

HAN LECTORAAT ARBEIDSDESKUNDIGHEID

BLIJVEN WERKEN IN PRAKTISCH BEROEPEN:

ZÓ HOUDEN WE WERKNEMERS MET PSYCHISCHE KLACHTEN BINNENBOORD.

BOUWINE CARLIER, EMMA VOSSEN,
SHIRLEY OOMENS



Take home message:

Blijven werken met psychische klachten:

Leidinggevenden zijn cruciaal om werknemers met een lage SES binnenboord te houden



**OPEN UP
NEW
HORIZONS.**

HAN UNIVERSITY
OF APPLIED SCIENCES

PROJECT

Zó houden we werknemers met psychische klachten binnenboord.

Verdiepende studie over medewerkers met een lage SES en psychische klachten.

Deelonderzoek binnen 4-jarig project:
De Mentaal Gezonde Zaak



INLEIDING

Mensen met een lage SES:

- Hun levensverwachting in goede gezondheid is 18 jaar korter
- Ze hebben vaker veelvoorkomende psychische aandoeningen
- Raken vaker arbeidsongeschikt, mede door psychische aandoeningen

Werk is van belang voor de gezondheid dus blijven werken is van groot belang.



INLEIDING

Werkvermogen

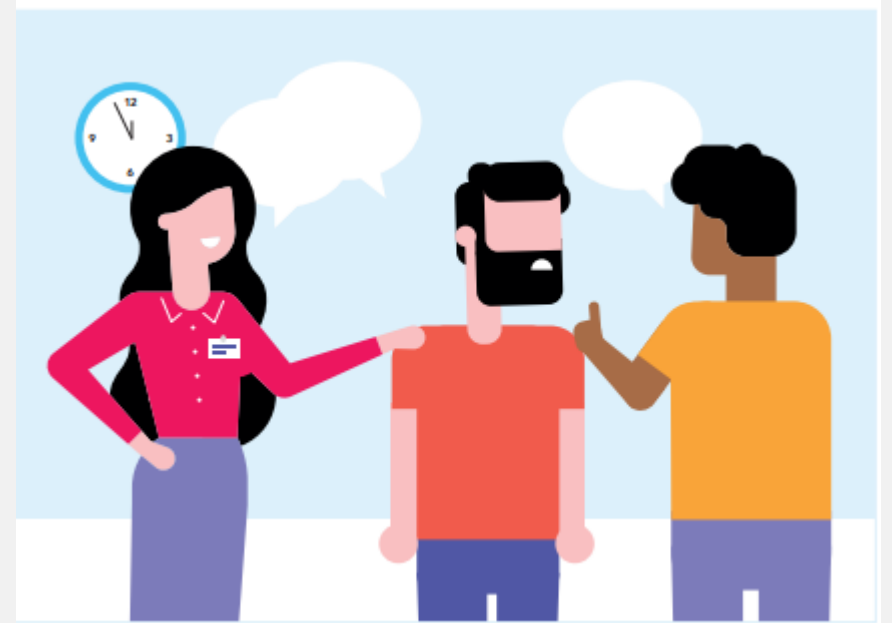
Werknemers met een lage SES en psychische problemen worden evenveel beperkt in hun werk als hoge SES werknemers met psychische klachten.

Aan het werk blijven

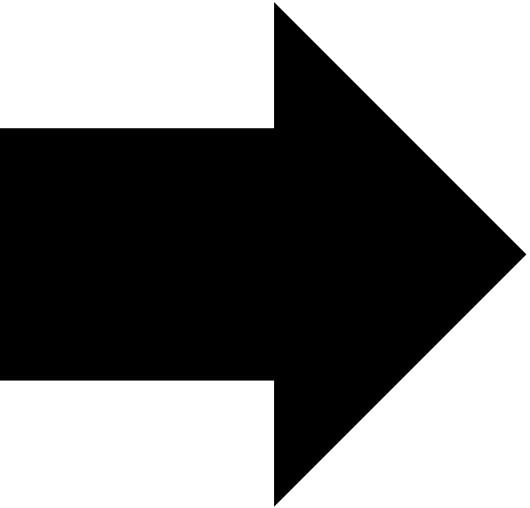
De situatie op het werk maakt het moeilijker voor praktisch opgeleiden om aan de slag te blijven.

