



uitspraak van de week



Auteur : H.W.M. van Holsteijn
Datum : 15 november 2017
Onderwerp : Werkstress en verzuim

Stress op de werkvloer is al jaren beroepsziekte nummer 1. In Nederland blijken vele mensen te maken te hebben met een (te) hoge werkdruk wat resulteert in het werk moeilijk los kunnen laten, óók 's avonds! Daarnaast of juist daardoor staan mobiele telefoons of email voor het werk altijd aan. Dit leidt tot veel verzuim vanwege de werkstress, iets wat werkgevers vorig jaar een bedrag kostte van vele honderden miljoenen euro's!

Werkstress kan voortkomen uit allerlei verschillende oorzaken in het werk, eventueel in combinatie met factoren in de privésfeer. Voorbeelden hiervan zijn de hoge werkdruk, agressie, discriminatie, pesten en/of (seksuele) intimidatie op het werk of een tekort aan sociale steun van leidinggevende of ontwikkelings- en groeimogelijkheden. Allerelei factoren die een hoop energie kunnen kosten en kunnen leiden tot psychische en fysieke klachten

Naast het zélf tijdig signaleren en aangeven van (te) hoge werkdruk, beschermt ook het Burgerlijk Wetboek de werknemer hiertegen. Volgens artikel [7:658 BW](#) heeft de werkgever immers een zorgplicht voor de veiligheid van de werkomgeving en moet deze maatregelen treffen om te voorkomen dat de werknemer in de uitoefening van zijn werk schade lijdt. Als werkgevers niet voldoende aandacht besteden aan het terugdringen van werkdruk, kan de [Inspectie SZW](#) een boete opleggen (bron: [Rijksoverheid Arboportaal](#)).

Wat kunnen medewerkers zelf doen tegen werkdruk?

- Neem voldoende pauzes, ook als het lijkt dat daar geen tijd voor is.
- Zorg voor een goede planning van de werkzaamheden.
- Durf nee te zeggen. Niet elke klus hoeft altijd (direct) uitgevoerd te worden. Vraag of het echt niet anders kan en bespreek alternatieven.
- Beperk overwerk zoveel mogelijk. Bij voortdurend overwerk is er sprake van een structureel probleem dat de werkgever moet oplossen.
- Vraag om hulp. Collega's en leidinggevendenden zullen niet snel zien dat de werkdruk hoog is.
- Luister naar het eigen lichaam.



uitspraak van de week

Vanuit de (loon)schadeafwikkeling welke BSA voor werkgevers verzorgt, bijvoorbeeld bij een (verkeers)ongeval van een van de werknemers, blijkt regelmatig dat niet alleen de gevolgen van het ongeval zelf tot verzuim leidt, maar dat ook bovengenoemde werkdruk van invloed is op het verzuim en/of op de duur hiervan. Hoewel uiteraard het welzijn en herstel van de medewerker voorop staat, waarbij hopelijk verzuim zoveel mogelijk kan worden beperkt, leidt dit ook tot discussie met een wederpartij en/of het niet volledig vergoeden van de (loon)schade indien deze door het ongeval verhaalbaar zou zijn.