve of negatieve gedachten zijn.

Hoe groot verwacht jij dat het effect van de komende vakantie is op jouw fitheid? (n=3475)

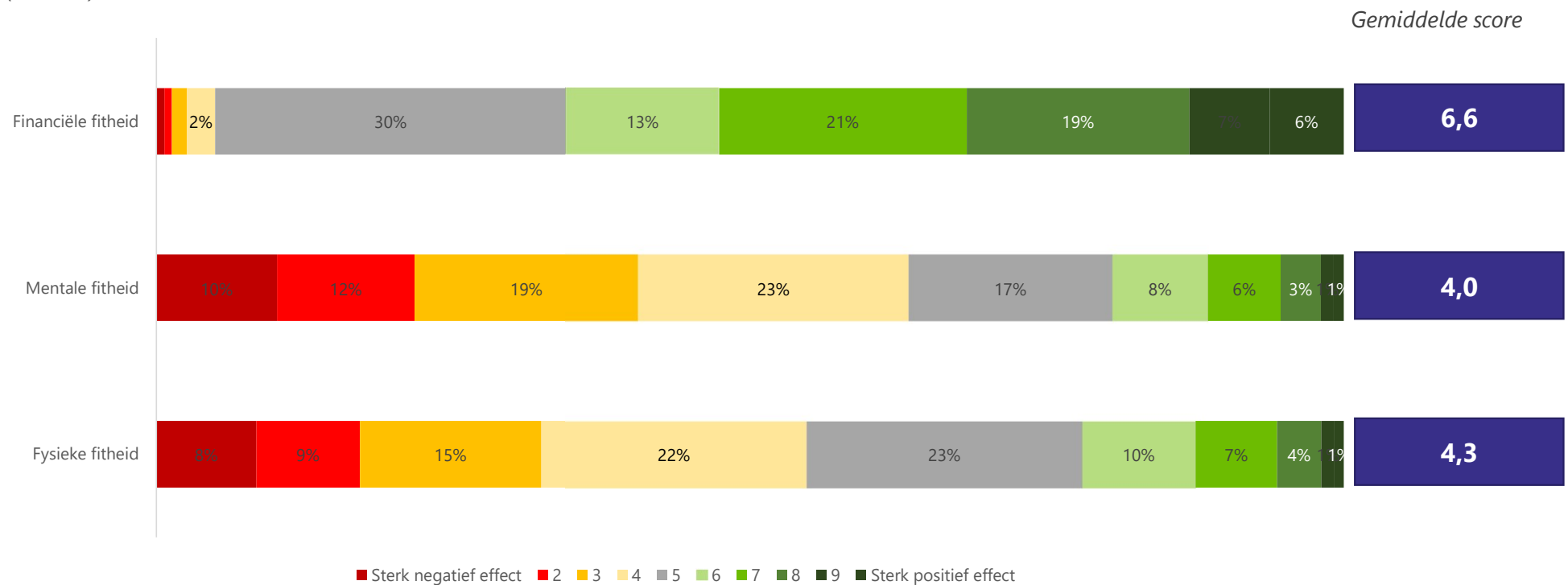


Niet op vakantie gaan heeft negatief effect op mentale en fysieke fitheid

Op financiële fitheid duidelijk positief effect



Hoe groot verwacht jij dat het effect is op jouw fitheid als jij **geen** vakantie neemt de komende zomer? *
(n=3782)

