

Integrale aanpak van mentale gezondheid op het werk

Promoot het positieve – voorkom problemen – ondersteun bij problemen

Ute Bültmann (UMCG), Iris Arends (UMCG, ArboUnie), Klaske Veth (Hanze)

umcg:



**arbo
unie**

Disclosure slide

(potentiële) belangenverstrengeling	Geen of zie hieronder
Voor bijeenkomst mogelijk relevante relaties met bedrijven	Bedrijven:
• Sponsoring of onderzoeksgeld • Honorarium of andere (financiële) vergoeding • Aandeelhouder • Andere relatie, namelijk ...	• • • •

De mentale gezondheid van (jong)volwassenen

Wat speelt er?



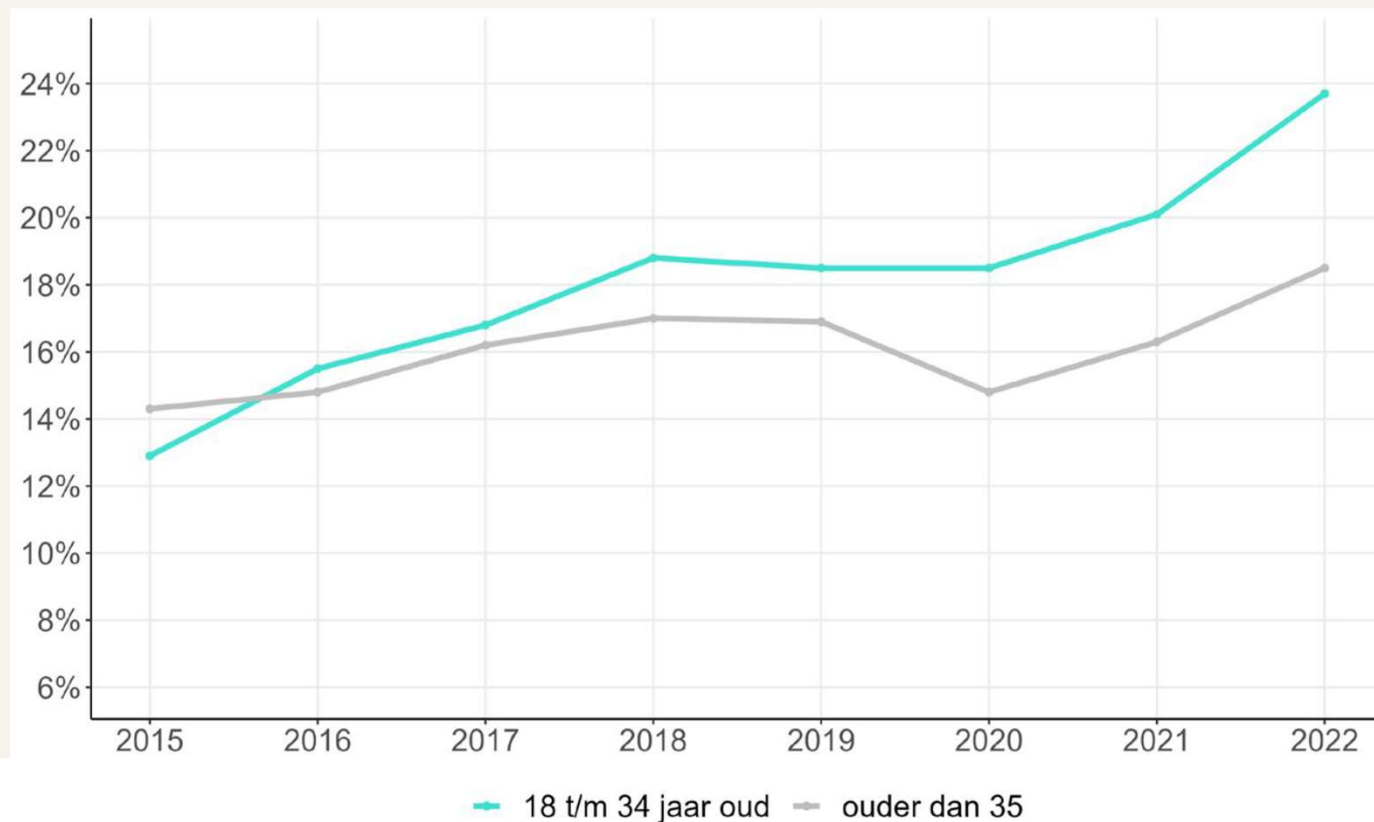
Stijging in percentage psychische stoornissen, met name onder jongvolwassenen

