

Stress in Nederland

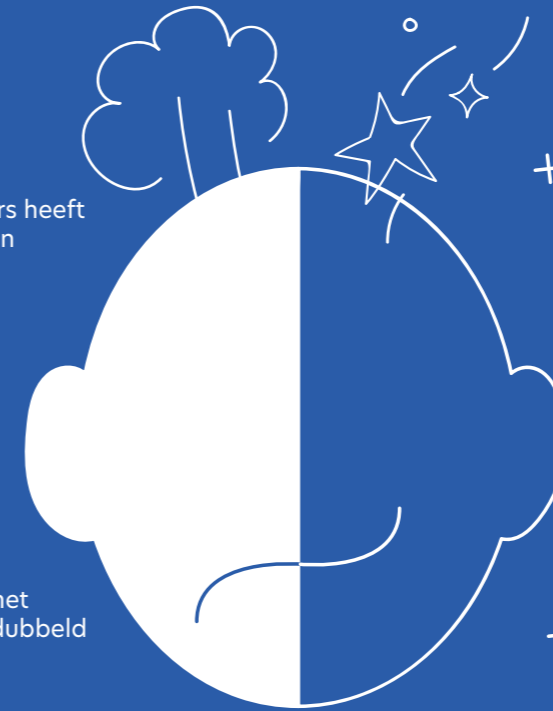


Mantelzorgers

- 440.000 mantelzorgers zijn overbelast
- 43% zegt dat hun situatie hen nooit loslaat

Gevaar

- 25% van de Nederlanders heeft regelmatig stressklachten
- 16% is uitgeput van de stress
- De afgelopen 20 jaar is het burn-outpercentage verdubbeld



Kansen

- + Zorg dat je stressfactoren buffert met voldoende energiebronnen.
- + Werkstress is vaak een gevolg van te weinig steun, te weinig autonomie of een gebrek aan competenties
- + Kijk naar waar iemand energie/mentale veerkracht van krijgt.
- + Controleer medewerkers minder en vertrouw op hun inzet en kracht (autonomie behoefte)
- + Geef complimenten en waardering en toon erkenning
- + Geef ruimte en het gevoel dat een medewerker invloed heeft op de eigen agenda

Jongeren

- 20% heeft stress en burn-out klachten
- 100.000 jongeren met stress gerelateerde klachten (CBS, 2017)
- 24% is dagelijks bang een burn-out te krijgen



Werkstress is beroepsziekte nummer één in ons land. Ruim veertien procent van de Nederlanders meldt zich jaarlijks ziek omdat ze kampen met een burn-out, en vijf procent van deze groep zit daardoor zelfs langdurig thuis op de bank.

55+ers

- 46% ervaart klachten als gevolg van stress
- Ouderen verzuimen minder, maar bij hen is de kans groter dat zij langer verzuimen



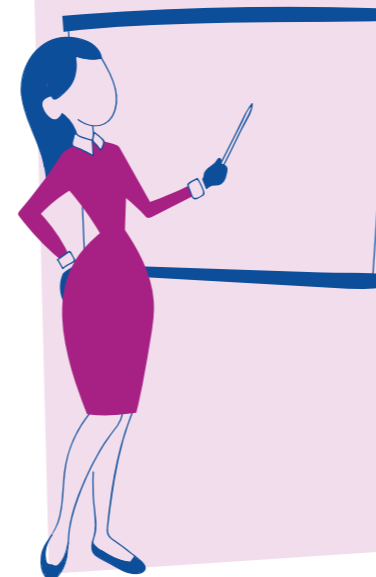
Zorgsector

- 20% van jonge zorgmedewerkers (t/m 35 jaar) heeft burn-out klachten
- 33% komt oververmoeid thuis
- Langdurig ziekteverzuim sinds 2013 met 16% gestegen, een stijging die bijna geheel te wijten is aan een te hoge werkdruk
- 20% van de jonge artsen heeft tegenwoordig last van burn-out klachten, in 2015 was dit 15%
- 26% heeft last van te hoge werkdruk



Onderwijs

- 20% heeft burn-out klachten
- Te wijten aan de hoge werklast en de hoge mate van emotionele betrokkenheid die het werk meebrengt.
- Het onderwijs heeft met 4,4% een hoger ziekteverzuim dan gemiddeld
- Vooral mensen tussen 35 en 45 jaar (23,9%) en tussen de 55 en 65 jaar (23,6%)



arbo
unie