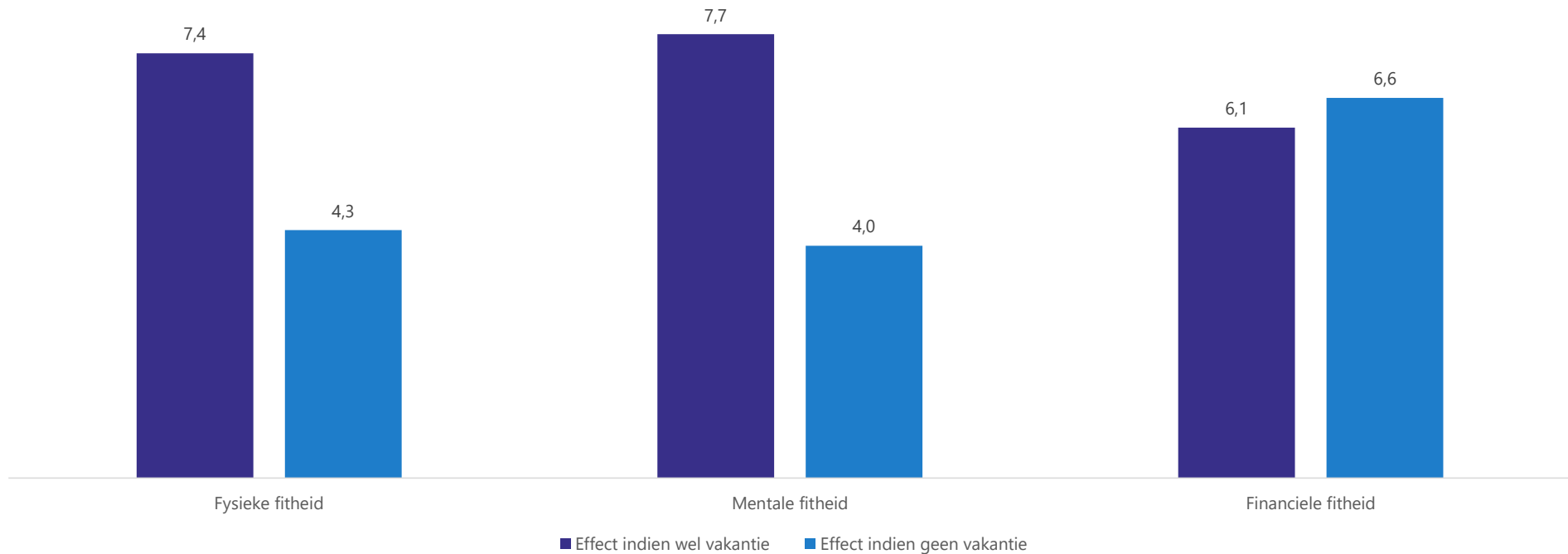


* Deze vraag is aan iedereen – ook degenen die (waarschijnlijk) geen vakantieverlof opnemen – gesteld.

Effect van wel/niet op vakantie gaan grootst op mentale en fysiek fitheid

Klein positief effect op financiële fitheid indien niet op vakantie gegaan wordt: dit bespaart geld

Vergelijking effect indien vakantie en indien geen vakantie opgenomen wordt (n=3898)



Grootste uitdagingen zijn tijd voor jezelf nemen en werk loslaten *

Ook vindt ruim een kwart het lastig om voldoende losgeweekt van het werk te vertrekken

Wat vind jij de grootste uitdagingen als je op vakantie gaat/bent? (max. 3 keuzes) (n=3898)



Meest genoemd op de vraag wat medewerkers nodig hebben voor een ontspannen vakantie, is: **

