

CONGRES Voor Primair Onderwijs

woensdag 12 oktober 2016 - Utrecht



Zo kom je eraan.
HOE KOM JE ERAF?

PRAKTISCH AAN DE SLAG TEGEN
WERKDRUK, AGRESSIE, PESTEN
EN ANDER ONGEWENST GEDRAG

 Arbocatalogus PO
werken met gezond verstand

Vervangingsfonds

 Algemene
Vereniging
Schoolleiders

 Algemene Onderwijsbond

 CNV
Onderwijs

 FO
Federatie van
Onderwijsvakorganisaties

 PORaad

PSA: facts & figures

Roos Schelvis

roos.schelvis@tno.nl

06 52 80 35 83

Wat is werkdruk?



Vijf waarheden over werkdruk

“Werkdruk komt doordat de werkgever teveel werk vraagt.”

“Werkdruk komt doordat de werknemer teveel wil in zijn vrije tijd.”

Werkdruk komt doordat er te weinig tijd is.

“Een medewerker die werkdruk niet geschikt voor dit werk.”

“Werkdruk komt doordat het ministerie continu dingen verandert.”

TAAKEISEN
Werkcontext

TAAKEISEN
Werkinhoud

WERKDRUK

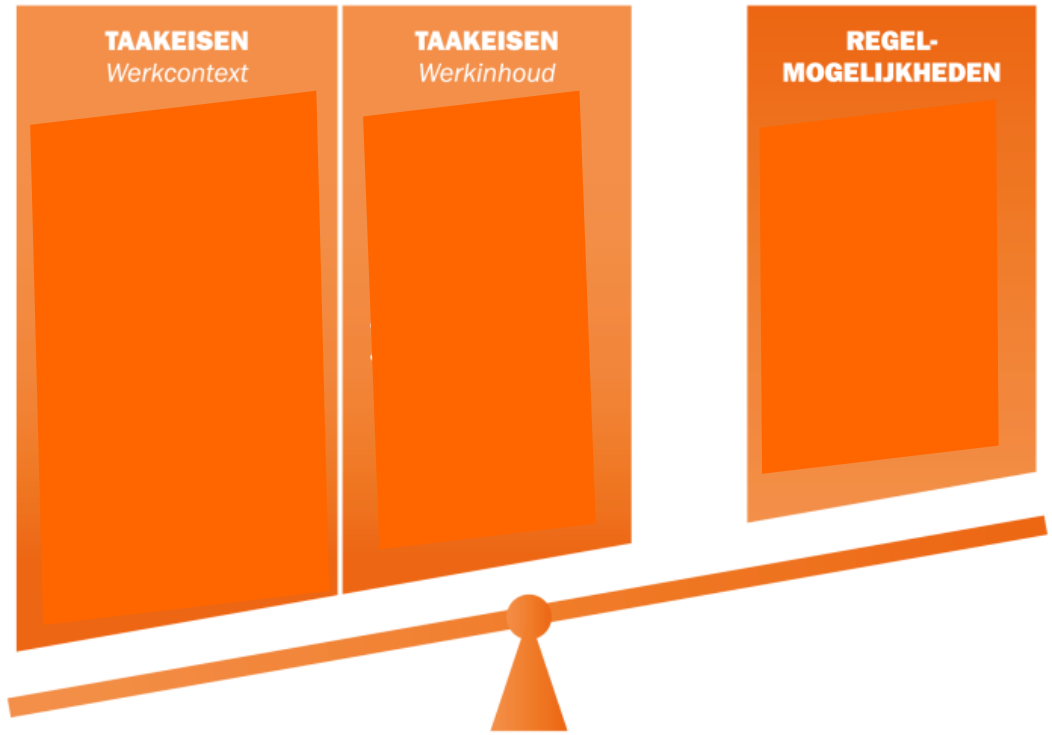
TAAKEISEN

Werkcontext

TAAKEISEN

Werkinhoud

**REGEL-
MOGELIJKHEDEN**



WERKDRUK

TAAKEISEN
Werkcontext

TAAKEISEN
Werkinhoud

**REGEL-
MOGELIJKHEDEN**



GEVOLGEN

**WERK
STRESS**

WERKDRUK

TAAKEISEN
Werkcontext

TAAKEISEN
Werkinhoud

**REGEL-
MOGELIJKHEDEN**

**WERK
STRESS**

**LANGE
TERMIJN
EFFECTEN**

GEVOLGEN

WERKDruk

TAAKEISEN

Werkcontext

TAAKEISEN

Werkinhoud

REGEL- MOGELIJKHEDEN

GEVOLGEN

WERK STRESS

LANGE TERMIJN EFFECTEN

- Psychische aandoeningen
- Hart- en vaatziekten
- Aantasting van het immuunsysteem
- Bewegingsapparaat klachten
- Overige aandoeningen: maag-darmziekten, hyperventilatie

WERKDRUK

TAAKEISEN

Werkcontext

TAAKEISEN

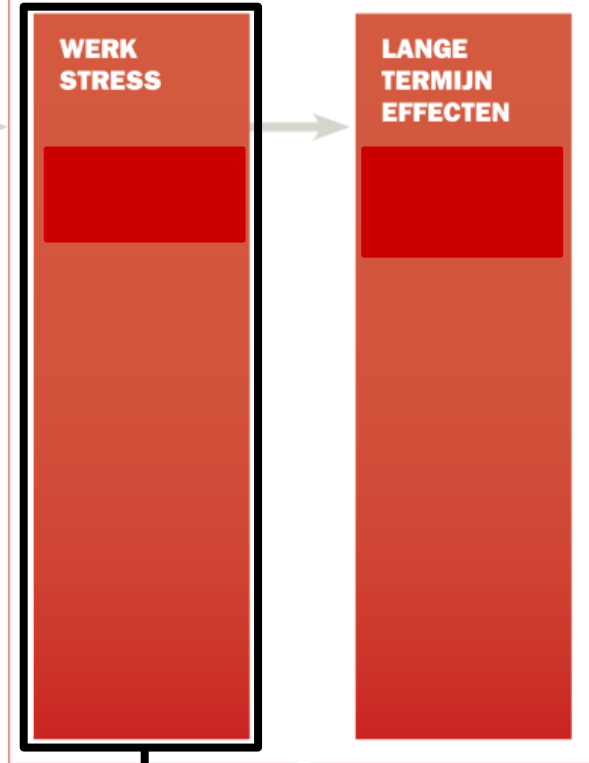
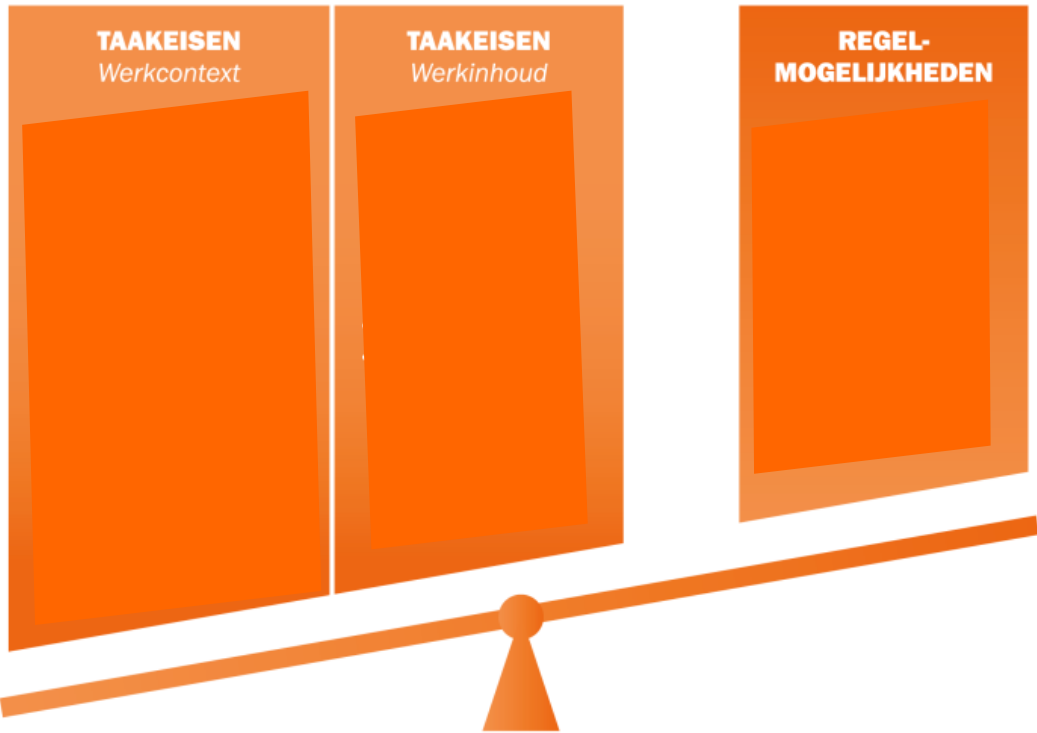
Werkinhoud

