

Groots opgezet onderzoek naar vermoeidheid op het werk

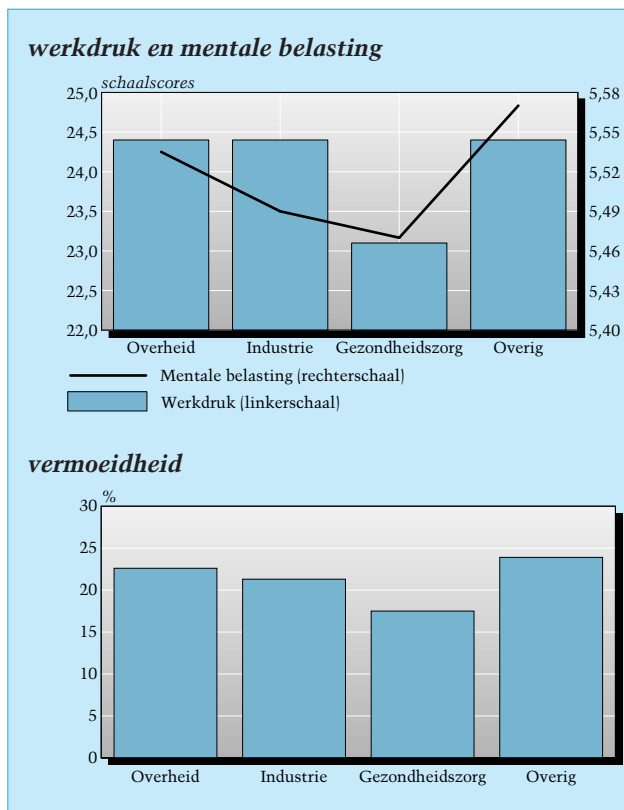
Moe van het werk of het werken moe?

Klachten over vermoeidheid en overspannenheid worden vaak in verband gebracht met de toegenomen werkdruk en stress. Het onderzoek naar dit verschijnsel staat evenwel nog in de kinderschoenen. Een nieuwe, groots opgezette wetenschappelijke studie van de Universiteit Maastricht moet duidelijk maken hoe moe we zijn van het werk en wat de oorzaken hiervan zijn.

Eén op de vier werknemers in Nederland zegt last te hebben van vermoeidheid op het werk. Dat is nogal wat, zeker als men bedenkt dat één op de drie gevallen van arbeidsongeschiktheid veroorzaakt wordt door overspanning of burnout: een mentale toestand die nauw samenhangt met vermoeidheid.

Over de factoren die bij het ziekteproces een rol spelen is weinig bekend. Er wordt wel onderzoek naar gedaan, maar het merendeel van de tot nu toe uitgevoerde onderzoeken betreffen zogenaamde dwarsdoorsnede-onderzoeken. Hierbij worden op één moment de vermoeidheidsklachten onderzocht. Deze studies geven weliswaar inzicht in de omvang van het probleem op een bepaald moment, maar niet in de oorzaken van vermoeidheid. En dat inzicht in de daadwerkelijke factoren is nu juist een voorwaarde voor effectieve preventie en behandeling.

Psychische vermoeidheid in de arbeidssituatie, 1998



Cohortstudie

De Universiteit Maastricht voert op dit moment een groot wetenschappelijk onderzoek uit naar psychische vermoeidheid bij werknemers. Het is een longitudinaal onderzoek. Hierdoor kunnen oorzaak-gevolg relaties beter in kaart worden gebracht dan in dwarsdoorsnede studies. Het onderzoek is in mei 1998 van start gegaan en zal drie jaar duren. De studie maakt deel uit van het landelijke onderzoeksprogramma 'Psychische vermoeidheid in de arbeidssituatie' van de Nederlandse organisatie voor Wetenschappelijk Onderzoek (NWO). Aan het onderzoek werken zeventien onderzoekers van de Universiteit Maastricht. De Maastrichtse Cohort Studie moet een beeld geven van de omvang van vermoeidheid op het werk, van de oorzaken daarvan en van de gevolgen. Met de uitkomsten van het Maastrichtse onderzoek in de hand kan een bijdrage worden geleverd aan de preventie van vermoeidheid op het werk en aan een betere begeleiding en behandeling van vermoeide werknemers in Nederland.

Vermoeidheidsvragenlijst

De deelnemers hebben reeds vier vragenlijsten ingevuld. Welk beeld komt uit de eerste meting naar voren? De meeste deelnemers melden een hoge werkdruk. In het algemeen zijn de deelnemers tevreden over de mate van zelfstandigheid in hun werk. Het werk wordt als redelijk veelzijdig ervaren en is het voor de meeste werknemers duidelijk wat er van hen verwacht wordt. De meesten vinden de mentale belasting van het werk hoog. De fysieke en emotionele belasting wordt als minder hoog ervaren. Opvallend is dat werknemers in de gezondheidszorg deze twee vormen van belasting juist weer wel hoog vinden. De arbeidssatisfactie is in alle onderzochte bedrijfstakken goed te noemen. Uit de eerste meting komt duidelijk naar voren dat vermoeidheid een veel voorkomend verschijnsel is. Meer dan één op de vijf deelnemers scoort op de speciaal ontwikkelde vermoeidheidsvragenlijst zo hoog dat hij of zij beschouwd moet worden als 'vermoeide werknemer'.

Ijmert Kant en Gerard Swaen (Universiteit Maastricht)