



Evaluatiegesprek bezorgt 2 op 5 werkende Belgen stress

Diegem, 7 februari 2018 - Het begin van het jaar betekent voor veel werkende Belgen het moment van de jaarlijkse evaluatie. Uit de Nationale Stressenquête [1] van Omnivit, uitgevoerd bij 1.000 Belgen blijkt dat bijna 2 op 5 werkende Belgen zeggen dat ze vaak meer stress hebben dan anders wanneer ze weten dat er een evaluatiegesprek aankomt. Een andere grote stressfactor is de werkdruk: 3 op 5 Belgen geeft aan dat die hoog ligt bij hen. Vooral werkende ouders blijken het niet altijd makkelijk te hebben. Bijna 2 op 5 werkende ouders zeggen dat ze vaak of altijd worstelen met de balans tussen hun werk en hun gezin.

Evaluatiegesprek

- Bijna 2 op 5 (39%) werkende Belgen zeggen dat ze vaak meer stress hebben dan anders wanneer ze weten dat er een evaluatiegesprek aankomt.
- 1 op 4 (26%) zegt dan weer dat een evaluatiegesprek hen eerder rust geeft dan stress.
- 35% van de werkende Belgen zeggen dat ze stress gemakkelijk kunnen aankaarten bij hun leidinggevende.

Stress op het werk

- 1 op 4 werkende Belgen zegt dat hij elke dag stress ervaart op het werk. Vrouwen zeggen dat vaker dan mannen (30% vs. 21% van de mannen).
- Meer dan 3 op 5 (62%) werkende Belgen zeggen dat de werkdruk bij hen hoog is, tegenover 16% die zegt dat ze laag is.
- Stress op het werk is vooral te wijten aan: te veel werk (43%), het gedrag van collega's (41%), klanten die moeilijk doen (30%), gebrek aan erkenning (29%), onduidelijke of tegenstrijdige opdrachten (28%) en krappe deadlines (26%)
- Uit de resultaten blijkt dat voor 1 op 10 Belgen het stressniveau een reden was om van job te veranderen en nog eens 22% overwoog het al daardoor.

Impact van stress

- 21% van de Belgen geeft aan dat het meestal of zelfs altijd voorkomt dat het hen niet meer lukt om hun job/dagelijkse taken naar behoren uit te voeren omwille van zaken die ze zelf niet in de hand hebben.
- 43% van de Belgen ervaren vaak dat ze na een werkdag door vermoeidheid niet meer toekomen aan hun andere bezigheden.
- Zo'n 25% van de werkende Belgen geeft aan al medicatie genomen te hebben omwille van stress op het werk.

Werkende ouders en stress

- Bijna 2 op 5 werkende ouders zeggen dat ze vaak of altijd worstelen met de balans tussen hun werk en hun gezin. Vrouwen geven dat ook vaker aan (44% vs. 33%). Ook hoger opgeleiden doen dat vaker (47% vs. 31%).
- Bijna 3 op 5 (58%) van de werkende Belgen zegt daar ook stress door te ervaren. Vrouwen geven dat vaker aan dan mannen (69% vs. 47%). Ook hoger opgeleiden doen dat vaker (65% vs. 51%).
- Meer dan 3 op 5 (63%) werkende ouders denken dat ze meer geduld zouden hebben met hun kinderen als ze wat meer vrije tijd zouden hebben. Vrouwen zeggen dat vaker dan mannen (70% vs. 58%).
- Meer dan de helft van de werkende ouders (55%) geeft aan dat ze ook meer geduld zouden hebben met hun kroost als ze wat minder stress zouden hebben op het werk. Vrouwen geven dat ook vaker aan dan mannen (resp. 67% vs. 45%).

Omnivit Stress-Resist

Omnivit Stress-Resist (voedingssupplement) draagt bij aan het stressbeheer en vermindering van de vermoeidheid dankzij zijn actieve stoffen. Rhodolia rosea versterkt de fysieke en mentale stressweerstand terwijl magnesium afkomstig uit de zee en de vitaminen B6 en B9 het energiepeil opkrikken en vermoeidheid tegengaan. Met slechts 1 tablet per dag biedt Omnivit Stress-Resist een gepast antwoord op stress op korte en lange termijn. Omnivit Stress-Resist is beschikbaar bij de apotheek.

Voedingssupplementen mogen niet als vervanging van een gevarieerde en evenwichtige voeding en van een gezonde levensstijl worden gebruikt.

[1] Online onderzoek uitgevoerd door onderzoeksbureau iVOX in opdracht van Sanofi/Omnivit tussen 29 september en 9 oktober 2017 bij 1.000 Belgen, representatief op geslacht, taal, leeftijd en diploma. De maximale foutenmarge bij 1.000 Belgen bedraagt 3,02%.

[2] Rhodiola rosea: actieve vorm van 100% plantaardige origine dat het organisme helpt zich aan te passen om haar weerstand aan fysieke en mentale stress te verbeteren. Magnesium afkomstig uit de zee en vitamine B6 helpen om de vermoeidheid te verminderen. Vitamine B9 draagt bij aan de normale psychologische functies.



Over Sanofi

Sanofi werkt elke dag opnieuw aan oplossingen voor mensen met gezondheidsproblemen. Wij zijn een wereldwijd biofarmaceutisch bedrijf dat zich toelegt op de menselijke gezondheid. We voorkomen ziekten door middel van vaccins en bieden innovatieve behandelingen om pijn te bestrijden en het lijden te verlichten. We helpen zowel mensen die te maken krijgen met een zeldzame ziekte als miljoenen mensen met langdurige chronische aandoeningen.

Meer dan 100.000 medewerkers van Sanofi in 100 landen zetten zich in om wetenschappelijke innovatie om te zetten in zorgoplossingen overal ter wereld.

Sanofi Belgium SABE.OMN.17.11.0506a

Sophie van Wel

Sanofi Belgium

sophie.van-wel@sanofi.com

+32 497 51 08 38

Marlies Van Overstraeten

FINN PR

marlies.vanoverstraeten@finnpr.com

+ 32 474 23 79 22