



# De gezondheid op het werk van dierenartsen: een nationaal onderzoek

Op vraag van de Franse Nationale Raad van de Orde van  
Dierenartsen en de Vereniging Vétos-Entraide

Geschreven door Didier TRUCHOT  
in samenwerking met Marie Andela en Amandine Mudry

Synthese geschreven door Corinne BISBARRE verantwoordelijke van de sociale  
commissie van de Nationale Raad van de Orde van Dierenartsen

De gezondheid van dierenartsen, zowel op psychologisch als op fysiek vlak, blijft een onderwerp dat weinig besproken wordt, in tegenstelling tot dat van de zorgverleners (verpleegkundigen, artsen, etc.), terwijl dit beroep lijkt te worden getroffen door een hoge burn-out en geconfronteerd wordt door een zelfmoordcijfer dat veel hoger is (bibliografische gegevens rapporteren 2 tot 4 keer meer) dan dat van de algemene bevolking en vergelijkbare beroepsgroepen, die bekend staan om een gebrek aan welzijn.

In de loop van 2019, hebben de Nationale Raad van de Orde der Dierenartsen en de vereniging Vétos-Entraide de beslissing genomen om een onderzoek te starten naar de psychologische gezondheid van de Franse dierenartsen en hebben deze opdracht toevertrouwd aan de Universiteit van Franche-Comté. Opmerkelijk is dat dit op internationaal niveau het eerste onderzoek is dat rekening houdt met zowel intra-individuele variabelen, of persoonlijkheidsfactoren, als variabelen die verband houden met de specificiteit van het beroep, en op nationaal niveau is dit het eerste onderzoek naar de correlatie tussen een burn-out en zelfmoordgedachten bij dierenartsen.

**Het onderzoek verliep in twee fasen, een kwalitatieve pre-enquête van 39 interviews** uitgevoerd met een gevarieerd panel van dierenartsen vrijwilligers en **de enquête zelf, kwantitatief**, door middel van een vragenlijst die naar alle Franse dierenartsen werd gestuurd. Deze vragenlijst had tot doel om twee centrale elementen van de gezondheid van dierenartsen te helpen begrijpen: burn-out en zelfmoordgedachten, om hun prevalentie binnen het diergeneeskundig beroep te bepalen.

Zich beperken tot één transversale studie, maakt het niet mogelijk om het oorzakelijk verband tussen de variabelen te waarborgen, dus deze eerste stap zal worden uitgebreid met een longitudinale studie die het mogelijk maakt om ervoor te zorgen dat de stressfactoren die op tijdstip 1 worden waargenomen, daadwerkelijk geassocieerd zijn met burn-out vastgesteld op tijdstip 2, daarna op 3: 91% van de respondenten op de eerste vragenlijst verklaarden zich vrijwilliger om deel te nemen aan deze longitudinale studie.

De open vraag op het einde van de vragenlijst, een rijke bron van informatie: De deelnemers aan het onderzoek hadden op het einde van de vragenlijst de mogelijkheid om in een open vraag de punten te beschrijven die hen nauw aan het hart lagen. Deze mogelijkheid werd op grote schaal benut en heeft het mogelijk gemaakt om meer dan honderd pagina's te verzamelen met gevoelens, interessante berichten en lessen, die de statistische interpretatie van de vragenlijst aanvullen of er zelfs richting aan te geven.

### **De steekproef:**

De steekproef bestaat uit 17,5% van de totale populatie van de Franse dierenartsen: alle praktijkplaatsen, alle soorten praktijken, alle statuten en alle departementen zijn vertegenwoordigd.

Vrouwen zijn oververtegenwoordigd (68,5% van de steekproef vergeleken met 52,6% van de dierenartsen in 2019), waarschijnlijk omdat ze zich meer betrokken voelen wanneer het gaat over gezondheid.

De gemiddelde leeftijd van de respondenten is 41,4 jaar (vergeleken met 43,3 jaar de gemiddelde leeftijd van de veterinaire populatie), wat wordt verklaard door de oververtegenwoordiging van vrouwen, significant jonger dan de mannelijke dierenartsen (gemiddelde leeftijd 38,7 jaar versus 47,3 jaar voor mannen).

