

5 Opgebrand in het onderwijs: stress, psychische vermoeidheid en ziekteverzuim onder leraren

TOON TARIS, WILMAR SCHAUFELI, PAUL SCHREURS EN
DENISE CALJÉ

5.1 Inleiding

Het leraarschap heeft de reputatie een belastend beroep te zijn. Afhankelijk van het type onderwijs bedroeg het ziekteverzuim voor het schooljaar 1995/1996 bijvoorbeeld tussen de 6,6 en 7,6%, terwijl de gemiddelde verzuimduur varieerde tussen de 18,2 en 24,6 dagen (Hoffius e.a., 1997). Het werk in het onderwijs houdt vooral risico's in voor het psychisch welzijn van leerkrachten (Schaufeli en Bergers, 1999). Burnout (een belangrijke indicator van psychische vermoeidheid, zie hoofdstuk 1) is dan ook een vaak gestelde diagnose in het onderwijs; zo'n 13% van de werknemers in deze sector zou zijn opgebrand (Otten, 1999). De werkgevers en de werknemers in het onderwijs zijn het erover eens dat meer dan de helft van het in deze sector optredende ziekteverzuim veroorzaakt wordt door werkgerelateerde factoren (Houtman, 1997). Het omgaan met mondige leerlingen en veeleisende ouders, de hoge werkdruk, en onzekerheid over de eigen arbeidsplaats (bijvoorbeeld door teruglopende leerlingaantallen en fusies tussen scholen) zijn slechts enkele van de werkgerelateerde factoren die leerkrachten als psychisch belastend kunnen ervaren.

De hier gepresenteerde studie werd opgezet om te achterhalen of leerkrachten die zich door deze en andere factoren in hun werksituatie belast voelen, inderdaad vaker opgebrand raken en zich vaker ziek melden dan andere leerkrachten. Vanwege de prevalentie van burnout in het onderwijs heeft deze kwestie grote maatschappelijke relevantie. Deze maatschappelijke relevantie is ook de belangrijkste reden om in dit hoofdstuk, in tegenstelling tot in eerdere hoofdstukken, aandacht te besteden aan slechts één specifieke groep werknemers. De andere reden is dat de in dit hoofdstuk beschreven studie longitudinaal is opgezet, waardoor duidelijk wordt in hoeverre de met allerlei factoren in de werksituatie samenhangende belasting het over een jaar optredende ziekteverzuim en het ontstaan van burnout kan voorspellen. Hoewel de specifieke resultaten van deze studie niet zomaar veralgemeniseerd kunnen worden naar andere beroepsgroepen, geven de

hier gepresenteerde resultaten wel een indruk van de mate waarin de door werknemers ervaren werkbelasting kan leiden tot burnout en ziekteverzuim.

5.2 Opzet van het onderzoek

Uit het bestand van de verzekerdenadministratie van de Uitvoeringsinstelling Sociale Zekerheid voor Overheid en Onderwijs (USZO) werd een steekproef van 4.250 leerkrachten uit het lager, voortgezet en speciaal onderwijs getrokken. Deze leerkrachten ontvingen in de winter van 1995-1996 een schriftelijke vragenlijst, waarin achtergrondvariabelen (seks, leeftijd, ervaring, werktijdfactor, enzovoort), ervaren werkbelasting en belastingsgevolgen werden gemeten. De vragenlijst werd door 1.309 leerkrachten (30,8%) ingevuld en teruggestuurd. De meerderheid hiervan (998 leerkrachten, 76,2%) deed ook mee aan de tweede meting van de studie (winter 1997-1998). De opzet van deze tweede meting was gelijk aan die van de eerste meting. De in het onderzoek betrokken leerkrachten waren afkomstig uit het lager, voortgezet en speciaal onderwijs (respectievelijk 48%, 43% en 9% van de onderzoeksgroep). De gemiddelde leeftijd in de onderzoeksgroep was 43,6 jaar, iets meer dan de helft (51%) was vrouw, men had gemiddeld 19,1 jaar ervaring in het onderwijs, en een aanstelling van gemiddeld 31,5 klokuren.

