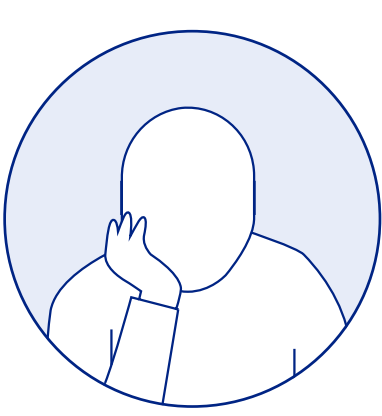


Werkstress

Werkstress volgens werknemers



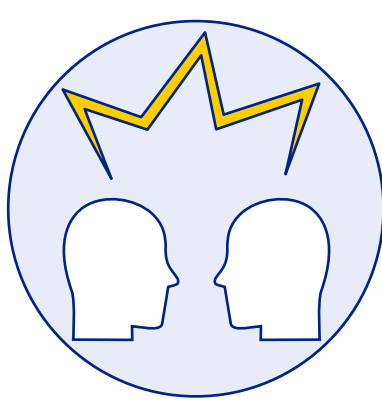
42%
van de werknemers ervaart een **lage autonomie**.



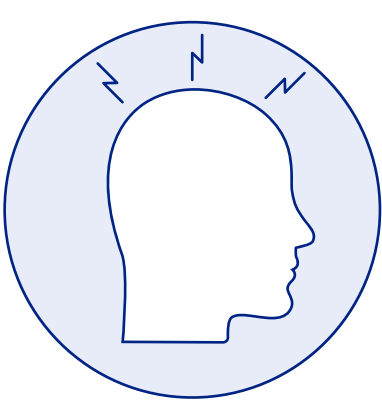
9,1%
van de werknemers ervaart een hoge **emotionele belasting**.



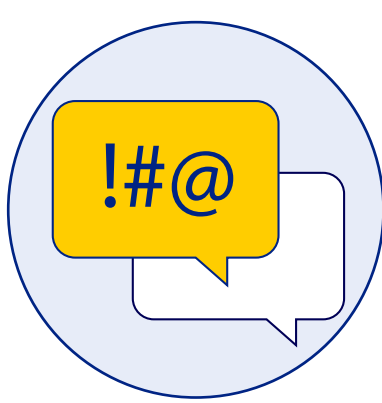
32%
van de werknemers ervaart **hoge taakeisen**.



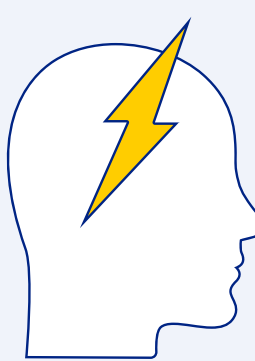
27%
van de werknemers heeft een **conflict** op het werk met collega's, leidinggevende of werkgever.



16%
van de werknemers heeft **stressvol** werk.



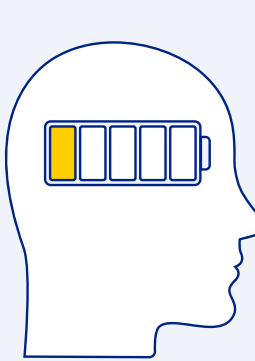
17%
van de werknemers heeft te maken met enige vorm van **ongewenst gedrag** op het werk.



38%
van de werknemers vindt dat er (aanvullende) **maatregelen nodig** zijn tegen werkstress.



1,7 miljoen
werknemers in Nederland hebben last van **burn-out klachten**². Dit komt neer op **20%**.



3,3%
van de werknemers geeft aan dat ze de **beroepsziekte overspannenheid of burn-out**² hebben.

Verzuim werknemers in 2023



14,3 miljoen dagen
verzuimden werknemers als gevolg van psychosociale arbeidsbelasting.



10,3 miljoen dagen
als gevolg van te hoge werkdruk.



1,6 miljoen dagen
als gevolg van emotioneel te zwaar werk.



2,4 miljoen dagen
als gevolg van ruzie, conflict of grensoverschrijdend gedrag.

Totale verzuimkosten voor de werkgever

te hoge werkdruk

€3,5 miljard

emotioneel te zwaar werk

€500 miljoen

ruzie, conflict, of grensoverschrijdend gedrag

€870 miljoen

+

Totale verzuimkosten wegens psychosociale arbeidsbelasting

€4,9 miljard

Gemiddelde verzuimkosten per werknemer

te hoge werkdruk

€14.500

emotioneel te zwaar werk

€11.000

ruzie, conflict, of grensoverschrijdend gedrag

€17.500

Verzuimkosten wegens psychosociale arbeidsbelasting¹

€14.500

Sociale veiligheid

 **98%**

van de werknemers
ervaart vaak of altijd
sociale steun vanuit
collega's.