Op lange termijn dreigt deze feminisering de representatie van het beroep, dat nog steeds als "mannelijk" wordt aanzien, evenals de manier van praktisering te veranderen.

- 78,5% van de deelnemers leven in koppel en 57,5% van hen hebben kinderen ten laste. Van de 21,5% die alleen woont, heeft 24,7% ook kinderen ten laste.
- Voor 22,5% van de deelnemers is de partner ook dierenarts en 57,0% van hen werkt in dezelfde structuur (d.w.z. 9,6% van de steekproef of 313 personen).
- 32,8% van de respondenten werkt op het platteland, 39,2% in stedelijke gebieden en 27,9% in semi-stedelijke gebieden.
- 68,3%, werkt met kleine huisdieren, 8,8% met paarden, 8,4% op het platteland en 20,8% heeft een gemengde landelijke praktijk / kleine huisdieren; 2,3% verklaart als specialist te werken, 1,9% werkt in industriële sectoren, 4,2% als ambtenaren / inspecteurs van veterinaire volksgezondheid, 0,8% in de industrie / privélaboratorium en 0,5% zijn leraren van de nationale veterinaire scholen.
- 46,3% werkt onder een liberaal statuut, alleen of in associatie, 6,4% als vrije medewerker en 48,5% als werknemer in de liberale, private of publieke sector.
- 9,9% van de deelnemers werkt voor een keten van klinieken, en het zijn voornamelijk jonge dierenartsen (gemiddelde leeftijd 37,7 jaar), die vaak alleen wonen, zonder kinderen ten laste.

### Burn-out:

Burn-out of professionele uitputting wordt gekenmerkt door een emotionele uitputting (gevoel van leeg te zijn), door een cynisme (negatieve, afstandelijke of zelfs ongevoelige houdingen) en bijgevolg een gebrek aan persoonlijke voldoening en professionele efficiëntie. De burn-out wordt geassocieerd met fysieke symptomen, concentratieproblemen en een constant gevoel van angst. Het slachtoffer van een burn-out isoleert zichzelf en de gevolgen voor zijn relaties met zijn entourage, zijn familie zijn talrijk.

Het dierenartsen beroep heeft een score van burn-out en cynisme die veel hoger is dan bij de algemene bevolking, en zelfs bij de boeren die daarvoor bekend staan. Desondanks behouden de dierenartsen, net zoals bij de huisartsen, een professionele efficiëntie ver boven die van deze twee bevolkingsgroepen.

Het zijn de vrouwelijke dierenartsen die getuigen van de hoogste emotionele uitputting; een fenomeen dat kan worden toegeschreven aan het feit dat ze, naast hun professionele inzet, nog steeds een groot deel van de huishoudelijke taken en de opvoeding van kinderen op zich nemen. Bovendien worden ze nog steeds geconfronteerd met een psychosociale druk zoals seksistische stereotypen die hen ertoe dwingen om voortdurend hun competenties te moeten bewijzen. Voor cynisme daarentegen is er geen verschil tussen mannen en vrouwen, wat in contrast staat met andere beroepen, waarin ze over het algemeen aanzienlijk lagere scores voor cynisme hebben. Ten slotte stelt men vast dat mannen op het gebied van professionele efficiëntie aanzienlijk hogere scores hebben dan vrouwen, een resultaat dat kan worden verklaard door het feit dat mannelijke dierenartsen een betere waardering hebben voor hun professionele efficiëntie.

Er wordt ook waargenomen dat dierenartsen die in koppel wonen minder emotionele uitputting hebben, maar dat dit voordeel alleen mannen ten goede komt, zelfs als we, door de wekelijkse werklast te analyseren, stellen we vast dat vrouwen aanzienlijk minder uren werken dan mannen, vooral omdat ze in koppel wonen.

Tot slot, het feit al dan niet samen te wonen met een dierenarts heeft geen verband met burn-out, ongeacht de dimensie waarmee rekening wordt gehouden. Echter, de analyse van de antwoorden laat denken dat het feit om een dierenarts als partner te nemen daarom een manier zou kunnen zijn om zijn drukke professionele leven zo min mogelijk te verstoren.

