

Werkdruk

TAAKEISEN

Werkcontext

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

TAAKEISEN

Werkinhoud

- Tijdsdruk
- Hoeveelheid werk
- Kwaliteitseisen
- Moeilijkheidsgraad of taakverzwarende omstandigheden
- Variatie
- Emotionele belasting
- Morele taakbelasting [1]

REGEL-

MOGELIJKHEDEN

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

INDIVIDUELE FACTOREN

- Werknemer heeft onvoldoende persoonlijke regelmogelijkheden om te kunnen voldoen aan de taakeisen door onvoldoende:
 - Competenties
 - Belastbaarheid (fysiek en metaal)
- Werknemer maakt onvoldoende gebruik van beschikbare regelmogelijkheden
- Werknemer ervaart overige stressoren in:
 - De persoonlijke context
 - De werk-privé context
 - Het overleg met de werkgever/schoolleiding

Gevolgen

WERKSTRESS

- Emotionele klachten
- Fysieke klachten
- Gedragsveranderingen
- Cognitieve klachten

LANGE TERMJN

EFFECTEN

- Verzuim
- Burnout
- Psychische aandoeningen
- Hart- en vaatziekten
- Aantasting van het immuunsysteem
- Bewegingsapparaat-klachten
- Overige aandoeningen: o.a. maag-darmziekten, hyperventilatie

BUFFERS

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