

# Relatie meervoudige werkbelasting en burn-out bij vrouwen

Hendrika Lautenbach

*Een op de tien werkzame vrouwen heeft te maken met burn-outklachten. De veronderstelling dat meervoudige belasting door het combineren van betaald werk, huishoudelijke werkzaamheden en zorg voor kinderen samengaat met een verhoogd percentage vrouwen met burn-out, wordt niet bevestigd. Wel blijkt dat onder vrouwen met een langere werkweek vaker burn-outklachten voorkomen dan onder degenen met een kleine deeltijdbaai. Daarnaast heeft een werkzame alleenstaande vrouw een grotere kans op burn-out dan een werkzame vrouw die samenwoont met anderen.*

## 1. Inleiding

Bij zowel vrouwen als mannen ligt het aandeel werkzame personen met burn-outklachten al jaren rond de 10 procent. Dit is opmerkelijk, omdat uit eerder onderzoek (Otten, 1997) is gebleken dat factoren die gepaard gaan met een verhoogd risico, zoals een fulltime baan en hoge werkdruk, vaker bij mannen dan bij vrouwen voorkomen. Er moeten daarom andere factoren zijn die specifiek voor vrouwen de kans op burn-out verhogen. Het idee bestaat dat meervoudige belasting van vrouwen door betaald werk, zorg voor kinderen of anderen, en zorg voor het huishouden in belangrijke mate bijdraagt aan de overmaat aan arbeidsuitval door vrouwen (Otten, Smulders en Andries, 2002). Hier is tot op heden weinig empirisch onderzoek naar gedaan.

Dit artikel heeft tot doel de gezondheidsproblemen van meervoudige belasting bij werkende vrouwen te beschrijven. Meervoudige belasting is uitgedrukt als een combinatie van betaald werk, huishoudelijke werkzaamheden en de verzorgings- en opvoedingstaken van kinderen. Huishoudens met minderjarige kinderen worden daarbij gezien als indicator voor het hebben van verzorgings- en opvoedingstaken. Deze drie variabelen zijn gerelateerd aan burn-outklachten. Burn-out is een uiterst geschikte variabele om werkgerelateerde gezondheid in kaart te brengen. Om over voldoende aantallen voor betrouwbare cijfers te beschikken, zijn onderzoeksgegevens van 1997 tot en met 2004 samengevoegd.

## 2. Burn-out

Arbeidsongeschiktheid en arbeidshandicaps zijn vaak het gevolg van psychische aandoeningen. In 2004 had 37 procent van de arbeidsongeschikten psychische klachten. Van de arbeidsgehandicapten meldde in dat jaar 23 procent last te hebben van psychische klachten. Psychische klachten hebben dus een belangrijke invloed op het kunnen participeren op de arbeidsmarkt. Burn-outklachten zijn naast depressies en angststoornissen, een van de belangrijkste

psychische aandoeningen (Otten, Smulders en Andries, 2002).

Wat is burn-out? Burn-out is een uit het Engels afkomstige term die verwijst naar een psychische uitputtingstoestand. In het Nederlands spreekt men ook wel van 'opgebrand zijn' (Bakker, Schaufeli en van Dierendonck, 2000). Iemand die last heeft van burn-out voelt zich uitgeput, zowel mentaal als fysiek. Deze emotionele uitputting wordt beschouwd als de hoofdcomponent van burn-out. Daarnaast heeft iemand die opgebrand is vaak ook geen boodschap meer aan het werk, en heeft hij/zij het gevoel niet meer naar behoren te functioneren (Houtman, Andries en Hupkens, 2004). Als gevolg hiervan werkt burn-out vaak bemerkerend bij het meedraaien op dan wel het toestromen tot de arbeidsmarkt.

