

Van vitaal belang: over de vitaliteit van accountants

Na het avondeten nog vol energie? Uit onderzoek blijkt dat accountants op deze vraag beter kunnen scoren. Tijd om dat aan te pakken en in het begrip vitaliteit te duiken.

Linda Kleijheeg, Bert van der Zaag en Anneke van Zanen

Vitaliteit is een uitdagend onderwerp. Als eerste denk je aan regelmatig bewegen en ontspannen. Daarmee heb je het over iemands privéleven. Het is daarnaast belangrijk om aandacht te besteden aan de vitaliteit van de professional. Vitale professionals kunnen meer plezier aan het werk beleven en boeken meer succes, blijkt uit onderzoek ([van Scheppingen et. al., 2014](#)). Niet voor niets kreeg het jaarplan NBA 2021 als titel mee 'Werken aan een vitaal beroep'. Vitale professionals zijn de basis voor een vitaal beroep.

Wat is vitaliteit eigenlijk?

Vitaliteit is van alle tijden en een oud begrip. Ontleend aan het Latijnse begrip Vitea, wat leven betekent. De laatste jaren is het begrip een vooraanstaande rol gaan spelen in de wereld van mens en werk. De lockdowns als gevolg van corona hebben dit in een stroomversnelling gebracht. Veel recente omschrijvingen van vitaliteit hebben te maken met meer bewegen, gezond eten en op tijd je rust nemen. Daarmee is over vitaliteit zeker nog niet alles gezegd.



Vitaliteit heeft een uitwerking in twee richtingen: het gezondheidsperspectief en als sleutel voor professioneel succes. Dit laatste staat bekend als Professionele Vitaliteit, waarbij de relatie tussen vitaliteit en *performance* centraal staat. De literatuur laat zien dat er al langere tijd aandacht is voor de relatie tussen professioneel functioneren en vitaliteit. Zo luidde de titel van een in 2012 verschenen artikel al *Professional Vitality: Do You Have It?*

Hygiënefactoren

Een vooraanstaand onderzoeker op het gebied van vitaliteit, Jorien Strijk, constateert dat het begrip vitaliteit steeds meer gebruikt wordt in het onderzoek naar het nieuwe denken over ziekte en gezondheid. Een positieve benadering van gezondheid richt de aandacht op drie hygiënefactoren: bewegen, voeding en ontspanning.

Er zijn boekenkasten volgeschreven over het belang van *bewegen*. Aan een simpele activiteit als wandelen wordt een groot aantal positieve effecten toegekend. Verdergaand dan alleen fysieke gezondheid, want ook de mentale gezondheid krijgt een boost; je voelt je beter.

'Aan een simpele activiteit als wandelen wordt een groot aantal positieve effecten toegekend.'

Aandacht voor goede *voeding* levert een belangrijke bijdrage aan de individuele gezondheid. Het is de belangrijkste factor in de strijd tegen overgewicht. Gezond eten vergroot daarnaast de kans op langer leven.

Voor de factor *ontspanning* geldt dat het een belangrijke afweer is tegen stress en gejaagdheid. Het betreft niet alleen voldoende slaap, maar ook ontspannende activiteiten en oefeningen.

Het accountantsberoep is grotendeels een zittend beroep, met strakke deadlines. En het is gemakkelijk voor te stellen dat juist voor dit beroep de bovenstaande drie punten van groot belang zijn. Ze vormen dan ook het fundament van de vitaliteit van de professional.

Driver factoren

Een volgend onderdeel van vitaliteit betreft de driver factoren. Een onderzoeksgroep van TNO en RIVM maakte een grondige analyse van de betekenis van het begrip vitaliteit. De onderzoeksgroep kwam uit op drie basisbegrippen als definitie van vitaliteit: energie, motivatie en veerkracht.