Stoornis (12 mnd)	2007/09		2019/22*	
	Totaal	18-34	Totaal	18-34
Stemmingsstoornissen	6.0%	8.1%	10.8%	13.2%
Angststoornissen	10.1%	10.8%	15.6%	19.9%
Middelenstoornis	5.5%	10.9%	7.1%	14.2%
Enigerlei As-I stoornis	17.4%	23.8%	26.7%	37.4%

*Data pré-COVID en post-COVID laten zien dat stijging al ingezet was voor de pandemie

Bron: NEMESIS (Netherlands Mental Health Survey and Incidence Studies) 2007-09 en 2019/22.
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/wps.21087>

Groep medewerkers met burn-out klachten stijgt, onder jongvolwassenen zelfs met ruim 10%



Bron: TNO, 2023
Burn-outklachten onder
jonge werknemers een
groeidend probleem? (tno.nl)

Aandeel psychisch verzuim stijgt, en met name onder jongvolwassenen

**% psychisch verzuim ten opzichte van alle diagnoses
(excl. kort verzuim)**

	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
<35 jaar	46%	49%	52%	52%	51%	52%	53%	55%
35+ jaar	36%	38%	39%	40%	39%	37%	38%	40%

Bron: verzuimdata Arbo Unie, 2024

Het belang van werk voor mentale gezondheid



Werk bevordert mentale gezondheid

Mentale gezondheid is beter wanneer mensen werk hebben

Betekenisvol/waardevol werk hangt samen met:

- Beter functioneren
- Hogere tevredenheid met werk
- Minder verzuim
- Lager verloop
- Betere mentale gezondheid

Bubonya et al. 2019, doi: 10.106/j.ehb.2019.05.002

Abma et al. 2016, doi: 10.5271/sjweh.3532

Allan et al. 2019, doi: 10.1111/joms.12406

Negatieve werkfactoren i.r.t. mentale gezondheid

- Hoge werkdruk met weinig autonomie
- Hoge mentale taakeisen
- Pesten/intimidatie
- Precaire contracten (oproep, tijdelijk, laag salaris)
- Ervaren baanonzekerheid
- Gebrek aan steun van leidinggevende
- Conflict tussen werk- en privéleven
- Effort-reward imbalance

Madsen et al. 2023, doi: 10.5271/sjweh.402

Law et al. 2020, doi: 10.1007/s00420-020-01516-7

Holmgren et al. 2022, doi: 10.5271/sjweh.4060

Duchaine et al. 2020, doi: 10.1001/jamapsychiatry.2020.0322

Positieve werkfactoren i.r.t. mentale gezondheid

- Organisatieklimaat met aandacht voor psychosociale veiligheid
- Sociale steun van leidinggevende en collega's
- Flexibiliteit in werktijden
- Controle over inhoud & uitvoeren van werk
- Mogelijkheden voor ontwikkeling

Debets et al. 2022, doi: 10.1136/bmjopen-2022-062603

Schaufeli et al. 2014, <https://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/411.pdf>

Wat vraagt een integrale aanpak van mentale gezondheid op het werk?