REGEL- MOGELIJKHEDEN

GEVOLGEN

WERK STRESS

LANGE TERMIJN EFFECTEN



Stress is

- Een levensreddende reactie op een bedreigende situatie: fight, flight, freeze
- Van korte duur

Stress kan *strain* worden:

- Chronische en daardoor niet effectieve stress reactie
- Niet alleen de bedreiging (beer) is belangrijk, maar ook het ontbreken van effectieve reacties



WERKDRUK

TAAKEISEN

Werkcontext

TAAKEISEN

Werkinhoud

REGEL- MOGELIJKHEDEN

GEVOLGEN

WERK STRESS

LANGE TERMIJN EFFECTEN

LICHAMELIJKE KLACHTEN

- verhoogde bloeddruk;
- verhoogde hartslag;
- spierspanning;
- maagklachten;
- vermoeidheid;
- hoofdpijn;
- rugpijn;
- slaapproblemen.

EMOTIONELE KLACHTEN

- prikkelbaar;
- emotioneel;
- rusteloos;
- gespannen;
- angstig;
- lusteloos;
- onverschillig;
- het gevoel waardeloos te zijn.

GEDRAGSVERANDERING

- ongezonde leefstijl aannemen (roken, drinken);
- sociale contacten vermijden;
- minder creatief worden;
- risicogedrag vertonen;
- (meer) overwerken;
- niet kunnen ontspannen;
- meer klagen, cynische houding;
- regelmatig verzuimen.

COGNITIEVE PROBLEMEN

- slechter geheugen;
- moeite met concentreren;
- moeite met plannen;
- niet goed kunnen multitasken;
- slecht prioriteiten kunnen stellen;
- geen besluiten kunnen nemen;
- minder efficiënt werken.

WERKDRUK

TAAKEISEN
Werkcontext

TAAKEISEN
Werkinhoud

**REGEL-
MOGELIJKHEDEN**

**WERK
STRESS**

**LANGE
TERMIJN
EFFECTEN**

GEVOLGEN

WERKDRUK

TAAKEISEN
Werkcontext

TAAKEISEN
Werkinhoud

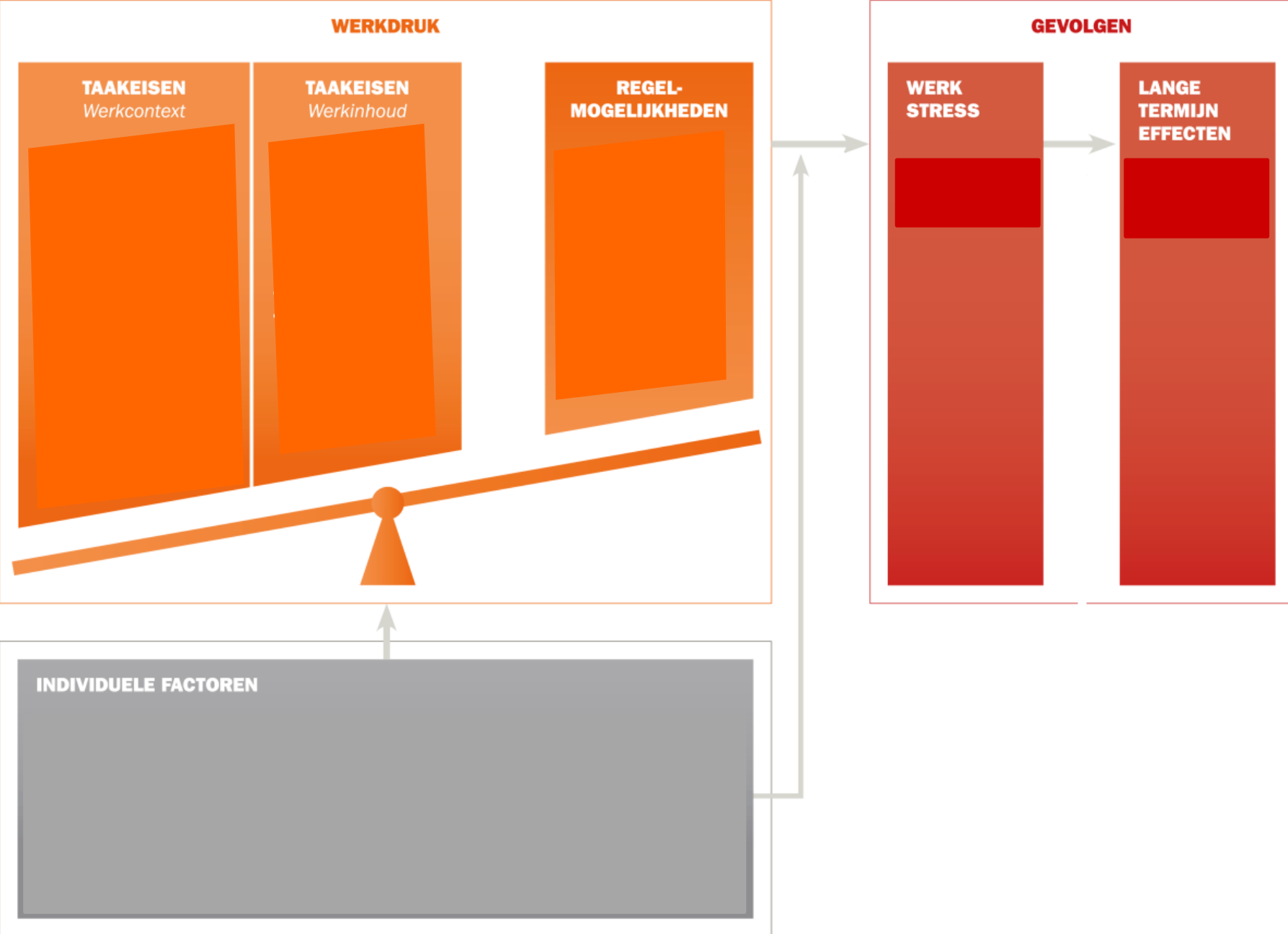
**REGEL-
MOGELIJKHEDEN**

GEVOLGEN

**WERK
STRESS**

**LANGE
TERMIJN
EFFECTEN**

INDIVIDUELE FACTOREN



WERKDruk

TAAKEISEN
Werkcontext

TAAKEISEN
Werkinhoud

**REGEL-
MOGELIJKHEDEN**

GEVOLGEN

**WERK
STRESS**

**LANGE
TERMIJN
EFFECTEN**

INDIVIDUELE FACTOREN

BUFFERS

WERKDruk

TAAKEISEN

Werkcontext

- Onduidelijke of veranderende taak
- Taakonderbrekingen
- Onduidelijk(e) rol, verantwoordelijkheden, beleid verwachtingen, procedures,
- Onzekerheid baan of aanstaande organisatieverandering
- Organisationscultuur en stijl van leidinggeven

TAAKEISEN

Werkinhoud

- Tijdsdruk
- Hoeveelheid werk
- Kwaliteitseisen
- Moeilijkheidsgraad
- Variatie
- Emotionele belasting

REGEL-MOGELIJKHEDEN

- Autonomie
- Tijdsautonomie
- Functionele steun leidinggevende
- Functionele steun collega's
- Participatie in besluitvorming

GEVOLGEN

WERK STRESS

Belastingsverschijnselen

LANGE TERMIJN EFFECTEN

- Burnout
- Verzuim
- etc.

