

HUIDIGE SITUATIE

NEDERLANDSE ZORG 2026

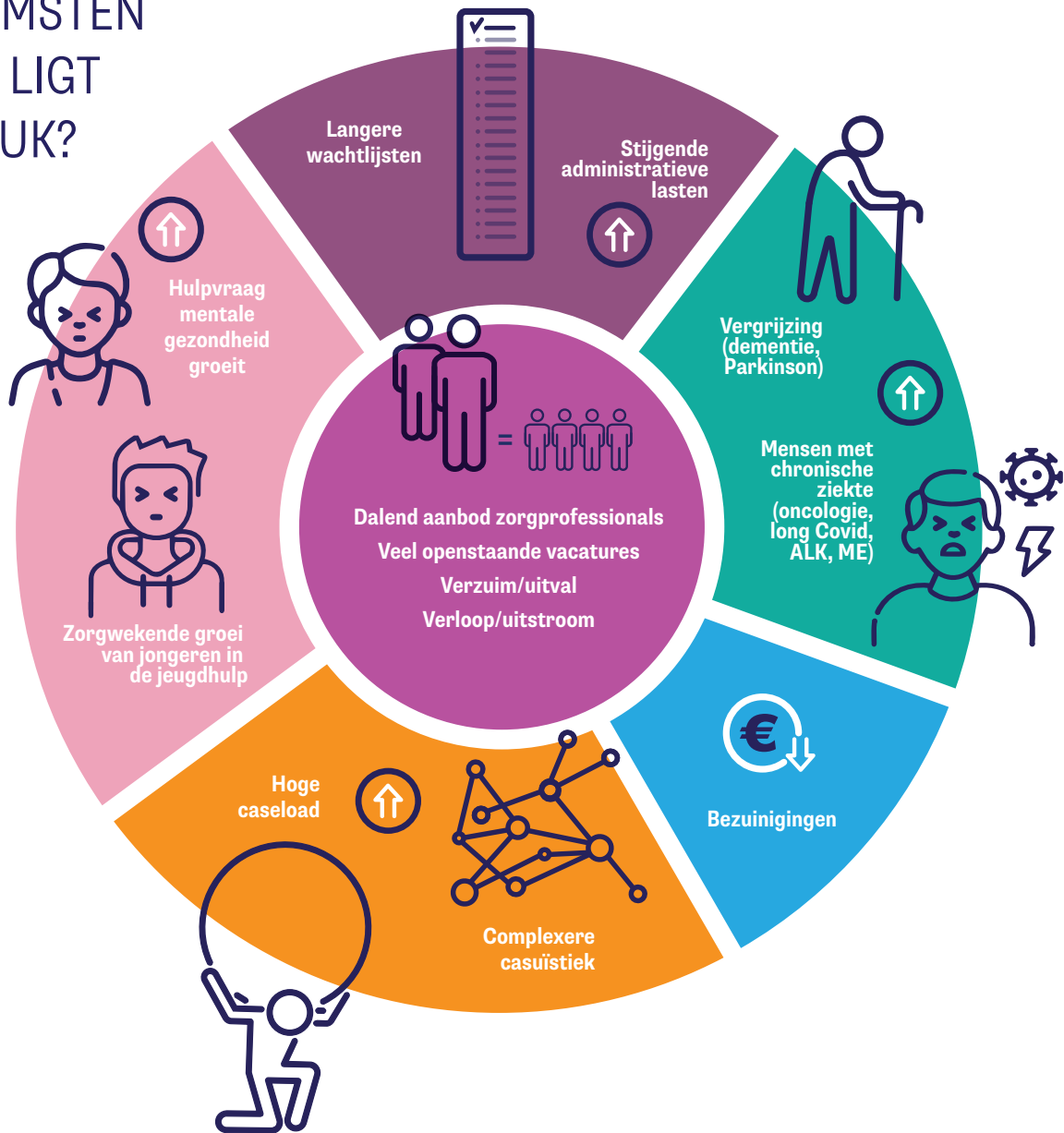
De cirkel hieronder schetst ontwikkelingen in de Nederlandse zorg en samenleving (o.a. uit landelijke bronnen in het rapport) die druk op het werk van zorgprofessionals kunnen vergroten. De meetresultaten over welbevinden van vaktherapeuten staan verderop (n = 598).

Conclusie: Belangrijk om elke zorgprofessional binnen te houden: **duurzame inzetbaarheid**.

Van belang voor de individuele therapeut is het voorkomen van uitval.

Van belang voor de cliënt is de kwaliteit en continuïteit van de zorg.

UITKOMSTEN WAAR LIGT DE DRUK?