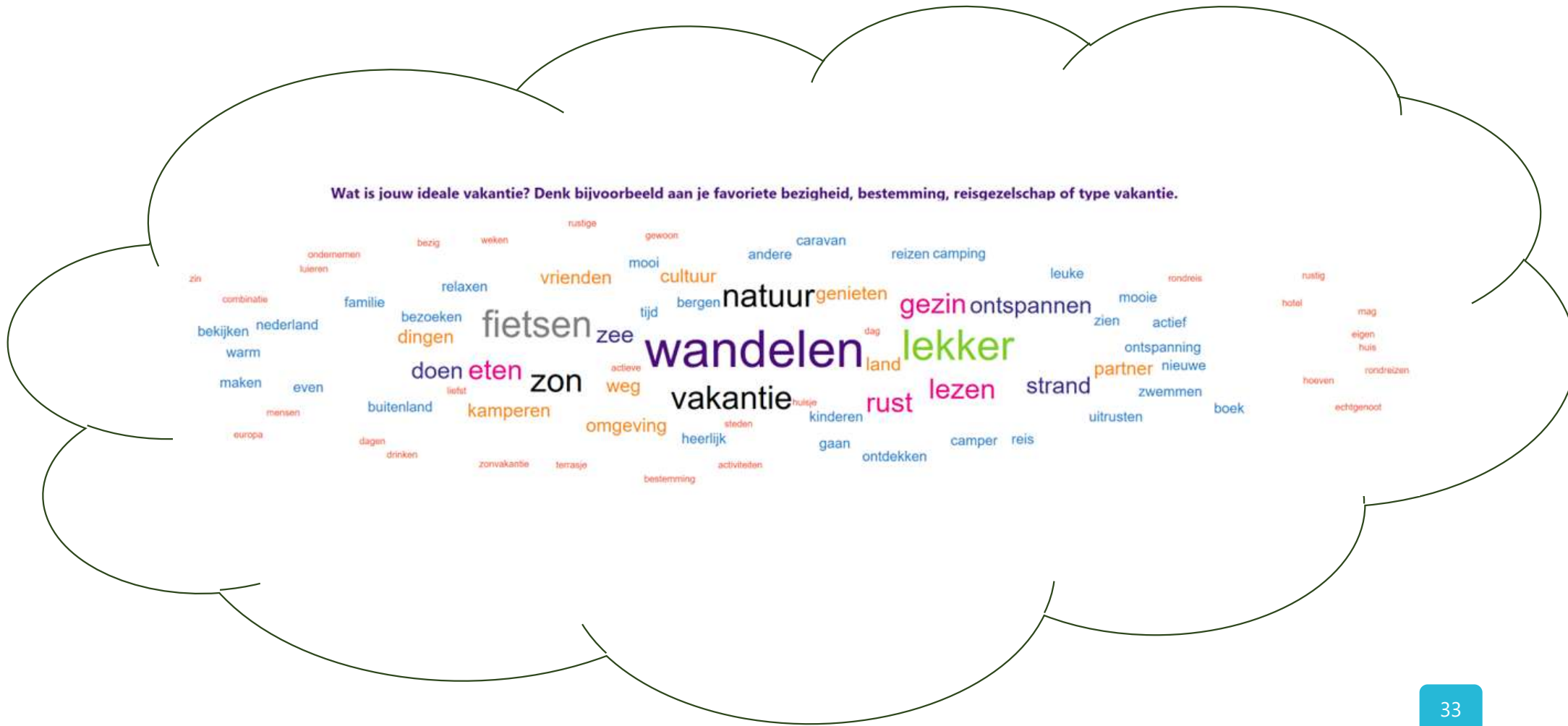
- Voorbereidingstijd; tijd om af te schakelen, van werk los te komen.
- Leuke dingen doen tijdens de vakantie, zoals wandelen, mensen ontmoeten, van de natuur genieten, lekker eten etc.

Dit sluit aan bij de grootste uitdagingen die medewerkers ervaren.

* Ook uit de 'Anders;', namelijk' optie worden deze twee uitdagingen het meest genoemd (in eigen bewoordingen, zoals 'genieten', loslaten, tot rust komen)

** De volledige vraag luidt: 'Wat helpt jou het meest om ontspannen op vakantie te gaan/ te ontspannen op vakantie?'

Wat is jouw ideale vakantie?



A decorative graphic in the top left corner consisting of several concentric, semi-circular arcs in light blue, green, and orange, resembling a stylized signal or a series of overlapping paths.