INDIVIDUELE FACTOREN

- Werknemer heeft onvoldoende persoonlijke regelmogelijkheden om te kunnen voldoen aan de taakeisen door onvoldoende:
 - Competenties
 - Belastbaarheid (lichamelijk en mentaal)
- Werknemer maakt onvoldoende gebruik van de beschikbare regelmogelijkheden
- Werknemer ervaart overige stressoren in de:
 - Persoonlijke context
 - Werk-privé context

BUFFERS

- Sociale steun leidinggevende
- Sociale steun collega's
- Aanwezige leer- en ontplooiingsmogelijkheden
- Herstelmogelijkheden
- Materiële en immateriële waardering

WERKDRUK

TAAKEISEN
Werkcontext

TAAKEISEN
Werkinhoud

REGEL-
MOGELIJKHEDEN

18,3% van de medewerkers in het onderwijs ervaart burnoutklachten

19,1% van de medewerkers in het primair onderwijs ervaart burnoutklachten

GEVOLGEN

WERK
STRESS

LANGE
TERMIJN
EFFECTEN

INDIVIDUELE FACTOREN

BUFFERS

WERKDruk

TAAKEISEN
Werkcontext

TAAKEISEN
Werkinhoud

**REGEL-
MOGELIJKHEDEN**

GEVOLGEN

**WERK
STRESS**

**LANGE
TERMIJN
EFFECTEN**

INDIVIDUELE FACTOREN

BUFFERS

WERKDRUK

TAAKEISEN

Werkcontext

- Onduidelijke of veranderende taak
- Taakonderbrekingen
- Onduidelijk(e) rol, verantwoordelijkheden, beleid verwachtingen, procedures

TAAKEISEN

Werkinhoud

- ▲ Tijdsdruk
- ▲ Hoeveelheid werk
- ▲ Kwaliteitseisen
- ▲ Moeilijkheidsgraad
- ▲ Variatie
- ▲ Emotionele belasting

REGL-MOGELIJKHEDEN

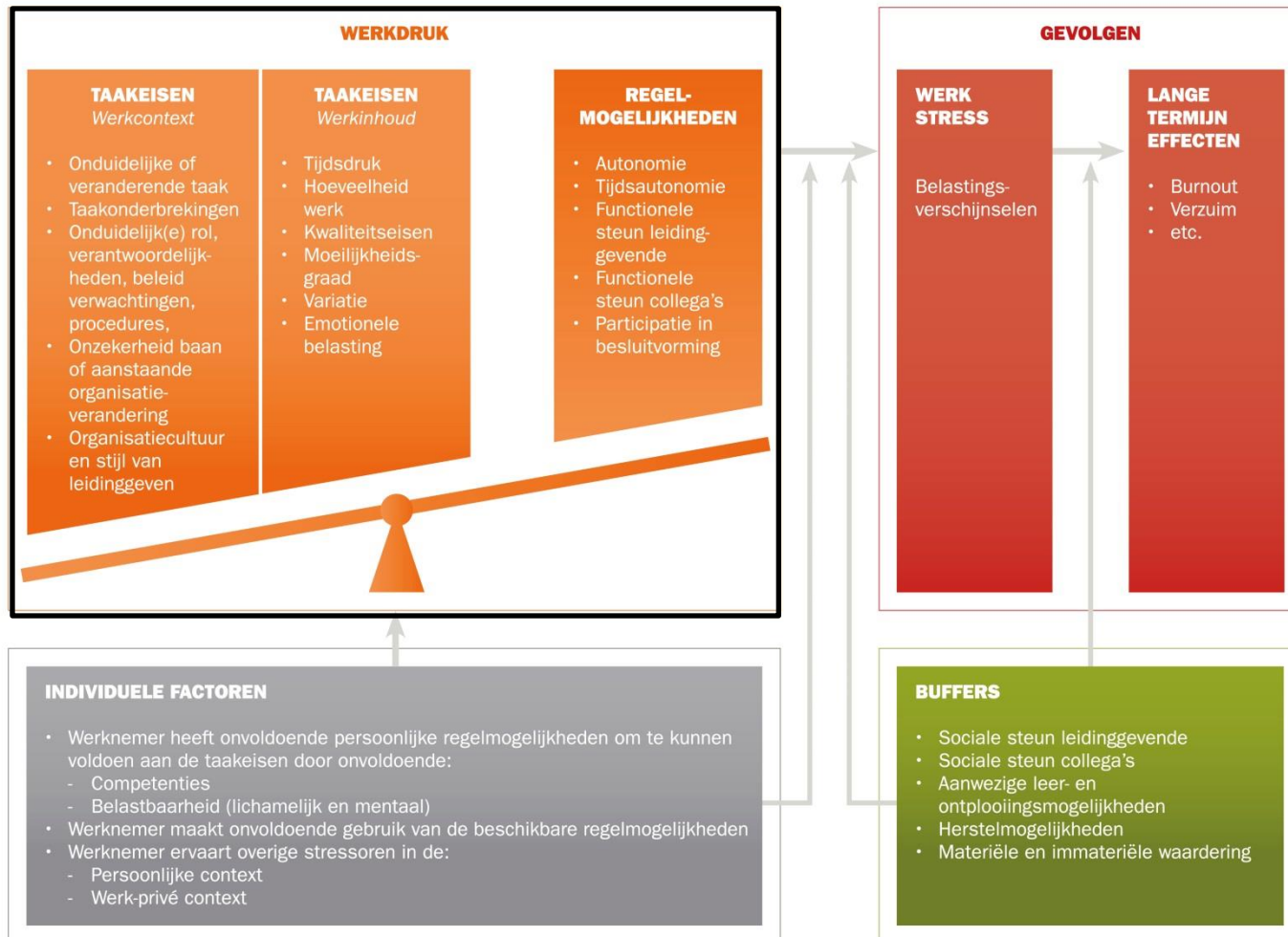
- ▼ Autonomie
- ▼ Tijdsautonomie
- ▼ Functionele steun leidinggevende
- ▼ Functionele steun collega's
- Participatie in besluitvorming