11 TIPS VOOR

HET WELBEVINDEN EN DE DUURZAME INZETBAARHEID VAN EEN VAKTHERAPEUT



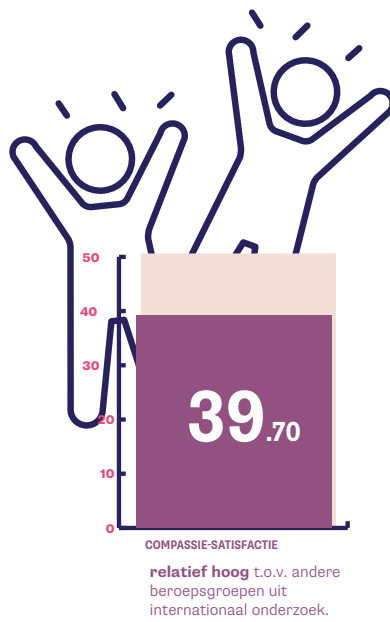
UITKOMSTEN WELBEVINDEN

SECUNDAIRE TRAUMATISCHE STRESS = stressreactie door blootstelling aan traumatische ervaringen van cliënten.



SECUNDAIRE TRAUMATISCHE STRESS
relatief hoog t.o.v. andere beroepsgroepen uit internationaal onderzoek (benchmark)

→ **SECUNDAIRE TRAUMATISCHE STRESS** Sterke samenhang met burn-out. Vaktherapeuten met eerdere langdurige uitval rapporteren hogere scores.

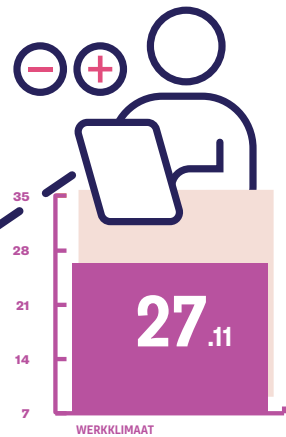
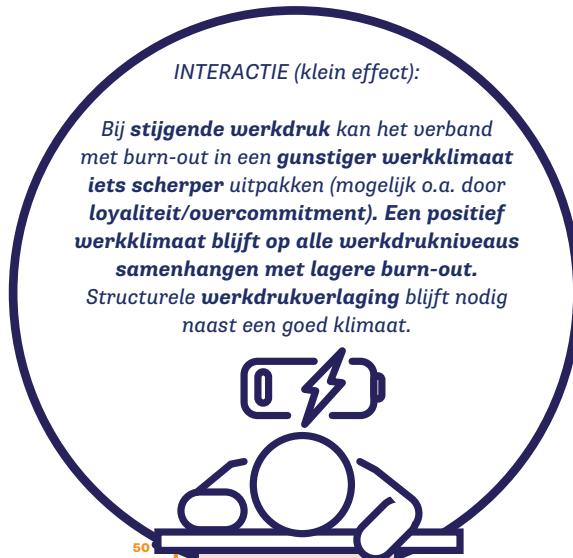


COMPASSIE-SATISFACTIE
relatief hoog t.o.v. andere beroepsgroepen uit internationaal onderzoek.

COMPASSIE-SATISFACTIE = bijdragen aan groei en vooruitgang bij mensen, collega's als bron van plezier en inspiratie, samenwerking en intervisie met collega's, vrije invulling, afwisseling, creativiteit van het werk geven veel voldoening.

→ **COMPASSIE-SATISFACTIE** beschermt tegen burn-out.

→ **COMPASSIE-SATISFACTIE** verlaagt het algemene burn-outrisico, maar dempt structureel hoge werkdruk beperkt.



WERKKLIAMAAT

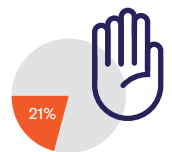
WERKKLIAMAAT = onder andere steun, variatie, autonomie, uitdaging en waardering. Steun van leidinggevende wordt wisselend ervaren. In sommige organisaties zelfs een onveilige sfeer (hiërarchisch, negatieve reacties). Weinig ruimte door productie-normen, bureaucratie in organisaties. Regelmatig verantwoordt vraagt energie.

68% ervaart een redelijk tot zeer positief werkklimaat.

→ **BETEKENIS, VOLDOENING** verlaagt het burn-outrisico, compenseert aanhoudend hoge werkdruk onvoldoende.

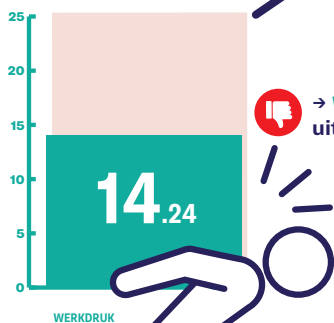
21% van de vaktherapeuten had ooit langdurige werkgerelateerde uitval (> 3 maanden). Eerdere werkuitval draagt bij aan meer burn-outklachten. Kwetsbaar!

