



Universiteit
Leiden
The Netherlands

Stop de ratrace van efficiency, red de arbeidsmarkt

Bussemaker, J.

Citation

Bussemaker, J. (2025). Stop de ratrace van efficiency, red de arbeidsmarkt. *Het Financieele Dagblad*. Retrieved from <https://hdl.handle.net/1887/4294470>

Version: Not Applicable (or Unknown)

License: [Leiden University Non-exclusive license](#)

Downloaded from: <https://hdl.handle.net/1887/4294470>

Note: To cite this publication please use the final published version (if applicable).

ARBEIDSMARKT

Stop de ratrace van efficiency, red de arbeidsmarkt

De fixatie op efficiëntie ondermijnt de mentale gezondheid. Het zet de samenleving onder druk en holt de arbeidsmarkt uit. Door te kiezen voor verbinding, inclusie en vertraging houden we mensen vitaal.

Onze hypernerveuze samenleving is een hoge tol. Individualisering, prestatiedruk en versnelling bedreigen de mentale gezondheid, ook op het werk. Niet opvoeren maar vertragen kan de sleutel zijn naar een toekomstgerichte arbeidsmarkt.

De samenleving stelt onophoudelijk hoge eisen. We moeten presteren, diploma's halen, carrières opbouwen, leuke gezinnen stichten, voor onze dierbaren zorgen, uitgebreide sociale contacten onderhouden, gezond blijven en altijd op de hoogte zijn van het nieuws. In een razendsnel tempo, zowel fysiek als digitaal, worden we opgejaagd om steeds meer te presteren, beleven en bezitten.

Daar betalen we een hoge prijs voor. De hypernerveuze samenleving zet onze mentale volksgezondheid onder druk: de helft van de bevolking heeft ooit te maken gehad met mentale problemen en 26% heeft recentelijk last gehad van een psychische aandoening. Mentale gezondheid is geen individueel probleem, het raakt de hele maatschappij.

Dit veroorzaakt niet alleen persoonlijk leed maar ook hoge maatschappelijke kosten, voor zowel overheid als werkgevers. In Nederland lopen de kosten van mentale problemen nu al op tot €18 mrd per jaar, en dat is waarschijnlijk een onderschatting. Gebeurt er niets aan de stijgende druk op de mentale volksgezondheid, dan nemen de kosten aanzienlijk toe: een groei van 1% in psychische klachten zou de samenleving bijna €870 miljoen extra per jaar kosten.

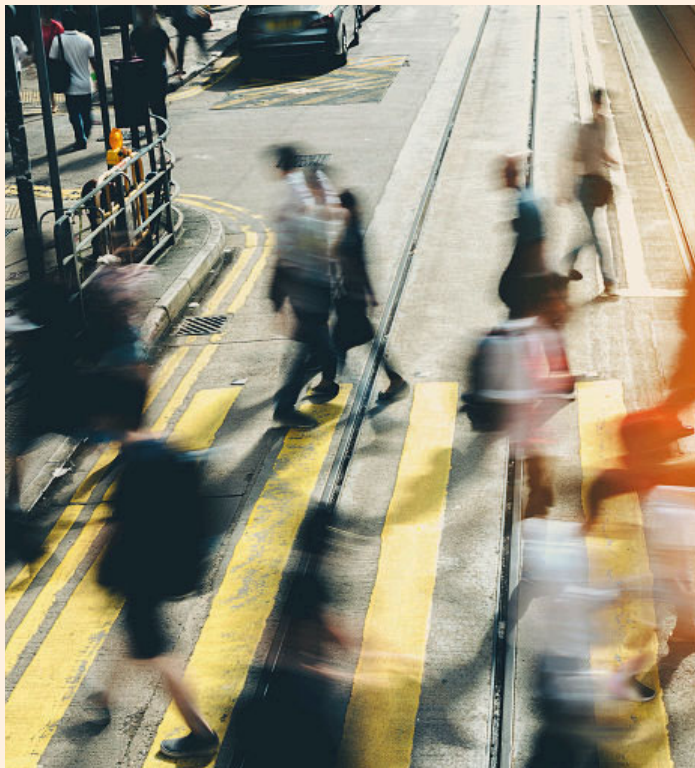
Aan werknemers en werkzoekenden worden steeds meer eisen gesteld: hogere diploma's, bijscholing, flexibele roosters en werk waarbij mensen altijd bereikbaar moeten zijn om de concurrentie bij te benen. Mensen kunnen nauwelijks nog 'uit' staan. Inmiddels valt meer dan 8% van de werknemers uit door psychische klachten, overspannenheid of burn-out.

