

Voorkom 'besmetting' bij burn-out

De oorzaak van burn-out ligt vooral op het werk en is per situatie, per team, per organisatie verschillend. Belangrijk is dat de bron van de klachten in het team wordt aangepakt. Ga in gesprek met medewerkers en teams; zo krijg je veel waardevolle informatie over de oorzaak. En blijf met elkaar praten - bijvoorbeeld door middel van InDialoog - want dat helpt burn-out en besmetting voorkomen én genezen.

Dit kunt u als werkgever doen!

Tip!

Het is belangrijk dat burn-out niet als een individueel traject wordt gezien, maar als een signaal dat er op organisatieniveau ongezonde veranderingen plaatsvinden die opgelost moeten worden.

(1) Onderzoek en start het gesprek

Nodig medewerkers uit voor een teampeiling. Misschien ervaren collega's dezelfde of vergelijkbare klachten en ligt een structurele oorzaak sluimerend onder een individuele burn-out. Binnen InDialoog vult ieder teamlid de peiling in aan de hand van specifieke stellingen. In dit geval rond thema's die vaak bijdragen aan klachten van burn-out: werkdruk en agressie. De uitkomsten van de peiling kan de leidinggevende gebruiken voor stap 2; de teamdialoog.

(2) Teamdialoog

In de teamdialoog gaan medewerkers met elkaar in gesprek over de uitkomsten van de peiling. De teamleider presenteert deze uitkomsten en nodigt medewerkers uit hun eigen ideeën over de situatie en over oplossingen te delen. Problemen worden zoveel mogelijk direct opgelost en waar nodig achteraf besproken met andere belanghebbenden zoals facilitaire dienst, arbo-commissie en artsen.

(3) Bestuurder doe mee

Voor een duurzaam effect en echte verandering is de betrokkenheid van de bestuurder essentieel. In deze stap be vraagt de bestuurder medewerkers en teams op basis van de uitkomsten van de teamdialoog. Hij nodigt ze uit hun mening te geven en eigen expertise in te brengen. Waar nodig neemt de bestuurder direct besluiten.

Burn-out zorgt in een team vaak voor een domino-effect: valt een collega uit, dan loopt de werkdruk voor teamgenoten op. Dus wees alert!

Bronnen

- IZZ Monitor Gezond werken in de zorg
- Ledenpanelonderzoek 'Burn-out en werken in de zorg'
- IZZ Zorggebruikanalyse 2018
- TNO, Arbobalans 2018
- Onderzoek CNV Jongeren 'Druk of Geluk in de zorg 2019'
- Dr. S. Gregersen, 'Gezondheidsbevorderend leiderschap in de zorg', Inzicht nr. 3, 2018