Onnodig vergaderen
Onnodige administratie
NEA 2012

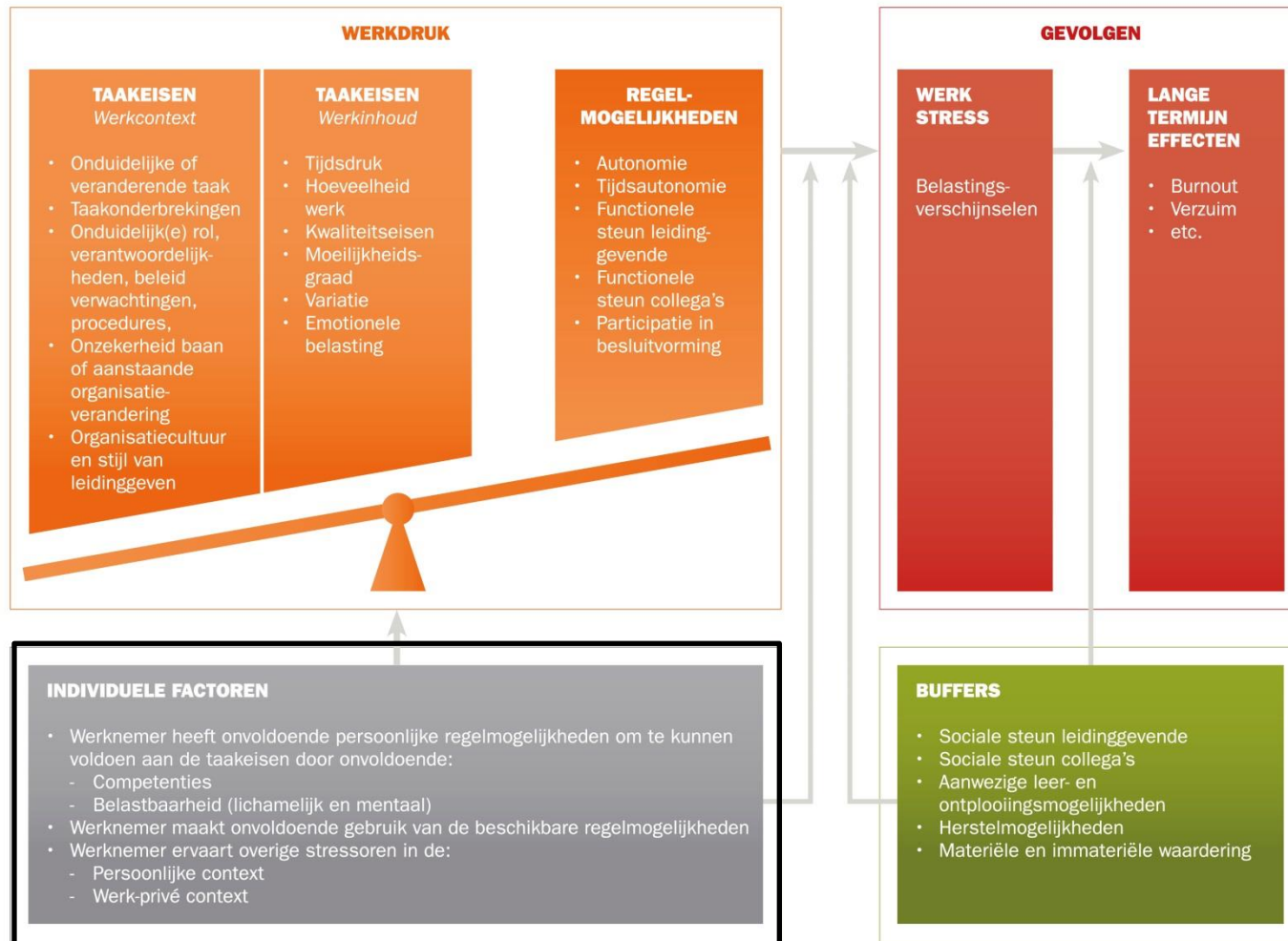
Oorzaken van werkdruk in het onderwijs

(versus beroepsbevolking) NEA 2015

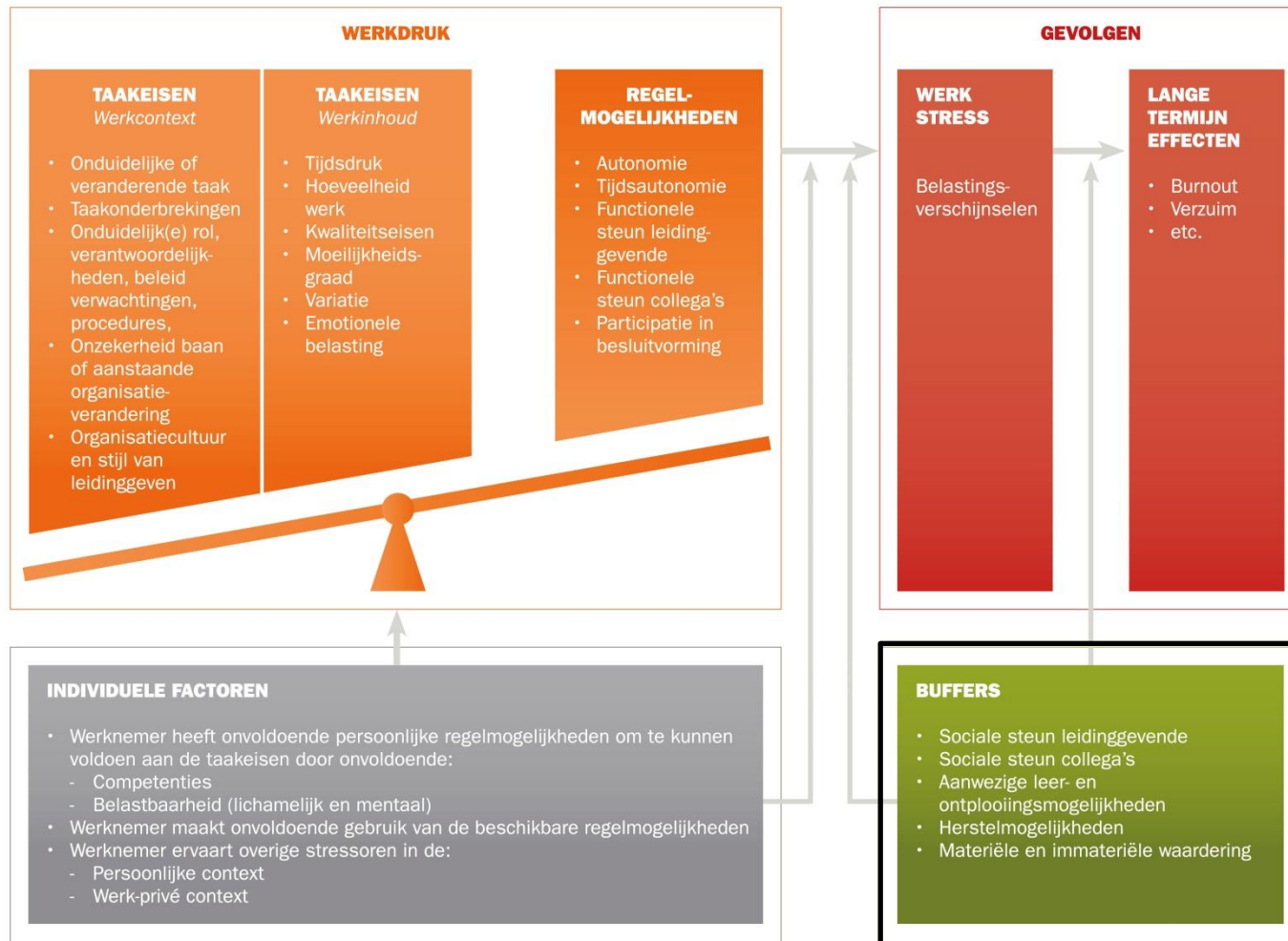
Er is niet één oplossing die altijd werkt



