

# MT Rendement

## Dit artikel wordt u aangeboden door MT Rendement

MT Rendement is hét nieuws- en adviesmagazine voor professionals met managementtaken, zoals directeuren, bestuurders, staf- en unitmanagers en organisatieadviseurs. In MT Rendement komen alle onderwerpen aan bod die relevant zijn voor leidinggevendenden binnen het mkb. Denk aan het verbeteren van vaardigheden, kennis en inzichten, het aansturen en beoordelen van medewerkers, de actuele wetswijzigingen op het gebied van arbeidsrecht maar ook financiering, budgetteren of de auto van de zaak.

MT Rendement biedt u:

- actuele informatie;
- korte nieuwsberichten en beknopte artikelen;
- veel concrete tips die direct toepasbaar zijn in de praktijk;
- vergelijkende warenonderzoeken waar dienstverleners op prijs en kwaliteit worden vergeleken;
- wekelijkse e-mailservice met het allerlaatste nieuws;
- een aanvulling op de inhoud van elke uitgave met praktische, online tools.

Kijk voor meer informatie of een proefabonnement op [www.rendement.nl/mtblad](http://www.rendement.nl/mtblad)

## Bezoek aan werkplek door bedrijfsarts niet weigeren

Preventie staat centraal in de vernieuwde Arbowet. Ook de bedrijfsarts heeft hier een taak in. Hij adviseert over verzuim en preventieve maatregelen voor het arbobeleid. Om deze taak uit te oefenen, is het nodig dat hij inzage heeft in de risico-inventarisatie en -evaluatie (RI&E) en toegang heeft tot de werkvloer. Dit laatste mag uw organisatie niet weigeren.

### Verbeteren

Artikel 14 van de Arbowet bepaalt dat de werkgever verplicht is de bedrijfsarts toegang te geven tot de werkplek. Zo krijgt deze beter zicht

op het bedrijfsbeleid voor veilig en gezond werken en de mogelijkheden om dit beleid te verbeteren. Is een van uw medewerkers ziek, dan kan een bezoek aan de werkplek de bedrijfsarts helpen om advies te geven over passende arbeid en aanpassingen van de werkplek. Uw medewerker mag ook zelf naar de bedrijfsarts gaan, ook als hij niet ziek is. De kosten zijn dan voor uw organisatie. U zult geen informatie krijgen over de inhoud van het bezoek, want de bedrijfsarts heeft beroepsgeheim. Meer informatie over de Arbowet vindt u op [rendement.nl/mttools](http://rendement.nl/mttools).

# Duizenden MT-leden zien deze advertentie.

Dus als u ze iets wilt vertellen, zou u dat op deze plek kunnen doen.

Informatie over adverteren in dit blad? Bel Arnout Bonselaar: (010) 224 80 33 of mail [sales@rendement.nl](mailto:sales@rendement.nl).

# Maak stress bespreekbaar

Medewerkers die kampen met werkdruk kunnen het lastig vinden dit met u te bespreken: misschien moeten ze het nog even aanzien of ligt het aan henzelf en niet aan de organisatie. Wat is eigenlijk de norm als het gaat om werkdruk? Zorg voor duidelijkheid en maak het onderwerp bespreekbaar. Anders ligt verzuim op de loer.

Al jaren fluctueert het percentage werknemers dat werkdruk ervaart rond de dertig procent. Werkdruk is daarmee een van de belangrijkste vormen van psychosociale arbeidsbelasting (PSA) in bijna alle sectoren. Gezien het risico op verzuim zou de aanpak van werkdruk topprioriteit moeten hebben. Toch vinden veel leidinggevenden het lastig om doortastend op te treden bij vermoedens van werkdruk of -stress. Het gevolg is dat er hooguit in algemene termen over werkdruk gepraat wordt.

### Zichtbaar

Ook al praat u nu niet over werkdruk, het kan wel degelijk zichtbaar zijn. Denk aan:

- De werkomgeving: als in uw organisatie clean desk werken nog geen gemeengoed is, zijn rommelige bureaus en hoge stapels papier een indicatie van werkdruk. Minder zichtbaar maar zeker zo veelzeggend zijn uitpuilende inboxen of overvolle agenda's.
- Het gedrag: valt het u op dat uw medewerkers weinig pauzes nemen, lange dagen maken en ook op ongebruikelijke tijden ('s avonds laat en in het weekend) berichten versturen, dan is werkdruk hier mogelijk debet aan. Ook prikkelbaarheid, vergeetachtigheid, besluiteloosheid, onrust, frequenter verzuim en melding



### Checklist werkdruk bespreken

- Neem signalen serieus.
- Zet eigen observaties in.
- Vraag naar de beleving van de werkdruk.
- Stel vast wat de oorzaken zijn.
- Formuleer het gewenste gedrag en gevoel.
- Bepaal samen welke interventie passend is.
- Ga na of het doel is bereikt.



van gezondheid- of vermoeidheidsklachten moeten alarmbellen doen afgaan.

