

# Druk Drukker Drukst

20 jaar werkdrukmeting  
bij werknemers



‘Werkdruk onhoudbaar in woonzorgcentra’

**Actievoerders blazen belen aan kinderopvang: “Werkdruk is onhoudbaar”**

NIEUWS

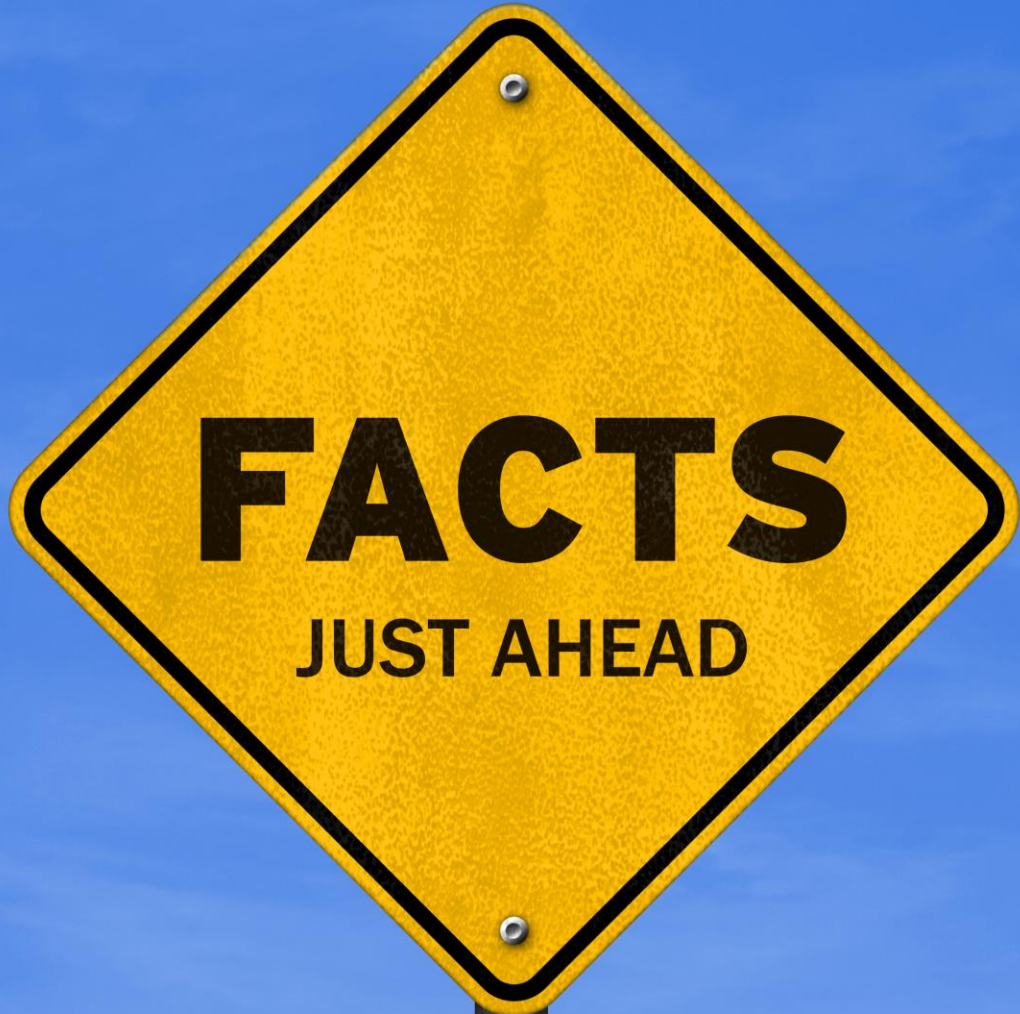
06/09/2023 - 13:16

**Werknemers distributiecentrum Bpost in Wetteren staken omwille van te hoge werkdruk en personeelstekort**

**1 op 5 leerkrachten wil stoppen omdat werkdruk te hoog is**

23 augustus 2023

Eén op de vijf leerkrachten wil stoppen, omdat de werkdruk te hoog is. En de helft voelt zich na een schooldag compleet leeg. Dat blijkt uit een enquête van Het Laatste Nieuws bij bijna 1.500 leerkrachten. Maar de meesten beginnen volgende vrijdag met goede moed aan het nieuwe schooljaar. Want 87 procent vindt les geven nog altijd fantastisch.