De bij de leerkrachten afgenomen vragenlijst bevatte vragen naar zowel de ervaren werkbelasting als naar de gevolgen daarvan. Bij de *ervaren werkbelasting* ging het om de belasting die de deelnemers ervoeren als gevolg van de volgende factoren:

- tijdsdruk (bijvoorbeeld het nauwelijks kunnen voorbereiden van de lessen);
- problemen in de klassensituatie en de omgang met leerlingen (bijvoorbeeld straf aan hen moeten geven, agressief gedrag van leerlingen);
- slecht contact met de schoolleiding (weinig waardering ervaren van de directie, het gevoel hebben dat de directie niet weet wat er in de dagelijkse praktijk speelt);
- slecht contact met collega's (gebrek aan steun van de collega's, collega's hebben die zich niet houden aan beslissingen en dergelijke);
- het moeten verrichten van extra taken buiten het lesgeven (surveilleren, overnemen van lessen van collega's);
- gebrek aan perspectief en uitdaging in het werk (bijvoorbeeld het steeds maar moeten geven van dezelfde lessen);
- slecht contact met het schoolbestuur (bijvoorbeeld gebrek aan steun);
- onzekerheid over het behoud van de eigen arbeidsplaats (bijvoorbeeld door teruglopende leerlingaantallen of een fusie met een andere school);
- slecht contact met de ouders (ouders die zich te veel bemoeien met het lesgeven of hinderlijk gedrag vertonen aan het begin/einde van de lessen);
- overige factoren (zoals het moeten begeleiden van hospitanten, of het geven van lessen waarvoor men niet is aangenomen).

De als gevolg van deze factoren ervaren belasting werd gemeten met de werkbelastingsschalen van het Schoolgezondheidsonderzoek (SGO, Kamphuis en Van Poppel, 1994).

In de studie werden drie belastingsgevolgen gemeten. Met de speciaal voor leraren ontwikkelde versie van de Maslach Burnout Inventory (de UBOS-L, Schaufeli en Van Dierendonck, 2000) werd nagegaan in hoeverre de deelnemers aan het onderzoek *klinisch opgebrand* waren. Om als opgebrand te worden gecategoriseerd moesten leerkrachten hoog scoren op emotionele uitputting, alsmede hetzij een hoge score op depersonalisatie, hetzij een lage score op persoonlijke bekwaamheid hebben (Brenninkmeijer en Van Yperen, 1999; zie paragraaf 3.2 voor een nadere omschrijving van deze drie concepten). Leerkrachten werden geacht hoog (laag) te scoren op emotionele uitputting en depersonalisatie (persoonlijke bekwaamheid), wanneer hun score op de betreffende schaal hoger (lager) was dan de gemiddelde score van een groep leerkrachten die naar het oordeel van hun arbodbedrijfsarts van hun werk verzuimde wegens overspannenheid dan wel burnout (Schaufeli en Van Dierendonck, 2000). Deze definitie van burnout sluit aan bij de definitie van 'klinische burnout' die eerder werd gehanteerd in paragraaf 3.2.

De mate waarin de deelnemers *psychosomatische klachten* rapporteerden, werd gemeten met de verkorte versie (21 items) van de Vragenlijst Ervaren Gezondheid (VOEG, Dirken, 1969). Deze vragenlijst heeft betrekking op de mate waarin mensen vage spanningsgerelateerde klachten als rug- en hoofdpijn, druk op de borst en benauwdheid ervaren.

Ten slotte werd het *werkgerelateerde ziekteverzuim* gemeten. Bij de tweede meting van de studie moesten de deelnemers aangeven of zij de afgelopen twaalf maanden ziek waren thuisgebleven, en zo ja, of dit met hun werk te maken had. Op basis van deze informatie kon worden vastgesteld dat 13,2% van de onderzoeksgroep (127 leerkrachten) het afgelopen jaar ziek thuis was gebleven met arbeidsgerelateerde gezondheidsklachten.