Het socialezekerheidsbeleid kenmerkt zich door pogingen om mensen zo snel mogelijk weer aan het werk te krijgen. Dat klinkt logisch: werk kan de collectieve uitgaven drukken en draagt vaak bij aan eigenwaarde en daarmee aan mentale gezondheid. Maar wanneer activerend beleid steeds meer eigen initiatief vereist en definities van passend werk worden opgegrept, kan het tegenovergestelde gebeuren. Kortetermijncontracten, prestatiedruk en werk zonder voldoende ondersteuning van de mentale gezondheid en leiden soms tot burn-out.

GOEDE KOFFIEMACHINE

De nadruk op individuele verantwoordelijkheid, prestatie en snelheid leidt dus ook tot een hypernerveuze arbeidsmarkt. Meer aandacht voor verbinding, verscheidenheid en vertraging kan bijdragen aan noodzakelijke rust.

Verbinding betekent tijd creëren voor sociaal contact. Niet voor niets is een goede koffiemachine tegenwoordig onmis-



Een samenleving die gebukt gaat onder versnelling en prestatiedruk

FOTO: JOEY CHEUNG/GETTY IMAGES

baar om medewerkers naar het werk te krijgen. Maar verbinding ontstaat ook als de caissière of postbezorger een praatje maakt met een klant of als je tussen de bedrijven door overlegt met een collega over een dilemma rond de behandeling van een cliënt.

Verscheidenheid vraagt om een inclusieve arbeidsmarkt, waarin vrouwen, mensen met een migratieachtergrond en mensen met een chronische ziekte of beperking een volwaardige plek krijgen. Hier worden al stappen in gezet via diversiteitsbeleid, zoals het wettelijk quotum voor man-vrouwverhoudingen bij beursgevoerde bedrijven, het SER-initiatief Diversiteit in Bedrijf en acties van het Centrum Chronisch Ziek & Werk, dat mensen stapsgewijs ervaring laat opdoen en zo een plek op de werkvloer biedt.

RUIMTE VOOR LEGE TIJD

Vertraging komt terug in veel hr-beleid gericht op persoonlijke ontwikkeling, zoals tijd voor bijscholing, mindfulness en me-time. Toch blijft dit vaak individueel en functioneel gericht. Een stap verder is collectief en bewust ruimte maken voor lege tijd. Steeds meer stemmen pleiten voor een wettelijk recht op onbereikbaarheid, zoals in Frankrijk en Australië, zodat werknemers zich buiten werktijd niet opgejaagd voelen door e-mails en werkdruk.

Onze arbeidsmarkt zou meer ontspannen mogen worden. We kunnen een

voorbeeld nemen aan Denemarken, waar werkzekerheid belangrijker is dan baan-zekerheid. Daar kunnen werkgevers sneller mensen aannemen dankzij beperkte ontslagbescherming, terwijl werknemers recht hebben op een ruime en genereuze werkloosheidsuitkering, ook als je zelf ontslag neemt (anders dan in Nederland). Tegelijkertijd investeert de overheid in begeleiding, training en scholing. Iedereen heeft recht op herscholing, maar heeft ook de plicht om mee te doen aan trainingsprogramma's. Daarnaast creëert ze gesubsidieerde banen voor wie geen plek op de reguliere arbeidsmarkt vindt.

Om de hypernerveuze samenleving te keren, moeten we een paradox doorbreken: versnellen om productiever te zijn leidt juist tot fysieke en mentale uitputting en verlies van controle, waardoor de productiviteit onder druk komt te staan. Een toekomstgerichte arbeidsmarkt vraagt daarom niet om meer efficiency en flexibiliteit, maar om bewuste vertraging en ontspanning.



Jet Bussemaker is voorzitter van de Raad voor Volksgezondheid & Samenleving en hoogleraar wetenschap, beleid & maatschappelijke impact aan de Universiteit Leiden.

De arbeidsmarkt vraagt niet om meer efficiency en flexibiliteit, maar om vertraging en ontspanning