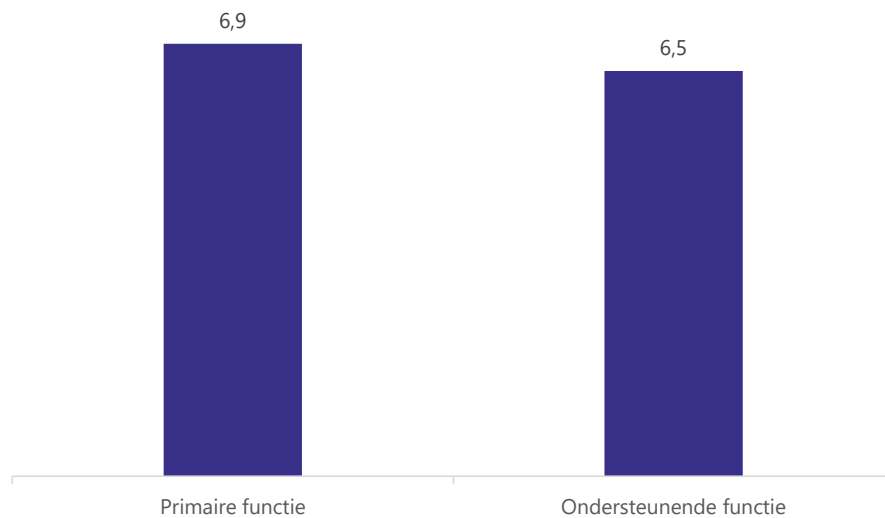
6. Enkele uitsplitsingen naar leeftijd, functie en subsector