5.2.1 Prevalentie en stabiliteit van burnout onder leerkrachten

Tijdens de eerste meting van de studie bleek 9,7% van de deelnemers opgebrand te zijn. Een jaar later was dit percentage toegenomen tot 13,9%. Als we het gemiddelde van deze twee percentages nemen, is dus 11,8% van de leerkrachten opgebrand. In vergelijking tot de in hoofdstuk 3 gepresenteerde percentages voor andere beroepsgroepen is dit een relatief hoog percentage; alleen onder arboartsen en mantelzorgers worden hogere percentages gevonden.

Wanneer we kijken naar het verloop van burnout over de tijd, blijkt dat ten tijde van de eerste meting van de studie 90 leerkrachten opgebrand waren. Hiervan voldeed ruim tweederde (67,8%) een jaar later nog steeds aan de criteria voor burnout. De resterende leerkrachten (32,2%) worden niet meer als opgebrand aangemerkt. Deze cijfers laten zien dat burnout tamelijk stabiel is over de tijd; de meerderheid van de onderzochte leerkrachten klimt niet binnen een jaar uit de put.

5.2.2 Risicofactoren voor burnout en ziekteverzuim in het onderwijs

Achtergrondfactoren

Tabel 5.1 laat voor vier belangrijke achtergrondfactoren (seks, leeftijd, type aanstelling en onderwijssector) zien in hoeverre deze gerelateerd zijn aan het optreden van burnout. Zoals ook in eerdere hoofdstukken het geval is, wordt voor elke categorie van de betreffende factoren aangegeven wat de kans is dat een persoon die in deze categorie valt, ten tijde van de tweede meting van de studie opgebrand zal zijn, *ten opzichte van een bepaalde referentiecategorie*. Bij de berekening van deze kansen is rekening gehouden met het feit dat een deel van de leerkrachten al ten tijde van de eerste meting van de studie opgebrand was. De betreffende 90 leerkrachten zijn niet in deze analyses betrokken. Tabel 5.1 laat bijvoorbeeld zien dat vrouwelijke leerkrachten minder dan half keer zoveel kans hebben om op te branden als een mannelijke leerkracht (de odds ratio's zijn respectievelijk 0,42 en 1,00).

Tabel 5.1. Kans om op tijdstip 2 (T2) opgebrand te zijn als functie van vier achtergrondkenmerken

	% Klinisch opgebrand T2	Univariate OR	95% CI
Sekse			
- man	20,3	1,00 ^a	
- vrouw	7,7	0,42 ^c	0,25-0,71
Leeftijd			
- tot 34 jaar	11,0	0,53	0,18-1,57
- 35-44 jaar	5,1	1,00 ^a	
- 45-54 jaar	18,3	1,63	1,63-2,85
- 55 jaar en ouder	18,3	1,72	0,73-4,05
Sector			
- lager onderwijs	8,9	1,00 ^a	
- speciaal onderwijs	10,6	0,66	0,19-2,24
- voortgezet onderwijs	20,2	2,28 ^b	1,35-3,85
Type aanstelling			
- voltijds (32 uur of meer)	16,3	1,00 ^a	
- deeltijd (< 32 uur/week)	10,2	0,60	0,35-1,02

^a $p < 0,05$ ^b $p < 0,01$ ^c $p < 0,001$

* Dit is de referentiecategorie voor deze variabele

Op dezelfde manier laat tabel 5.1 zien dat de kansen om op te branden, stijgen met de leeftijd. Jongere leerkrachten (tot en met 34 jaar) hebben ongeveer half zoveel kans om op te branden als leerkrachten van 35 tot 44 jaar oud (de referentiecategorie). Oudere leerkrachten hebben ruim anderhalf maal zoveel kans om op te branden. Leerkrachten in het speciaal onderwijs hebben relatief weinig kans om op te branden; deze kans is wat groter voor leerkrachten in het

basisonderwijs, terwijl leerkrachten in het voortgezet onderwijs de grootste kans hebben om opgebrand te raken. Ten slotte blijkt dat leerkrachten met een deeltijdaanstelling van minder dan 32 klokuren per week aanzienlijk minder kans hebben om op te branden dan leerkrachten die (vrijwel) voltijds werken.