- Productiviteit: werkdruk heeft onherroepelijk effect op de output. Merk u dat iemand afspraken vergeet, mails niet beantwoordt, deadlines mist, taken verwaarloost en kwalitatief minder goed werk aflevert, dan kan werkdruk een oorzaak zijn.

### Werkdrukbeleving

U kunt uw observaties bij uw medewerkers toetsen. Hoe ervaren zij werkdruk?

- Er zijn verhoudingsgewijs te veel taken en te weinig tijd. U kunt dit toetsen door het takenpakket in kaart te brengen en (samen) per taak de benodigde tijd te schatten. Tijdgebrek kan hier de bottleneck lijken, maar mogelijk blijkt na analyse dat iemand te veel energie steekt in het verwerken van e-mail.
- Niet de hoeveelheid taken is belastend, maar het gemis aan diepgang bij de uitvoering ervan. De medewerker heeft bijvoorbeeld onvoldoende tijd om te reflecteren, te innoveren, beleid te ontwikkelen en/of kwaliteit te leveren. Het werkplezier neemt daardoor af. Onduidelijke prioriteiten of moeite met het plannen van werk kunnen hieraan ten grondslag liggen.
- De werkdruk is psychologisch, waarbij de subjectieve beleving voorop staat. De medewerker overziet het werk bijvoorbeeld niet meer, ervaart weinig controle, piekert over het werk en voelt zich onzeker of gefrustreerd. Bij psychologische werkdruk let u extra op het vermogen om het werk zelf in te delen, assertiviteit en communicatievaardigheden.

### Maatregelen

Omgevingsfactoren kunnen ook een rol spelen bij het ervaren van werkdruk. Denk aan een zieke collega, een conflict met de baas of problemen in de thuissituatie. Deze factoren spelen ook een rol bij het ontstaan of voortbestaan van werkdruk.

Trek dus geen overhaaste conclusies. Merk u dat uw medewerkers werkdruk ervaren, dan kunt u ze, bijvoorbeeld via een training, helpen hun technische kennis of vaardigheden te verbeteren, zodat ze efficiënter werken.

### Coaching

Soms is individuele coaching nuttig om de werkaanpak te onderzoeken en maatwerkoplossingen te implementeren. Er ontstaat dan snel weer overzicht en een gevoel van eigenwaarde. U kunt dan samen met de medewerker onderzoeken welke maatregelen hem verder kunnen helpen, zoals taken verminderen, werk delegeren, regelmatig afstemmen, gericht feedback geven of extra personeel aannemen. Maak ook afspraken om de oplossingen te implementeren en ga na of ze het gewenste effect hebben.

*Martine Vecht, Professional organizing en burn-outpreventie, tel.: (06) 19 01 26 26, [www.martinevecht.nl](http://www.martinevecht.nl)*

## Afscheid van de Britten

Op 29 maart 2019 neemt Groot-Brittannië officieel afscheid van de Europese familie. Toch loopt het Nederlandse mkb nog niet zo heel hard in de voorbereiding op de Brexit, zo bleek uit onderzoek in opdracht van het ministerie van Buitenlandse Zaken. Niet heel vreemd, aangezien nog lang niet alles rond het Britse vertrek uit de EU uitgekristalliseerd is.

### Nalopen

U kunt al de volgende aandachtsgebieden nalopen:

- verkeer van werknemers, goederen en diensten;
- douanetarieven;
- fiscale regelingen, zoals het nultarief en de verleggingsregeling in de BTW;
- afspraken met klanten en leveranciers;
- de bescherming van merken en octrooien.

Het is nuttig om de teksten van contracten, voorwaarden en regelingen die u gebruikt voor het werken met buitenlandse werknemers uit te pluizen.



Staat in contracten dat ze geldig zijn 'in het buitenland' of alleen 'binnen de EU'? In dat laatste geval gelden ze straks dus niet meer automatisch voor het Verenigd Koninkrijk.

## Inzicht in werktijd met een time tracking app

Het is niet altijd makkelijk om een goede balans te bewaren tussen werk en vrije tijd. Zeker niet wanneer u en uw medewerkers ook (deels) vanuit huis werken. De verleiding is groot om ook 's avonds nog even een mailtje te beantwoorden of een verslag te tikken. Het overzicht in gewerkte uren raakt dan verloren. Met een time tracking app op de computer krijgt u weer inzicht in de activiteiten waar u uw uren aan besteedt.

### Rapportage

Door inzicht te krijgen in de gewerkte uren kunt u zorgen voor een betere balans. Zowel tussen de verschillende werktaken als tussen werk en privé. Er zijn meer dan genoeg opties: apps als Clockify, Toggl, Harvest of Rescue Time. De laatste bijvoorbeeld is eenvoudig in gebruik en de Lite-versie is gratis. Na het aanmaken van een account houdt Rescue Time de tijd bij in websites en applicaties die voor het werk gebruikt worden. Door middel van een rapportage wordt duidelijk hoe lang er aan elke taak of bezigheid besteed is.