

# Burnout bij leraren vanuit een sociaal uitwisselingsperspectief

Joan van Horn en Wilmar Schaufeli\*

## Summary

### ***Burnout among teachers: A social exchange perspective***

*The results are presented of a study on burnout among 249 Dutch teachers. Drawing on earlier findings on the role of social exchange processes in burnout, the current study considers burnout from the perspective of exchange of investments and outcomes at interpersonal (teacher-student) and organizational (teacher-school) level. The findings show that burnout levels are not associated with lack of reciprocity in the relationship with students. However, in the relationship with the organization an imbalance between investments and outcomes is related to at least one burnout dimension: emotional exhaustion. Teachers who invest more than they get back in return are more emotionally exhausted.*

## Inleiding

Veranderingen in het onderwijs volgen elkaar in snel tempo op. Veel leraren staan daardoor onder druk en lijken hun aanvankelijke idealen te hebben verloren. Mede hierdoor dreigen zij versneld uit het arbeidsproces te stromen. Arbeidsongeschiktheidscijfers wijzen uit dat in 1994, ruim 44 procent van het totaal aantal volledig arbeidsongeschikte ambtenaren uit het onderwijs afkomstig was (ABP, 1995a). Ter vergelijking: bij ambtenaren van politie en defensie was dit percentage 28% of lager. Naar schatting verlaat ruim de helft van de zieke en arbeidsongeschikte leraren (tijdelijk) het arbeidsproces ten gevolge van psychische klachten (ABP, 1995b) die steeds vaker in verband worden gebracht met 'burnout' (Schaufeli & Bergers, 1992).

Burnout is een metafoor voor een chronische stressreactie die zich met name manifesteert bij 'professionals' in de zogenaamde hulpverlenende beroepen zoals onderwijsgeevenden, verpleegkundigen, maatschappelijk werkers. De meest gebruikte definitie van burnout is die van Maslach en Jackson (1986). Deze auteurs beschouwen burnout als een proces, waarin drie symptomen op de voorgrond treden: 1) emotionele uitputting, 2) depersonalisatie en 3) een verminderde persoonlijke bekwaamheid. Het meest kenmerkende symptoom van burnout is de *emotionele uitputting*. Leraren die zonder resultaat veel tijd en energie steken in bijvoorbeeld het motiveren van leerlingen, kunnen op langere termijn hun emotionele reserves verliezen en uitgeput raken. Aangenomen wordt dat het (psycholo-

\* Drs. J. van Horn en prof. dr. W. Schaufeli zijn verbonden aan de vakgroep Klinische Psychologie en Gezondheidspsychologie. Correspondentieadres: Universiteit Utrecht, Postbus 80 140, 3508 TC Utrecht.

gisch) afstand nemen van leerlingen (depersonalisatie) een beschermende functie heeft. Kenmerkend voor depersonalisatie zijn een toenemende prikkelbaarheid en een negatieve, cynische houding naar met name leerlingen. Het gevoel van alles te ondernemen maar niets te bereiken geeft leraren het idee niet meer geschikt te zijn voor het leraarschap (verminderde persoonlijke bekwaamheid).

Onderzoek toont aan dat burnout ook gerelateerd is aan verschillende biografische kenmerken, zoals leeftijd en geslacht (Greenglass, Burke & Ondrack, 1990) en werkgerelateerde factoren, zoals werkervaring en schooltype (Friedman, 1991). Om die reden dient in burnout-onderzoek rekening gehouden te worden met dergelijke 'confounding factors'. Voor een nadere toelichting op de relatie tussen genoemde biografische en werkgerelateerde factoren en burnout, wordt de geïnteresseerde lezer verwezen naar Van Horn, Schaufeli, Greenglass en Burke (1996).