In Nederland is een vragenlijst ontwikkeld door Schaufeli (1995) waarmee burn-out gemeten kan worden. Deze vragenlijst wordt de Utrechtse Burnout Schaal (UBOS) genoemd en bevat vragen over emotionele uitputting, distantie van het werk en persoonlijke bekwaamheid. Alleen antwoorden op de vijf UBOS-vragen naar emotionele uitputting zijn meegenomen in dit onderzoek. Emotionele uitputting kan worden beschouwd als de belangrijkste en meest aansprekende deeldimensie van burn-out en is als zodanig een goede indicator voor burn-out.

## 3. Burn-out bij vrouwen naar achtergrondkenmerken

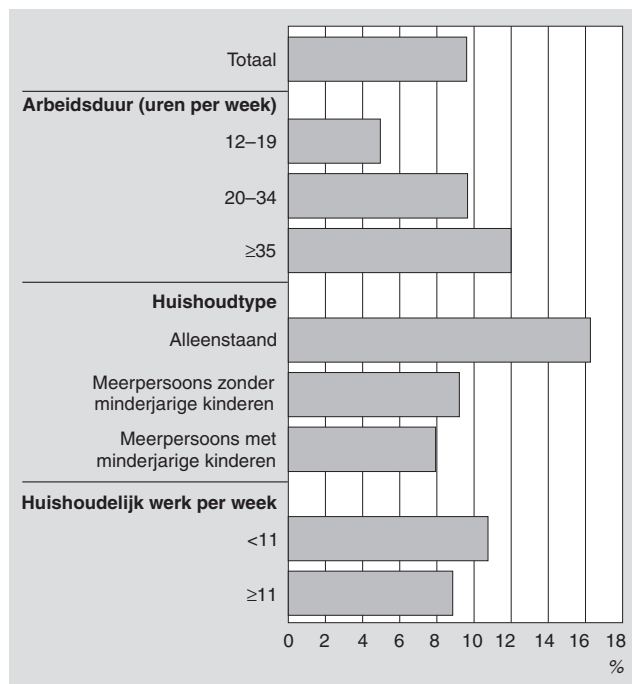
In de periode 1997/2004 had gemiddeld 10 procent van de werkzame vrouwen te maken met burn-out gerelateerde klachten. In 2004 betrof dit ruim 300 duizend werkzame vrouwen van 15–64 jaar. Bij een toenemend percentage vrouwen dat actief is op de arbeidsmarkt, betekent dit dat deze groep in omvang blijft groeien.

In de volgende paragrafen is bekeken in welke mate burn-outklachten samenhangen met werkduur, huishoudtype en omvang van huishoudelijke werkzaamheden.

### 3.1 Uren betaald werk

Om te bepalen of het gemiddeld aantal uren betaald werk per week samenhangt met de mate waarin burn-outklachten voorkomen, is een driedeling gemaakt in de arbeidsduur. Hoe omvangrijker de wekelijkse werkuren, hoe meer vrouwen burn-outklachten rapporteerden. Zo gaf 5 procent van de vrouwen met een arbeidsduur van 12 tot en met 19 uur per week burn-outklachten aan. Van de vrouwen met een werkweek van 20–34 uur gaf 10 procent vermoeidheidsklachten aan; bij een werkweek van 35 uur of meer gold dat voor 12 procent.

# 1. Aandeel vrouwen met burn-outklachten naar arbeidsduur, huishoudtype en uren besteed aan huishoudelijk werk, 1997/2004



## 3.2 Huishoudtype

Onder alleenstaande vrouwen lag het percentage burn-outklachten met 16 procent veel hoger dan onder vrouwen die deel uit maken van een meerpersoonshuishouden. Tussen vrouwen die samenwonen met anderen, met of zonder minderjarige kinderen, bestonden minder grote verschillen in het voorkomen van burn-outklachten. Toch zijn ook deze verschillen significant. Onder werkzame vrouwen die wonen in een huishouden met minderjarige kinderen was het aandeel met burn-outklachten het laagst. Huishoudens met minderjarige kinderen worden gezien als indicator voor het hebben van verzorgings- en opvoedingstaken. Minderjarige kinderen zijn hier gedefinieerd als kinderen in de leeftijd tot 18 jaar.

