

Wat je moet weten over burn-out.

Wie werkt, moet vaak permanent beschikbaar zijn. De verantwoordelijkheden en werkdruk worden steeds groter en ook thuis is er van alles wat moet. Tijd om uit te rusten en te herstellen van alle inspanningen is er meestal niet. Voordat je het in de gaten hebt, ben je totaal opgebrand.

Burn-out, een heftige situatie voor de medewerker, maar ook voor de werkgever. Verzuimtrajecten zijn intensief en kosten veel tijd, geld en energie. Om een idee te krijgen van de impact die gepaard gaan met burn-out, stress en verzuim, lees je hieronder enkele relevante feiten.



42%

van alle ziekmeldingen in Nederland horen 42% thuis in de categorie psychische beroepsziekten. Daarbij vormen overspannenheid en burn-out het grootste deel van het aantal meldingen (74%). Kerncijfers beroepsziekten 2017



Chronische stress ontregelt de neuro-fysiologische processen in het lichaam. Wanneer medewerkers langdurig worden blootgesteld aan intense stress, kunnen lichaam en geest (blijvende) schade oplopen.

bron: CSR centrum



Ziek zijn is duur, vooral als zieke (of niet fitte) mensen door blijven werken.

bron: Nooit meer burn-out, Anita Roelands



Uit het onderzoek blijkt dat overspanning of een burn-out als derde reden voor loopbaanonderbreking naar voren komt. Daarbij moeten meer vrouwen dan mannen hun loopbaan onderbreken vanwege een burn-out.

bron: Nationaal Salaris Onderzoek 2017

nr. 1

Stress op het werk is beroepsziekte nummer 1. Meer dan een miljoen mensen loopt jaarlijks het risico op een burn-out en andere werkgerelateerde psychische aandoeningen.

bron: TNO



Jonge werknemers van 25 tot 35 hebben relatief vaak burn-out klachten, namelijk 17%. Dit zijn 240.000 jonge werknemers. bron: TNO

€1.800.000.000

Werkstress-gerelateerde ziekteverzuim kost werkgevers in Nederland jaarlijks 1,8 miljard Euro.

bron: Kerncijfers beroepsziekten 2017



3 miljoen Nederlandse werknemers geven aan behoefte te hebben aan preventieve maatregelen tegen werkstress. bron: TNO



Bij 60% van de meldingen wat er sprake van verzuim dat langer dan 3 maanden duurde.

bron: Kerncijfers beroepsziekten 2017