- *Energie* heeft een objectieve en een subjectieve connotatie. De objectieve connotatie is de energie die ons lijf opslaat op grond van wat we eten. De subjectieve connotatie van energie betreft het subjectieve gevoel van energie; de mate waarin de professional zich vol van energie voelt. Mensen verschillen daarin.
- *Motivatie* is ook een breed begrip. Hier betreft dit vooral het stellen van doelen in werk en leven. En de moeite die iemand zich getroost om die doelen te behalen.
- *Veerkracht* gaat over het bestand zijn tegen teleurstellingen. Veerkracht betreft een lerend en dynamisch proces en is gebaseerd op het vermogen om met problemen om te gaan.

Deze begrippen staan niet los van elkaar. Motivatie is nauw verbonden met energie en veerkracht. Waar het moeite doen om doelen te bereiken in eerste instantie energie kost, zal het daadwerkelijk bereiken van gestelde doelen juist energie geven (Strijk et. al. 2014).

Het vitaliteitsmodel voor de accountant

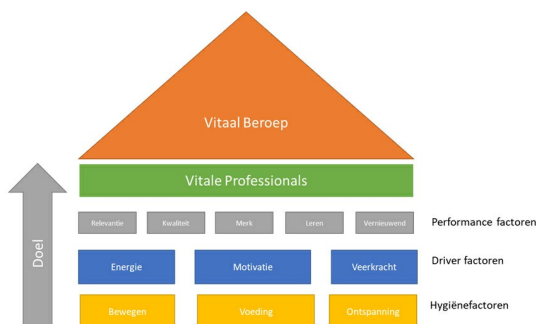
Is met een invulling van hygiënefactoren en de TNO-dimensies de vitaliteit van het accountantsberoep vastgelegd? Het lijkt ons niet. Want waar leiden deze twee onderdelen toe? Wat is het verwachte resultaat?

De NBA benoemde eerder in het [jaarplan 2021](#) zes pijlers voor de vorming van een vitaal beroep:

1. Maatschappelijke relevantie
2. Onomstreden kwaliteit
3. Sterk Merk
4. Het nieuwe leren
5. Vernieuwende kracht
6. NBA 3.0.

Het fundament onder het accountantsberoep zijn de professionals. Vooral het succes van de punten 1 tot en met 5 worden sterk beïnvloed door het werk dat professionals doen. Dus vitale professionals zijn het fundament voor een vitaal beroep. Daarom zijn deze pijlers in het vitaliteitsmodel belangrijk. Vanuit het perspectief dat deze pijlers ook een uitdaging vormen voor de individuele accountant. Vanuit de vraag: Wat betekenen deze thema's voor mij persoonlijk? Het vitaliteitsmodel bestaat daarmee uit drie onderdelen:

- Vitaliteit als gezondheidsversterker (de hygiënefactoren/individuele vitaliteitsbronnen)
- Vitaliteit als performance driver (de driver factoren)
- Performance: de performancefactoren voor een bepaalde beroepsgroep (hier de accountant).



De drie onderdelen vormen samen het vitale beroep. De hygiënefactoren vormen het fundament, als de professional onvoldoende invulling geeft aan de hygiënefactoren kunnen de driver factoren nooit optimaal renderen. Het voldoende invulling geven aan de driver factoren leidt tot vitale professionals. En vitale professionals zijn de basis voor een vitaal beroep.

Hoe vitaal zijn accountants?

TNO en RIVM hebben een vragenlijst ontwikkeld, waarmee de driver factoren van vitaliteit gemeten kunnen worden:

de Vita-16. De vragenlijst is genormeerd op de Nederlandse bevolking als totaal. Daarmee kunnen we dus een beeld krijgen hoe de vitaliteit van accountants zich verhoudt tot die van de gehele Nederlandse bevolking.