## 3.3 Uren huishoudelijk werk

Huishoudelijk werk staat voor de uren die per week worden besteed aan werkzaamheden zoals opruimen en schoonmaken, wassen en strijken, boodschappen doen, koken en afwassen en verzorgen van dieren en planten.

Aansluitend bij onderzoek dat eerder meervoudige werkbelasting van vrouwen onderzocht (Ottens, 1997) is een tweedeling gemaakt in het aantal uren besteed aan huishoudelijk werk. Analyse wijst uit dat van de vrouwen die gemiddeld minder dan 11 uur per week aan huishoudelijke taken besteden, 11 procent burn-outklachten had. Van de vrouwen die 11 uur of meer hieraan besteedden, meldde 9 procent deze klachten. Dit verschil is niet significant.

# 4. Burn-out bij vrouwen naar combinaties van achtergrondkenmerken

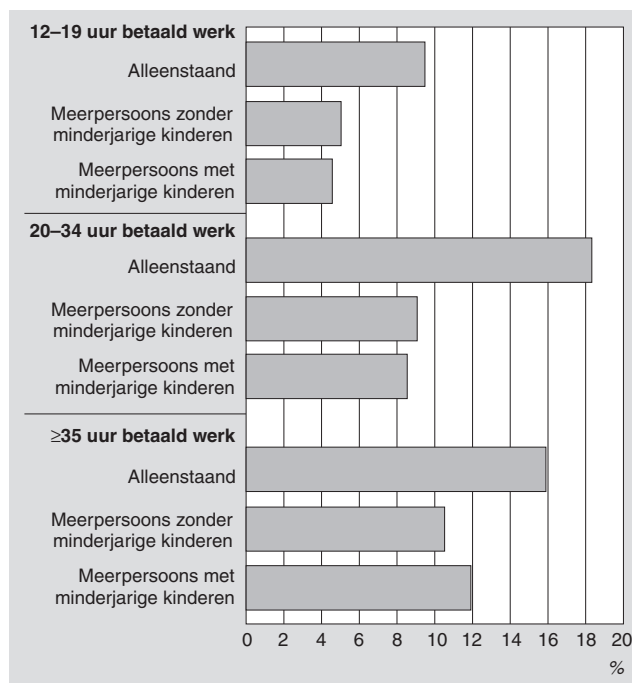
## 4.1 Burn-out naar combinaties van arbeidsduur en huishoudtype

Ongeacht de arbeidsduur hadden alleenstaande vrouwen vaker met burn-outklachten te maken dan vrouwen die samenwoonden met anderen. Bij een arbeidsduur van 12-19 en 20-34 uur was het aandeel met burn-outklachten onder alleenstaande vrouwen twee keer zo groot als onder vrouwen in meerpersoonshuishoudens. Met 18 procent hadden alleenstaanden die 20-34 uur werkzaam waren het hoogste aandeel burn-outklachten. Alleenstaande vrouwen met een voltijdse aanstelling hadden ook vaker dan andere vrouwen last van burn-outverschijnselen, al was dit verschil minder groot. Bij alledrie onderscheiden arbeidsduurcategorieën kwamen uitputtingsverschijnselen bij vrouwen die deel uit maakten van meerpersoonshuishoudens met dan wel zonder minderjarige kinderen, vrijwel even vaak voor.

## 4.2 Het effect van het toevoegen van het aantal uren besteed aan huishoudelijk werk

De toevoeging van de variabele die uitdrukking geeft aan uren huishoudelijk werk, verandert weinig aan de aandelen vrouwen met burn-outklachten naar combinaties van arbeidsduur en huishoudtype. Dit betekent dat 'veel' of 'weinig' uren besteed aan huishoudelijk werk weinig relatie heeft met burn-out. Het enige significante effect was dat een nog groter aandeel van de alleenstaande vrouwen met een volledige aanstelling burn-outklachten meldde als zij daarnaast relatief veel uren aan het huishouden besteedden.