Medewerkers in een primaire functie hebben meer behoefte aan vakantie

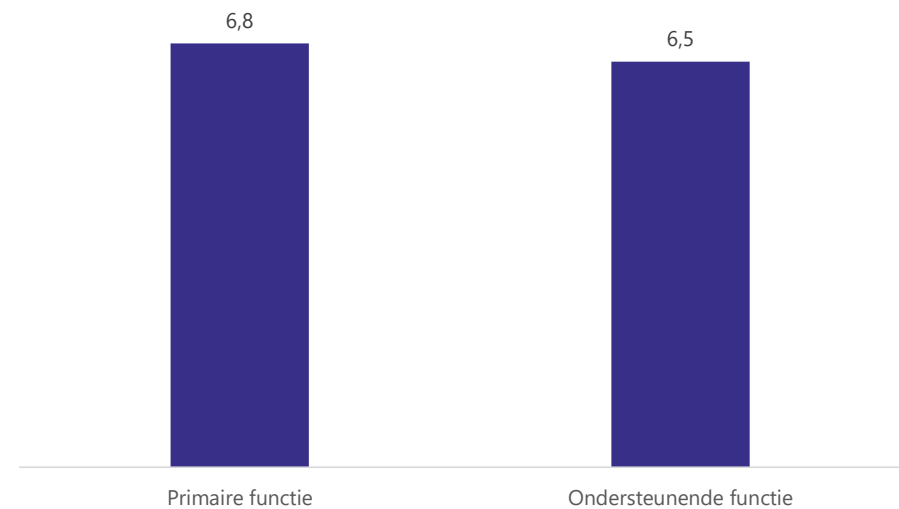
En ervaren ook meer werkdruk



Behoefte aan vakantie, uitgesplitst naar functiegroep



Werkdruk, uitgesplitst naar functiegroep

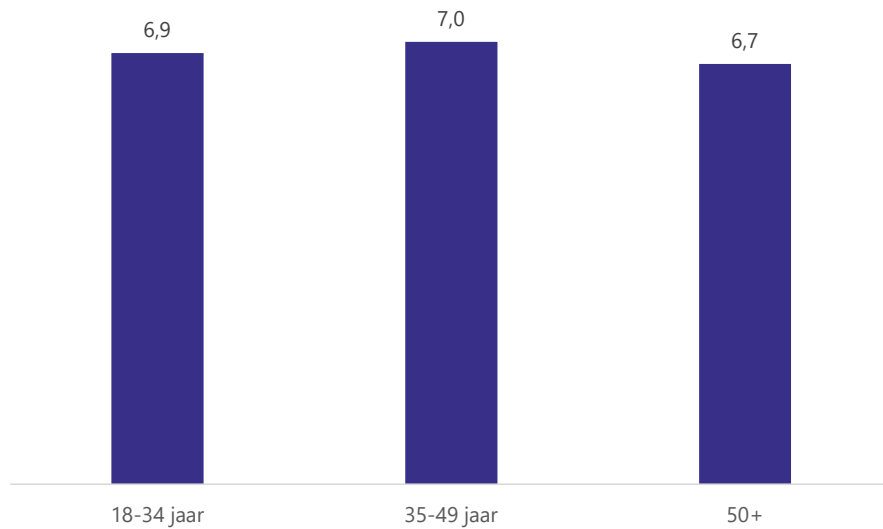


