

Werken als risicofactor

Hoge werkdruk en beperkte controle over het werk komen bij werknemers meer voor dan bij zelfstandigen. Bij werknemers zijn beperkte controlemogelijkheden sterk gerelateerd aan een minder goede gezondheid, burnoutklachten en chronische rugklachten. Bij zelfstandigen zijn de controlemogelijkheden beperkt gerelateerd aan alleen een minder goede gezondheid. Een hoge werkdruk is zowel bij werknemers als bij zelfstandigen sterk aan burnoutklachten gerelateerd.

Het verrichten van betaalde arbeid heeft doorgaans een positieve uitwerking op iemands welbevinden. Werken geeft structuur aan het leven, draagt bij aan de totstandkoming van sociale contacten en verhoogt het gevoel van eigenwaarde. Maar werken kan ook de bron zijn van allerlei gezondheidsklachten. Voortdurende blootstelling aan lichamelijke of psychische werkbelasting kan op den duur gepaard gaan met lichamelijke of psychische gezondheidsklachten.

Controle over werk

Werknemers rapporteren in de periode 1998–2000 vaker dan zelfstandigen dat ze regelmatig in een hoog tempo en onder hoge tijdsdruk moeten werken. Er kampen dus relatief meer werknemers dan zelfstandigen met een hoge werkdruk.

Langdurige blootstelling aan werkdruk kan leiden tot werkstress. Werkstress kan echter ook voortkomen uit beperkte controlemogelijkheden over de eigen werkactiviteiten. Controlemogelijkheden worden onderscheiden in taakautonomie en vaardigheidsmogelijkheden. Een beperkte taakautonomie wijst naar weinig zeggenschap en verantwoordelijkheid in en over het werk. Beperkte vaardigheidsmogelijkheden duiden op beperkte mogelijkheden om in het werk te leren en vaardigheden te ontplooien. Er bestaan relatief forse verschillen tussen werknemers en zelfstandigen in de onderscheiden kenmerken van taakautonomie. Het verschil is het kleinst voor het kenmerk 'zelf verloop kunnen

bepalen'. Acht van de tien zelfstandigen berichten dit meestal zelf te kunnen bepalen tegen zeven van de tien werknemers. Het grootste verschil tussen zelfstandigen en werknemers bestaat in het zelf regelen van de temperatuur en de ventilatie op de werkplek. Zeven van de tien zelfstandigen en vier van de tien werknemers hebben deze mogelijkheden.

Zelfstandigen beschikken ook over meer vaardigheidsmogelijkheden. Negen van de tien zelfstandigen tegen zeven van de tien werknemers bedenken regelmatig zelf oplossingen in het werk en kunnen zich ontplooien in het werk. Het minst verschillen zelfstandigen en werknemers op het kenmerk 'eentonig werk moeten verrichten'. In beide groepen geven meer dan negen van de tien personen aan geen eentonig werk te doen.

De conclusie is dat het risico op het ontwikkelen van werkstress als gevolg van beperkte controlemogelijkheden bij zelfstandigen aanmerkelijk kleiner is dan bij werknemers.

Werksfeer

Vergeleken met werknemers waarderen zelfstandigen de werksfeer minder vaak positief. Zelfstandigen zijn echter wel beter te spreken over de beloning dan werknemers.

Een slechte werksfeer en gevoelens van ontevredenheid over de beloning kunnen, onder omstandigheden, tot werkstress leiden en daardoor een schadelijke invloed hebben op de geestelijke en de lichamelijke gezondheid. Ook langdurige blootstelling aan

lichamelijke werkbelasting kan schadelijk zijn voor de gezondheid. Relatief meer zelfstandigen dan werknemers worden blootgesteld aan lichamelijke werkbelasting. Zo bericht 26 procent van de zelfstandigen regelmatig lichamenlijk zwaar werk te verrichten, tegen 18 procent van de werknemers. Ook moeten relatief meer zelfstandigen kracht zetten met armen of handen. Daar staat tegenover dat naar verhouding meer werknemers regelmatig repeterend werk met armen of handen moeten verrichten.