**FACTS**

**JUST AHEAD**

# Werkdruk in de werkbaarheidsmonitor

---

6 metingen tussen 2004-2019,  
meting 2023 in de eindfase

---

+/- 77.000 werknemers en 14.000 zelfstandige  
ondernemers

---

schriftelijke bevraging

---

gevalideerde vbba-batterij met 11 items



# Werkdruk in de werkbaarheidsmonitor

## 1. Werktempo en werkhoeveelheid

*Kruis telkens één vakje aan*

**Moet u erg snel werken?**

*altijd*

*vaak*

*soms*

*nooit*

Moet u erg snel werken?

Heeft u te veel werk te doen?

Moet u extra hard werken om iets af te krijgen?

Werkt u onder tijdsdruk?

**Heeft u teveel werk te doen?**

Moet u zich haasten?

Kunt u uw werk op uw gemak doen?

Heeft u te maken met een achterstand in uw werkzaamheden?

Heeft u te weinig werk?

Heeft u problemen met het werktempo?

Heeft u problemen met de werkdruk?

Zou u het kalmer aan willen doen in uw werk?

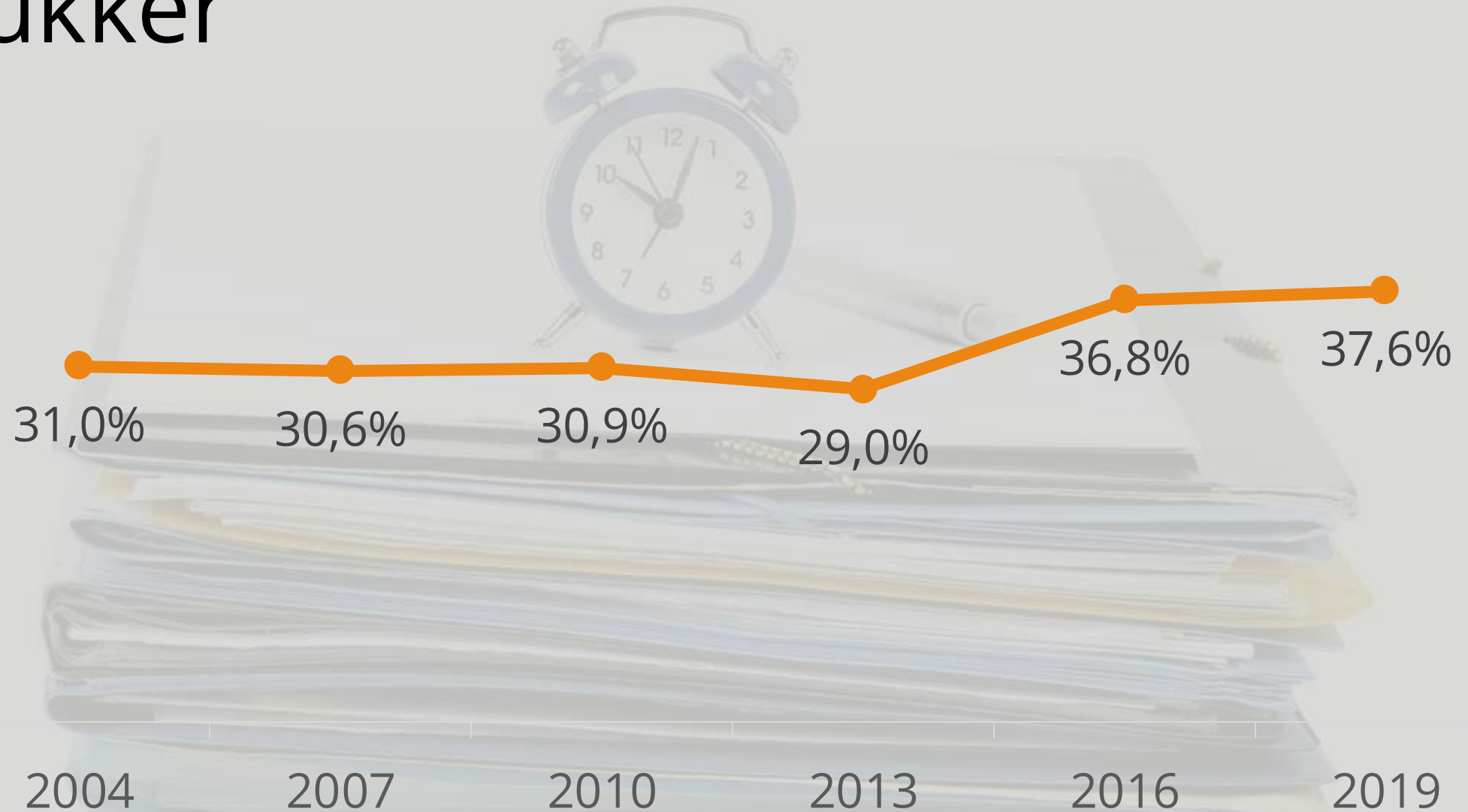
# Druk

37,6%

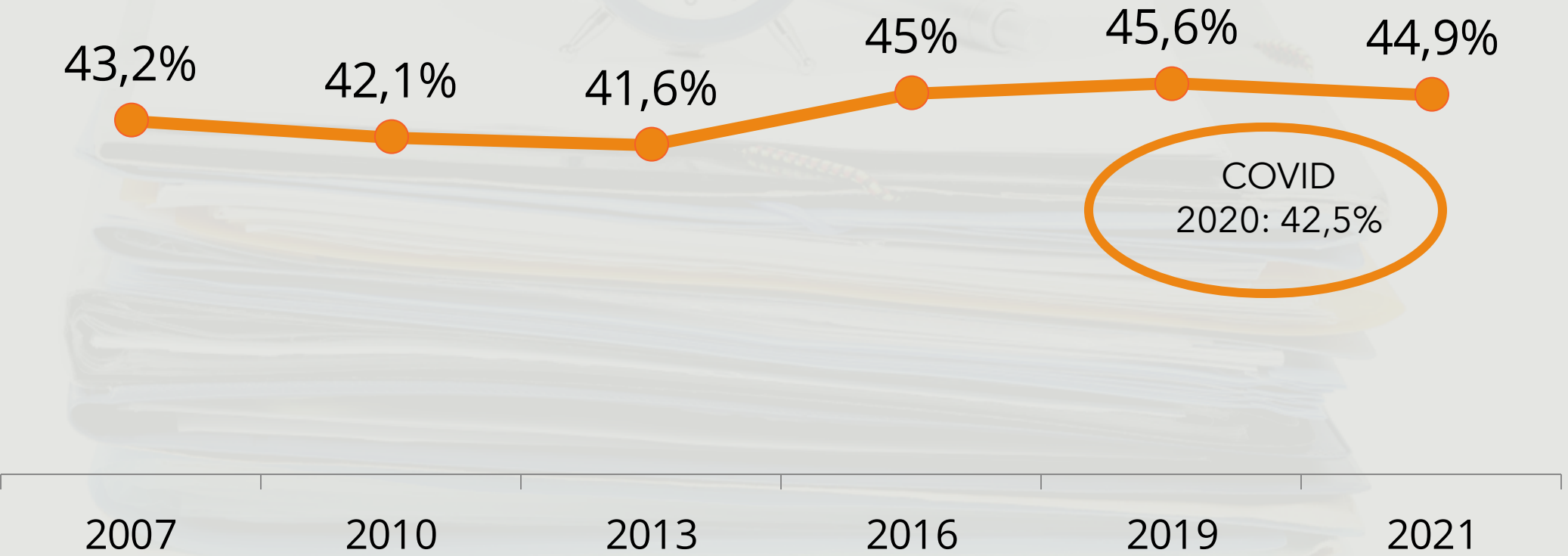
Deelgroepen (bv geslacht,  
sector, functie):  
minstens 25%



