

CALL FOR PAPERS

Call for papers voor G&O-themanummer 2024: Reflectie en praktische perspectieven op burn-out

Leander van der Meij
Eindhoven University of Technology
l.v.d.meij@tue.nl

Bram Fleuren
Maastricht University
bram.fleuren@maastrichtuniversity.nl

Wilmar Schaufeli
Universiteit Utrecht & KU Leuven
w.schaufeli@uu.nl

Veerle Brenninkmeijer
Universiteit Utrecht
v.brenninkmeijer@uu.nl

De term burn-out bestaat nu ongeveer 40 jaar. Sinds de introductie van dit thema zijn er verschillende wetenschappelijke en maatschappelijke debatten over gevoerd. Het onderwerp blijft echter actueel en relevant in de media. Denk bijvoorbeeld aan de alarmerende berichten over de toename van burn-out bij jongeren in ons land (Wielers et al., 2020). Tegelijkertijd wordt de discussie ook op fundamenteeler niveau gevoerd: bestaat burn-out eigenlijk wel? Zo gebruikt het CBS de term 'burn-out' niet langer omdat dit verwarrend zou zijn. In plaats daarvan spreekt het CBS voortaan over 'psychische vermoeidheid door het werk'. Dit is opmerkelijk, aangezien 'burn-out' sinds vorig jaar juist is toegevoegd aan de *International Classification of Diseases* van de WHO, weliswaar als 'occupational phenomenon' en niet als medische diagnose, maar toch.

Eigenlijk is het verwonderlijk dat er nog steeds zoveel discussie is, gezien de meer dan 25.000 *peer reviewed* publicaties die in Psychinfo over burn-out te vinden zijn. We vermoeden dat dit voor een groot deel te maken

heeft met het feit dat er weinig aansluiting bestaat tussen onderzoek en praktijk. Enerzijds is een enorme hoeveelheid onderzoek verschenen naar de determinanten van burn-out; welke dat zijn, weten we zo langzamerhand wel (zie bijv. Schaufeli, in press). Anderzijds blijven vragen uit de praktijk onbeantwoord, zoals:

- Hoe worden patiënten beïnvloed door beelden, metaforen en mythes van burn-out in de samenleving?
- Hoe manifesteert burn-out zich in het alledaagse leven van mensen?
- Is burn-out wezenlijk anders dan depressie?
- Wat is de neurobiologische basis van burn-out?
- Hoe vaak komt burn-out voor?
- Hoe implementeer je kennis over de preventie van burn-out in organisaties?
- Is volledig herstel van burn-out mogelijk?
- Hoe kan de behandeling van ernstige burn-out worden verbeterd?

Met dit themanummer hopen we bij te dragen aan het maatschappelijke debat over burn-out. We zijn niet alleen op zoek naar auteurs die met hun onderzoek en wetenschappelijke inzichten een bijdrage kunnen leveren aan het maatschappelijk debat over burn-out, maar we richten ons ook nadrukkelijk op auteurs die kritisch reflecteren op hun eigen praktijkervaringen ten aanzien van burn-out (bijv. als psychotherapeut). Dergelijke ervaringen zijn tot op heden onderbelicht gebleven in het maatschappelijke debat.

Next-level burn-out

Met dit themanummer willen we een volgende stap zetten in de discussie over burn-out. Dit doen we door de praktische relevantie van wetenschappelijke inzichten en persoonlijke reflecties centraal te stellen. Hieronder volgen een aantal thema's die er wat ons betreft uitspringen, al is de onderstaande opsomming niet uitputtend.

Het burn-out-narratief

Bijdragen binnen dit thema geven inzichten in de diversiteit aan beelden (en mythes, metaforen etc.) over burn-out in media en samenleving. Welke beelden van burn-out spelen er bijvoorbeeld bij patiënten, ervaringsdeskundigen en zelfhulpgroepen? Wordt burn-out gezien als lucifer die uitdooft of als batterij die je kunt opladen? Welke stigma's bestaan er rondom burn-out: burn-out als *'badge of honour'* of teken van zwakte? Wat betekent de

beeldvorming rondom burn-out voor werknemers, patiënten, werkgevers en de bedrijfs- en verzekeringsgeneeskundige praktijk?

Burn-out als diagnose

Bijdragen binnen dit thema dragen bij aan de discussie rondom de conceptualisering, dimensies, symptomen en afbakening ten opzichte van depressie. Moet burn-out bijvoorbeeld worden gezien als klacht of als stoornis? Wat zijn precies de dagelijkse ervaringen van mensen met een – al dan niet gediagnosticeerde – burn-out? Is burn-out hetzelfde als (beroepsmatige) depressie? Wat zijn ervaringen van klinici (of psychologen, bedrijfsartsen, coaches) rondom de conceptualisering van burn-out? En tot slot, is de term psychische vermoeidheid (CBS) wel passend voor wat burn-out is?