De onderhavige studie onderzoekt burnout bij leraren vanuit een sociaal uitwisselingsperspectief. Recentelijk hebben Buunk en Schaufeli (1993) gesuggereerd dat sociale uitwisselingsprocessen een belangrijke rol kunnen spelen in de ontwikkeling van burnout. Gebaseerd op de billijkheidstheorie van Adams (1965) wordt de interpersoonlijke relatie tussen de hulpverlener (leerkracht) en de hulpvrager (leerling) door de genoemde auteurs opgevat als een uitwisselingsrelatie van investeringen en opbrengsten. Een verstoring van de balans tussen deze investeringen en opbrengsten brengt onbillijkheidsgevoelens teweeg, die op langere termijn burnout tot gevolg kunnen hebben. Bij een verstoring van het evenwicht kan men zich ofwel ondergewaardeerd voelen (de investeringen zijn in dit geval groter dan de opbrengsten) ofwel men kan een gevoel van overwaardering ervaren (de investeringen zijn dan kleiner dan de opbrengsten). Empirisch onderzoek bij (leerling)verpleegkundigen (Van Dierendonck & Schaufeli, 1993; Van Gorp, Schaufeli & Hopstaken, 1993) toont aan dat onbillijkheid in beide situaties samenhangt met een verhoogde mate van burnout. Tot op heden is de relatie tussen burnout en sociale uitwisselingsprocessen bij leraren nog niet onderzocht. De onderhavige studie beschouwt sociale uitwisselingsrelaties op interpersoonlijk en organisatieniveau.

Leraren kunnen in de relatie met leerlingen onbillijkheidsgevoelens ervaren als zij het gevoel hebben dat zij meer investeren (bijvoorbeeld in individuele begeleiding) dan zij van de leerlingen terugkrijgen. Gebleken is dat leraren een goede sfeer in de klas en de motivatie en interesse van leerlingen als belangrijke opbrengsten ervaren. Onderzoek (Byrne, 1991) heeft aangetoond dat leraren die geconfronteerd werden met een verslechtering van het sociale klimaat in de klas meer emotioneel uitgeput waren. Bovendien hadden deze leraren een negatievere houding ten opzichte van hun leerlingen en ten opzichte van het lesgeven in het algemeen. Deze bevindingen suggereren dat het opgebrand raken veel meer ontstaat vanuit het gevoel van onderwaardering dan van overwaardering. Onze verwachting is dan ook dat een verstoring van de balans tussen investeringen en opbrengsten voortkomt uit het gevoel van onderwaardering.

Onderzoek bij (leerling)verpleegkundigen toont aan dat onbillijkheid niet alleen op interpersoonlijk niveau gerelateerd is aan burnout, ook op het niveau van de organisatie worden soortgelijke verbanden gevonden (Van Dierendonck & Schaufeli, 1993; Van Gorp et al., 1993). Het blijkt dat negatieve gevoelens (bijvoorbeeld stress en ontevredenheid) die leraren hebben ten aanzien van de organisatie vooral te maken hebben met een slecht functionerende schoolleiding en het gevoel niet gewaardeerd te worden (Van Poppel & Kamphuis, 1994). Deze slechte werkverhoudingen blijken een belangrijke bijdrage te leveren aan een verhoogde stresservaring bij leraren. Vertaald naar de sociale uitwisselingstheorie lijkt het aannemelijk dat bijvoorbeeld het idee niet gewaardeerd te worden, onbillijkheidsgevoelens oproept. Wij verwachten dat onbillijkheid ten aanzien van de school met name ontstaat vanuit het gevoel van onderwaardering.

Samengevat veronderstellen we dat burnout samenhangt met onbillijkheid op zowel interpersoonlijk (leerkracht-leerling) (Hypothese 1) als organisatieniveau (leerkracht-school) (Hypothese 2).

## Methodes

In het schooljaar 1994-1995 is in samenwerking met de GGD Arbodienst Eindhoven bij vier scholen van het basisonderwijs en zes scholen van het voortgezet onderwijs een risico-inventarisatie en -evaluatie uitgevoerd. De onderhavige studie is gebaseerd op een deel van dit onderzoek.

### Onderzoeksgroep

Van de 350 leraren die zijn benaderd om te participeren hebben uiteindelijk 249 de lijst volledig ingevuld (responspercentage 73%). De onderzoeksgroep bestond voor 60% uit mannen en voor 40% uit vrouwen. De gemiddelde leeftijd was 45 jaar met een spreiding van 23-65 jaar ( $SD = 6.98$ ). De gemiddelde werkervaring was 19 jaar ( $SD = 7.71$ ) en het gemiddeld aantal aanstellingsuren was 33 ( $SD = 9.28$ ).