Werkgebonden stressfactoren en burnout

Tabel 5.2 laat zien in hoeverre de door de leerkrachten ervaren belasting met betrekking tot diverse werkgebonden factoren (gemeten ten tijde van de eerste meting van de studie) samenhangt met het optreden van burnout (gemeten bij de tweede meting van de studie). Bij de berekening van deze kansen is weer rekening gehouden met het feit dat een deel van de leerkrachten reeds ten tijde van de eerste meting opgebrand was; de betreffende personen zijn niet in de analyses betrokken.

De werkbelastingsschalen zijn ten behoeve van deze analyse in drie categorieën opgedeeld. De referentiecategorie (weinig belasting) wordt gevormd door de 33% leerkrachten die het laagst scoorde op de betreffende belastingsfactor. Deze categorie leerkrachten wordt geacht de laagste kans op burnout en ziekteverzuim te hebben. De categorie 'zware belasting' omvat de 33% leerkrachten die de hoogste scores hadden op de betreffende factoren. De prevalentie van burnout en ziekteverzuim werd geacht in deze categorie het hoogste te zijn. De overige leerkrachten werden in de tussencategorie (gemiddelde belasting) ingedeeld.

Uit tabel 5.2 blijkt dat de kansen om opgebrand te raken over het algemeen stijgen naarmate men zich meer door het werk belast voelt. Twee werkbelastingsschalen (het hebben van een slecht contact met de ouders en onzekerheid over de eigen arbeidsplaats) zijn niet gerelateerd aan het optreden van burnout. In de overige gevallen hebben de leerkrachten die zich zwaar belast voelen drie (voor slecht contact met het schoolbestuur) tot dertien maal (voor de voorbereiding van de lessen) zoveel kans om een jaar later opgebrand te zijn dan leerkrachten die zich weinig belast voelen.

In tabel 5.3 wordt deze analyse nog eens herhaald. In deze analyse zijn ook de in tabel 5.1 gepresenteerde achtergrondfactoren betrokken. Op deze manier wordt duidelijk wat de unieke bijdrage van elk van de werkbelastingsfactoren aan het optreden van burnout op tijdstip 2 is, na controle voor de betreffende achtergrondfactoren.

Tabel 5.3 laat zien dat vrouwelijke leerkrachten minder kans hebben om opgebrand te raken dan mannelijke leerkrachten. Drie van de oorspronkelijke tien werkbelastingsfactoren blijken significante voorspellers van de over een jaar optredende burnout. Leerkrachten die zich zwaar belast voelen door een slecht contact met de directie, door de voorbereiding van de lessen, of die een grote tijdsdruk ervaren, hebben 3,7 tot 5,4 keer zoveel kans om opgebrand te raken als leerkrachten die zich nauwelijks belast voelen door deze factoren. De werkbelasting die wordt ervaren als gevolg van de andere factoren blijkt, na controle voor genoemde factoren, niet meer bij te dragen aan de voorspelling van het opgebrand raken.

Tabel 5.2. Kans om op tijdstip 2 (T2) opgebrand te zijn, als functie van de ervaren belasting als gevolg van enkele werkgebonden stressfactoren (SGO-schalen), voor elke factor afzonderlijk berekend

