

SCHRIFTELIJKE VRAAG

nr. 450
van **FREYA SAEYS**
datum: 9 maart 2015

aan **JO VANDEURZEN**
VLAAMS MINISTER VAN WELZIJN, VOLKSGEZONDHEID EN GEZIN

Burn-out - Preventie en vroegdetectie

SD Works meldde recentelijk dat het ziekteverzuim in 2014 naar een nieuw record was geklommen. Gemiddeld was 5,12 % van de werknemers ziek. Het feit dat werknemers langer werken is één verklaring. Ze zijn niet vaker ziek dan de jongere collega's, maar als ze ziek zijn, zijn ze vaak langer ziek. Een belangrijke andere verklaring blijkt ook te liggen in het aantal depressies en burn-outs. Die nemen stelselmatig toe.

De toenemende cijfers inzake burn-out zijn helemaal in lijn met vroegere berichten. Problemen van stress, depressie of angst door werk treffen 15,8 % van de actieve bevolking in Europa. In Nederland werd in 2012 de prevalentie geschat tussen 10 en 11 %. In Duitsland had 14,3% van de gediagnosticeerde werkonderbrekingen als oorsprong depressie of burn-out. Een onderzoek van de federale overheidsdienst (FOD) Werkgelegenheid over de frequentie van burn-out onder Belgische werknemers werd geraamd op 0,8 %. Dat cijfer lijkt laag. Dat komt omdat de meeste studies gebaseerd zijn op schalen van zelfevaluatie terwijl de Belgische studie zich baseert op de diagnose van geneesheren. De medische literatuur leert echter dat het percentage van patiënten die een arts raadplegen en om een werkonderbreking vragen, in werkelijkheid slechts een fractie vertegenwoordigt van de patiënten die problemen hebben.

Burn-out heeft drie kenmerken: drastisch energieverlies, twijfelen aan de eigen competenties en anderen onpersoonlijk behandelen. Studies tonen aan dat burn-out zowel te wijten is aan situationele als aan individuele factoren.

Burn-outklachten komen vooral voor bij werknemers met een hoge werkdruk met weinig autonomie, perfectionisten, met een hoge gedrevenheid, mensen die zich vereenzelvigen met hun job, die weinig steun ondervinden van collega's en leidinggevenden en ten slotte meer bij alleenstaanden dan bij werknemers met een partner en kinderen.

Het voorkomen of snel behandelen van burn-out is dan ook belangrijk. Het is niet alleen de verantwoordelijkheid van de minister van Volksgezondheid, want het is ook duidelijk dat er heel wat werkgerelateerde oorzaken zijn. Wel is duidelijk dat vanuit de bevoegdheid van volksgezondheid actielijnen kunnen worden uitgetekend.

1. Werden vanuit de preventieve bevoegdheid die Vlaanderen heeft al richtlijnen geformuleerd met betrekking tot het voorkomen of het vroeg detecteren van burn-out? Zo ja, welke? Wordt de opvolging ervan gecontroleerd of geëvalueerd? Zo ja, wat waren de conclusies?

2. Bestaat er inzake burn-out een samenwerking tussen de diverse overheden gelet op het feit dat welzijn op het werk een federale bevoegdheid is? Zo ja, wat houdt die samenwerking in? Zo neen, waarom niet?
3. We hebben een gezondheidsdoelstelling preventie met in het actieplan acties om de individuele veerkracht en het vermogen tot zelfhulp van de algemene bevolking te versterken.

Is het volgens de minister wenselijk binnen die actie bijzondere acties uit te werken in het voorkomen en het vroegtijdig detecteren van burn-out?

ANTWOORD

op vraag nr. 450 van 9 maart 2015

van **FREYA SAEYS**

1. Er zijn vanuit Vlaanderen alsnog geen aparte richtlijnen voor de preventie of vroege detectie van burn-out ontwikkeld. Burn-out wordt gezien als het gevolg van langdurige blootstelling aan stress, en heeft altijd te maken met een combinatie van factoren uit de situatie, de persoon en de omgeving. Omdat burn-out vaak optreedt in de context van het werk, als gevolg van langdurige stress, wordt daar ook meestal de oplossing gezocht.

Die oplossing kan bestaan uit het voorkomen van conflictsituaties op het werk, het aanbieden van voldoende ondersteuning in peetsituaties of bemiddeling bij het oplossen van conflicten. Ook het bieden van steun en begrip is belangrijk. De federale wet Welzijn op het werk gaat hierop in.

- 2-3. Er is enerzijds de federale regelgeving in verband met 'Welzijn op het werk' en anderzijds het decreet van 21 november 2003 betreffende het preventief gezondheidsbeleid. Art 63 van dit decreet zegt: "De Vlaamse regering neemt initiatieven tot het bevorderen van een adequate stresshantering. Die initiatieven hebben onder meer betrekking op het voorkomen of beperken van stress en/of het beter leren omgaan ermee". We komen hieraan tegemoet door, in het kader van het Vlaams actieplan suïcidepreventie, in te zetten op het versterken van veerkracht en de bevordering van de geestelijke gezondheid. We ontwikkelden hiervoor de Fit In je Hoofd-campagne. Door het aanbieden van handvaten voor zelfhulp kan men de eigen veerkracht versterken, en ook, onder andere, beter omgaan met stress en geestelijke gezondheidsproblemen in het algemeen voorkomen. Op dit moment wordt door het VIGEZ de vertaalslag gemaakt van Fit in je hoofd naar de werksituatie. Eén van de komende weken zullen er fiches met de 10 stappen van Fit in je hoofd ter beschikking worden gesteld van de bedrijven en hun werknemers.

Nog in het kader van het Vlaams actieplan suïcidepreventie, wordt ingezet op het verbeteren van het geestelijk gezondheidsbeleid in bedrijven door de inzet van preventiecoaches. In een pilootproject coachen zij bedrijven bij het voeren van een geestelijk gezondheidsbeleid en dit in samenwerking met de externe diensten voor preventie en bescherming op het werk. De preventiecoaches zetten in op een geestelijk gezondheidsbeleid dat gericht is op universele preventie. De preventiecoaches focussen dus niet op burn-out an sich. Door te werken aan beschermende factoren, in dit geval in een bedrijfscontext, kunnen psychische klachten wel worden voorkomen of zullen ze zich minder intens en minder langdurig voordoen.

Voor dit project stemmen we wel degelijk af met mijn collega, de federale minister voor werk. Een volgend overleg staat gepland binnen enkele weken.

Het is onze keuze geweest om vooral in te zetten op universele preventie en in een brede geestelijke gezondheidsbevordering in verschillende settings waaronder werk. We willen eerst de evaluaties van de Preventiecoaches en Fit in je hoofd op het werk afwachten vooraleer we nieuwe initiatieven gaan nemen.

Bovendien blijft het welzijnsbeleid op het werk in hoofdzaak een federale materie (cf KB van 28 april 2014 betreffende de preventie van psychosociale risico's op

het werk). De federale overheid heeft in dit kader ondermeer de website www.voeljegoodophetwerk.be gelanceerd.