Deze hoge scores van burn-out die vooral vrouwelijke dierenartsen treffen moeten ons doen nadenken over de malaise binnen het diergeneeskundig beroep. Gezien de toenemende feminisering zal het belangrijk zijn om rekening te houden met de blootstelling van de vrouwelijke dierenartsen aan burn-out.

Dierenartsen die praktiseren in landelijke gebieden (met exclusief landelijk cliënteel, of "gemengd" (landelijk + kleine huisdieren), of industriële landbouw vertonen een lagere emotionele uitputting dan diegenen die praktiseren in stedelijke gebieden met kleine huisdieren.

De ambtenaren - inspecteurs van volksgezondheid, de professoren-onderzoekers, diegenen die met paarden werken, de specialisten, diegenen die in de privé industrie laboratorium werken verschillen niet van hun collega's, ongeacht de grootte van de onderzochte burn-out.

Zelfstandige onafhankelijke dierenartsen hebben minder emotionele uitputting, zijn minder cynisch en hebben een hogere professionele efficiëntie dan loontrekkenden of vrije medewerkers, hoewel hun wekelijkse werklast veel hoger is dan die van de loontrekkenden of de vrije medewerkers. Tegelijkertijd vertonen loontrekkenden een hogere emotionele uitputting en cynisme, evenals een verminderde professionele efficiëntie, en velen van hen uiten bitterheid wanneer ze zichzelf vergelijken met vrije medewerkers, de problematiek van hun verloning lijkt de kern te zijn van conflict relaties, getint met wrok in verband met de uitdrukking van een gebrek aan erkenning.

De "objectieve" kenmerken van het werk (hoeveelheid aan uren, nachtdiensten, enz.) zijn zwak geassocieerd met burn-out. De correlatie tussen de wekelijkse werklast en emotionele uitputting blijft laag, het wordt niet geassocieerd met cynisme en paradoxaal genoeg wordt het geassocieerd met professionele efficiëntie. Het is dus niet aan de kant van de gepresteerde uren dat we de wortels van de burn-out moeten zoeken, want dierenartsen passen zich vrij goed aan aan deze realiteit. Evenzo blijft de correlatie tussen het aantal opgenomen verlofdagen in de afgelopen 12 maanden en emotionele uitputting, cynisme en professionele efficiëntie laag.

Ten slotte is de variabele, die het meest geassocieerd wordt met burn-out, het aantal gewerkte dagen ondanks ziekte, wat presenteïsme wordt genoemd. En dit presenteïsme is meer van toepassing bij de onafhankelijken dan bij de loontrekkenden.

Zelfs als de deelnemers aan de enquête vaak "hun buik vol hebben" van de wachtdiensten, door uit te leggen dat ze verwachtten dat ze wachtdiensten zouden moeten doen bij de keuze van dit beroep, maar dat ze er niet op voorbereid waren er zoveel te doen, met of zonder recuperatie in tijd. Diegenen die wachtdiensten en nacht- en weekenddiensten verzekeren verschillen niet veel van hun collega's voor wat betreft de burn-out. Daartegenover bestaat er een verband tussen het aantal wachtdiensten en slaapstoornissen, zelfmoordgedachten en het aantal zelfmoordpogingen.

De kwestie van wachtdiensten en de permanenties en de continuïteit van de zorgen lijkt daarom een in het oog springend probleem voor de gezondheid van de dierenartsen.

### Somatische aandoeningen:

Deze aandoeningen worden zelden geanalyseerd in de onderzoeken naar burn-out en zelfmoord; ze werden vermeld in interviews en worden duidelijk toegeschreven aan de professionele uitoefening van het beroep. Er werd beslist om ze te onderzoeken en een inventaris op te stellen: Rug- en lage rugpijn worden door meer dan de helft van de dierenartsen vastgesteld; dan komen nekpijn, spierpijn, misselijkheid en maagklachten, dan, met een minder frequentie, zwaarte in de armen en benen en chronische pathologieën. Het zijn de vrouwen die de hoogste scores hebben voor de meeste pathologieën.

Al deze somatische aandoeningen zijn significant geassocieerd met de centrale dimensie van burn-out, d.w.z. de emotionele uitputting met de zelfmoordgedachten. Het toekomstig longitudinaal onderzoek zal de richting van causaliteit identificeren en de meest waarschijnlijke verbanden specificeren.