# 2. Aandeel vrouwen met burn-outklachten naar combinaties van arbeidsduur en huishoudtype, 1997/2004



#### 4.3 Toetsen van hoofdeffecten en interactie-effecten

Hierboven is beschreven in welke mate burn-outklachten voorkomen naar werkduur, huishoudtype, omvang van huishoudelijke werkzaamheden, en combinaties hiervan. Daarnaast zijn deze variabelen in meerdere multivariate analyses getoetst op hun samenhang met burn-out. Bij deze analyses is er gecontroleerd voor leeftijd. Hieruit bleek dat zowel de samenhang tussen werkduur en burn-out, als tussen huishoudtype en burn-out significant is. Tussen de omvang van huishoudelijke werkzaamheden en burn-outklachten bestond geen significant verband. Ook was de 3-weg interactie tussen werkduur, huishoudtype, en huishoudelijk werk met burn-out niet significant. De 2-weg interactie tussen werkduur en huishoudtype met burn-out was dat evenmin. Het resulterende model leverde dus naast leeftijd alleen werkduur en huishoudtype als onafhankelijke variabelen.

#### 5. Risico op burn-out bij vrouwen

Op basis van het resulterende hoofdeffecten model zijn relatieve risico's berekend. Bij aandoeningen die bij maximaal 10–15 procent van de populatie voorkomen, zoals bij burn-out onder werkende vrouwen, kunnen relatieve kansverhoudingen worden berekend. De relatieve risico's drukken uit hoeveel maal groter (of kleiner) de kans is op het voorkomen van burn-out bij specifieke groepen ten opzichte van de referentiegroep. Bij de analyse naar werkduur zijn vrouwen met een aanstelling van 12–19 uur gekozen als referentiegroep omdat bij deze groep het aandeel vrouwen met burn-outklachten het laagst lag. Bij de analyse naar huishoudtype is de groep vrouwen die deel uit maakt van een meerpersoonshuishouden zonder minderjarige kinderen genomen als referentiegroep. Er werd immers verwacht dat het aandeel vrouwen met burn-outklachten hier het laagst zou liggen.

In vergelijking met vrouwen met een werkduur van 12–19 uur, hadden vrouwen met een werkduur van 20–34 dan wel 35 uur of meer, een significant grotere kans op burn-outklachten. Bij vrouwen met een werkweek van 20–34 uur was de kans op burn-out bijna 2 keer zo groot in vergelijking met de referentiegroep. Ten opzichte van de referentiegroep hadden vrouwen met een werkweek van 35 uur of meer de grootste kans op burn-outklachten. Onder hen kwamen burn-outklachten 2,3 keer zo vaak voor.

Onder werkzame alleenstaande vrouwen was de kans op burn-out bijna 2 keer zo hoog in vergelijking met vrouwen die deel uitmaken van een meerpersoonshuishouden zonder minderjarige kinderen. De kans op burn-outklachten was bij vrouwen binnen meerpersoonshuishoudens met minderjarige kinderen vrijwel gelijk aan die zonder minderjarige kinderen. Het samenwonen met anderen werkt blijkbaar dempend op het krijgen van burn-outklachten. Uit een ander onderzoek (Joung, 1996) kwam al naar voren dat alleenstaanden in het algemeen meer gezondheidsproblemen hadden dan samenwonenden. Behalve dat samenwonenden er gemiddeld een gezondere levensstijl op na hielden, speelde vooral bij vrouwen een rol dat hun materiële positie veel beter was als zij niet alleenstaand waren.

#### 6. Conclusies

De resultaten van dit onderzoek bevestigen niet dat meervoudige belasting van vrouwen samengaat met een hoger aandeel burn-out. Integendeel. Onder werkende vrouwen met minderjarige kinderen kwamen juist minder burn-outklachten voor dan onder werkende vrouwen zonder minderjarige kinderen, die de daarmee samenhangende verzorgende taken niet hadden. Ook vertoonde de omvang van huishoudelijke werkzaamheden geen significante samenhang met het voorkomen van burn-outklachten.