# Drukker



# Drukker: COVID



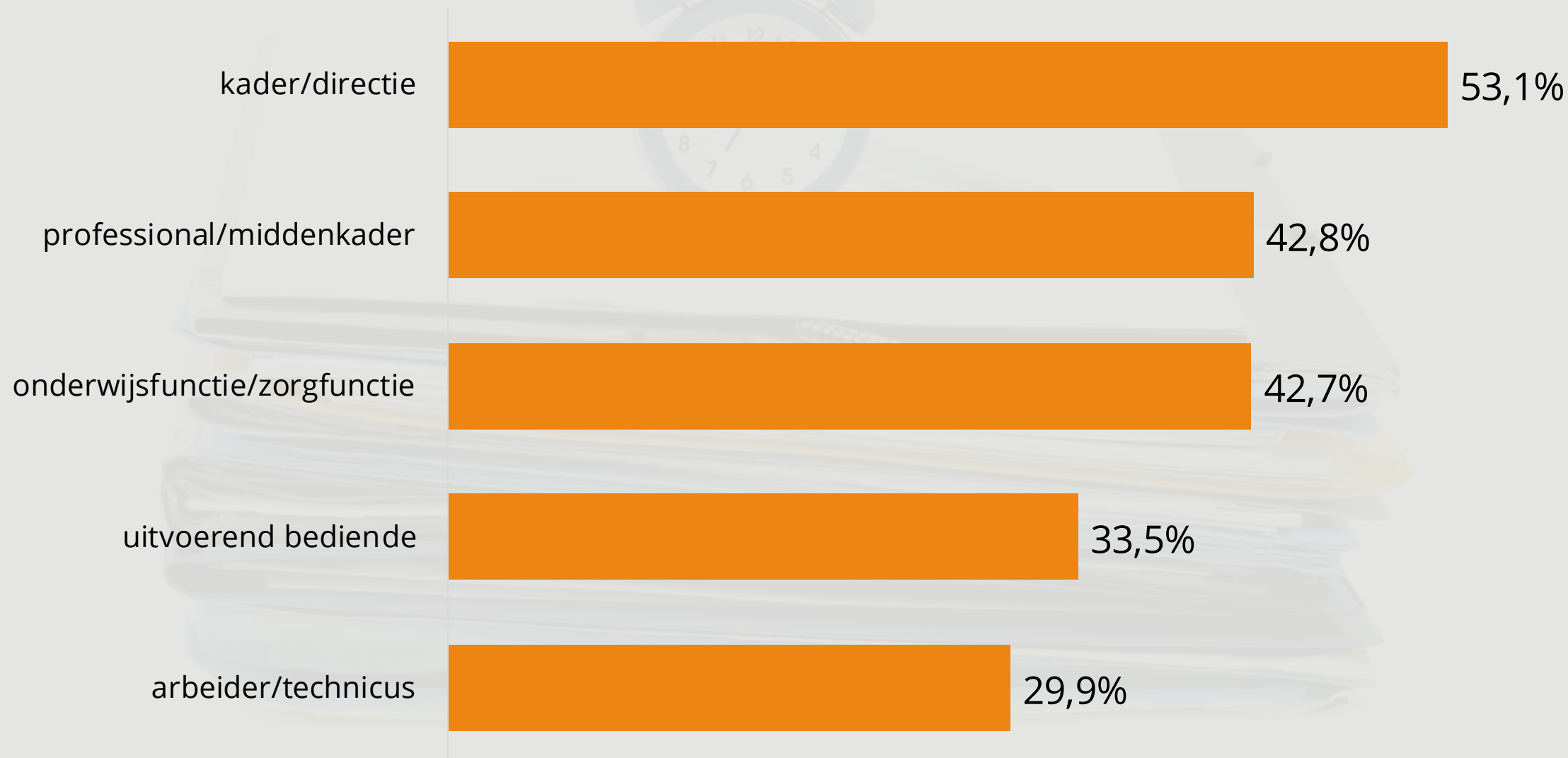
Nederlandse Enquête Arbeidsomstandigheden (NEA): heel veel werk: vaak/altijd