Maar burn-out wordt vaak geassocieerd met een slechte hygiëne, waardoor de somatische aandoeningen toenemen, die op hun beurt de depressieve symptomen verergeren die vaak in verband staan met schadelijk levensgedrag, dus een circulaire causaliteit.

De lichamelijke gezondheid van de dierenartsen is dus niet van de beste en wordt geassocieerd met psychische stoornissen zoals burn-out en zelfmoord.

### Zelfmoordgedachten en de drang om zelfmoord te plegen:

De kwestie van zelfmoord ligt grotendeels aan de basis van de enquête omdat het percentage bijzonder hoog is onder de dierenartsen. De doelstellingen van de studie waren om te achterhalen welk deel van de dierenartsen het risico loopt op zelfmoord en om de variabelen te identificeren die dit risico voorspellen, in het bijzonder het aandeel van de omgeving en de inhoud van het werk, evenals de invloed van persoonlijkheidsfactoren op de opkomst van zelfmoord in dit beroep.

Zelfmoord is een complexe en multifactoriële handeling, en hoewel verslechterde werkomstandigheden vaak worden genoemd, zijn ze zelden de enige factor die een rol spelen. Een van de verklaringen is een gebrek aan specificiteit van de risicofactoren: professionelen in een beroep kunnen kenmerken hebben die verschillen van die van de algemene Franse bevolking, in termen van geslacht, leeftijd of jaren van studie, dus het vinden van het aandeel van het werk in zelfmoorden is complex.

Twee criteria werden weerhouden: zelfmoordgedachten (zonder dat er automatisch een relatie is tussen het denken aan zelfmoord en het plegen van zelfmoord) en eerdere zelfmoordpogingen (alle studies tonen aan dat een zelfmoordpoging een van de beste factoren is voor het voorspellen van een uitgevoerde zelfmoord).

In de afgelopen weken zegt 4,8% van de dierenartsen dat ze regelmatig de drang tot zelfmoord hebben gehad, en 18,4% af en toe, wat ver boven de nationale gegevens ligt, waargenomen onder de actieve bevolking. Mannen worden meer getroffen (26,2%) dan vrouwen (21,9%), en hierbij vinden we de gunstige functie van het koppel omdat mensen die in koppel wonen minder zin hadden om zelfmoord te plegen dan degenen die alleen wonen, koppels van dierenartsen worden nog meer beschermd. Daarentegen bestaat er geen verband met het hebben van kinderen ten laste. Vanuit professioneel oogpunt is er geen verschil naar gelang van de behandelde diersoort of naargelang de dierenarts een vrij statuut of een statuut van loontrekkende heeft.

4,7% van de ondervraagde dierenartsen heeft in de voorgaande jaren een zelfmoordpoging ondernomen. Deze pogingen werden ondernomen door (5,3%) vrouwen meer dan mannen (3,3%), cijfers in overeenstemming met de gebruikelijke gegevens. Maar de uitgevoerde zelfmoorden betreffen meer mannen, wat een zekere grens stelt aan de uitgevoerde link poging/zelfmoord. Nogmaals, mensen die alleen wonen, hebben verhoudingsgewijs meer kans op zelfmoordpogingen dan diegenen die in koppel wonen, en diegenen van wie de echtgenoot ook een dierenarts is, worden aanzienlijk minder getroffen. Dierenartsen die alleen als vrij dierenarts praktiseren, hebben aanzienlijk meer zelfmoordpogingen ondernomen dan anderen; anderzijds oefent de grootte van het aantal uren of van het aantal ontvangen klanten per dag geen invloed uit.

Als we "objectieve" werkomstandigheden bestuderen, wordt de drang om zelfmoord te plegen meestal geassocieerd met het aantal gewerkte uren per week, het aantal nachtdiensten en het aantal dagen ziekteverlet in de afgelopen twee jaar, maar de correlaties blijven zwak. Er is echter een duidelijk verband tussen het verlangen naar zelfmoord en het aantal gewerkte dagen waarop de gezondheidstoestand rust zou hebben verdiend.