	% Klinisch opgebrand T2	Univariate OR	95% CI
Slecht contact met collega's			
- weinig belasting	6,2	1,00*	
- gemiddelde belasting	10,8	1,61	0,74-3,50
- zware belasting	23,7	3,90 ^c	1,90-8,00
Slecht contact met schoolleiding			
- weinig belasting	4,2	1,00*	
- gemiddelde belasting	12,9	5,17 ^c	1,94-13,78
- zware belasting	26,0	11,30 ^c	4,38-29,12
Slecht contact met leerlingen			
- weinig belasting	5,6	1,00*	
- gemiddelde belasting	10,0	2,00	0,95-4,23
- zware belasting	26,4	4,41 ^c	2,19-8,90
Vorbereiding lessen			
- weinig belasting	1,7	1,00*	
- gemiddelde belasting	9,5	5,85 ^b	1,99-17,20
- zware belasting	28,8	13,00 ^c	4,56-36,96
Slecht contact met ouders			
- weinig belasting	11,4	1,00*	
- gemiddelde belasting	19,7	1,25	0,66-2,39
- zware belasting	16,1	1,51	0,83-2,72
Gebrek aan uitdaging en perspectief			
- weinig belasting	4,4	1,00*	
- gemiddelde belasting	11,5	2,61 ^a	1,20-5,68
- zware belasting	28,2	5,72 ^c	2,68-12,20
Tijdsdruk			
- weinig belasting	4,0	1,00*	
- gemiddelde belasting	12,9	3,61 ^b	1,59-8,21
- zware belasting	26,4	7,27 ^c	3,32-15,93
Uitvoeren van extra taken			
- weinig belasting	6,3	1,00*	
- gemiddelde belasting	11,6	1,30	0,59-2,86
- zware belasting	22,9	3,81 ^c	2,00-7,24
Slecht contact met schoolbestuur			
- weinig belasting	9,5	1,00*	
- gemiddelde belasting	11,0	1,30	0,64-2,67
- zware belasting	22,0	3,06 ^c	1,57-5,94
Onzekerheid behoud arbeidsplaats			
- weinig belasting	11,4	1,00*	
- gemiddelde belasting	10,9	1,00	0,52-1,92
- zware belasting	19,3	1,42	0,76-2,66

^ap < 0,05 ^bp < 0,01 ^cp < 0,001

* Dit is de referentiecategorie voor deze variabele

Tabel 5.3. Kans om op tijdstip 2 opgebrand te zijn, als functie van de ervaren belasting als gevolg van enkele werkgebonden stressfactoren, achtergrondfactoren (alleen significante effecten)

	OR	95% CI
Slecht contact met directie		
- weinig belasting	1,00*	
- gemiddelde belasting	2,54	0,90-7,12
- zware belasting	5,40 ^c	1,99-14,60
Vorbereiding lessen		
- weinig belasting	1,00*	
- gemiddelde belasting	3,68 ^a	1,03-13,09
- zware belasting	3,94 ^a	1,07-14,51
Tijdsdruk		
- weinig belasting	1,00*	
- gemiddelde belasting	2,17	0,81-5,82
- zware belasting	3,68 ^b	1,38-9,82
Geslacht		
- man	1,00*	
- vrouw	0,54 ^a	0,30-0,98

^a $p < 0,05$ ^b $p < 0,01$ ^c $p < 0,001$

* Dit is de referentiecategorie voor deze variabele

Belastende factoren in het werk en ziekteverzuim

Om een indruk te krijgen van het belang van burnout bij de voorspelling van het ziekteverzuim werd de hierboven beschreven analyse herhaald met het over een jaar optredende ziekteverzuim als te verklaren variabele. In deze analyse zijn, naast de ervaren werkbelastingsschalen, ook de in tabel 5.1 gepresenteerde achtergrondfactoren, het al dan niet opgebrand zijn op tijdstip 1, en de mate waarin men psychosomatische klachten rapporteert betrokken. Uit deze analyse blijkt wat de unieke bijdrage van elk van de werkbelastingfactoren aan het over een jaar optredende werkgerelateerde ziekteverzuim is, en in hoeverre burnout er eigenlijk toe doet.