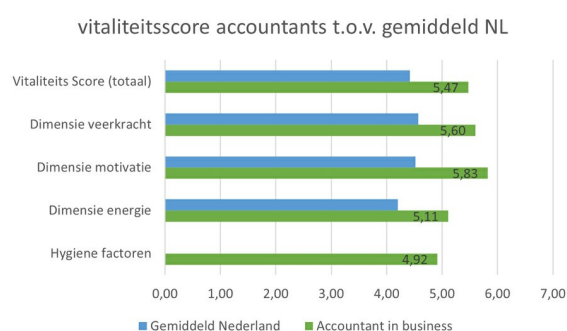
'Vitale professionals zijn het fundament voor een vitaal beroep.'

Zijn accountants meer of minder vitaal dan de gemiddelde Nederlander? Dit hebben wij onderzocht in een pilotstudy, om een eerste indruk te krijgen van het model en de vitaliteit onder accountants.

Voor de pilotstudy werden collega-accountants uit het netwerk van de onderzoekers uitgenodigd. Het onderzoek richt zich op accountants in business. De Vita-16 bevat zestien stellingen die door de deelnemers gescoord worden op een schaal van 1 (zelden) tot 7 (altijd). Het pilotonderzoek moet ook een indruk geven van de hygiënefactoren. De onderzoekers hebben daarom drie stellingen toegevoegd aan het onderzoek:

1. Ik beweeg/ sport voldoende.
2. Ik eet gezond.
3. Ik ontspan voldoende.

Ook deze stellingen zijn door de deelnemers op een schaal 1 tot 7 gescoord.



Alle respondenten scoren gemiddeld of bovengemiddeld, vergeleken met de Nederlandse bevolking. Dat betekent dat geen van de respondenten onder dit gemiddelde heeft gescoord. De gemiddelden uit de VITA-16 zijn gebaseerd op het gemiddelde in Nederland. Een eerste analyse van deze uitkomst:

- De respondenten zijn accountants, dus zij hebben een baan en daarmee een inkomen.
- Accountants zijn hoger opgeleid. Uit het onderzoek van TNO blijkt dat het verschil in opleidingsniveau significant is.
- De respondenten zijn allemaal aan het werk en hebben dus geen of maar zeer beperkt een chronische aandoening. Uit het onderzoek van TNO blijkt dat sprake is van een significant scoreverschil tussen mensen met en mensen zonder een chronische aandoening.

'Uit het onderzoek van TNO blijkt dat het verschil in opleidingsniveau significant is.'

De hygiënefactoren hebben de laagste score (4,92). Daarnaast zie we een lage score op de dimensie energie (5,11). De stelling die door de deelnemers gemiddeld het laagst scoort is de stelling *Na het avondeten zit ik nog vol energie* (4,35). Er is een voorzichtig verband tussen de hygiënefactoren en de dimensie energie. Bewegen, gezonde voeding en ontspannen zijn een belangrijke basis voor energie.

Bewustzijn en actie

Op basis van de pilotstudy concluderen wij dat de VITA-16 in combinatie met de hygiënefactoren een goede basis vormen om de vitaliteit onder accountants te meten. Hierbij is het van belang om een eigen norm op te bouwen. Wij willen met dit artikel bewustzijn creëren, maar doen zeker ook een oproep tot actie. Ga in het nieuwe werkseizoen aan de slag met vitaliteit, als organisatie en als individu. Maak vitaliteit onderdeel van je werkdag, altijd! Zorg dat je het juiste voorbeeldgedrag toont, vergader minder of wandelend, maak vitaliteit onderdeel van je strategie. En NBA, maak vitaliteit van de individuele accountant onderdeel van het jaarplan.

Deel dit artikel



Linda Kleijheeg RA RC Msc is concerncontroller en hoofd F&C bij Stichting ICTU. Bert van der Zaag is registerpsycholoog NIP Arbeid en Organisatie en

werkzaam bij Tau Resources. Anneke van Zanen–Niebergen RA is consultant bij Vanberkel Professionals en voorzitter NOC*NSF.