Net zoals bij de "drang om zelfmoord te plegen", doen de dierenartsen die al een zelfmoordpoging hebben ondernomen aanzienlijk meer nacht- of wachtdiensten; daarnaast hebben ze de afgelopen 12 maanden minder vrije dagen opgenomen en hebben ze de afgelopen twee jaar meer werkverlet gehad door ziekte. Ten slotte denken ze dat ze meer hebben gewerkt terwijl hun gezondheidstoestand rust zou hebben vereist. Er is ook een systematisch verschil in de perceptie van de oorzaken van stress: dierenartsen die een zelfmoordpoging hebben ondernomen, hebben significant hogere scores op elk van de 8 beroepsspecifieke stressoren die verder worden behandeld.

In onze cultuur wordt zelfmoord geassocieerd met het in vraag stellen van een zelfbepaald model van de 'normale' mens, die niet afhankelijk is van anderen en die weet hoe hij zijn interne middelen moet mobiliseren in het licht van de tegenslagen van het leven, vooral in een beroep dat gebaseerd is op waarden van mannelijkheid.

Hoewel de dierenartsen geen moeite hebben om het probleem van zelfmoord aan te pakken en het op een banale manier te bespreken, leggen ze uit dat wanneer ze zelfmoordgedachten hadden er niet over gesproken hebben met hun collega's. Dat is allicht de reden waarom ze geen dokter consulteren.

#### Stressoren die dierenartsen tegenkomen:

Stressoren zijn negatieve situaties die het individu in een situatie van dagdagelijkse druk brengen. Het doel van de studie was om beroepsspecifieke stressoren te identificeren en te onderzoeken in welke mate ze geassocieerd waren met de gezondheid van dierenartsen: het onthulde acht belangrijke stressoren die 41% van de variante van emotionele uitputting, 21% van de variante van slaapstoornissen en 9% van de variante van zelfmoordgedachten verklaren.

- **de werkdruk en het conflict tussen werk en privéleven** weerspiegelen twee complementaire aspecten van de werklust, namelijk de hoeveelheid van de werktijden (94% van de dierenartsen halen te ruime werktijden aan) en de overbelasting van het werk, zowel fysiek als cognitief, evenals de impact van het werk op het privéleven.

Werkoverbelasting treedt op wanneer de eisen van de uitoefening van het beroep de interne en de externe middelen van het individu overschrijden, wat resulteert in risico's voor zijn of haar

gezondheid, psychologische belasting en lijden op het werk. Daarbij komt een dagelijkse fysieke overbelasting, bijvoorbeeld bij afwezigheid van collega's. Deze nood is vooral acuut in weinig aantrekkelijke plattelandsgebieden en die te kampen hebben met problemen van aanwervingen. Een derde van de dierenartsen legt zichzelf een te intens werkritme op, een versnippering van de activiteiten naargelang noodsituaties en een te drukke planning. Dergelijke ritmes hebben negatieve effecten op de prestaties, met de indruk werk van mindere kwaliteit te leveren en op secundair vlak een aanval op het gevoel van de eigenwaarde. De investering in het professioneel werk tast het gezinsleven aan en laat onvoldoende energie over die nodig is om te investeren in het leven buiten het werk. Deze impact van de professionele sfeer op het privéleven komt ook voort uit de professionele spanningen die dan overslaan naar de familiesfeer, wat leidt tot een conflict tussen de professionele- en de privésfeer.

- **Angst voor fouten** is een factor die specifiek is voor het diergeneeskundig beroep. Het heeft direct te maken met het verantwoordelijkheidsgevoel ten opzichte van klanten en hun dieren, en ook met de druk van het eventuele oordeel van de confraters.

- **Gefragmenteerd werk**, aanwezig in alle beroepen, is een stressfactor die verwijst naar het idee regelmatig te worden onderbroken en te maken te hebben met onvoorziene gebeurtenissen die het werk verstoren, de efficiëntie aantasten en kunnen leiden tot professionele fouten.

- **Spanningen tussen collega's** zijn onder andere werknemer-baas, baas-werknemer conflicten en de status van gespecialiseerde dierenartsassistenten.