Tabel 5.4 laat zien dat de kans op verzuim stijgt met de leeftijd, terwijl leerkrachten met een aanstelling van 31 klokuren per week of minder vaker verzuimen dan leraren met een aanstelling van ten minste 32 klokuren per week. Leerkrachten die tijdens de eerste meting van de studie opgebrand waren, blijken 2,5 keer zoveel kans te hebben om zich het daaropvolgende jaar ten minste eenmaal ziek te melden dan leerkrachten die niet opgebrand waren. Ook leerkrachten die veel psychosomatische klachten rapporteren hebben een verhoogd risico op ziekteverzuim. In vergelijking tot leerkrachten die geen of weinig klachten rapporteren, hebben zij een 4,7 maal zo grote kans op verzuim.

Van de werkbelastingsschalen blijken alleen het moeten uitvoeren van extra taken iets toe te voegen aan de voorspelling van het verzuim. Leerkrachten die zich zwaar belast voelen door deze extra taken hebben 2,9 keer zoveel kans om te verzuimen dan andere leerkrachten.

Tabel 5.4. Kans om tussen tijdstip 1 en 2 te verzuimen met werkgerelateerde klachten, als functie van de ervaren belasting als gevolg van enkele werkgebonden stressfactoren, achtergrondfactoren, psychosomatische klachten, en het al dan niet opgebrand zijn op tijdstip 1 (alleen significante effecten)

	% Verzuimd T1-T2	OR	95% CI
Opgebrand op tijdstip 1			
- nee	8,6	1,00*	
- ja	30,0	2,45 ^c	1,32-4,55
Uitvoeren van extra taken			
- weinig belasting	9,2	1,00*	
- gemiddelde belasting	7,7	2,46 ^a	1,09-5,52
- zware belasting	14,3	2,93 ^b	1,32-6,50
Psychosomatische klachten			
- weinig	3,4	1,00*	
- gemiddeld	6,8	1,80	0,77-4,24
- veel	18,7	4,69 ^c	2,16-10,14
Type aanstelling			
- voltijds (32 uur of meer)	10,5	1,00*	
- deeltijd (< 32 uur/week)	10,9	1,57	0,94-2,63
Leeftijd			
- tot 34 jaar	1,7	0,13 ^a	0,02-0,99
- 35-44 jaar	9,0	1,00*	
- 45-54 jaar	14,1	1,94 ^a	1,11-3,37
- 55 jaar en ouder	13,4	1,87	0,81-4,33

^a $p < 0,05$ ^b $p < 0,01$ ^c $p < 0,001$

*Dit is de referentecategorie voor deze variabele

5.3 Conclusie

In dit hoofdstuk werden burnout en ziekteverzuim onder leerkrachten onderzocht als functie van achtergrondfactoren als sekse en leeftijd, en de door diverse werkgebonden factoren veroorzaakte werkbelasting. Uit de resultaten bleek dat een relatief groot percentage leerkrachten voldeed aan de criteria om opgebrand te kunnen worden genoemd (variërend van 9,7% ten tijde van de eerste meting van de studie tot 13,9% ten tijde van de tweede meting). Bovendien bleek dat ruim tweederde van de leerkrachten die tijdens de eerste meting reeds opgebrand waren, ten tijde van de tweede meting nog steeds aan onze criteria voldeden. Het lijkt er dus op dat het opgebrand zijn vaak een chronisch karakter heeft.

Het al dan niet opgebrand raken bleek samen te hangen met zowel werkgebonden factoren als achtergrondvariabelen. In overeenstemming met eerdere bevindingen bleken oudere leerkrachten een grotere kans te hebben om opgebrand te raken dan jongeren. Leerkrachten die in deeltijd werkzaam waren, bleken een kleinere kans op burnout te hebben dan leerkrachten die een voltijdaanstelling