18- tot 50-jarigen hebben meer behoefte aan vakantie

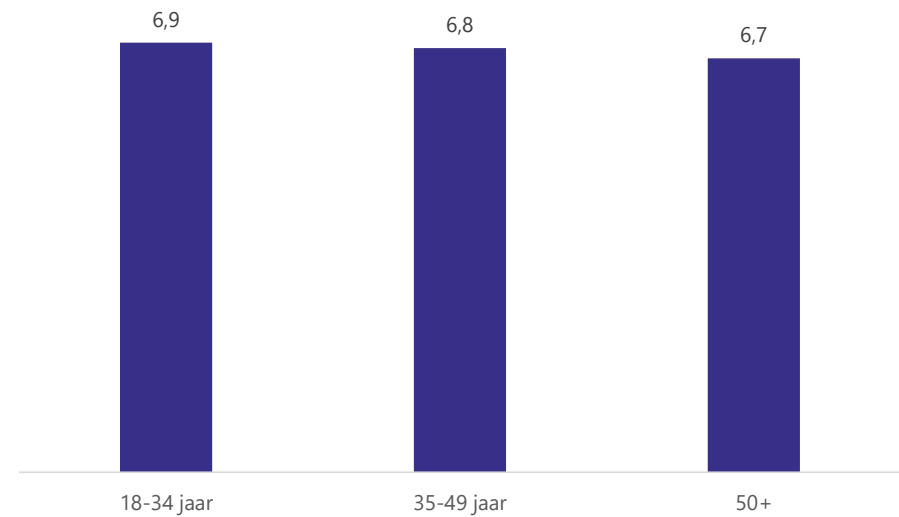
En ervaren ook meer werkdruk



Behoefte aan vakantie, uitgesplitst naar leeftijdsklasse



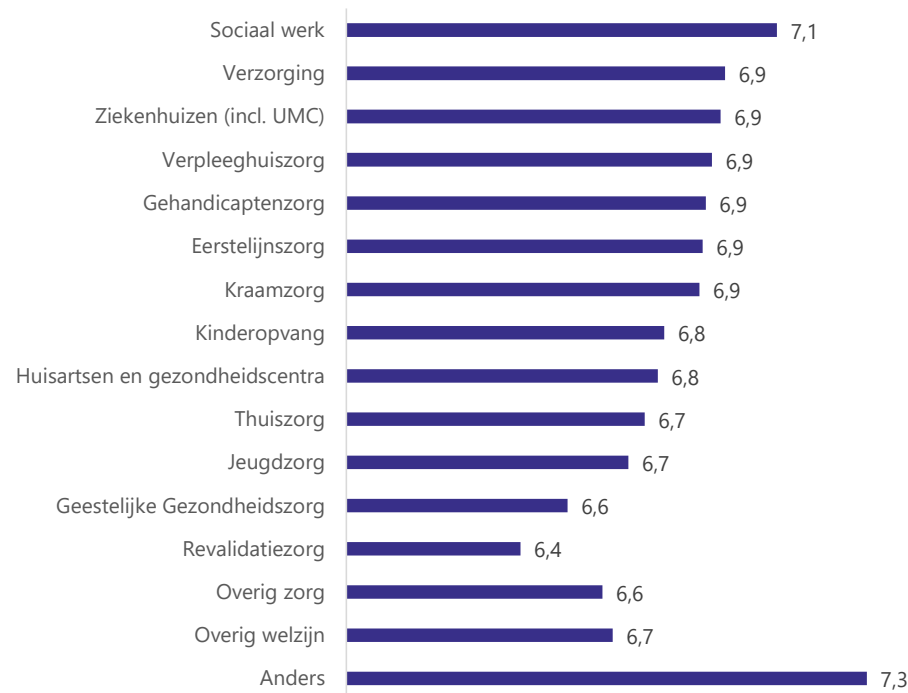
Werkdruk, uitgesplitst naar leeftijdsklasse