De loontrekkenden praten over de gespannen relaties die ze kunnen hebben met bepaalde werkgevers, met beledigend gedrag, een gevoel van uitbuiting en een gebrek aan erkenning dat impact geeft op de burn-out, de tevredenheid en de gezondheid op het werk. Diergeneeskundige werkgevers van hun kant melden een gecompliceerd beheer van werknemers.

Sommige medewerkers hekelen het autoritair of zelfs gewelddadig gedrag tegenover gespecialiseerde dierenartsassistenten, in loondienst, met het probleem om getuige te zijn van dit gebrek aan aandacht.

Het probleem van de confraterniteit tussen dierenartsen wordt nog verergerd door de netelige kwestie van concurrentie, vooral in de hondenpraktijk. Coördinatie, of zelfs samenwerking tussen dierenartsen generalisten en specialisten is niet eenvoudig, waarbij sommige specialisten betreuren dat de generalisten het feit van doorverwijzen zien als een bekentenis van zwakte.

Het probleem van teammanagement is een heikel punt; de werkgevers wijzen op de moeilijkheid om dit management uit te voeren en het gebrek aan informatie tijdens de initiële opleiding.

- **De zorgen, de financiële druk** betreffen meer de zelfstandigen, eigenaars van hun structuur, die zich zorgen maken over de financiële kosten van de structuur of de uitrusting, de angst voor het tekort. De kosten van structuren zijn gestegen zonder dat individuen meer voor hun dieren kunnen betalen; dierenartsen lijden voor het grootste deel onder het imago van welgestelden.

Hun verloning is vaak lager dan ze hadden verwacht bij de keuze voor het beroep, en sommigen benadrukken het aanzienlijke onevenwichtigheid tussen wat wordt geïnvesteerd in termen van inspanning, energie (aantal jaren opleiding, competenties, werkuren) en wat er in ruil daarvoor wordt ontvangen op psychologisch en materieel niveau (erkenning, verloning). Dit gevoel is een van de belangrijkste pijlers van ontevredenheid op het werk en draagt sterk bij tot het ontstaan van burn-out.

- **Dierenartsen worden regelmatig geconfronteerd met dierenleed:** ze worden geconfronteerd met het leed van de eigenaars en voelen frustratie of zelfs schuldgevoel wanneer de klant niet over de middelen beschikt om te betalen.

Bij verdrietige of stressvolle professionele situaties, praten dierenartsen snel over euthanasie en alle getuigenissen verwijzen naar de emotionele moeilijkheid van de behandeling, zelfs met de nodige professionele ervaring. Er is ook sprake van "comfort" euthanasie en velen benadrukken het belang van de legitimiteit van de behandeling; euthanasie is voor hen regelmatig het onderwerp van nachtmerries of slechte gedachten.

Naast deze paroxismale situaties hebben dierenartsen vaak te maken met bezorgde klanten, voor wie de emotionele belangen met betrekking tot de gehechtheid aan hun huisdier verergerd worden met hun financiële zorgen.

- **De confrontatie met de nalatigheid of mishandeling van sommige klanten** ten opzichte van hun dieren is specifiek voor dierenartsen: het is moeilijk voor hen om de mishandeling door de eigenaars te melden, vooral wanneer deze in grote moeilijkheden zijn (fokkers, boeren, ...), of om gevaarlijke honden te melden en te beheren.

- **De angst om gekwetst te raken** is inherent aan de activiteit van dierenartsen, vooral in de plattelandspraktijk, met paarden, in contact met grote huisdieren, en in het algemeen wijzen veel dierenartsen op ongevallen. Het lijkt waarschijnlijk dat er een generatiekloof is, tussen de oudere dierenartsen die gewoon zijn meer risico's te nemen en de jongere dierenartsen die bijvoorbeeld de dieren liever muilkorven.

Het is dus de werkdruk, die gepaard gaat met het conflict tussen werk en privé, die het belangrijkste gewicht heeft in de stress van het diergeneeskundig beroep. Zal het mogelijk zijn dit te verminderen? En dus de negatieve effecten op de privé te verminderen? Wat er ook van zij, het verminderen van de emotionele uitputting van de dierenartsen vereist een verlichting van deze belasting. De angst voor fouten heeft het tweede belangrijkste gewicht.