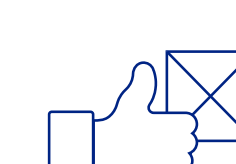
Als het gaat om de psychologische veiligheid op het werk geeft:

 **70%**

van de werknemers aan
lastige kwesties naar
voren te kunnen brengen.

 **80%**

van de werknemers aan
gemakkelijk om **hulp** te
kunnen **vragen**.

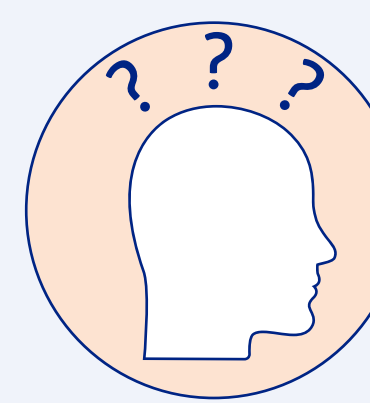
 **61%**

van de werknemers aan
dat het **niet erg** is om een
fout te maken.

Werkstress volgens zelfstandigen

 **14%**

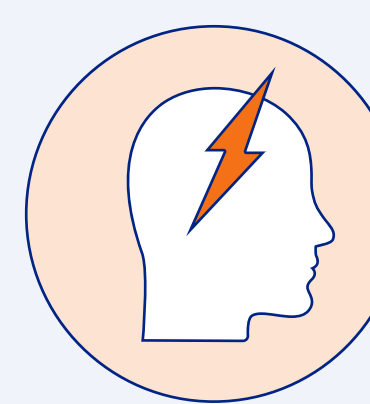
van zelfstandigen ervaart een
lage autonomie.

 **48%**

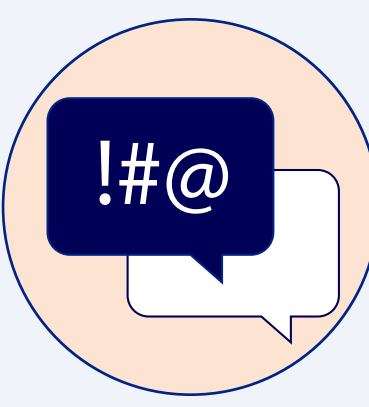
van de zelfstandigen maakt zich weleens
zorgen over de toekomst van hun bedrijf of
onderneming.

 **29%**

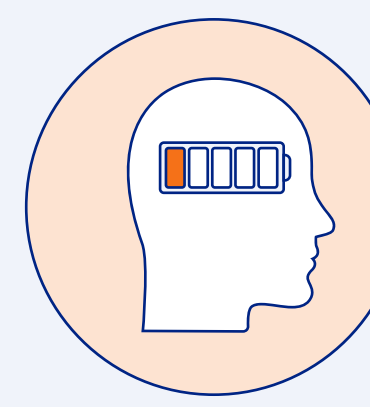
van zelfstandigen ervaart **hoge taakeisen**.

 **12%**

van de zelfstandigen in Nederland heeft last
van **burn-out klachten**².

 **18%**

van de zelfstandigen heeft te maken met
ongewenste omgangsvormen.

 **1,9%**

van de zzp'ers geeft aan dat ze de **beroeps-
ziekte overspannenheid of burn-out**² hebben.

Verzuim zelfstandig ondernemers in 2025

 **700.500**
dagen

700.500 dagen
verzuimden zelf-
standigen als gevolg
van psychosociale
arbeidsbelasting.

 **536.000**
dagen

536.000 dagen
als gevolg van te hoge
werkdruk.

 **118.000**
dagen

118.000 dagen
als gevolg van
emotioneel te zwaar
werk.

 **46.500**
dagen

46.500 dagen
als gevolg van ruzie, conflict of
grensoverschrijdend gedrag.

Voetnoten:

1 Het gaat hier om een gewogen gemiddelde van de verzuimkosten van de drie verzuimredenen die onder psychosociale arbeidsbelasting vallen.

2 Werknemers met burn-out klachten ervaren stressklachten maar zijn over het algemeen (nog) gewoon aan het werk. Mensen met de beroepsziekte burn-out zijn vaak daadwerkelijk uitgevallen. Een arts heeft vastgesteld dat zij de beroepsziekte overspannenheid of burn-out hebben.

De cijfers op deze pagina zijn gebaseerd op de Nationale Enquête Arbeidsomstandigheden (NEA) 2024 en de Zelfstandigen Enquête Arbeid (ZEA) 2025. De verzuimkosten voor werknemers zijn gebaseerd op de NEA 2023, recentere cijfers zijn nog niet beschikbaar. De NEA en ZEA worden uitgevoerd door TNO en CBS.