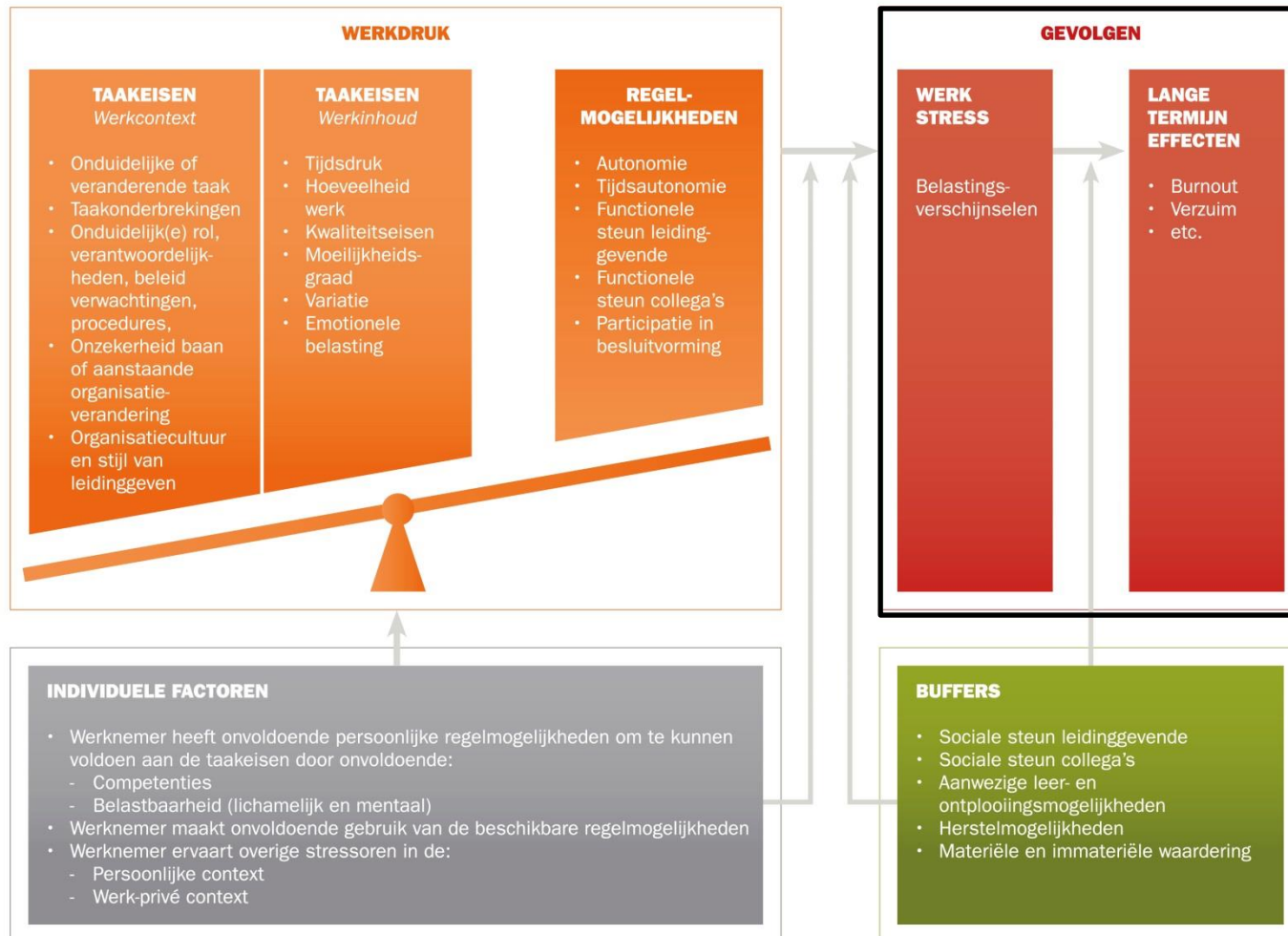
Er is niet één oplossing die altijd werkt



Er is niet één oplossing die altijd werkt



Er is niet één oplossing die altijd werkt



WERKDruk WEGWIJZER

TNO innovation
for life

Tot stand gekomen met betrokkenheid van sociale partners



Vervangingsfonds

Goede voorbeelden

- › Pilot 'Gezonde Werkdruk' op 45 scholen (>10% verzuim)
- › Stap 1: Werkdrukscan ontwikkeld op 7 domeinen (taken, leerlingen, collega's, leidinggevende, organisatie, persoonlijk en privésituatie)
- › Stap 2: Werkdrukscan **uitgevoerd**
- › Stap 3: **Plannen** van aanpak
 - › Verbetering in **communicatie** en **verwachtingen** over en weer
- › Stap 4: Instrumenten ingezet
 - › Leidinggevend en opgeleid m.b.v. **Management Drives**
- › Stap 5: **Herhaling** Werkdrukscan gepland

- › Meer info bij je regioadviseur Arbeid & Vitaliteit



Goede voorbeelden

- › Pilot 'Samenwerken aan werkdruk' op vijf scholen
- › Stap 1 t/m 5 gezet, ervaringen:
 - › Rol van **schoolleider** is in project cruciaal
 - › De vijf **stappen** geven **houvast** voor scholen, nul- en eindmeting is meerwaarde voor dit project
 - › Iedere school kiest **andere acties** voor de aanpak van werkdruk:
 - › Beperken **nakijktijd** door digitalisering, peereducatie
 - › Ouders bewust maken van gewenste **omgangsvormen**
 - › **Inwerken** nieuwe leerkrachten verbeteren
 - › Werken met **ParnasSys** verbeteren

Aandachtspunten:

Proces**begeleiding**, persoonlijke **ontwikkeling** docenten, en **schoolcultuur**

Meer info: www.arbeidsmarktplatformpo.nl/werkdruk

Agressie (extern)

26% enkele keer t/m zeer vaak in onderwijs

34% enkele keer t/m zeer vaak in po

Pesten (intern)

7% enkele keer t/m zeer vaak in onderwijs

5% enkele keer t/m zeer vaak in po

Discriminatie

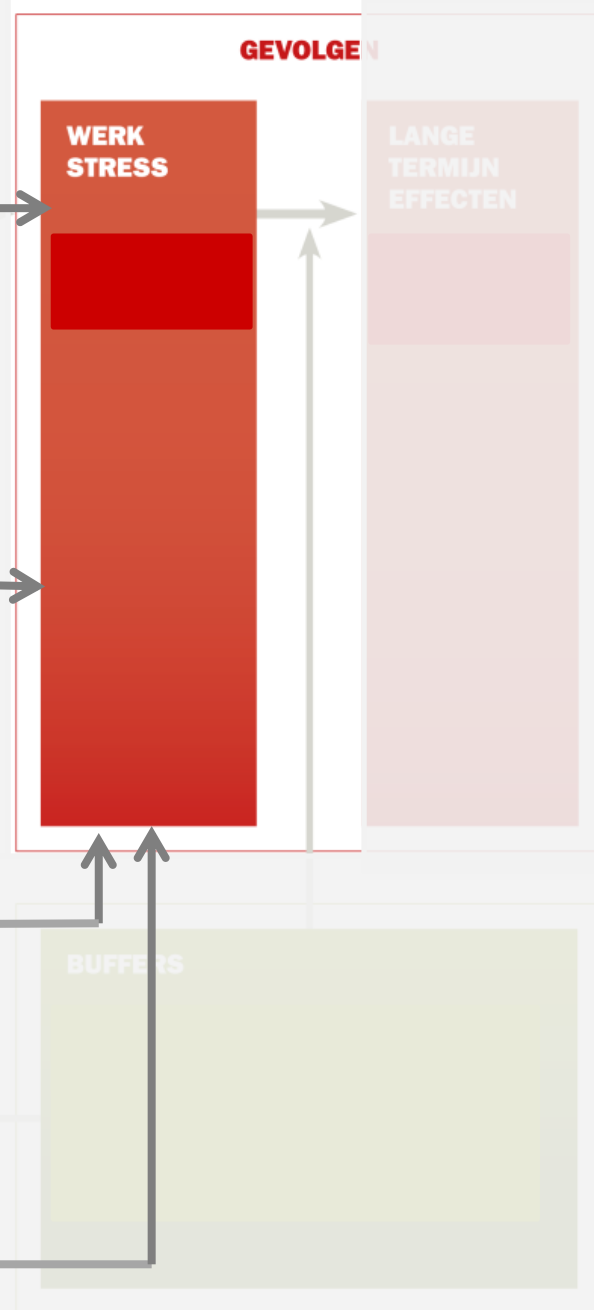
5% in onderwijs, om overige redenen

5% in po, om leeftijd

Intimidatie (extern)