3 domeinen



Promoot het positieve

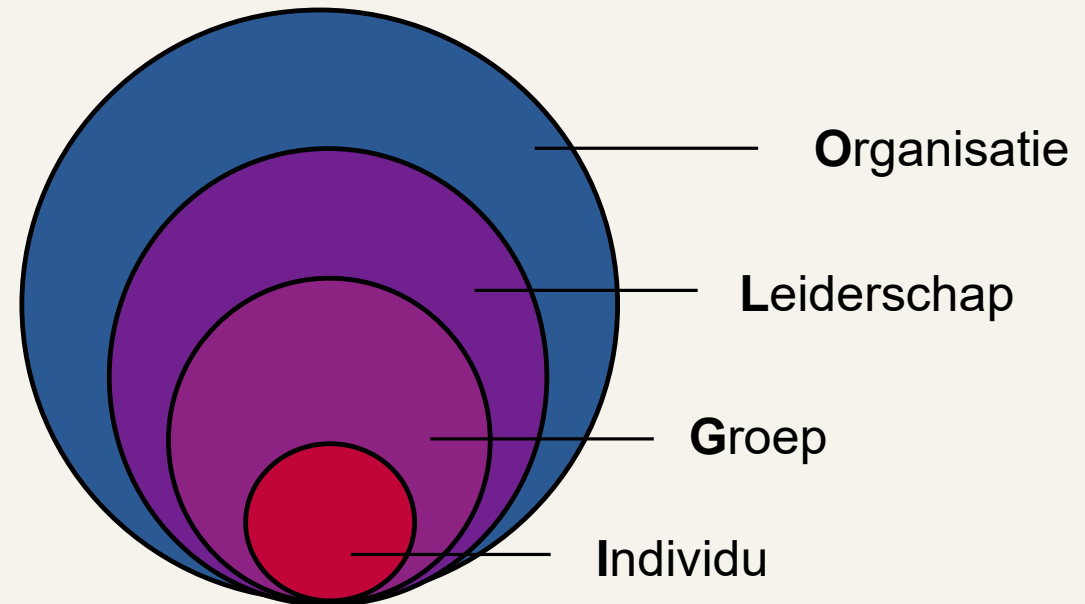


Voorkom problemen



Ondersteun bij problemen

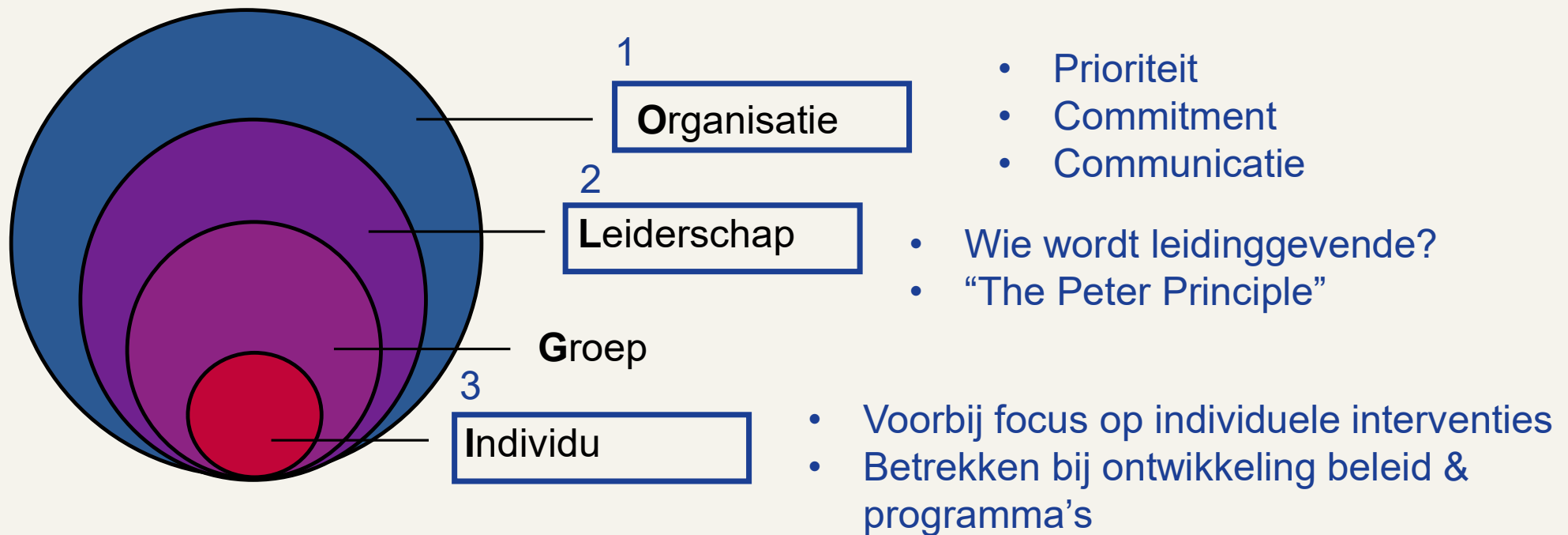
4 niveaus



[Lamontagne et al. 2014, http://www.biomedcentral.com/1471-244X/14/131](http://www.biomedcentral.com/1471-244X/14/131)

