



Met nieuwe energie weer voor de klas

Sectorupdate Onderwijs 2025

**arbo
unie**

Inleiding

'Ik leef van vakantie naar vakantie'

Het is een trend die we al veel langer zien zien: het verzuim onder leerkrachten ligt flink hoger dan het landelijk gemiddelde.

Verzuim leidt vaak tot extra verzuim

Juist in een tijd met grote lerarentekorten heeft verzuim extra impact op jouw onderwijsinstelling. Dat zorgt automatisch voor een nog hogere werkdruk bij collega's. Het verantwoordelijkheidsgevoel in deze sector is immers erg hoog: men wil vaak tot het uiterste gaan om een bijdrage te kunnen blijven leveren aan de ontwikkeling van onze kinderen. Resultaat is dat verzuim vaak tot extra nieuw verzuim leidt.

Een effectieve aanpak

Arbo Unie wil graag dat medewerkers niet alleen in hun vakantie plezier hebben, maar ook tijdens hun werk. Daarom pakken we graag samen verzuim gericht en effectief aan, waarbij we gebruik maken van wetenschappelijk ondersteunde data en onze jarenlange ervaring.



Expert aan het woord

'Continu aanstaan'

Paul Almer is bedrijfsarts bij Arbo Unie. Hij heeft een passie voor onderwijs, zowel in de vorm van zelf lesgeven als in het ondersteunen van medewerkers en werkgevers in de onderwijssector. Paul ziet veel bevlogen en hardwerkende mensen, die door die eigenschappen soms juist risico lopen om langdurig uit te vallen.

"In het onderwijs hoor je veel over werkdruk, onder andere door personeelstekort, administratieve last en continu 'aan' moeten staan. Tel daarbij op dat de ontwikkelingen elkaar in rap tempo opvolgen, zoals digitale hulpmiddelen, smartphones in de klas en de opkomst van AI.

Het is verleidelijk om te denken dat werkdruk inherent is aan het onderwijs en dat je hier dus niks aan kunt doen. Maar we weten dat de beleving van werkdruk flink kan verschillen tussen scholen, terwijl ze met dezelfde uitdagingen te maken hebben. Mijn visie is dat er enorm veel waarde zit in autonomie, verbinding en competenties (ABC). Als je hierin investeert met elkaar kunnen mensen zich staande houden in de uitdagende omstandigheden binnen het vakgebied." Benieuwd naar hoe dit in de praktijk eruit kan zien? Luister dan naar de podcast.

Luister [hier](#) naar de podcast van
Paul Almer • Arbo Unie



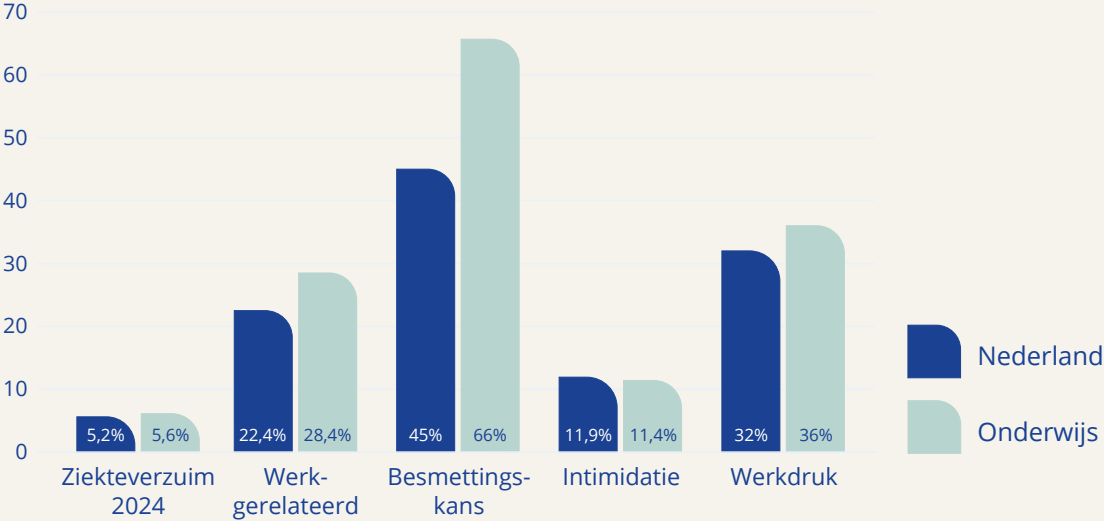
Bedrijfsarts en sectorspecialist Onderwijs