### Operationalisatie

**Burnout** De Nederlandse versie van de Maslach Burnout Inventory (MBI, Maslach & Jackson, 1986) voor leraren (MBI-NL-Le, Schaufeli, Daamen & Van Mierlo, 1994, Schaufeli & Van Horn, 1995) is gebruikt om burnout te meten. De MBI-NL-Le bestaat uit 20 items verdeeld over drie dimensies. Emotionele Uitputting (EU, 8 items,  $\alpha = .89$ ), Depersonalisatie (D; 5 items,  $\alpha = .56$ ) en Persoonlijke Bekwaamheid (PB; 7 items,  $\alpha = .75$ ). Elk item wordt gescoord op een zevenpuntschaal lopend van 0 (*nooit*) tot en met 6 (*elke dag*). De scores op de drie burnout-dimensies worden afzonderlijk gesommeerd. Een hoge score op de schalen EU en D en een lage score op PB zijn indicatief voor burnout.

**Onbillijkheid** Onbillijkheid is zowel op interpersoonlijk niveau (leerkracht-leerling) als op organisatie niveau (leerkracht-school) gemeten aan de hand van twee vragen. Investerings (I). 'Hoeveel steekt u in de relatie met uw leerlingen/ de schoolleiding?' Opbrengsten (O). 'Hoeveel ontvangt u terug uit de relatie met uw leerlingen/ de schoolleiding?' Antwoordcategorieën variëren van *zeer weinig* (1) tot *heel veel* (5). Van deze twee vragen is de ratio (O/I) berekend. Een score kleiner dan 1 geeft aan dat de investeringen kleiner zijn dan de opbrengsten. Een score groter dan 1 geeft het tegenovergestelde weer, terwijl een score van 1 weergeeft dat er sprake is van een balans tussen I en O.

## Resultaten

Tabel 1 geeft de gemiddelde burnoutscores, standaard-deviaties en intercorrelaties van de burnoutschalen weer.

Om te onderzoeken of leraren relatief meer opgebrand zijn dan werknemers in andere hulpverlenende beroepen, zijn de burnoutscores van leraren vergeleken met die van 3679 werknemers, waaronder verpleegkundigen en artsen (Schaufeli & Van Dierendonck, 1994). In deze heterogene steekproef zijn de gemiddelde scores voor emotionele uitputting, depersonalisatie en persoonlijke bekwaamheid respectievelijk 14.44 ( $SD = 8.01$ ), 7.90 ( $SD = 4.36$ ) en 27.31 ( $SD = 5.20$ ). Leraren voelen zich minder gedepersonaliseerd ( $t = -8.66$ ,  $p \leq .001$ ) en meer bekwaam in hun werk ( $t = 8.28$ ,  $p \leq .001$ ) dan werknemers uit andere hulpverlenende beroepen, terwijl er geen significante verschillen gevonden worden voor emotionele uitputting.

## Burnout bij leerkrachten

Tabel 1 Gemiddelden (M), Standaard-Deviaties (SD) en intercorrelaties van de MBI-dimensies (N=249)

|    | M     | SD   | EU       | D        |
|----|-------|------|----------|----------|
| EU | 15.35 | 9.94 |          |          |
| D  | 5.46  | 4.31 | .44 ***  |          |
| PB | 30.77 | 6.47 | -.23 *** | -.27 *** |

\*\*\*  $p \leq .001$  \*\*  $p \leq .01$  \*  $p \leq .05$

Toelichting EU = Emotionele Uitputting, D = Depersonalisatie, PB = Persoonlijke Bekwaamheid

( $t = 1.42$ ; n.s.). Op twee van de drie dimensies zijn leraren dus minder opgebrand dan andere hulpverlenende 'professionals'.