Ervaren gezondheid

Verschuiven we de aandacht van risicofactoren in het werk naar gezondheidsklachten dan valt op dat werknemers en zelfstandigen niet zo veel van elkaar verschillen. Zowel bij werknemers als bij zelfstandigen maakt 13 procent melding van een minder goed ervaren gezondheid. Ook de opgaven van ernstige rugklachten verschillen niet tussen beide groepen. Wel zijn er ver-

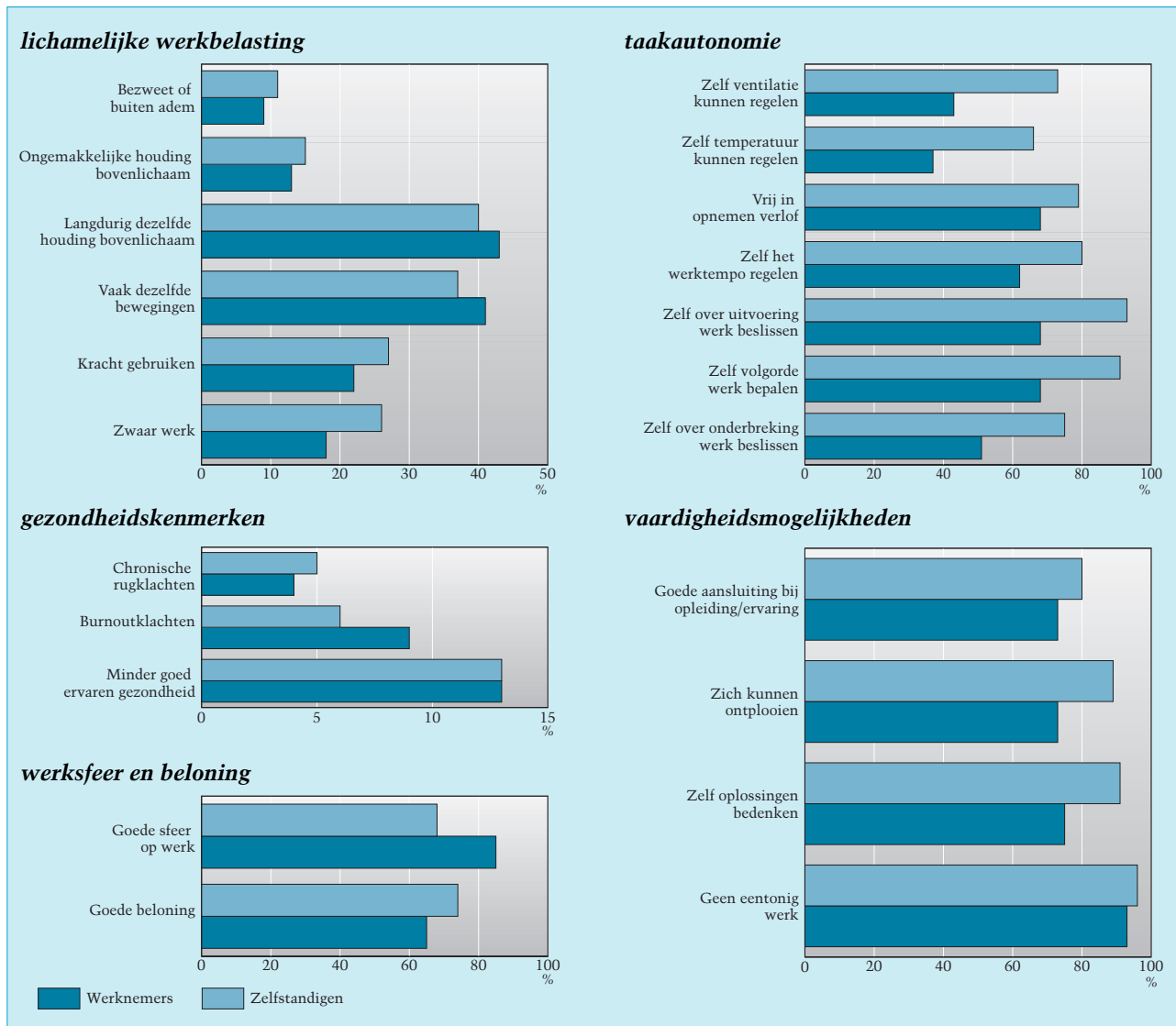
schillen in het rapporteren van *burnoutklachten*. Zo is het percentage personen met burnoutklachten bij werknemers met 9 procent iets groter dan bij zelfstandigen (6 procent).

Gezondheidsbeleving

Voor controlemogelijkheden, werkdruk en lichamelijke belasting is een samenvattende maat berekend die vervolgens is ingedeeld in 33-procentgroepen. Apart voor werknemers en zelfstandigen zijn de samenhangen tussen de aldus samengevatte vormen van werkbelasting en het betreffende gezondheidskenmerk berekend aan de hand van zogeheten populatie attributieve risicopercentages (PAR's). Dit percentage staat voor de mate van reductie van de gezondheidsklacht in geval de betreffende vorm van werkbelasting volledig wegvalt.