Mensen in hogere beroepsklassen, blijven makkelijker aan het werk.

Een hoog inkomen heeft een beschermend effect op het blijven werken



ONDERZOEKSVRAAG



Welke factoren bevorderen het blijven werken met psychische klachten voor werknemers met een lage SES?

METHODEN

Interviews met

8 medewerkers met lage SES en psychische klachten.

8 leidinggevenden van deze medewerkers

14 arbeidsdeskundigen

8 arboprofessionals (bedrijfsartsen en
bedrijfsmaatschappelijk werkers)

De werksettings:

Administratie, bibliotheek, schoonmaak, catering, winkels,
ziekenhuis, verpleeghuis, scheepvaart, kinderopvang en
woonbegeleiding



RESULTATEN

Bevorderende factoren om te blijven werken, specifiek voor lage SES:

- Geen financiële stress
- Zelfinzicht van de medewerker
- Regelmogelijkheden in arbeidsinhoud, arbeidsomstandigheden en arbeidsvoorwaarden
- Steunende leidinggevende

RESULTATEN

“

Ik zeg altijd maar zo, 'ik geef mijn eigen draai er een beetje aan'. Ik denk dat dat ook heel belangrijk is, dat je zelf op een ontspannen en een goede manier je werk kan doen

Medewerker scheepvaartdienst

AANBEVELINGEN

PRAKTISCHE TIPS VOOR DE LEIDINGGEVENDEN OM MEDEWERKERS VAST TE HOUDEN

- 1 Ondersteun je medewerkers om goed te kunnen werken. **Vraag** wat je werknemer nodig heeft.
- 2 Laat medewerkers **meebeslissen** over hoe het werk dagelijks wordt gedaan:
 - de verdeling van taken
 - de aanpak en de volgorde van het werk
 - roosters, werktijden.
- 3 Help werknemers om hun **eigen ideeën** te vertellen. Ideeën over wat voor hen goed werkt of bijdraagt aan hun werkplezier.
- 4 Zorg voor **afwisseling** in het werk.
- 5 Als het nodig is, moedig je medewerkers aan om hulp te zoeken. Verwijs naar **passende hulp** die de medewerker geen geld kost.
- 6 Geef duidelijke en praktische voorlichting over psychische klachten en praat er **niet negatief** over.
- 7 Vraag na bij de medewerker of die zich zorgen maakt over **geld**.

DISCUSSIE

Conclusie:

Blijven werken met psychische klachten is belangrijk voor werknemers met een lage SES.

Aparte aanbevelingen zijn nodig specifiek voor medewerkers lage SES!

Verder onderzoek:

Fysieke arbeidsbelasting leidt tot veel problemen in deze groep, combinatie van fysieke en psychische klachten

POSTER

Leidinggevenden zijn belangrijk om werknemers met een lage SES binnenboord te houden!

Meer informatie: B.Carlier@han.nl

BLIJVEN WERKEN IN PRAKTISCHE BEROEPEN ALS JE PSYCHISCHE KLACHTEN HEBT

LESSEN UIT ONDERZOEK



WAT WETEN WE AL?

1 van elke 5 praktisch opgeleide medewerkers heeft ook in het leven last van psychische problemen zoals somberheid.

Mensen met veel diploma's of met een hoog salaris, leven 15 jaar langer in een goede gezondheid.

Dit verschil in gezondheid tussen deze groepen, komt ook door:

- Problemen op het werk
- Verlies van werk en salaris.

Door goed en passend werk, voelen mensen zich gezonder!



WAT MERK JE AAN JEZELF ALS JE PSYCHISCHE PROBLEEM HEBT?