Medewerkers in het sociaal werk hebben de meeste behoefte aan vakantie

De werkdruk wordt echter hoger ervaren in de eerstelijns- en de verpleeghuiszorg

Behoefte aan vakantie, uitgesplitst naar subsector



Werkdruk, uitgesplitst naar subsector



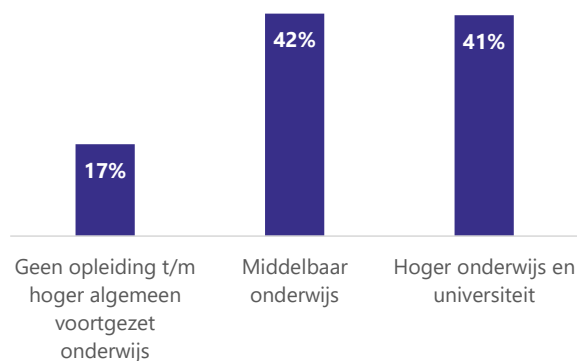
A decorative graphic in the top-left corner consisting of several concentric, semi-circular arcs in light blue, green, and orange, resembling a stylized signal or a partial rainbow.

7. Achtergrondkenmerken

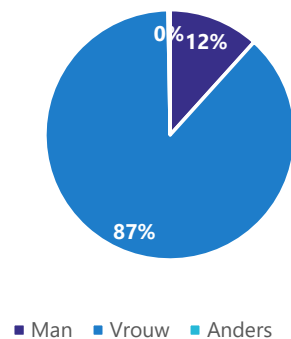
Responskenmerken

Opleiding – Geslacht – Provincie – Inkomen – Dienstverband – Leeftijd

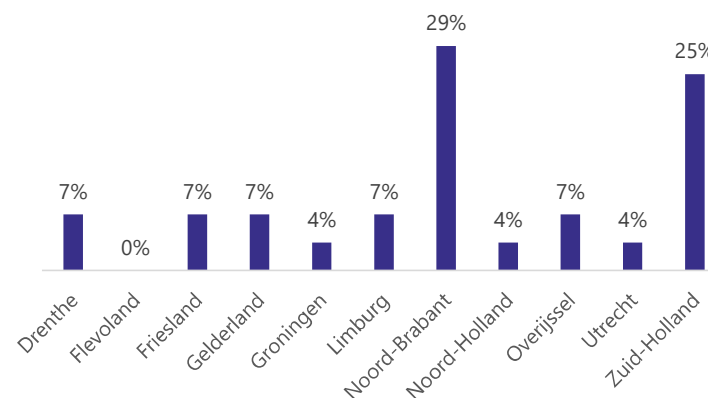
Opleiding



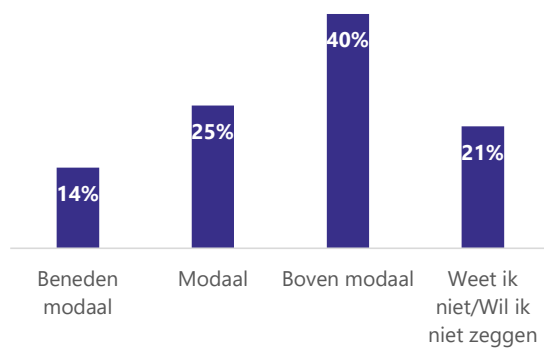
Geslacht



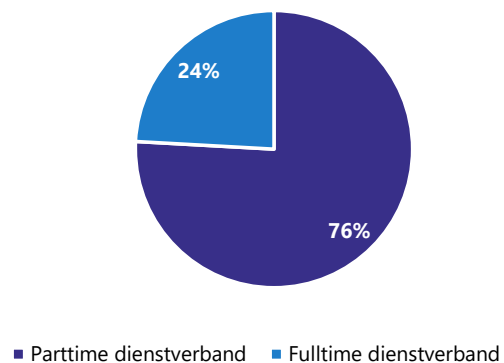
Provincie



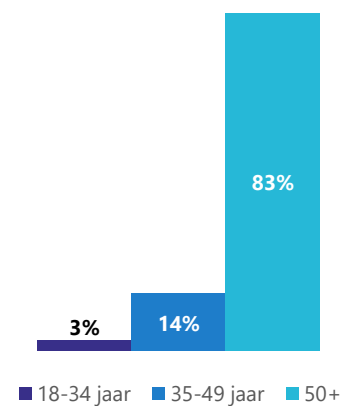
Inkomen



Dienstverband



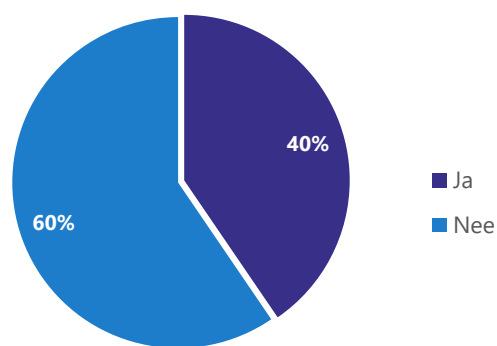
Leeftijd



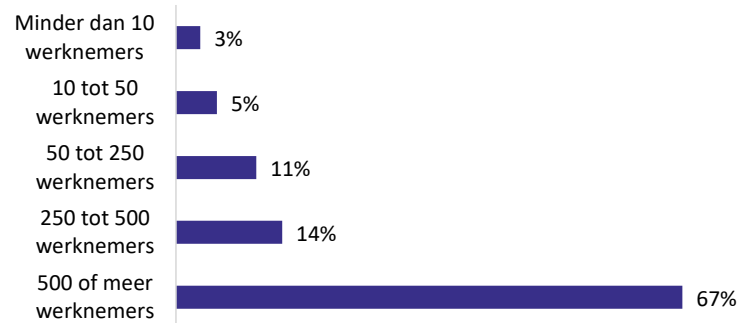
Responskenmerken

Mantelzorg - Subsector – Functiegroep - Organisatiegrootte

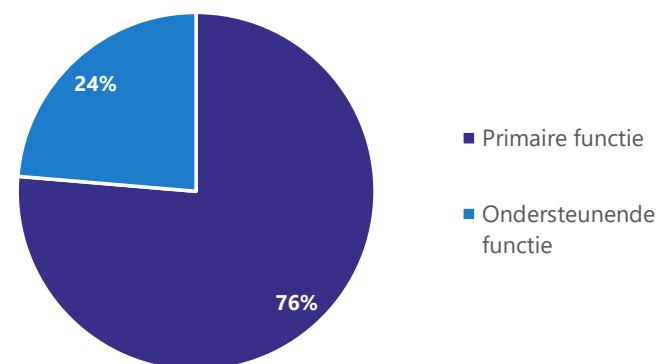
Mantelzorg



Organisatiegrootte



Functiegroep



Subsector