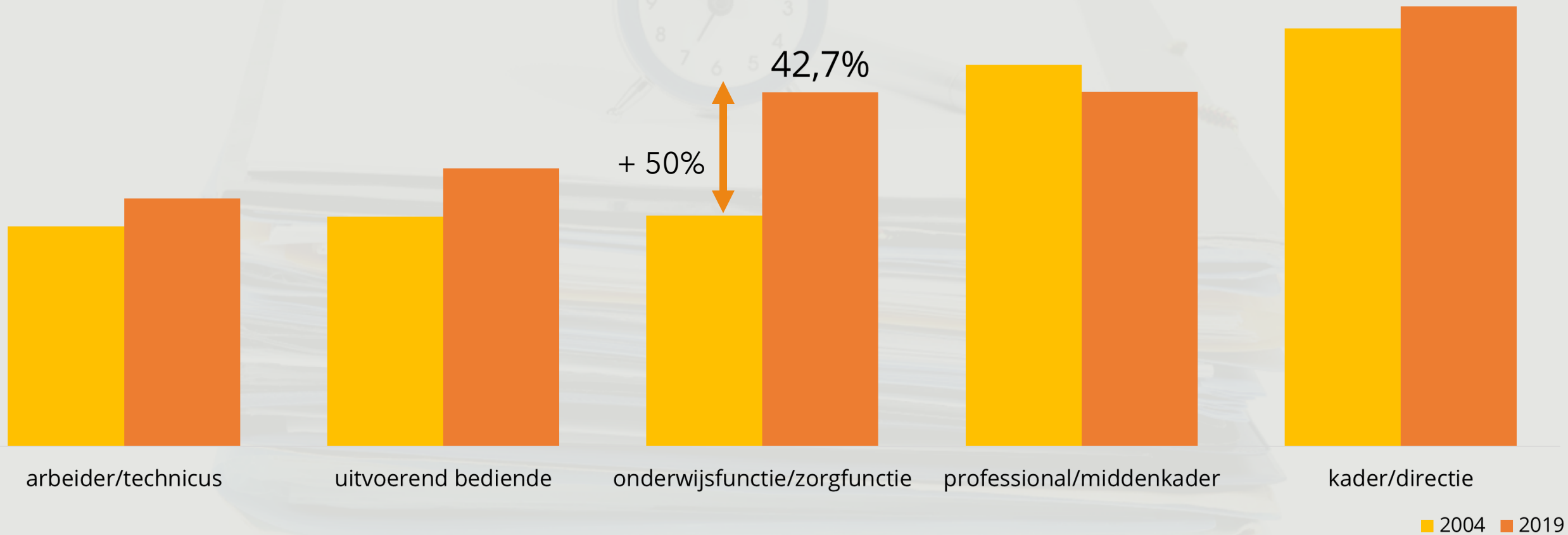
# Drukst



# Drukst



# Drukst



# Impact



# Impact



werkdruk



WERKSTRESS



BURN-OUT  
SYMPTOMEN



WERK-PRIVE  
UIT BALANS



MOTIVATIE-  
PROBLEMEN



# Veel impact

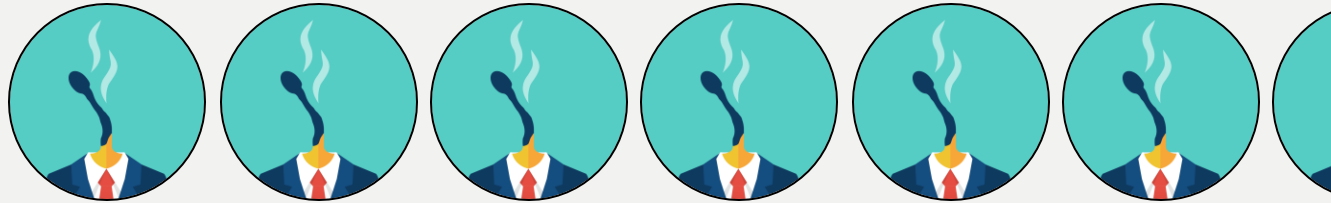
## BIJ HOGE WERKDRUK

WERKSTRESS