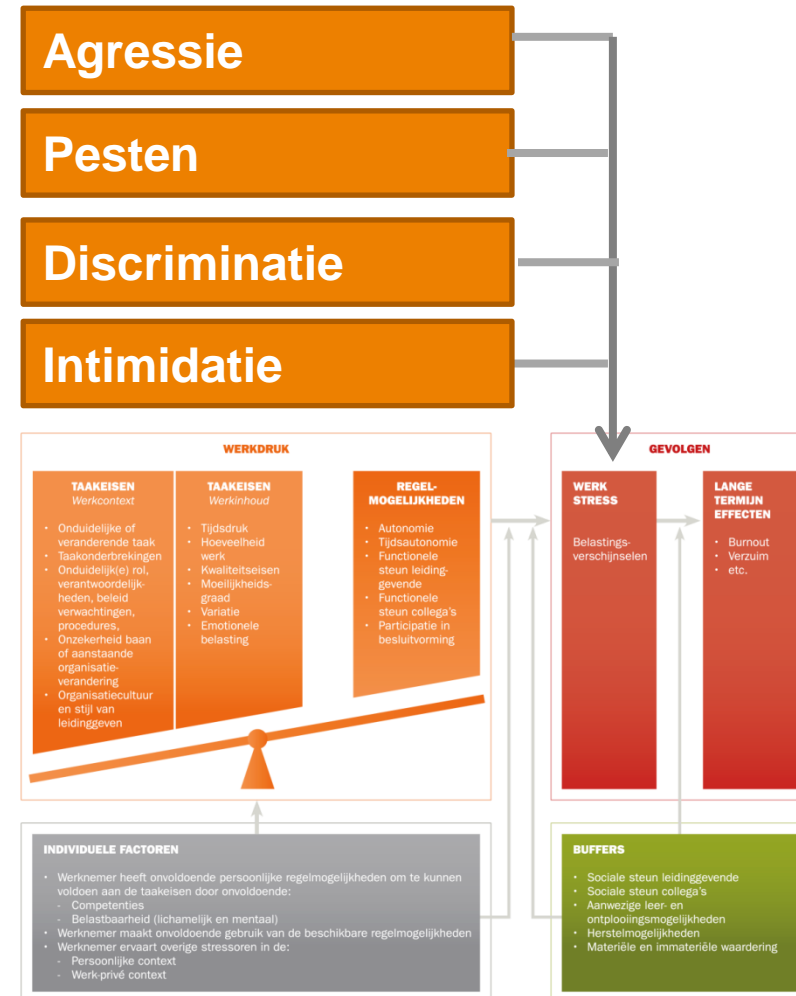
20% enkele keer t/m zeer vaak in onderwijs

26% enkele keer t/m zeer vaak in po



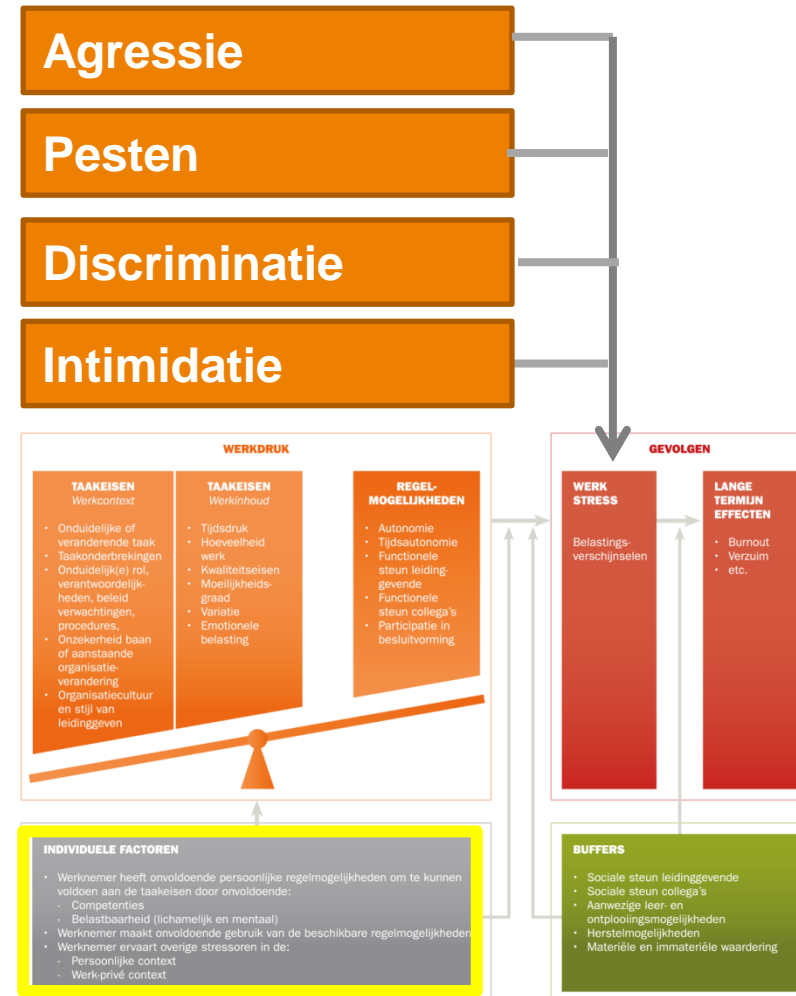
Hoe kom je eraf? Start in één van de workshops vandaag!

1. Wat is gezonde werkdruk
(*Vervangingsfonds*)
2. Sociale veiligheid voor docenten
(*Stichting School en Veiligheid*)
3. Hoe agressie en geweld voorkomen en reguleren
(*Stichting School en Veiligheid*)
4. Pesten: sociale veiligheid en medemenselijkheid reguleren
(*M5 groep*)
5. De cao PO en werkdruk: feiten en fabels
(*AOb*)
6. Vraag het de inspectie!
(*Onderwijsinspectie*)



