

Burn-out en perfectionisme in het bedrijfsleven: een verborgen kostenpost

In organisaties wordt doorgedreven efficiëntie vaak gelijkgesteld aan succes. Maar deze ambitie heeft een onverwachte keerzijde: een toename in burn-out en gerelateerde gezondheidsproblemen. Uit een recente studie van GraydonCreditsafe en Securex blijkt een direct verband tussen het niet hebben van langdurig zieke werknemers en een verhoogde productiviteit. **Bedrijven zonder langdurig zieke werknemers zijn tot 1,4 keer productiever dan bedrijven met een hoog ziektepercentage.** Deze cijfers stellen een belangrijke vraag: hoe verbeteren we het welzijn van werknemers en tegelijkertijd de bedrijfsresultaten?

De rol van perfectionisme

Hoewel perfectionisme vaak wordt beschouwd als een waardevolle eigenschap, kan het in werkelijkheid schadelijk zijn. Onderzoek onder leiding van Michael Portzky wijst op een **negatief effect van perfectionisme op de veerkracht van medewerkers, waardoor het risico op burn-out toeneemt.** Mensen met perfectionisme lijken waardevolle werknemers door hun inzet en aandacht voor detail, maar zonder passende begeleiding kunnen zij op den duur uitvallen.

Kosten van perfectionisme

Dit **perfectionisme brengt directe en indirecte kosten met zich mee, waaronder financiële verliezen door ziekteverzuim, verminderde productiviteit, hoog personeelsverloop, en de kosten voor werving en opleiding van nieuw personeel.**

Wat kunnen organisaties doen?

Een ondersteunende en flexibele bedrijfscultuur is essentieel. Dit houdt in:

1. **Feedback en waardering:** Regelmatige, constructieve feedback helpt werknemers hun perfectionistische neigingen in balans te brengen.
2. **Ruimte voor fouten:** Een cultuur waarin fouten worden gezien als leermogelijkheden.

3. **Balans tussen werk en privé:** Stimuleren van gezonde grenzen tussen werk en privéleven.
4. **Sensibilisering rond perfectionisme:** Bewustzijn van de rol van perfectionisme en bevestigingsdrang is cruciaal.

De rol van HR en leiderschap

HR-professionals en bedrijfsleiders spelen een cruciale rol in het herkennen en aanpakken van perfectionisme. Door het organiseren van workshops en trainingen kunnen zij werknemers helpen hun perfectionistische gedrag te begrijpen en te managen.

Een effectieve methode in deze strijd is de **OCP-methodiek**, ontwikkeld door [Marcel Hendrickx](#). Deze methodiek biedt concrete handvatten en inzichten om perfectionisme te herkennen en om te buigen naar een gezonde drijfveer, zonder het risico op burn-out. Voor bedrijven die geïnteresseerd zijn in het aanbieden van workshops of trainingen over dit onderwerp, biedt het Ontwikkelingsinstituut [gespecialiseerde programma's](#) aan. Deze programma's zijn speciaal ontworpen om zowel individuen als organisaties te ondersteunen bij het hanteren van perfectionisme.

Dit gaat verder dan welzijn

Het aanpakken van burn-out en perfectionistische neigingen gaat verder dan het welzijn van medewerkers; het raakt aan de kern van bedrijfsefficiëntie en -rendement.

Door aandacht te besteden aan de mentale gezondheid van werknemers, creëren organisaties niet alleen een gezonder werkklimaat, maar dragen ze ook bij aan hun algehele productiviteit en winstgevendheid. Met de juiste begeleiding en ondersteuning, zoals aangeboden door het Ontwikkelingsinstituut, kan jouw organisatie deze uitdaging succesvol aangaan. Dus kijk hier verder:

<https://www.hetontwikkelingsinstituut.be/voor-bedrijven/van-perfectionisme-naar-veerkracht>