In Tabel 2 staan de investeringen (I) en opbrengsten (O) met betrekking tot leerlingen en de school

Tabel 2 Investerings (I) en opbrengsten (O) in de relatie met leerlingen en de school (N = 249)

|       | Leerlingen | School    |
|-------|------------|-----------|
| O > I | 12 ( 5%)   | 7 ( 3%)   |
| O = I | 134 (54%)  | 51 (21%)  |
| O < I | 103 (41%)  | 191 (76%) |

Er bestaat een significant verschil tussen de I-O ratio in de relatie met leerlingen en de I-O ratio in de relatie met de school ( $\chi^2 (2) = 127.41$ ;  $p \leq .001$ ). Maar liefst 54% van de leraren geeft te kennen dat de investeringen in de relatie met hun leerlingen in evenwicht zijn met de opbrengsten. In de relatie met de school rapporteert slechts een vijfde (21%) dat investeringen en opbrengsten in balans zijn. Driekwart (76%) van de leraren geeft aan dat er in de relatie met de school sprake is van een verstoorde I-O balans, waarin meer geïnvesteerd dan ontvangen wordt. Dit is slechts bij 41% van de leraren het geval als het om de relatie met leerlingen gaat. Kortom, de relatie met de school is vaker uit balans dan de relatie met leerlingen.

De hypothesen zijn getoetst met behulp van een hiërarchische multiple regressie-analyse, waarin de burnoutschalen EU, D en PB als de afhankelijke variabelen zijn opgenomen en de I-O ratios op interpersoonlijk en schoolniveau de onafhankelijke variabelen zijn (stap 3). Het interactie-effect tussen onbillijkheid in beide onderzochte relaties wordt gerepresenteerd door de productterm 'onbillijkheid leerlingen \* onbillijkheid school' (stap 4). Een significant interactie-effect geeft aan dat er een wisselwerking bestaat tussen onbillijkheid op de beide niveaus. Biografische (geslacht en leeftijd) en werkgerelateerde (ervaring, schooltype en aanstellingsuren) factoren zijn in de analyses meegenomen als covariaten (in respectievelijk, stap 1 en 2).

In Tabel 3 staan de resultaten weergegeven van de stapsgewijze regressie-analyse. Uit de resultaten blijkt het hoofdeffect van onbillijkheid in de relatie met leerlingen niet significant te zijn. De hypothese (1) dat een verstoorde balans in de relatie met leerlingen gerelateerd is aan een hogere mate van burnout is dan ook niet bevestigd. De hypothese (2) dat een verstoorde balans in de relatie met de school samenhangt met hogere burnout-scores wordt slechts bevestigd voor emo-

## Burnout bij leerkrachten

Tabel 3 *Burnout en onbillijkheid in de relatie met leerlingen en de school (N = 249)*

| Stap | Predictoren<br>Variabelen<br>opgenomen<br>in de<br>vergelijking | Emotionele Uitputting |      |     |      | Depersonalisatie |      |     |        | Persoonlijke bekwaamheid |      |     |        |
|------|---|-----------------------|------|-----|------|------------------|------|-----|--------|--------------------------|------|-----|--------|
|      |   | Beta                  | p    | R2  | Δ R2 | Beta             | p    | R2  | Δ R2   | Beta                     | p    | R2  | Δ R2   |
| 1    | Leeftijd  | .08                   | .224 |     |      | .11              | .077 |     |        | -.15                     | .018 |     |        |
|      | Geslacht <sup>a</sup>   | -.01                  | .884 |     |      | -.30             | .000 |     |        | .08                      | .232 |     |        |
|      | Totaal  |                       |      | .01 | .01  |                  |      | .10 | .10*** |                          |      | .03 | .03**  |
| 2    | Schooltype <sup>b</sup>   | .16                   | .022 |     |      | .27              | .000 |     |        | -.29                     | .000 |     |        |
|      | Aanstellingsuren  |                       | .576 |     |      | -.08             | .160 |     |        | .13                      | .045 |     |        |
|      | Ervaring  | .04                   | .226 |     |      | .03              | .732 |     |        | .02                      | .874 |     |        |
|      | Totaal  |                       | .13  | .03 | .02  |                  |      | .17 | .07*** |                          |      | .12 | .09*** |
| 3    | Onbillijkheid<br>leerlingen <sup>c</sup>                        | .02                   | .798 |     |      | .05              | .412 |     |        | -.04                     | .495 |     |        |
|      | Onbillijkheid<br>school <sup>c</sup>                            | -.17                  | .010 |     |      | -.05             | .434 |     |        | .05                      | .420 |     |        |
|      | Totaal  |                       |      | .06 | .03  |                  |      | .18 | .01    |                          |      | .12 | .00    |
| 4    | Onbillijkheid<br>leerlingen*<br>school                          | -.04                  | .566 | .06 | .00  | .05              | .366 | .18 | .00    | .05                      | .340 | .13 | .01    |