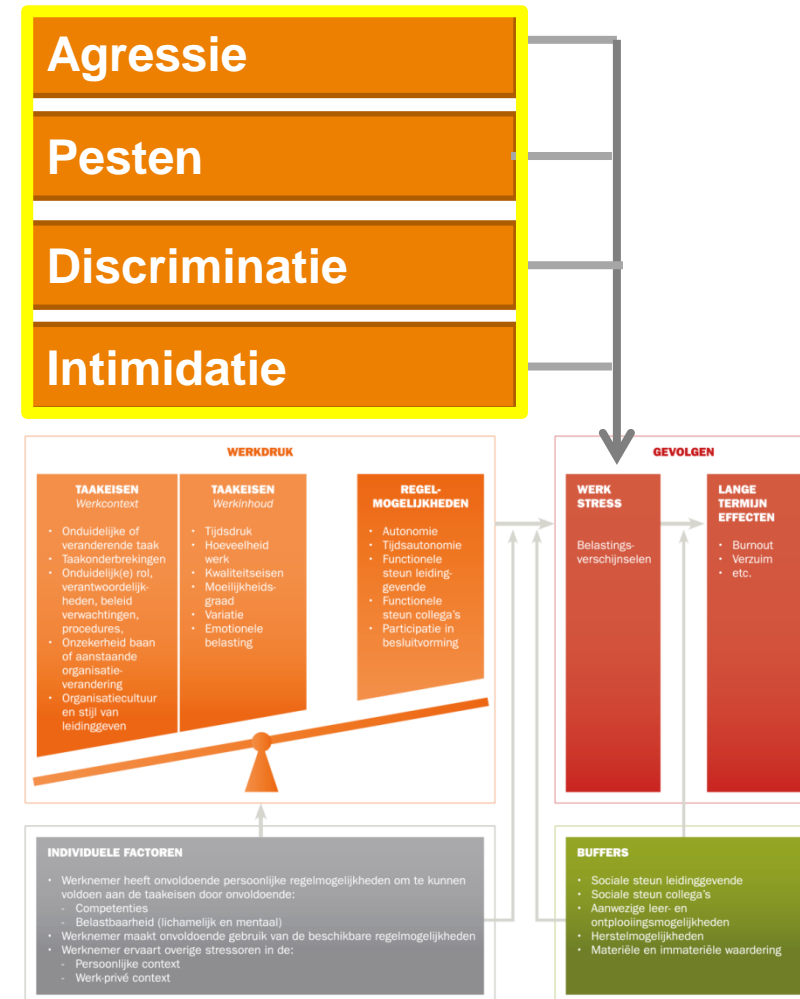
Hoe kom je eraf?

1. Wat is gezonde werkdruk
(*Vervangingsfonds*)
2. Sociale veiligheid voor docenten
(*Stichting School en Veiligheid*)
3. Hoe agressie en geweld voorkomen en reguleren
(*Stichting School en Veiligheid*)
4. Pesten: sociale veiligheid en medemenselijkheid reguleren
(*M5 groep*)
5. De cao PO en werkdruk: feiten en fabels
(*AOb*)
6. Vraag het de inspectie!
(*Onderwijsinspectie*)



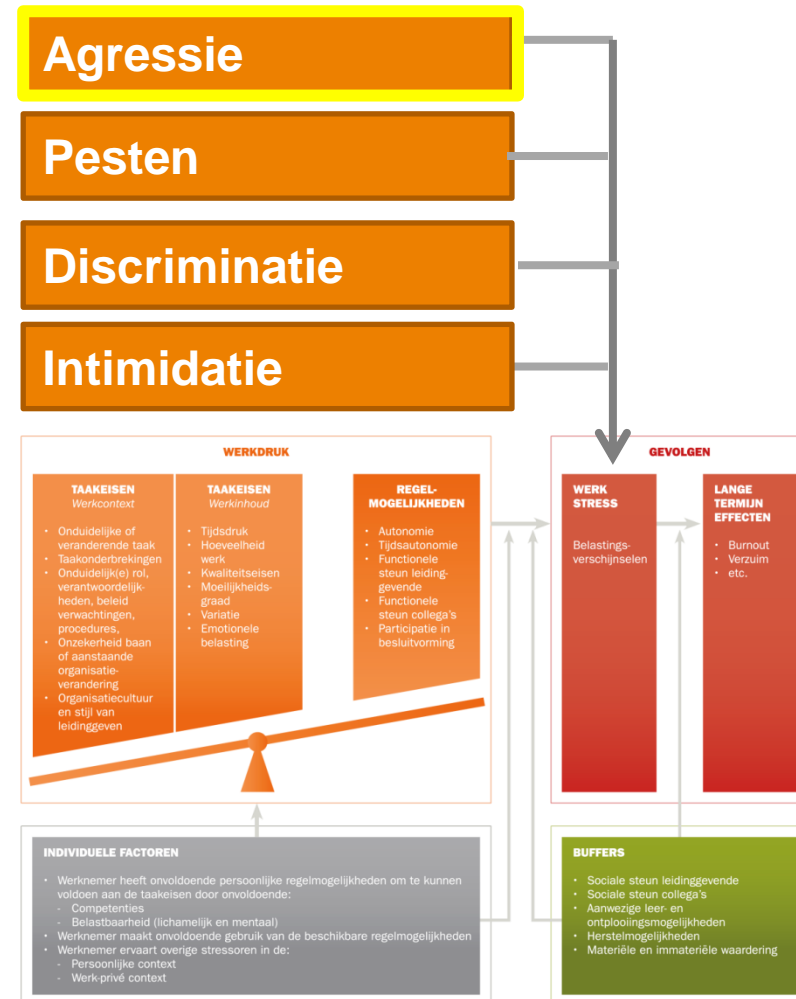
Hoe kom je eraf?

1. Wat is gezonde werkdruk
(*Vervangingsfonds*)
2. Sociale veiligheid voor docenten
(*Stichting School en Veiligheid*)
3. Hoe agressie en geweld voorkomen en reguleren
(*Stichting School en Veiligheid*)
4. Pesten: sociale veiligheid en medemenselijkheid reguleren
(*M5 groep*)
5. De cao PO en werkdruk: feiten en fabels
(*AOb*)
6. Vraag het de inspectie!
(*Onderwijsinspectie*)



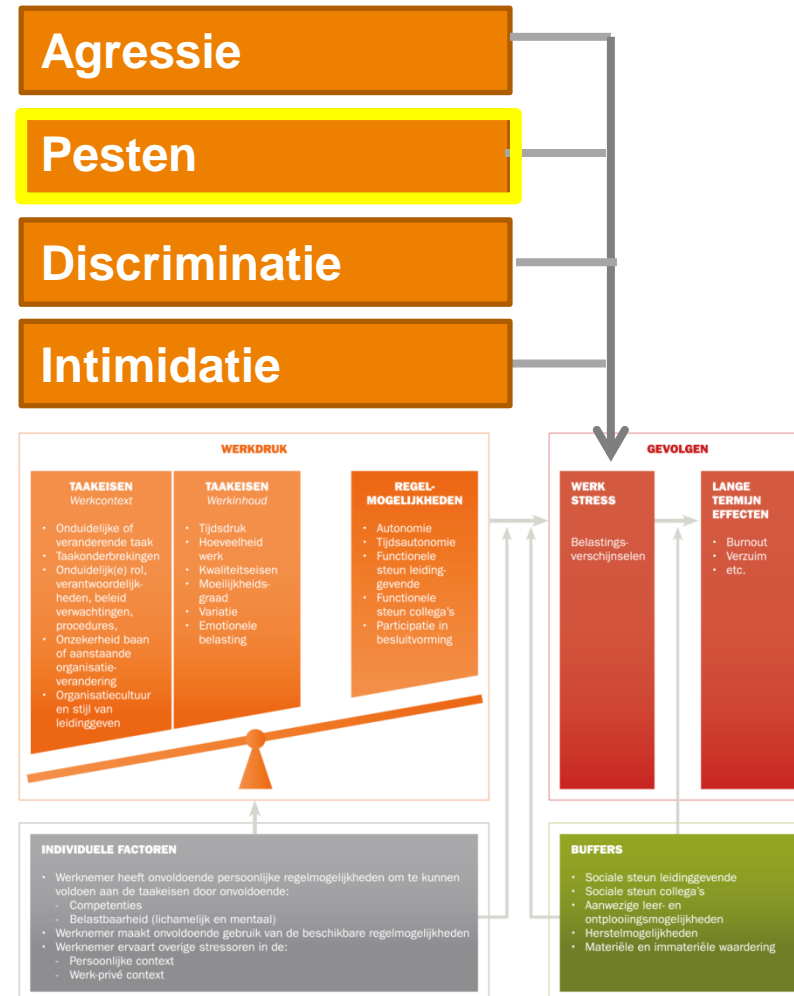
Hoe kom je eraf?