De neurobiologie van burn-out

Burn-out betreft niet alleen psychische aspecten zoals emotionele uitputting, maar heeft ook betrekking op het neurobiologische substraat. In slaap vinden er bijvoorbeeld veranderingen plaats (zie voor een review Grossi et al., 2015). De evidentie voor specifieke veranderingen in biomarkers (bijv. hartslag, cortisol) is echter niet eenduidig (zie voor reviews Danhof-Pont et al., 2011; Johansdottir & Dahlman, 2019). Ook de neurobiologische basis van cognitieve problemen bij burn-out is niet consistent uit onderzoek naar voren gekomen (zie voor een review Grossi et al., 2015). Toch is het volgens ons belangrijk dat er aandacht is voor de neurobiologie van burn-out. Inzicht in deze lichamelijke processen is belangrijk om het ontstaan, de beleving en het herstel van burn-out beter te kunnen begrijpen. Deze inzichten kunnen ook belangrijk zijn voor de preventie en behandeling van burn-out (zie bijv. Meesters, 2010).

Belangrijke vragen zijn derhalve: wat zijn – voor de praktijk – belangrijke (recente) inzichten uit onderzoek naar de neurobiologische basis van burn-out, wat zijn de mogelijke praktische implicaties van deze inzichten en aan welk vervolgonderzoek zou er vanuit praktisch oogpunt behoefte zijn?

Prevalentie van burn-out

Op de keper beschouwd weten nog steeds onvoldoende over de prevalentie van burn-out. Zo laat bijvoorbeeld een meta-analyse van 56 studies zien dat tussen de 2% en 72% van de artsen in Europa last heeft van burn-out klachten (Hiver et al., 2022). Dat komt door het gebruik van verschillende definities, instrumenten en afkappunten. In Nederland houden TNO en het CBS sinds 1997 jaarlijks het percentage werknemers met werkgerelateerde uitputtingsklachten bij. Maar dat is wat anders dan burn-out. Bovendien

wordt er een nogal mild criterium gebruikt. Bedrijfsartsen melden werknemers met ernstige burn-out en overspanningsklachten bij het Nederlands Centrum voor Beroepsziekten (<https://www.beroepsziekten.nl>). Daar lijkt echter sprake van aanzienlijke onderrapportage (Nederlands Centrum voor Beroepsziekten, 2023). We roepen auteurs daarom op om te reflecteren over de omvang van de burn-outproblematiek in Nederland. Is er sprake van een burn-outepidemie zoals de media ons willen doen geloven? Zijn er specifieke groepen die een verhoogd risico op burn-out lopen?

Preventie van burn-out in organisaties

Er is in de loop der jaren veel kennis vergaard over oorzaken van burn-out in organisaties, zoals een hoge werkdruk, (rol)conflicten, bureaucratie, emotionele belasting, en gebrek aan autonomie en sociale steun (Schaufeli, in press). Aan wetenschappelijke kennis is geen gebrek, wel aan de implementatie van preventieve interventies die op deze kennis zijn gebaseerd. Het meeste interventie-onderzoek richt zich op het versterken van werknemers en niet op het verbeteren van de werksituatie. Inmiddels is bekend dat individugerichte interventies zoals mindfulness, relaxatie en cognitieve technieken (bijv. de rationeel-emotieve benadering) burn-out klachten kunnen verminderen (Iancu et al., 2018; Maricuțoiu et al., 2014). Veel minder is echter bekend over het aanpakken van burn-out bij de bron, dat wil zeggen in organisaties, bijvoorbeeld met behulp van *job crafting* of *job redesign*. Daarbij gaat het om de effectiviteit, maar ook om de implementatie en het proces van burn-outpreventie. Daarom nodigen we auteurs niet alleen uit om effectiviteitsstudies in te sturen, maar ook casestudies en best practices die illustreren hoe een burn-outpreventieprogramma er in de praktijk in organisaties uit ziet. Wat zijn kritische succesfactoren en valkuilen bij de implementatie? Welke stakeholders moeten erbij worden betrokken en wat is ieders rol? Valt er een businesscase te maken van een burn-outpreventieprogramma?

Behandeling en re-integratie bij ernstige burn-out

De behandeling van burn-out is een onderwerp dat veel aandacht krijgt in zowel onderzoek als het maatschappelijke debat. Zoals hierboven is aangegeven, laat onderzoek van persoonsgerichte interventies bij mensen met relatief milde burn-outklachten (die nog aan het werk zijn) bescheiden positieve effecten zien. Voor mensen met ernstiger klachten is het bewijs voor effectieve behandelingsmethoden veel minder eenduidig (zie bijv. Ahola et al., 2017). Hoewel een aantal studies wijst op de waarde van interventies die een klinische aanpak combineren met een werkgerelateerde aanpak (zie

voor een review Awa et al., 2010), is gedegen onderzoek naar de behandeling van mensen met ernstige burn-outklachten relatief schaars.

Daarom nodigen we auteurs uit om inzichten vanuit de praktijk en/of wetenschap met betrekking tot de behandeling van ernstige burn-out te delen. Daarbij kan onder meer aandacht worden besteed aan nieuwe, veelbelovende behandelmethoden (denk bijv. aan gebruikmaking van AI of e-health). Daarnaast is ook nog onvoldoende duidelijk in hoeverre en op welke termijn mensen met ernstige burn-out volledig kunnen herstellen. Is volledig herstel überhaupt mogelijk? En bestaat er zoiets als posttraumatische groei, waarbij mensen na een periode van burn-out beter functioneren dan voorheen?

