



Focus op innovatie en arbeid

December 2014

Knipperlicht voor burn-out

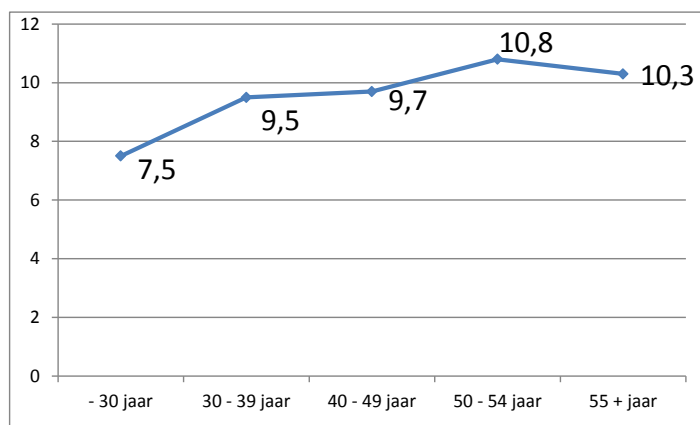
9,6% van de werknemers en 10,2% van de zelfstandige ondernemers in Vlaanderen kampen in 2013 met acute psychische vermoeidheid of burn-outklachten. Deze percentages komen overeen met ongeveer 220.000 werknemers en 33.000 zelfstandige ondernemers. Deze personen zijn nog wel aan het werk maar slagen er niet meer in om 100%-adequaats te functioneren in hun job. We bekijken deze groep van nabij en gaan na of er verschillen zijn tussen mannen en vrouwen, tussen leeftijdsgroepen en beroepsprofielen. Daarnaast bestuderen we een aantal mogelijke oorzaken op de werkplek voor deze burn-outklachten.

Duurzame inzetbaarheid vraagt aandacht voor burn-out

De aandacht voor de problematiek van burn-out past in een beleid dat zich richt op duurzame inzetbaarheid van de beroepsbevolking. Werknemers met burn-outsymptomen rapporteren hogere verzuimcijfers; ze zijn frequenter en meer langdurig afwezig. Bovendien overwegen deze werknemers vaker ander werk te zoeken en vrezen ze meer dan anderen dat ze hun werk niet zullen volhouden tot de pensioenleeftijd. Dat laatste geldt ook voor zelfstandige ondernemers. Daarenboven zijn zelfstandige ondernemers met burn-out symptomen vaker ontevreden met hun keuze voor het zelfstandig ondernemerschap.

Burn-outklachten bij werknemers ook bij jongeren maar meer bij de ouderen

Bij de -30 jarigen kampt reeds 7,5% van de werknemers met burn-outklachten, bij de 50+ers loopt dit aandeel op tot meer dan 10%. Burn-outklachten komen dus voor in alle leeftijdsgroepen, maar de kans hierop neemt toe met de leeftijd.





De percentages burn-outklachten bij werknemers liggen hoger bij vrouwen (10,1%) dan bij mannen (9,1%) en bij voltijders (10,0%) ten aanzien van de deeltijders (8,7%). Ook bij (midden)kaders (12,1%) en onderwijsmedewerkers (11,9%) ligt dit percentage beduidend hoger dan bij de andere beroepsgroepen.

Hoge werkdruk en emotionele belasting voornaamste oorzaken van burn-outklachten

Voor het ontwikkelen van burn-outklachten blijkt – van alle onderzochte risico's op de werkplek – vooral de hoge arbeidsbelasting zwaar door te wegen. Het gaat hier vooral over de belasting op kwantitatief vlak (hoge werkdruk) maar ook over de belasting in emotionele termen (emotionele belasting). De relatief hoge percentages voor burn-out bij onderwijsmedewerkers zijn hiervan getuige. Maar ook andere factoren op het werk kunnen een rol spelen bij het ontstaan van burn-out. Werknemers die niet goed gecoacht worden door hun leidinggevende bijvoorbeeld maken dubbel kans om burn-outsymptomen te ontwikkelen. Voor zelfstandige ondernemers is een ernstig competentiedeficit op het vlak van management en beheer van de organisatie een belangrijke risicofactor voor burn-outklachten.

Meer informatie?

Deze verkennende analyse naar burn-outklachten is gebaseerd op de gegevens uit de Vlaamse Werkbaarheidsmonitor, een driejaarlijkse enquête bij een representatief staal van werknemers en zelfstandige ondernemers. We beschouwen de respondenten met acute psychische vermoeidheid als personen met burn-outklachten. We doen dit na een literatuuronderzoek waaruit onder meer blijkt dat burn-outklachten zich vaak manifesteren door uitputting, tevens het centrale kenmerk van 'acute psychische vermoeidheid'. We kijken naar de oorzaken op de werkplek voor het ontwikkelen van burn-outklachten. De databank bevat geen gegevens om uitspraken te doen over mogelijke individuele factoren die hierbij een rol kunnen spelen. De analyse suggereert een aantal risicofactoren op de werkplek die van belang kunnen zijn voor een beleid dat zich –als aanvulling op een goed gevoerd werkstressbeleid– specifiek richt op de preventie van burn-out.

Meer informatie vindt u in het rapport *'Knipperlicht voor burn-out: acute psychische vermoeidheidsproblemen bij werknemers en zelfstandige ondernemers onder de loep'*, Brussel, december 2014'

Alle informatie over de werkbaarheidsmonitor vindt u op www.werkbaarwerk.be. De documenten kan u gratis downloaden.

De Vlaamse werkbaarheidsmonitor is een initiatief van de Vlaamse sociale partners en werd ontwikkeld door STV-Innovatie & Arbeid met de financiële steun het Europees Sociaal Fonds.