\*  $p \leq .05$  \*\*  $p \leq .01$  \*\*\*  $p \leq .001$

Alle variabelen (behalve leeftijd, geslacht en schooltype) zijn gestandaardiseerd

<sup>a</sup> 0 = man, 1 = vrouw,

<sup>b</sup> 0 = basisschool, 1 = voortgezet onderwijs,

<sup>c</sup> Negatieve waarde =  $| > 0$ , positieve waarde =  $| < 0$

tionele uitputting. Ofschoon onbillijkheid in de relatie met de school slechts drie procent van de variantie in emotionele uitputting verklaart, rapporteren leraren die meer investeren dan terugkrijgen van de school significant meer gevoelens van emotionele uitputting. De interactie-term van een ervaren discrepantie in de relatie met leerlingen en een ervaren discrepantie in de relatie met de school is niet significant. Er is dus geen sprake van een gecombineerd effect van onbillijkheid op beide niveaus.

## Discussie

Het doel van de onderhavige studie was aan te tonen dat sociale uitwisselingsprocessen zowel op interpersoonlijk (leerkracht-leerling) als op organisatieniveau (leerkracht-school) samenhangen met burnout bij leraren. Voordat hierop wordt ingegaan, willen wij wijzen op twee beperkingen van het onderhavige onderzoek. Ten eerste is de operationalisatie van onbillijkheid algemeen van aard. Aangenomen mag worden dat er een individuele weging bestaat waarbij sommige inves-

teringen en opbrengsten belangrijker worden geacht dan andere. Toekomstig onderzoek zal zich meer moeten richten op het in kaart brengen van de belangrijkste specifieke investeringen en opbrengsten in uitwisselingsrelaties. De tweede beperking heeft te maken met de cross-sectionele aard van het onderzoek. Onduidelijk blijft hierdoor of onbillijkheid het gevolg of het resultaat is van burnout. Longitudinaal onderzoek is nodig om dergelijke causale verbanden te kunnen leggen.

In onze studie werd verwacht dat onbillijkheid voornamelijk zou worden veroorzaakt door het gevoel van onderwaardering. Deze verwachting is bevestigd zowel op interpersoonlijk niveau als op het niveau van de school. Met name ten aanzien van de school ervaart de overgrote meerderheid dat de opbrengsten niet tegen de investeringen opwegen. Voor de interpersoonlijke relatie met leerlingen geldt dit in iets mindere mate.

Tevens werd verwacht dat onbillijkheid in de relatie met leerlingen en de school zou samenhangen met een hogere mate van burnout. Met betrekking tot de relatie met leerlingen wordt deze veronderstelling *niet* bevestigd. Het is mogelijk dat in de relatie met leerlingen het lesgeven en alles wat daarmee samenhangt niet zozeer opgevat wordt als een investering waarvoor wat teruggekregen moet worden, maar meer als intrinsiek onderdeel van het leraarsberoep. Investeren in de relatie met leerlingen 'hoort er nu eenmaal bij'. Dit zou kunnen betekenen dat in de relatie met leerlingen opbrengsten in plaats van investeringen een grotere rol spelen bij burnout. Opbrengsten uit de relatie met leerlingen (bijvoorbeeld motivatie en interesse) zijn in tegenstelling tot investeringen immers niet vanzelfsprekend.

Weisfelt (1993) benadrukt dat leraren er de behoefte aan hebben om hun rol als leerkracht als zinvol te ervaren. Leraren halen deze zinvolheid uit de positieve feedback van leerlingen (bijvoorbeeld doordat leerlingen geïnteresseerd en gemotiveerd zijn). Weisfelt geeft tevens aan dat een langdurig gebrek aan ervaren zinvolheid leidt tot energieverlies en uiteindelijk tot gevoelens van wanhoop. Derhalve zou in toekomstig onderzoek naar burnout bij leraren het zingevingselement sterker benadrukt moeten worden.