Uit de PAR's ten aanzien van een minder goed ervaren gezondheid blijkt dat bij werknemers de controlemogelijkheden de

Gezondheid en arbeidsomstandigheden



belangrijkste rol spelen. Indien iedere werknemer evenveel controlemogelijkheden zou hebben als de personen in de 33-procentgroep met de hoogste controle, dan zou het aandeel werknemers met een minder goede gezondheid met maximaal dertig procent kunnen afnemen.

Ook de lichamelijke werkbelasting is relatief sterk gerelateerd aan een minder goede gezondheid. Indien iedere werknemer zou zijn blootgesteld aan dezelfde lichamelijke werkbelasting als de personen in de tertiële groep met minste lichamelijke werkbelasting, dan kan het aandeel werknemers met een minder goede gezondheid met maximaal vijftien procent verminderen. De samenhangen met beloning en werksfeer zijn bij werknemers minder sterk.

Bij de zelfstandigen is de werksfeer verreweg het sterkst aan een minder goede gezondheid gerelateerd. Optimalisering van de

werksfeer zou het aandeel zelfstandigen met een minder goede gezondheid met maximaal 24 procent kunnen verminderen. De samenhangen met beloning en controlemogelijkheden zijn iets minder sterk. Werkdruk en lichamelijke werkbelasting zijn niet gerelateerd aan een minder goed ervaren gezondheid.

Rugklachten

Bij zelfstandigen is alleen de risicofactor lichamelijke werkbelasting gerelateerd aan het gezondheidskenmerk ernstige rugklachten. Er is sprake van een sterke samenhang. Indien iedere zelfstandige op vergelijkbare wijze lichamenlijk belast zou worden als de zelfstandigen in de laagste tertiële groep (minste belasting) dan zou het aandeel zelfstandigen met rugklachten met maximaal 61 procent kunnen afnemen. Hoewel het verband aanmerkelijk kleiner is, is ook bij werknemers de lichamelijke werkbelasting (PAR=24 procent), overigens op de voet gevolgd door (beperkte) controlemogelijkheden (PAR=19 procent), het sterkst gerelateerd aan ernstige rugklachten.

Burnout

Bij werknemers zijn alle onderscheiden psycho-sociale risicofactoren gerelateerd aan burnout. De sterkste samenhang is die met werkdruk. Indien bij werknemers de werkdruk verminderd zou worden naar het niveau van de werkdruk bij werknemers in de laagste tertiële groep (minste werkdruk), zou het aandeel burnoutklachten met maximaal 46 procent gereduceerd kunnen worden. Ook verbetering van de controlemogelijkheden zou de klachten fors kunnen verminderen. Op enige afstand volgen verbetering van de werksfeer en de beloning.

Bij de zelfstandigen zijn de controlemogelijkheden niet gerelateerd aan burnoutklachten. Wel is bij zelfstandigen, net zoals bij werknemers, de werkdruk het sterkst gerelateerd aan burnoutklachten (PAR=42 procent). Daarna volgen de PAR's van werksfeer (29 procent) en beloningen (19 procent). ◀

Leefsituatieonderzoek

De cijfers zijn gebaseerd op samengevoegde jaargegevens uit de module 'Gezondheid en Arbeid' van het *Permanent Onderzoek Leefsituatie* (POLs) over 1998–2000. Op jaarbasis worden ongeveer vierduizend personen van 15 tot 65 jaar die minimaal 12 uur per week betaald werk verrichten, bevraagd naar gezondheid en arbeidsomstandigheden. De cijfers hebben betrekking op 12,1 duizend werkenden, van wie 1,2 duizend zelfstandigen en 10,9 duizend werknemers. Omdat de cijfers op steekproefonderzoek zijn gebaseerd hebben ze een onnauwkeurigheidsmarge.

Een deel van de CBS-gegevens over arbeidsomstandigheden wordt verzameld op verzoek van het Ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid. Ook in de *Enquête Beroepsbevolking* (EBB) wordt informatie over arbeidsomstandigheden ingewonnen. Vanwege verschillen in de onderzoeksontwerpen van POLs en EBB wijken de jaarlijkse schatters van vergelijkbare aspecten van arbeidsomstandigheden iets van elkaar af. De ontwikkelingen in de tijd op basis van beide onderzoeken stemmen evenwel in hoge mate overeen.

Ferdy Otten en Saskia Janssen