[Nielsen et al. 2017, https://doi.org/10.1080/02678373.2017.1304463](https://doi.org/10.1080/02678373.2017.1304463)

Drie aanbevelingen voor het initiëren van een cultuuromslag



Peter & Hull, 1969

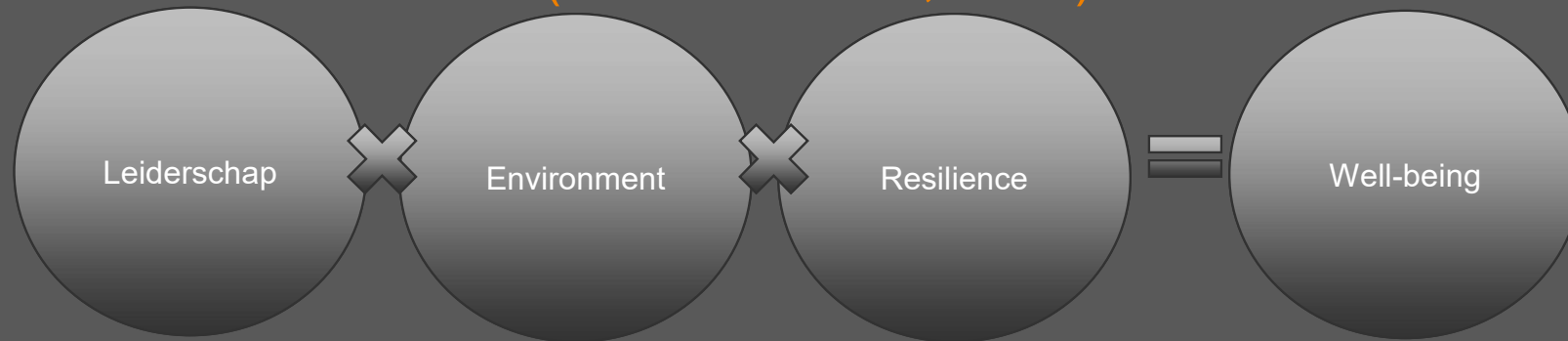
Nielsen et al. 2017, <https://doi.org/10.1080/02678373.2017.1304463>

Dollard et al. 2019, <https://doi.org/10.1007/978-3-030-20319-1>

Voorbeelden ter inspiratie



*Leadership (&W@W, KV) is like beauty;
it's hard to define, but you know it when you see it
(Warren Bennis, 1989)*



Transformational (4I):

Idealized influence
Inspirational Motivation
Intellectual Stimulation
Individual Consideration

Fysiek
Sociaal: PURPOSE
Playful Workdesign

Aanpassen aan stressoren
Bouncing back
Twijg

Transactional:

Psychologisch contract
Management by Exception
Laissez-faire

Jong Werkenden



Mentaal Gezond Groningen- JOnge WErkenden

Project Gezond Groningen –
Beroepsvitaliteit zorgmedewerkers

Onderzoek naar en Impact op interventies



"Brug tussen weten en doen"
Platform Mentale Gezondheid

Lectoraat Leiderschap en Duurzaam Werken

Wat kunnen we leren van BaanBrekend Perspectief?

BAANBREKEND
PERSPECTIEF

Op avontuur met 55-plus!



Samen in gesprek



Waar ligt grootste behoefte tot actie in uw organisatie? Welke goede initiatieven zijn er al? Wat zou je willen doen?

		DOMEIN		
		Promoot het positieve	Voorkom problemen	Ondersteun bij problemen
NIVEAU	Organisatie			
	Leiderschap			
	Groep			
	Individu			

Vul behoeften/initiatieven/gewenste acties in met jouw groep
Laatste 15 minuten bespreken we de input plenair

Bedankt!



i.arends@umcg.nl



u.bultmann@umcg.nl



k.n.veth@pl.hanze.nl

umcg:



**arbo
unie**