Wel bestond er bij vrouwen een duidelijke samenhang tussen arbeidsduur en het voorkomen van burn-outklachten. Een meer omvangrijke werkweek ging samen met een hoger aandeel en een hogere kans op burn-outklachten. Ook bleek dat de kans op burn-outklachten voor alleenstaande vrouwen hoger is dan voor vrouwen binnen meerpersoonshuishoudens.

De arbeidsduur en het huishoudtype droegen evenveel bij aan het verklaren van verschillen in het voorkomen van burn-outklachten bij vrouwen.

Dit onderzoek biedt inzicht in de onderliggende factoren die samenhangen met het aandeel burn-outklachten onder werkende vrouwen. Wat bleek was dat alleenstaande vrouwen en vrouwen met een meer omvangrijke arbeidsduur een verhoogd risico op burn-out hebben. Welke onderliggende mechanismen hierbij een rol spelen, wordt met deze analyse niet beantwoord. Omdat zowel de arbeidsparticipatie van vrouwen alsook het aandeel alleenstaanden nog steeds toeneemt, is het zeker interessant bovenstaande

**Staat 1**  
Relatieve risico's en overeenkomstige 95%-betrouwbaarheidsintervallen van kenmerken van werkzame vrouwen t.a.v. burn-out (gecorrigeerd voor leeftijd, werkduur en huishoudtype)

|                                           | Relatieve risico's | Betrouwbaarheidsinterval (95%) |            |
|-------------------------------------------|--------------------|--------------------------------|------------|
|                                           |                    | ondergrens                     | bovengrens |
| Werkduur                                  |                    |                                |            |
| ≥35 uur betaald werk                      | 2,33               | 1,85                           | 2,93       |
| 20–34 uur betaald werk                    | 1,98               | 1,59                           | 2,46       |
| 12–19 uur betaald                         | 1,00               |                                |            |
| Huishoudtype                              |                    |                                |            |
| alleenstaand                              | 1,82               | 1,54                           | 2,15       |
| meerpersoons met minderjarige kinderen    | 0,98               | 0,84                           | 1,13       |
| meerpersoons zonder minderjarige kinderen | 1,00               |                                |            |

analyse in de toekomst te herhalen waarbij onderliggende mechanismen mogelijk ontrafeld kunnen worden.

## Technische toelichting

### Permanent Onderzoek Leefsituatie

Alle gegevens in dit artikel zijn afkomstig uit de module 'Gezondheid en Arbeid' van het Permanent Onderzoek Leefsituatie (POLS). POLS is een steekproefonderzoek onder personen die in Nederland wonen, met uitzondering van personen in inrichtingen, instellingen en tehuizen (institutionele bevolking).

De module 'Gezondheid en Arbeid' bevat informatie over de onderwerpen 'gezondheid en aandoeningen', 'leefstijlen', 'medische consumptie', 'preventieve maatregelen' en 'arbeidsomstandigheden'. De gegevens over arbeidsomstandigheden worden in samenwerking met het Ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid verzameld.

De vragen over dit onderwerp worden grotendeels mondeling en voor een klein deel schriftelijk gesteld aan personen die behoren tot de werkzame beroepsbevolking. Dit zijn personen van 15–64 jaar die ten minste 12 uur per week betaald werk verrichten. Jaarlijks beantwoorden ongeveer 4 500 mensen de vragen over arbeidsomstandigheden.

Voor dit onderzoek zijn de jaren 1997 tot en met 2004 samengevoegd zodat bij diverse uitsplitsingen nog voldoende celvulling gegarandeerd kon worden voor betrouwbare uitkomsten. Deze samenvoeging kan echter eventuele ontwikkelingen die zich in het voorkomen van burn-out klachten onder de onderscheiden groepen hebben voorgedaan, maskeren.

