Onderzoek naar het effect van psychologische behandelingen met focus op werk

TNO en de Universiteit Utrecht toonden in onderzoek aan dat volledige werkhervatting **gemiddeld 65 dagen (!)** eerder plaats vond bij **behandelingen waar een focus was op werk** (Lagerveld et al, 2012). Medewerkers die later ziekgemeld of doorverwezen worden, hebben een langere verzuimduur dan wanneer er eerder hulp wordt aangeboden. Medewerkers die op een wachtlijst terecht kwamen, hadden de langste verzuimduur (De Rijk et al., 2025).

Zweeds onderzoek (Karlson et al., 2010) laat zien dat bij aanpassingsstoornissen (w.o. spanningsklachten, overspanning en burnout) **slechts 23% na 6 maanden weer volledig aan het werk** is. Na 1 jaar 45% en na 1,5 jaar 64%.

Gemiddelde duur van een behandeltraject bij Villa Uitzicht is 6,1 maanden.

Hiervan is 45% weer volledig aan het werk is, 63,5% weer voor meer dan de helft aan het werk is en 79% een start gemaakt heeft met re-integratie. Dit is een in de meeste gevallen een duidelijke versnelling van het herstel.

Een verklaring voor het snellere herstel ligt onzes inziens op meerdere vlakken:

- Een **snelle start** in combinatie met een **expliciete focus op werk en werkhervatting** in de behandeling. Dit wordt stevig ondersteund door onderzoek (Lagerfeld et al., 2012; Tingulstad et al., 2022; De Geus et al., 2024; De Rijk et al., 2025). Snelle terugkeer naar de werkvloer past bij het behandelbeleid van Villa Uitzicht. Onderzoek toont aan dat snelle gedeeltelijke terugkeer naar de werkvloer in veel gevallen het herstel bevordert. De ervaring leert daarbij dat knelpunten op de werkvloer sneller zichtbaar worden (werkdruk, geen grenzen stellen, omgang met collega's/leidinggevenden), waardoor hier in de behandeling aan gewerkt kan worden.
- Korte lijnen met de betrokken partijen (m.n. bedrijfsartsen).
- Bekendheid met de organisatie en kennis van de luchtvaart.
- Goed ingevoerde, ervaren en gekwalificeerde behandelaren die weten waar je de focus in een kortdurend traject wel èn juist niet op moet leggen.
- Gerichte inzet van een lichaamsgerichte interventie geeft een versnelling van het herstel door stressklachten ook fysiek aan te pakken.
- *Kracht*gericht behandelen bij mildere problematiek eveneens helpt in een versnelling van het herstel, omdat dit juist gericht is op een actieve rol van de medewerker in het traject.

Literatuur

- S.E. Lagerveld, R.W.B. Blonk, V. Brenninkmeijer, L. Wijngaards-de Meij & W.B. Schaufeli (2012). Work-Focused treatment of common mental disorders and return to work: a comparative outcome study. Journal of Occupational Health Psychology, online gepubliceerd op 6 februari, doi: 10.1037/a0027049
- Björn Karlson, Peter Jönsson, Birgitta Pålsson, Gunnel Åbjörnsson, Birgitta Malmberg, Britt Larsson, Kai Österberg (2010). Return to work after a workplace-oriented intervention for patients on sick-leave for burnout - a prospective controlled study. BMC Public Health 2010 Jun 2;10:301. doi: 10.1186/1471-2458-10-301
- Angelique E. de Rijk, Luuk van Iperen, Hans De Witte, Robin Kok & Wilmar Schaufeli (2025). Spanningsklachten, overspanning en burn-out in de context van een arbodienst: Verzuimduur, behandeling en voorspellen van verzuimduur met de BAT. GEDRAG & ORGANISATIE 38.2 139-170
- Alexander Tingulstad, Jose Meneses-Echavez, Line Holtet Evensen, Maria Bjerk, Rigmor C Berg (2022). Effectiveness of work-related interventions for return to work in people on sick leave: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. 2022 Sep 5;11:192. doi: 10.1186/s13643-022-02055-7
- Christa J. C. de Geus, Maaike A. Huysmans, H. Jolanda van Rijssen, Marianne de Maaker-Berkhof, Linda J. Schoonmade & Johannes R. Anema (2024). Elements of Return-to-Work Interventions for Workers on Long-Term Sick Leave: A Systematic Literature Review. Systematic Review. Open access Published: 07 June 2024. Volume 35, pages 159–180, (2025)