De thema's zoals die hierboven zijn aangedragen, zijn indicatief. Het themanummer staat open voor beschouwende en opiniërende artikelen, maar ook voor vernieuwende empirische artikelen.

Praktisch

Voorstellen voor bijdragen kunnen per e-mail worden gericht aan de gastredactie:

- Leander van der Meij (contactpersoon; l.v.d.meij@tue.nl);
- Bram Fleuren (bram.fleuren@maastrichtuniversity.nl);
- Wilmar Schaufeli (w.schaufeli@uu.nl);
- Veerle Brenninkmeijer (v.brenninkmeijer@uu.nl).

Het voorstel (maximaal 750 woorden) dient minimaal te bevatten: titel, auteur(s), samenvatting en beoogde nieuwswaarde van het artikel. Voorstellen worden beoordeeld door de gastredactie van het themanummer. Na goedkeuring worden de auteurs uitgenodigd om een volledig artikel te schrijven. Bijdragen bevatten maximaal 8000 woorden en zullen de normale, externe beoordelingsprocedure van G&O ondergaan. De artikelen dienen te worden geschreven volgens de aanwijzingen voor auteurs, zoals die te vinden zijn op <https://www.aup-online.com/content/journals/09215077?page=submit-a-paper>.

Het volgende schema van deadlines wordt aangehouden (wijzigingen voorbehouden aan de gastredactie):

- 1 november 2023: voorstel voor bijdrage dient bij de gastredactie te zijn;
- 15 februari 2024: eerste versie van volledig artikel dient bij de gastredactie te zijn;

- 22 maart 2024: eerste review naar auteur(s);
- 1 mei 2024: herziene tekst gereed;
- 1 juni 2024: definitieve tekst gereed.

Literatuur

- Ahola, K., Toppinen-Tanner, S., & Seppänen, J. (2017). Interventions to alleviate burnout symptoms and to support return to work among employees with burnout: Systematic review and meta-analysis. *Burnout Research*, 4, 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.burn.2017.02.001>
- Awa, W. L., Plaumann, M., & Walter, U. (2010). Burnout prevention: A review of intervention programs. *Patient Education and Counseling*, 78(2), 184-190. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2009.04.008>
- Danhof-Pont, M. B., Van Veen, T., & Zitman, F. G. (2011). Biomarkers in burnout: A systematic review. *Journal of Psychosomatic Research*, 70(6), 505-524. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2010.10.012>
- Grossi, G., Perski, A., Osika, W., & Savic, I. (2015). Stress-related exhaustion disorder – clinical manifestation of burnout? A review of assessment methods, sleep impairments, cognitive disturbances, and neuro-biological and physiological changes in clinical burnout. *Scandinavian Journal of Psychology*, 56(6), 626-636. <https://doi.org/10.1111/sjop.12251>
- Hiver, C., Villa, A., Bellagamba, G., & Lehucher-Michel, M. P. (2022). Burnout prevalence among European physicians: A systematic review and meta-analysis. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 95, 259-273. <https://doi.org/10.1007/s00420-021-01782-z>
- Iancu, A. E., Rusu, A., Măroiu, C., Păcurar, R., & Maricuțoiu, L. P. (2018). The effectiveness of interventions aimed at reducing teacher burnout: A meta-analysis. *Educational Psychology Review*, 30, 373-396. <https://doi.org/10.1007/s10648-017-9420-8>
- Jonsdottir, I. H., & Dahlman, A. S. (2019). MECHANISMS IN ENDOCRINOLOGY: Endocrine and immunological aspects of burnout: A narrative review. *European Journal of Endocrinology*, 180(3), R147-R158. <https://doi.org/10.1530/EJE-18-0741>
- Maricuțoiu, L. P., Sava, F. A. & Butta, O. (2014). The effectiveness of controlled interventions on employees' burnout: A meta-analysis. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 89(1), 1-27. <https://doi.org/10.1111/joop.12099>
- Meesters, Y. (2010). Lichttherapie. *Psychopraktijk*, 2(6), 14-17. <https://doi.org/10.1007/s13170-010-0087-9>
- Nederlands Centrum voor Beroepsziekten. (2023). *Kerncijfers beroepsziekten 2023*. <https://www.beroepsziekten.nl/content/kerncijfers-beroepsziekten-2023>.

- Schaufeli, W. B. (in press). Burnout: A critical overview. In L. M. Lapierre & C. Cooper (Eds.), *Cambridge companion to organizational stress and well-being*. Cambridge University Press.
- Wielers, R., Hummel, L., & Hooftman, W. (2020). Jongeren, loopbaanperspectief en burn-outklachten. *Tijdschrift voor Arbeidsvraagstukken*, 36(1), 59-76. <https://doi-org.kuleuven.e-bronnen.be/10.5117/2020.036.001.005>