Je hebt problemen door stress. Je denkt veel en slaapt slecht. Je hebt minder plezier in het leven. En je voelt je minder goed op je werk.

- Veel denken
- Te moe zijn om dingen te doen
- Geen contact met mensen willen
- Slechte concentratie, je hoofd niet bij een gesprek kunnen houden
- Veel vergeten
- Snel boos worden
- Snel huilen
- Snel schrikken
- Slecht tegen veranderingen kunnen.



DIT KWAMEN WE TE WETEN OVER MEDEWERKERS MET PSYCHISCHE PROBLEEMEN:

Werknemers met een praktisch opleiding en psychische problemen worden evenveel beperkt in hun werk als de andere werknemers met psychische klachten.

De situatie op het werk maakt het moeilijker voor praktisch opgeleiden om aan de slag te blijven.

Mensen die op kantoor werken, kunnen vaker iets regelen met hun baas, als het even minder met ze gaat, dan andere medewerkers.

DIT HELPT JOU OM AAN HET WERK TE BLIJVEN MET PSYCHISCHE KLACHTEN



TIPS VOOR ALLE MEDEWERKERS

- Als collega's kun je bij elkaar terecht
- Je zorgt er samen voor dat het werk afloopt
- Als collega's vang je afkars werk op als iemand een slechte dag heeft
- Kom in actie om problemen met werk/privé balans op te lossen
- Praat met een deskundige en vent wat volgens jou beter kan. Kun je jouw taken anders doen? Kun je meer afwisselen in taken?
- Vraag of iemand van buitenaf komt meespelen als jullie er niet samen uit komen.

EXTRA TIPS VOOR MEDEWERKERS MET EEN PRAKTISCHE OPLEIDING

- Praat met je collega of je baas over wat volgens jou beter kan op de werkplek
- Probeer baas te zijn over je eigen dagelijkse werk
- Werk zo dat het werk makkelijker gaat
- Kijk hoe je zelf meer werk kan doen
- Stel je zelf deze vragen: Wat is er met mij aan de hand? Wat helpt mij op de werkplek?
- Werk samen met je baas aan vertrouwen in elkaar
- Praat met je baas over dingen die jij belangrijk vindt
- Vraag je baas om duidelijk te praten
- Kom in actie om problemen thuis aan te pakken, zoals geldlozen

PRAKTISCHE TIPS VOOR DE LEIDINGGEVENDEN OM MEDEWERKERS VAST TE HOUDEN

- 1 Ondersteun je medewerkers om goed te kunnen werken. Vraag wat je werknemer nodig heeft.
- 2 Laat medewerkers meebeslissen over hoe het werk dagelijks wordt gedaan:
 - de verdeling van taken
 - de aanpak en de volgorde van het werk
 - roosters, werktijden.
- 3 Help werknemers om hun eigen ideeën te vertellen. Luister over wat voor hen goed werkt of bijdraagt aan hun werkplezier.
- 4 Zorg voor afwisseling in het werk.
- 5 Als het nodig is, moedig je medewerkers aan om hulp te zoeken. Verwijs naar passende hulp die de medewerker geen geld kost.
- 6 Geef duidelijke en praktische voorlichting over psychische klachten en praat er niet negatief over.
- 7 Vraag na bij de medewerker of die zich zorgen maakt over geld.

WAT ZEGGEN MEDEWERKERS ZELF?

- “ Ik geef mijn eigen draai er aan. Ik denk dat dat ook heel belangrijk is, dat je zelf op een ontspannen en een goede manier je werk kan doen.”¹⁶ Klachtwerker scherpvaardersdier
- “ Het komt steeds op hetzelfde neer: het uitzoeken van wat gaat er nou niet en waar heb ik nou precies last van, en dan kan ik dingen anders doen.”¹⁷ Zorgmedewerker

De mentaal gezonde zaak: Bouwme Carlier, Emma Vossen, Suzanne van Hees, Shirley Oomens. Informatie: Bouwme.Carlier@han.nl