→ **AANDACHT** voor vroegsignalering én preventie.



WERKDruk = tijdsdruk, fysieke belasting en zwaarte van de caseload

- 68% ervaart een lichte tot matige werkdruk
- 33% ervaart vaak tijdsdruk
- 27% voelt zich vaak fysiek uitgeput
- 39% ervaart caseload als zwaar
- Administratieve lasten zijn het belangrijkste knelpunt (chronisch tijdsgebrek).



WERKDruk

→ **WERKDruk** uitputtingsproces = risico →

BURN-OUT = afhankelijk van het werkklimaat.

→ **VOORKOMEN BURN-OUT** De combinatie van goed werkklimaat + lage werkdruk biedt de beste bescherming.

→ **LOONDienst Hoger Risico BURN-OUT** Zelfstandig: geeft positiever werkklimaat.

RANDVOORWAARDEN =

voldoende middelen, tijd, passende therapieruimte, beschikbare materialen, veiligheidsvoorzieningen, eigen werkplek, intervisie en supervisie, scholingsmogelijkheden.

- 68% ervaart de randvoorwaarden als redelijk tot gunstig.
- 22% beoordeelt ruimte als niet goed of slecht.
- 30% ervaart de fysieke veiligheid als niet goed of matig.
- 26% ontevreden over gelegenheid voor intervisie/supervisie.
- 28% beoordeelt hygiëne in werkruimte als onvoldoende.

→ **RANDVOORWAARDEN** Goede randvoorwaarden zijn nodig voor veilig en professioneel werk maar zijn geen voorspeller voor burn-out.

Een representatieve groep van 598 vaktherapeuten in Nederland deed mee aan het onderzoek.

AANBEVELINGEN

Vaktherapeuten

(zelfregie & professioneel gedrag)

- **Neem actief regie** over je werkbelasting, grenzen en herstel.
- Herken en verwerk **secundaire traumatische stress tijdig**.
- Maak **doelgericht gebruik van** intervisie en supervisie voor reflectie en verwerking.
- Versterk je veerkracht en motivatie door **bewust stil te staan bij positieve cliëntuitkomsten**.
- **Signaleer en bespreek** structurele overbelasting binnen je organisatie.
- **Draag bij aan** ontwikkeling van collegiale interventies rond stress en balans.

Werkgevers

(faciliteren & werkdruk reduceren)

- **Verlaag structureel de werkdruk** via realistische caseloads, tijd voor administratie en beperking van registratielast.
- **Faciliteer** intervisie, supervisie en ondersteuning **binnen werktijd**.
- Organiseer het werk zo dat blootstelling aan **zware casussen wordt gespreid**.
- Zorg voor een **open en veilig werkklimaat**, in combinatie met concrete werkdrukverlaging.
- **Borg passende randvoorwaarden** (werkplekken, middelen, scholing).
- **Monitor actief het welbevinden** van medewerkers en stuur bij waar nodig.

Opleiders

(voorbereiding & competentieontwikkeling)

- **Integreer zelfzorg en professionele weerbaarheid** structureel in het curriculum.
- **Train studenten in:**
 - omgaan met werkdruk en grenzen
 - omgaan met traumatische casuïstiek
- **Bereid studenten expliciet voor** op de emotionele impact van het vak.

Beleidsmakers, Vakbond

(structuur & randvoorwaarden)

- **Veranker duurzame inzetbaarheid** in beleid en arbeidsvoorwaarden.
- Ontwikkel en implementeer **sectorbrede richtlijnen/protocollen** voor omgaan met traumatische belasting.
- **Creëer structurele ruimte** voor herstel en reflectie.
- Stimuleer en faciliteer sectorbrede monitoring van **professioneel welbevinden**.
- **Agendeer secundaire traumatische stress** als arbeidsvoorwaardelijk en beleidsmatig thema.

Onderzoekers

(kennis & onderbouwing)

- **Verdiep inzicht in de samenhang** tussen werkdruk, werkklimaat en burn-out.
- **Ontwikkel en toets effectieve interventies** voor preventie van secundaire traumatische stress.
- Onderzoek verschillen tussen werkvormen (**loondienst vs. zelfstandig**).
- Ontwikkel en valideer **betrouwbare meetinstrumenten en normgegevens** voor beroepsgroep.
- Voer longitudinaal en praktijkgericht onderzoek uit naar **factoren die duurzaam bijdragen aan welbevinden**.