



*“Economische groei is geen  
doel op zich, maar een middel  
voor een prettig en gezond leven”*

# Kosten werkstress en burn-out zijn niet in geld uit te drukken

Robert Went

Geef het maar toe: als een econoom begint over de gevolgen van stress en burn-out voor de economie en de arbeidsmarkt, dan verwacht u bedragen en aantallen. Dat is begrijpelijk, en aan die verwachting zal ik ook zeker voldoen. Maar ik blijf er niet te lang bij stilstaan. Want de echte prijs van stress en burn-out is niet in euro's uit te drukken.

## Veel geld

Je hoeft geen *topeconoom* of *tobeconoom* te zijn om te kunnen bedenken dat stress en burn-out veel geld kosten. We zijn er allemaal mee bekend. Mensen die niet meer goed kunnen functioneren op hun werk of ziek thuis zitten. De druk die dat met zich mee brengt op partners, familie, vrienden en kinderen. De gevallen waarin mensen na een burn-out of als gevolg van stress niet meer de oude worden, of deels of helemaal afgekeurd worden voor betaald werk. Dat kost de getroffenen, werkgevers en dus ook de economie als geheel al snel geld. En daarbij komen dan ook nog de

kosten van behandeling en soms opname in een kliniek. Dat kan snel oplopen.

De Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) trok in 2001 de aandacht met de voorspelling dat psychische stoornissen in 2020 wereldwijd de belangrijkste doodsoorzaak en de grootste veroorzaker van arbeidsongeschiktheid zullen zijn. Volgens sommige schattingen heeft een derde van de volwassen Europeanen en Amerikanen nu al last van een psychische aandoening. In Engeland worden de hiermee gepaard gaande economische kosten van absentie, arbeidsongeschiktheid, daling van de productiviteit en medische uitgaven op meer dan 100 miljard pond per jaar geschat – dat is al veel meer dan bijvoorbeeld de economische prijs van criminaliteit.

Het hoeft natuurlijk niet het geval te zijn, maar door stress en burn-out kun je bovendien ook in een depressie terecht komen. We zijn allemaal wel eens depressief,

maar we kennen gelukkig niet allemaal de situatie waarin we elke dag hoeven vechten om uit bed te komen. “Ik wist niet dat burn-out ook op jouw leeftijd voorkomt”, zei een jonge loopster in mijn hardloopclub onlangs terwijl we aan het trainen waren. Veelzeggend, want vooral onder jongeren in de leeftijd van 25 tot 34 jaar nemen stress en burn-out toe. Ik kreeg af en toe de tranen in mijn ogen van de reportage die Nieuwsuur daar in april dit jaar over uitzond<sup>1</sup>. Volgens GGZ Nederland krijgt 20 procent van de Nederlanders in zijn leven met een depressie te maken, en kost dat de Nederlandse samenleving drie miljard euro per jaar. In het rapport “Mental Health and Work: The Netherlands” schreef de Organisatie voor Economische Samenwerking en Ontwikkeling (OESO), de club van 34 welvarende industrielanden, vorig jaar dat psychische problemen de Nederlandse economie nu al 20 miljard euro per jaar kosten.

### **Geluk en welzijn**

Toen ik zelf in januari 2012 doodmoe, leeg, in paniek en angstig thuis kwam te zitten met mijn tweede burn-out wilde ik alleen nog maar de hele dag in bed liggen

---

1. (<http://nos.nl/nieuwsuur/artikel/2032376-burn-out-groeiend-probleem-onder-jonge-werknemers.html>).

en slapen, en stoppen met denken. De niet in euro's uit te drukken kosten van stress en burn-out zijn voor mensen die er zelf of in hun omgeving mee te maken hebben, belangrijker dan de kille cijfers in een tabel of grafiek van het Centraal Planbureau voor de Statistiek (CBS). Als je je beroerd voelt, depressief, gestrest, uitgewoond, niet meer kan werken en ook niet weet of je al die taken op je werk ooit nog weer aan zal kunnen, dan gaat het niet goed met je, ben je ongelukkig. En dan lijdt je omgeving daar al snel ook onder.

Het is zo beschouwd geen wonder dat het World Economic Forum (WEF), dat jaarlijks de fine fleur uit grote bedrijven en regeringen bij elkaar haalt in het Zwitserse Davos om de toestand in de wereld door te nemen, zich sinds 2010 druk maakt om onze gezondheid, ons welzijn en ons geluk. Welzijn en geluk? Inderdaad, welzijn en geluk! We leven niet om te werken maar werken om te leven. En economische groei, productie, en het Bruto Binnenlands Product (BBP) zijn geen doel op zich maar middelen voor een prettig en gezond leven – die beide dingen worden nog wel eens vergeten.

De aandacht van werkgevers voor ons welzijn en ons geluk is niet louter altruïsme: studies hebben laten zien dat mensen productiever zijn op hun werk als ze gelukkig zijn en tot wel twaalf procent meer output leveren.

Als we op het werk gerespecteerd worden, geconsulteerd en betrokken bij beslissingen, zijn we geneigd harder te werken en ons minder snel ziek te melden. En als werknemers niks te zeggen hebben over hoe hun werk georganiseerd is, kan dit tot allerlei psychologische problemen leiden. Veel managers en ondernemers weten dit inmiddels en besteden daarom aandacht aan het welzijn en geluk van hun medewerkers op het werk. Daar kun je cynisch over doen – werkgevers willen nog meer uit hun werknemers halen – maar je kunt er ook een erkenning in zien dat ons welzijn en geluk hoger op de agenda komen. En dan is het een kans.

### **Nationaal welzijn**

Dat de omvang van het Bruto Binnenlands Product niet alles zegt over hoe het met ons gaat, weten we namelijk al lang: daarvoor is vooral van belang hoe we de nationale productie verdelen en waarvoor we die gebruiken. Toch besteden beleidsmakers, economen en journalisten altijd veel aandacht aan de nieuwste cijfers over de economische groei en de omvang van ons nationaal inkomen (BBP). Dat komt ook omdat daar al heel lang cijfers over worden verzameld en gepubliceerd. Maar als je wil weten hoe het verder met ons gaat, welk cijfer moet je dan bij welke instantie op gaan zoeken? Op die

vraag bestaat momenteel geen goed antwoord, maar daar lijkt verandering in te komen. Eén samenvattend getal voor hoe het met ons gaat zal er hoogstwaarschijnlijk nooit komen, maar over de hele wereld wordt wel steeds meer nagedacht over en geëxperimenteerd indicatoren om daar zicht op te krijgen.

Begin dit jaar schreef ik daar samen met Hella Hueck (RTL) een *longread* over onder de titel “Wij eisen geluk!”. We spraken daarvoor in Londen met economen en met onderzoekers van het Office for National Statistics (ONS), het Britse Centraal Bureau voor de Statistiek. Wij ontdekten dat ze in Engeland sinds enige tijd een manier gevonden hebben om het nationaal welzijn te meten met 42 indicatoren. Heel inspirerend. In ons land is een commissie van de Tweede Kamer inmiddels aan de slag om te onderzoeken of we in Nederland indicatoren nodig hebben om te meten hoe het gaat met ons welzijn en geluk. Als we daar straks meer inzicht in krijgen, kunnen we dat vervolgens ook gebruiken om te proberen de kans op stress en burn-out gericht kleiner te maken.

*Robert Went is econoom en werkt bij de Wetenschappelijke Raad voor het Regeringsbeleid (WRR).*