1. Wat is gezonde werkdruk
(*Vervangingsfonds*)
2. Sociale veiligheid voor docenten
(*Stichting School en Veiligheid*)
3. Hoe agressie en geweld voorkomen en reguleren
(*Stichting School en Veiligheid*)
4. Pesten: sociale veiligheid en medemenselijkheid reguleren
(*M5 groep*)
5. De cao PO en werkdruk: feiten en fabels
(*AOb*)
6. Vraag het de inspectie!
(*Onderwijsinspectie*)



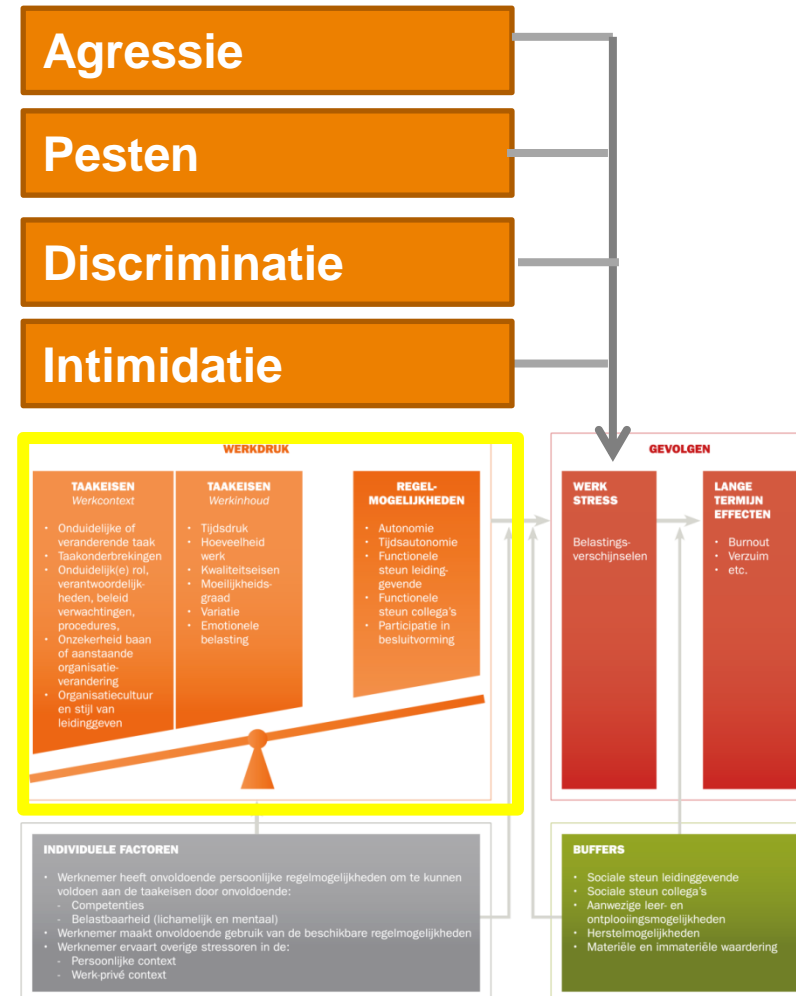
Hoe kom je eraf?

1. Wat is gezonde werkdruk
(*Vervangingsfonds*)
2. Sociale veiligheid voor docenten
(*Stichting School en Veiligheid*)
3. Hoe agressie en geweld voorkomen en reguleren
(*Stichting School en Veiligheid*)
- 4. Pesten: sociale veiligheid en medemenselijkheid reguleren
(*M5 groep*)**
5. De cao PO en werkdruk: feiten en fabels
(*AOb*)
6. Vraag het de inspectie!
(*Onderwijsinspectie*)



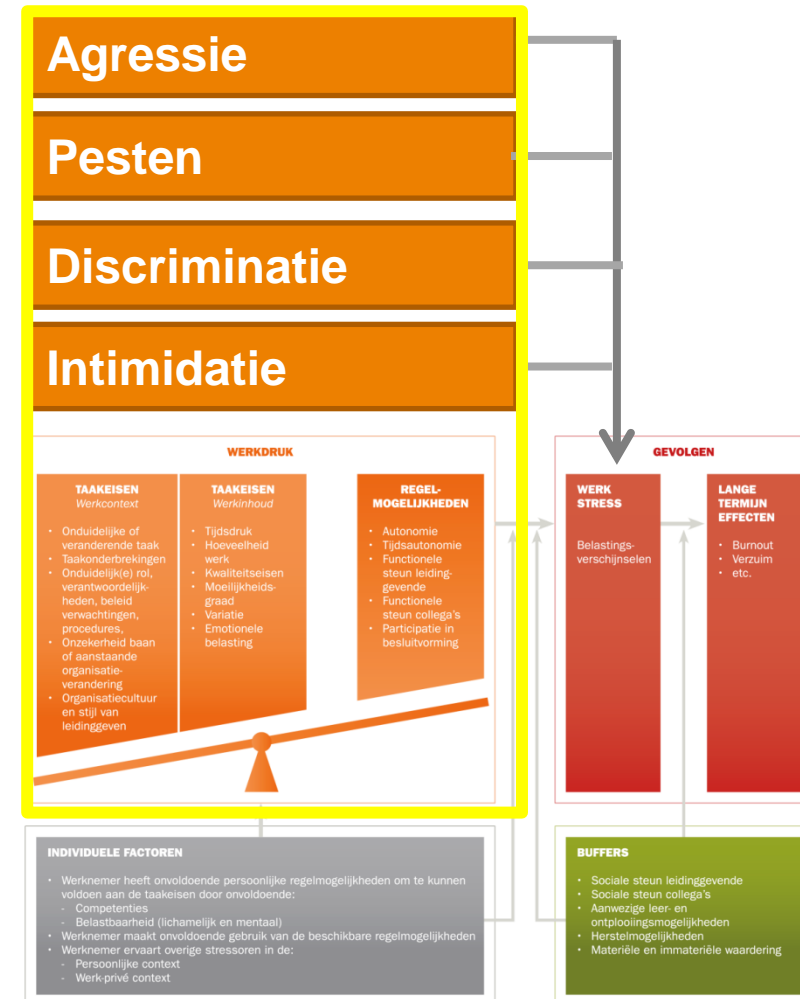
Hoe kom je eraf?

1. Wat is gezonde werkdruk
(*Vervangingsfonds*)
2. Sociale veiligheid voor docenten
(*Stichting School en Veiligheid*)
3. Hoe agressie en geweld voorkomen en reguleren
(*Stichting School en Veiligheid*)
4. Pesten: sociale veiligheid en medemenselijkheid reguleren
(*M5 groep*)
5. De cao PO en werkdruk: feiten en fabels
(*AOb*)
6. Vraag het de inspectie!
(*Onderwijsinspectie*)



Hoe kom je eraf?

1. Wat is gezonde werkdruk
(*Vervangingsfonds*)
2. Sociale veiligheid voor docenten
(*Stichting School en Veiligheid*)
3. Hoe agressie en geweld voorkomen en reguleren
(*Stichting School en Veiligheid*)
4. Pesten: sociale veiligheid en medemenselijkheid reguleren
(*M5 groep*)
5. De cao PO en werkdruk: feiten en fabels
(*AOb*)
6. Vraag het de inspectie!
(*Onderwijsinspectie*)



Take home message

Werkdruk gaat niet vanzelf over.

Het begin van elke werkdrukuplossing is het gesprek tussen werkgever en werknemer.

Roos Schelvis
roos.schelvis@tno.nl
06 52 80 35 83