Verzuim in cijfers

Inzicht in oorzaken van verzuim

Het verzuim onder leerkrachten ligt hoger dan het landelijk gemiddelde. Mentale (werk)druk is hiervan de belangrijkste oorzaak. Arbo Unie beschikt over nog veel meer data, over primair en voortgezet onderwijs afzonderlijk. We laten ze je graag zien.



Bron: NEA mei 2025



De juiste begeleiding

Oog voor mensen

Verlagen van verzuim begint met oog hebben voor je mensen. We zien dat psychische problematiek de helft van alle langdurig verzuimdagen veroorzaakt. De verzuimduur van deze klachten is in het onderwijs een stuk hoger dan in andere sectoren. We zien dat mensen lang doorgaan met klachten, vaak omdat men de klas niet in de steek wil laten. In combinatie met vakanties, zien we dan ook dat een re-integratie een stuk langer duurt.

We weten dat de helft van het psychisch verzuim voortkomt uit het werk. De andere helft niet. Het is dus belangrijk om beleid en interventies te ontwikkelen voor beide oorzaken. Bijvoorbeeld door meer focus te leggen op preventie. Arbo Unie laat graag zien hoe dat voor jouw organisatie kan werken.

Actief begeleiden



Begeleid leerkrachten actief vanaf dag één in hun carrière en bereid hen voor op de ‘weerbaarheid’ van het lesgeven. Kijk ook hoe je er voor kunt zorgen dat iemand zich ‘verliest’ in het vak.

Vroegtijdig signaleren



Herken potentieel verzuim zo vroeg mogelijk en ga vanaf de eerste signalen van mentale overbelasting gelijk het gesprek aan om gezamenlijk controle over situatie te verkrijgen.

Effectiever re-integreren



Voorkom dat een leerkracht gelijk weer voor de klas moet staan bij terugkeer. Door alternatieve werkzaamheden aan te bieden wordt veel terugval voorkomen.

De noodzaak van maatwerk

Voor elke fase de juiste aanpak

Het onderwijs kent geen lange carrièrepaden die alleen maar omhoog gaan. Naarmate men langer in het vak zit, krijgt men andere ambities, maar ook andere teleurstellingen, ziektes of tegenslagen die tot verzuim kunnen leiden. Het is daarom belangrijk de aanpak te richten op de leeftijd en ervaring van de leerkracht.

In de onderwijssector zijn - met name in het primair onderwijs - zeer veel vrouwen werkzaam. Hiervoor zet Arbo Unie aanvullende verzuimaanpak in zoals het bespreekbaar maken van overgangsklachten en het aandacht geven aan dubbele belasting bij gezins- en/of mantelzorg.

Leeftijd & ervaring	Oorzaak verzuim	Aanpak verzuim
 Jong & perfectionistisch ca. 30% jonger dan 35 jaar	➔ Onrealistische verwachtingen ➔ Streven voortdurend naar perfectie ➔ Bij feedback zich als mislukt zien	➔ Activering vanaf start ➔ Counseling t.b.v. perfectionisme
 Gevoelsmatig 'vastzitten' ca. 50% tussen 35-55 jaar	➔ Niet meer uitgedaagd / gestimuleerd ➔ Geen ruimte groei of verandering ➔ Verlangen naar nieuwe uitdaging	➔ Verkennen professionele groei ➔ Loopbaanpaden creëren
 Op leeftijd & "uitgeblust" ca. 20% ouder dan 55 jaar	➔ Niet langer voldoende energie ➔ Wat ooit een passie was voelt als last ➔ Evt. cynisch en/of negatieve houding	➔ Investeren in (behoud) vitaliteit ➔ Intensiteit werkzaamheden (deels) afbouwen & pensioenplanning





Meer weten?

(088) 2726800
informatie@arbounie.nl
www.arbounie.nl

Arbo Unie B.V.
KCN Tower
Nevelgaarde 42
3436 ZZ Nieuwegein



**arbo
unie**