Ofschoon onbillijkheid in de relatie met leerlingen niet samenhangt met burnout, geldt dit wel voor de relatie met de school. Leraren ervaren met name meer gevoelens van emotionele uitputting als zij meer in de relatie met de school stoppen dan zij eruit terugkrijgen. Opvallend is dat emotioneel uitgeputte leraren geen afstand nemen van het werk en de mensen met wie zij werken (depersonalisatie). Bovendien voelen zij zich ook niet minder competent (verminderde persoonlijk bekwaamheid). Blijkbaar is de relatie met de school dusdanig dat een gevoel van onbillijkheid geen significant effect heeft op deze beide attitude-componenten van burnout.

In het algemeen kan op grond van de resultaten geconcludeerd worden dat bij leraren de samenhang tussen sociale uitwisselingsprocessen en burnout slechts relevant lijkt te zijn op het niveau van de school en dan ook nog beperkt is tot één, zij het centrale dimensie van burnout.

## Literatuur

- ABP (1995a) *Arbeidsongeschiktheid ambtenaren een statistisch overzicht* Heerlen ABP
- ABP (1995b) *Arbeidsongeschiktheid ambtenaren een statistisch overzicht* Onderwijs Heerlen ABP
- Adams, J S (1965) Inequity in social exchange In L Berkowitz (Ed), *Advances in Experimental Psychology*, 2, 267-299 New York The Academic Press
- Byrne, B M (1991) Burnout Investigating the impact of background variables for elementary, intermediate, secondary, and university educators *Teaching & Teacher Education*, 7, 197-209
- Buunk, B P & Schaufeli, W B (1993) Burnout A perspective from social comparison theory In W B Schaufeli, C Maslach & T Marek (Eds), *Professional burnout Recent developments in theory and research* (pp 53-74) London Taylor and Francis
- Dierendonck, D van & Schaufeli, W B (1993) Burnout en organisatiebetrokkenheid bij leerlingverpleegkundigen *Tijdschrift Sociale Gezondheidszorg*, 6, 339-344
- Friedman, I A (1991) High- and low-burnout schools School culture aspects of teacher burnout *Journal of Educational Research*, 84, 325-333
- Gorp, K van, Schaufeli, W B & Hopstaken, L (1993) Burnout en terugtrekgedrag vanuit sociaal uitwisselingsperspectief *Gedrag & Gezondheid*, 21
- Greenglass, E R, Burke, R J & Ondrack, M (1990) A gender-role perspective of coping and burnout *Applied Psychology*, 39, 5-27
- Horn, J E van, Schaufeli, W B, Greenglass, E R & Burke, R J (1995) *Burnout among teachers A Canadian-Dutch comparison* Manuscript ingediend ter beoordeling
- Maslach, C & Jackson, S E (1986) *Maslach Burnout Inventory* Palo Alto, CA Consulting Psychologists Press
- Poppel, J van & Kämphuis, P (1994) *Gezondheid, werk en werkomstandigheden van onderwijzend personeel in de schooljaren 1991-1992 en 1992-1993* Tilburg IVA
- Schaufeli, W B & Bergers, G P A (1992) Burnout bij leraren Achtergronden en preventie In N Deen, M J M Siddelaars-Jaspers, H J M, Hermans, M & Kruger, M (Red), *Handboek leerlingbegeleiding* (pp 5140-1 - 5140-19) Alphen aan den Rijn Samsom
- Schaufeli, W B, Daamen, J R H & Mierlo, J A J van (1993) Burnout among Dutch educators An MBI validity study *Educational & Psychological Measurement*, 54, 803-812
- Schaufeli, W B & Dierendonck, D van (1994) Burnout, een begrip gemeten de Nederlandse versie van de Maslach Burnout Inventory (MBI-NL) *Gedrag & Gezondheid*, 22, 153-172
- Schaufeli, W B & Horn, J E van (1995) *Maslach Burnout Inventory voor Leraren (MBI-NL-Le)* Voorlopige handleiding Universiteit Utrecht PAGO
- Weisfelt, P (1993) Ruimte voor persoonlijke ontwikkeling van docenten suggesties voor uitdagende reizen door onderwijsland *Tijdschrift voor Leerlingbegeleiding*, 16, 9-11