

Psychosociale arbeidsbelasting

Een positieve benadering

Wilmar Schaufeli
Universiteit Utrecht



Drie perspectieven

- *Smal*: Psychosociale arbeidsbelasting (PSA)
- *Breder*: Werkstress
- *Breedst*: Duurzame inzetbaarheid





Psychosociale arbeidsbelasting *(smal)*

- “...de factoren met inbegrip van seksuele intimidatie, agressie en geweld, pesten en werkdruk, in de arbeidssituatie die stress teweeg brengen” (Arbowet art. 3e)
- Kernaspecten en speerpunten
 - Werkdruk
 - Ongewenste omgangsvormen
- Ongelijksoortige grootheden (NEA, 2012)
 - Hoge werkdruk: 30-45%
 - Ongewenst gedrag: 0,7% –19,1 % (“ja, enkele keer”, “vaak”, “zeer vaak”)
 - Ongewenst gedrag: 0,2% -2,4% (“vaak”, “zeer vaak”)



Werkstress *(breder)*

- Een negatieve psychologische toestand ten gevolge van overbelasting op het werk. Dat wil zeggen, het gevoel niet te kunnen voldoen aan de eisen die het werk stelt.

Psychisch	Lichamelijk	Gedragmatig
Affectief • Neerslachtig • Geïrriteerd	Klachten • Hoofdpijn • Vermoeidheid	Individueel • Rusteloosheid • Middelengebruik
Cognitief • Vergeetachtigheid • Slechte concentratie	Aandoeningen • Verkoudheid • Maag/darm stoornis	Organisatie • Ziekteverzuim • Presentisme
Motivationeel • Cynisme • Ontevredenheid	Fysiologische reacties • Hoge bloeddruk • Versnelde ademhaling	



Oorzaken van werkstress

Inhoud	Verhoudingen	Omstandigheden	Voorwaarden
• Monotonie • Interrupties • Emotionele belasting • Gebrek aan autonomie • Gebrek aan feedback • Gebrek aan afwisseling •	• Conflicten • Ongewenste omgangsvormen • Rolonduidelijkheid • Gebrek aan sociale steun • Onrechtvaardige verhoudingen • Slecht leiderschap • Slechte teamsfeer •	• Gevaarlijk werk • Zwaar werk • Binnenklimaat •	• Baanonzekerheid • Reorganisatie • Flexibel werk • Gebrek aan loopbaanmogelijkheden • Gebrek aan inspraak • Onbillijke beloning •

- Er zijn meer dan zestig werkstressoren en –energiebronnen bekend (Schaufeli & Taris, 2014)





Duurzame inzetbaarheid *(breedst)*

- Productief en gezond doorwerken tot aan het pensioen (SZW)
- “Duurzaam inzetbaar betekent dat medewerkers doorlopend in hun arbeidsleven **over daadwerkelijk realiseerbare mogelijkheden** alsmede over de **voorwaarden** beschikken om in huidig en toekomstig werk met behoud van gezondheid en welzijn te (blijven) functioneren.

Dit impliceert een werkcontext die hen hiertoe **in staat stelt**, evenals de **attitude en motivatie** om deze mogelijkheden daadwerkelijk te benutten” (Van der Klink et al., 2011)



Van negatief naar positief

Van 'animal laborans'	Naar 'homo faber'
Stress perspectief • <i>Disease</i> • <i>Disoder</i> • <i>Damage</i> • <i>Disability</i>	Energie perspectief • <i>Energizing</i> • <i>Exciting</i> • <i>Enriching</i> • <i>Engaging</i>
Negatieve spanning en burnout	Positieve spanning en bevlogenheid
Verzuim en arbeidsongeschiktheid	Presentisme en productiviteit
Verminderen van stressoren	Versterken van energiebronnen
Preventie	Amplitie
Behoud	Groei
Risicogroepen	Alle werknemers



Omdat ons werk verandert...

Van	Naar
• Extern toezicht en controle • Scheiding werk-privé • Verticale structuur • Individuele prestatie • Monocultuur • Gedetailleerde taakomschrijving • Stabiliteit • Ervaring • Afhankelijk van organisatie	• Zelfcontrole • Werk en privé lopen in elkaar over • Horizontale structuur (netwerk) • Teamwork • Diversiteit • Vrije opdracht • Continue verandering, flexibiliteit • Innovatie, creativiteit • Zelf verantwoordelijk



Omdat het goed is ...

Voor werknemers

Lichamelijk

- Stress-reactiviteit
- Hartactiviteit

Mentaal

- Depressie
- Psychosomatische klachten
- Slaapkwaliteit

Gedragmatig

- Werkvermogen
- Initiatief nemen
- Innovatief gedrag

Voor werkgevers

Arbeidsuitval

- Ziekteverzuim
- Personeelsverloop

Prestatie

- Klanttevredenheid
- Minder fouten- en ongevallen
- Arbeidsprestatie

Bedrijfsresultaat

- Financiële opbrengst
- Productiviteit
- Winst



Ter illustratie: Werkdruk

Werkdruk is de overtuiging het werk niet op tijd af te krijgen en/of niet aan de gestelde eisen te kunnen voldoen.

Een kwestie van balans

- Inspanning
- Werkeisen
- Belasting
- Stressoren
- Onmogelijkheden

↔

↔

↔

↔

↔

- Herstel
- Kennis & Vaardigheden
- Belastbaarheid
- Energiebronnen
- Wensen & Behoeften





Hartelijk dank voor uw aandacht !!

Contact

Mail: *w.schaufeli@uu.nl*

Web: *www.wilmarschaufeli.nl*



Universiteit Utrecht