### Burn-out

De meting van burn-out komt overeen met de deeldimensie 'emotionele uitputting' van de Utrechtse Burnout Schaal (UBOS). De meting is gebaseerd op vijf uitspraken over de beleving van het werk, te weten 'emotioneel uitgeput', 'leeg gevoel', 's ochtends moe voelen', 'uitgeput door werk' en 'op zijn'. Per uitspraak kan de respondent kiezen uit 7 antwoordmogelijkheden, lopend van 0 (nooit) tot 6 (elke dag). Per persoon worden de vijf scores opgeteld en gedeeld door 5. Dit gemiddelde varieert tussen de 0 (een 0 op elke vraag) en de 6 (een 6 op elke vraag). Net als bij de UBOS krijgen respondenten die de waarde 2,21 of hoger scoren de indicatie burn-out.

### Logistische regressie-analyse

De verbanden tussen arbeidsduur, huishoudtype, en uren besteed aan huishoudelijk werk enerzijds en burn-out anderzijds zijn geschat met behulp van logistische regressie-analyse. In deze analyse wordt nagegaan wat de kans is dat een persoon die in categorie x van een kenmerk X valt, in categorie ij van variabele Y valt. Bijvoorbeeld, wat is de kans dat iemand zowel in de categorie '≥35 uur per week betaald werk' van het kenmerk 'arbeidsduur' valt als in de categorie 'burn-out'?

Bij aandoeningen die bij maximaal 10–15 procent van de populatie voorkomen (zoals bij burn-out) kunnen deze kansen worden uitgedrukt als zogenaamde relatieve kansen. De kans dat iemand die werkzaam is voor ten minste 35 uur per week in de categorie 'burn-out' valt, kan dan worden aangeduid als een verhoudingsgetal (odds ratio) ten opzichte van een referentiecategorie (bijvoorbeeld personen die 12–19 uur per week betaald werk verrichten). De kans dat een persoon die in de referentiecategorie '12–19 uur betaald werk per week' valt, ook in de categorie 'burn-out' valt wordt gesteld op 1. Vervolgens wordt berekend wat de kans is dat een persoon met een arbeidsduur van ten minste 35 uur per week in de categorie 'burn-out' zal vallen. Een odds ratio van 2 betekent dat mensen die ten minste 35 uur per week betaald werk verrichten, tweemaal zoveel kans lopen om in de categorie 'burn-out' te vallen als mensen met een contract van 12–19 uur (Houtman, Schaufeli en Taris, 2000).

Om na te gaan of verschillen in burn-out samenhangen met arbeidsduur, huishoudtype, dan wel omvang van huishoudelijk werk, is een logistische regressie-analyse uitgevoerd. De samenhang tussen samengestelde groepen van arbeidsduur en huishoudtype en burn-out is geanalyseerd, waarbij gecorrigeerd is voor leeftijd en huishoudtype, dan wel leeftijd en werkduur.

## Literatuur

Hupkens, C. (2005) *Burn-out: de rol van psychische werkbelasting*. Sociaal-economische Trends, CBS, 3e kwartaal 2005, pp. 18–22.

Jettinghoff, K., de Vroome, E., Smulders, P., Van den Bosch, S. (2004) *Oorzaken van ziekteverzuim bij vrouwen: werk, persoon, gezondheid of thuissituatie?* Tijdschrift voor Arbeidsvraagstukken 20:2, pp. 140–151.

Joung, I. (1996) Marital status and health. Descriptive and explanatory studies. Proefschrift Universiteit Rotterdam.

Otten, F. (1997) Kwaliteit van de arbeid. *De leefsituatie van de Nederlandse bevolking*, CBS pp. 19–26.

Otten, F., Smulders, P., Andries, F. (2002) *Arbeidsuitval door burn-out*. ESB 4-1, pp. 11–13.

Schaufeli, W. (1995) *Utrechtse Burnout Schaal (UBOS): voorlopige handleiding*. PAGO Universiteit Utrecht, Utrecht.

Smulders, P., Wieling, M. (2001) Leidt de combinatie van werk en huishouden tot burn-out? *Trends in arbeid 2002*. TNO Arbeid/Kluwer, pp. 133–153.