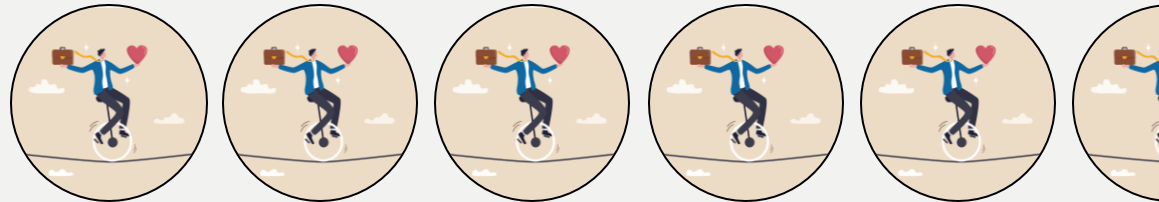
X4,3

BURN-OUT  
SYMPTOMEN



X6,3

WERK-PRIVE  
UIT BALANS



X5,5

MOTIVATIE-  
PROBLEMEN



X2,2

# Zes risicofactoren

---

Werkdruk

---

Emotionele belasting

---

Taakvariatie

---

Autonomie

---

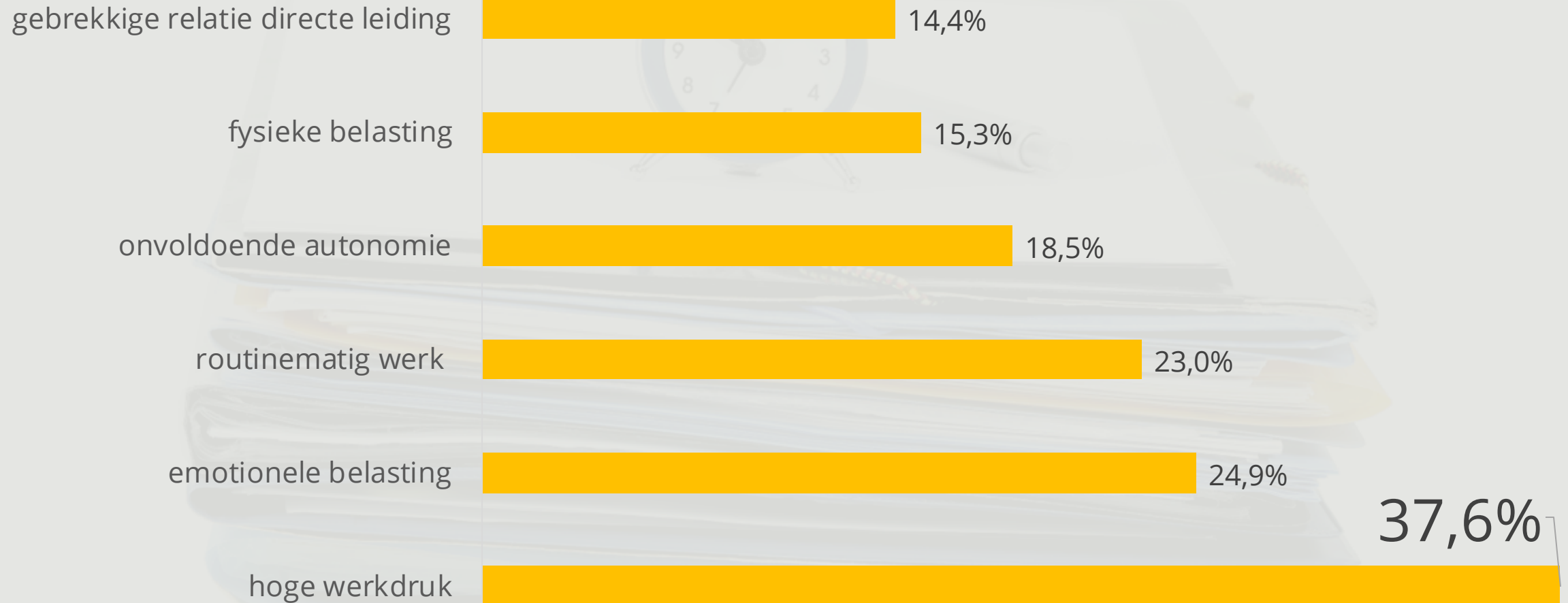
Ondersteuning directe leiding