hadden. Ook dit gegeven is in overeenstemming met eerder onderzoek in zowel de onderwijssector als in de algemene populatie (zie hoofdstuk 2 en 3). Niet bevestigd werden eerdere bevindingen dat vrouwen een grotere kans op burnout hebben dan mannen (hoofdstuk 1). In het hier gerapporteerde onderzoek bleken juist de mannen eerder opgebrand te zijn. Dit resultaat is overigens in overeenstemming met ander onderzoek in de onderwijssector dat laat zien dat mannelijke leerkrachten doorgaans meer stress ervaren dan vrouwelijke leerkrachten, en dat ook anders uiten als gevolg van sekse-specifieke socialisatieprocessen. Mannelijke leerkrachten zullen eerder afstand nemen van hun leerlingen (depersonalisatie), terwijl vrouwelijke leerkrachten vooral emotioneel uitgeput zullen raken (Van Horn e.a., 1997). In het huidige onderzoek bleken de mannelijke leerkrachten echter ook hoger te scoren op emotionele uitputting (vergelijk ook de resultaten van hoofdstuk 2 en 3).

De ervaren werkbelasting bleek over het algemeen systematisch samen te hangen met burnout. Naarmate leerkrachten meer belasting ervoeren, nam de kans toe dat zij een jaar later opgebrand zouden zijn. Een aanvullende analyse met het over een jaar optredende werkgerelateerde ziekteverzuim als te verklaren variabele maakte duidelijk dat het opgebrand zijn een belangrijke voorspeller is van het ziekteverzuim, naast leeftijd, type aanstelling en het bestaan van psychosomatische klachten. Met andere woorden, ook als dergelijke voor de hand liggende factoren in ogenschouw worden genomen, blijkt het opgebrand zijn nog bij te dragen tot de voorspelling van het later optredende ziekteverzuim. Deze en vergelijkbare bevindingen laten zien dat het de moeite waard is om ook de *gevolgen* van psychische vermoeidheid in de arbeidssituatie te bestuderen. Burnout is niet alleen een belangrijk probleem voor de betrokkenen zélf en hun collega's; op maatschappelijk niveau heeft psychische vermoeidheid ook belangrijke financiële consequenties als direct gevolg van een hoger ziekteverzuim (zie ook hoofdstuk 1). Elders berekenden we dat 25% van het onder leerkrachten optredende werkgerelateerde ziekteverzuim voorspeld kon worden uit achtergrondvariabelen en belastingsgevolgen (met name uit emotionele uitputting, de kerncomponent van burnout, Taris e.a., 1999).

Hoewel deze studie werd verricht onder leerkrachten, kunnen er toch twee belangrijke *algemene* conclusies worden getrokken. Ten eerste, uit deze studie bleek dat de ervaren werkbelasting een belangrijke voorspeller is van de over een jaar optredende burnout. Hoewel de specifieke factoren die belasting opleveren van (werk)situatie tot situatie verschillend zullen zijn, is het aannemelijk dat in de ervaren werkbelasting in andere beroepsgroepen eveneens een belangrijke voorspeller van burnout is. De resultaten van cross-sectioneel onderzoek in andere beroepsgroepen zijn immers sterk vergelijkbaar met de hier gepresenteerde resultaten onder leerkrachten.

Ten tweede, deze studie liet zien dat burnout een deel van het over een jaar optredende werkgerelateerde ziekteverzuim kan voorspellen, ook wanneer allerlei andere factoren (zoals achtergrondfactoren en psychosomatische klachten) in

de analyse worden betrokken. Ook deze bevinding is in overeenstemming met ander onderzoek.

Onze bevindingen laten dus zien dat de met de werksituatie samenhangende belasting effect heeft op de mate waarin werknemers opgebrand raakt: hoe zwaarder zij zich belast voelen, des te groter de kans dat zij binnen een zichtbare tijd burnoutklachten zullen ontwikkelen. Deze werknemers hebben vervolgens een verhoogd risico om zich ziek te melden. Tezamen illustreren deze bevindingen zowel het individuele als het maatschappelijke belang van terugroeping van de door werknemers ervaren werkbelasting. Individuele werknemers die zich overbelast voelen, hebben een grotere kans op burnout en ziekteverzuim, terwijl de kosten van dat verzuim worden afgewenteld op de werkgever en uiteindelijk op de maatschappij.