---

Fysieke arbeidsomstandigheden



# Vaakst





# Meeste Impact ?

---

**Bij emotionele belasting**

---

**Bij routinematige werk**

---

**Bij autonomie**

---

**Bij gebrekkige ondersteuning leiding**

---

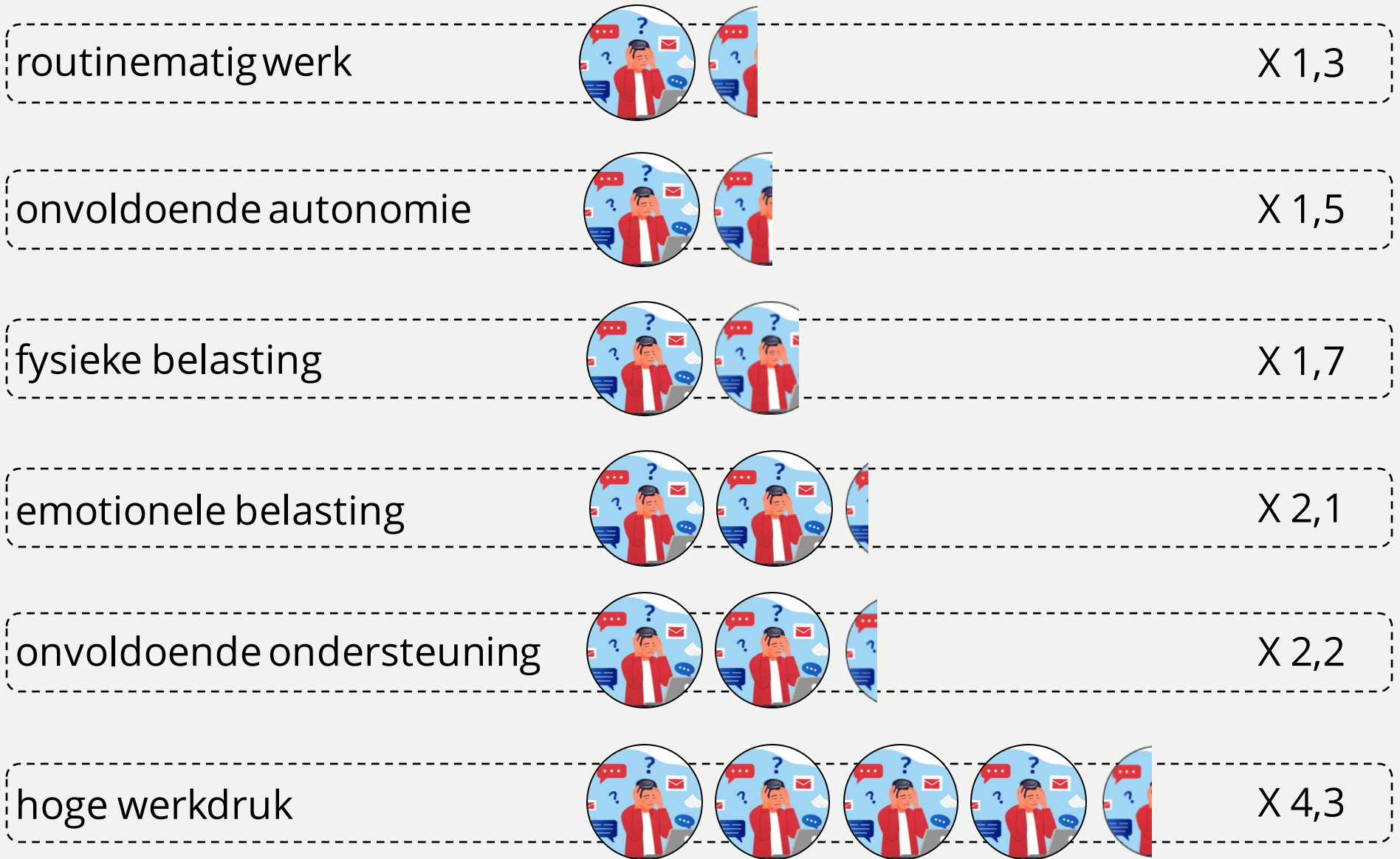
**Bij fysiek belastende arbeidsomstandigheden**



# Meeste impact

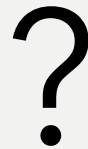


WERKSTRESS



# Impact : het totaalplaatje

## Bij hoge werkdruk



Bij emotionele belasting

Bij routinematige werk

Bij autonomie

Bij gebrekkige ondersteuning leiding

Bij fysiek belastende arbeidsomstandigheden

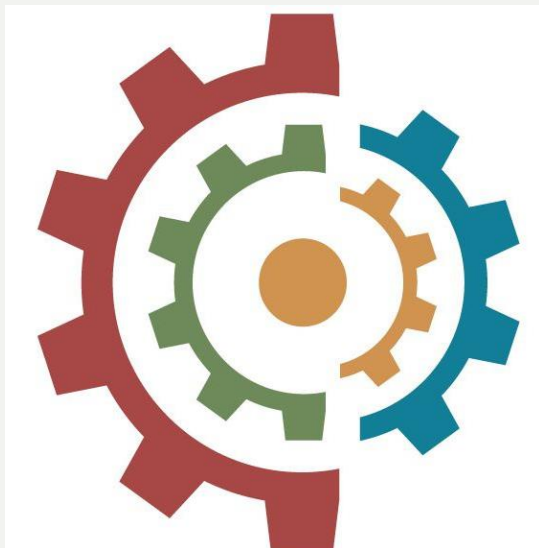
# Impact : totaalplaatje

	werkstress	burn-out	werk-privé	motivatie
<b>werknemers</b>				
<b>werkdruk</b>				
hoge werkdruk	4,31	6,26	5,55	2,21
<b>emotionele belasting</b>				
emotioneel belastend werk	2,07	2,71	2,37	1,56
<b>taakvariatie</b>				
onvoldoende taakvariatie	1,31	1,5	ns	4,11
<b>autonomie</b>				
onvoldoende autonomie	1,46	1,83	1,36	1,52
<b>ondersteuning leiding</b>				
onvoldoende ondersteuning directe leiding	2,15	2,84	1,98	3,92
<b>fysieke arbeidsomstandigheden</b>				
belastende arbeidsomstandigheden	1,67	1,73	1,43	1,38

# Take away

- Druk, drukker, drukst
- Veel impact
- Vaakst/ meeste impact





# [www.werkbaarwerk.be](http://www.werkbaarwerk.be)



Evenementen

Contact ▾

zoekterm

Zoek

[Wat is werkbaar werk](#) | [Tips](#) | [Feiten en cijfers](#) | [Wegwijs](#) | [Zelf training geven](#)

Werkbaar werk is van belang voor werknemers, ondernemers én organisaties. Wie werkbaar werk heeft, heeft meer plezier in het werk, leert meer, blijft langer aan de slag en is minder vaak ziek.



## Wat is werkbaar werk?

Werkbaar werk levert niet alleen werkplezier, leerkansen en motivatie maar stimuleert werknemers ook om langer aan de slag te blijven.

[Meer info](#) »

## Tips om werk werkbaar te maken

- [Tips om je eigen werk werkbaar te maken](#) »
- [Tips om het werk van je werknemers, collega's en teamleden werkbaar te maken](#) »

## Zelf training geven

Lesmateriaal en -tips om zelf training te geven over alle aspecten van werkbaar werk.

## Feiten en cijfers

Via de Werkbaarheidsmonitor brengen we werkbaar werk in Vlaanderen in kaart.

Raadpleeg hier de rapporten, de statistieken of vraag de data aan om zelf mee aan de slag te gaan.

## Wegwijs in advies, opleiding en financiering

Handig overzicht van alle mogelijke opleidingen, adviesinstanties en financieringsmogelijkheden om aan de slag te gaan met werkbaar werk voor jezelf of je organisatie.

## Over ons

De Stichting Innovatie & Arbeid maakt deel uit van de SERV en specialiseert zich o.a. in werkbaar werk. Wij organiseren regelmatig een grootschalige werkbaarheidsenquête en publiceren de resultaten in de Werkbaarheidsmonitor.



<https://www.werkbaarwerk.be/werkbaarwerk/tips-werk-werkbaar-te-maken/wat-kan-je-doen-te-hoge-werkdruk>



Evenementen | Contact ▾

zoekterm

Zoek

[Wat is werkbaar werk](#) | [Tips](#) | [Feiten en cijfers](#) | [Wegwijs](#) | [Zelf training geven](#)

[Werkbaar werk](#) » [Tips om werk werkbaar te maken](#) » [Wat kan je doen aan een te hoge werkdruk?](#)

## Wat kan je doen aan een te hoge werkdruk?

Werkdruk ontstaat wanneer je te veel werk moet doen en/of wanneer je te weinig tijd hebt om al je taken uit te voeren. Werkdruk kan verschillende oorzaken en gevolgen hebben. Maak gebruik van deze tips om werkdruk de baas te blijven.

[Signalen van hoge werkdruk](#)

[Werkdruk bespreken](#)

[Werkdruk zélf verlagen](#)

[Terug naar boven](#)

**Werkstress en burn-out**



**HOE VERMINDER JE WERKSTRESS  
EN VOORKOM JE EEN BURN-OUT?**

Masterclass hoe kan je zelf  
werkstress en burn-out  
voorkomen?