#### Stressoren, persoonlijkheid en psychologische gezondheid:

Bepaalde psychologische kenmerken lijken gecorreleerd te zijn met burn-out. Op het niveau van het diergeneeskundig beroep is het nuttig gebleken om te onderzoeken of diegenen met een burn-out en/of ernstige zelfmoordgedachten voornamelijk het slachtoffer zijn van een schadelijke werkomgeving, of integendeel hun persoonlijkheid componenten bevat die hen verzwakken.

Bij de dierenartsen hebben de mannen een aanzienlijk hogere zelfbeoordeling dan de vrouwen, met opnieuw een betere staat van psychologische gezondheid voor mannen in dit beroep dat wordt gefeminiseerd. Mensen die in koppel wonen, hebben significant hogere scores dan diegenen die alleen wonen, en mensen die kinderen hebben, hebben een hogere score dan diegenen die dat niet hebben.

In het diergeneeskundig beroep wordt zelfbeoordeling, onafhankelijk beschouwd van de rest, sterk geassocieerd met emotionele uitputting, zelfmoordgedachten en slaapstoornissen, waardoor deze persoonlijkheidsfactor een relatief belangrijke voorspeller lijkt te zijn van deze drie psychologische en fysieke gezondheidscriteria. Maar van zodra het aandeel persoonlijkheidsfactoren in aanmerking wordt genomen, verklaren alle acht hierboven beschreven stressoren nog steeds 22% van de



variante van emotionele uitputting: burn-out is daarom het gevolg van zowel de persoonlijkheidsfactoren als van de factoren in verband met de werkomgeving. Aan de andere kant worden stressoren minder geassocieerd met zelfmoordgedachten. Ten slotte verklaren ze 9% van de variante van slaapstoornissen.

Tot slot is bewezen dat de persoonlijkheidsfactoren betrokken zijn bij de psychologische en fysieke gezondheid van de dierenartsen. Maar welke plaats men ook wil geven aan de persoonlijkheidsfactoren in het proces van het ontstaan van burn-out, van slaapstoornissen of zelfmoordgedachten is het onmiskenbaar dat dat professionele stressoren essentieel ertoe bijdragen.

### Levensgebeurtenissen, beroepsstressoren en psychologische en fysieke gezondheid:

Zogenaamde traumatische levensgebeurtenissen kunnen worden onderverdeeld in vijf hoofdcategorieën: de huwelijksgebeurtenissen, de bedreigingen van de fysieke integriteit, de veranderingen in de toestand van psychologische of fysieke gezondheid, de financiële veranderingen, de ziekte en het overlijden van een geliefde.

Al deze gebeurtenissen verklaren 16% van de variante van burn-out, 15% van de slaapstoornissen en 4% van de zelfmoordgedachten. Het is belangrijk op te merken dat er een verband is tussen gezondheidsproblemen en zelfmoordgedachten.

Huwelijksproblemen worden, maar in mindere mate, geassocieerd met de volgende drie gezondheidscriteria; de bedreigingen van de fysieke integriteit (agressie - onbeschoutheid) zijn direct gecorreleerd met zelfmoordgedachten en de dood van een geliefde wordt geassocieerd met slaapstoornissen (maar niet met emotionele uitputting of zelfmoordgedachten).

Dramatische levensgebeurtenissen laten een impact achter op de fysieke en psychologische gezondheid. Maar van zodra met deze gebeurtenissen rekening wordt gehouden, verklaren professionele stressoren altijd een aanzienlijk deel van de variantie van burn-out, zelfmoordgedachten of slaapstoornissen.

De resultaten tonen ons opnieuw het verband van de professionele stressoren met de gezondheid van de dierenartsen. Inderdaad, zodra de impact van traumatische levensgebeurtenissen in aanmerking wordt genomen verklaren deze stressoren nog steeds een aanzienlijk deel van emotionele uitputting (28%), slaapstoornissen (11%) en zelfmoordgedachten (4%).

### Zijn dierenartsen "verslaafd" aan werk?

"Workaholisme" beschrijft "een oncontroleerbare behoefte om constant te werken": het is niet voldoende om overmatig te werken (overmatig werk kan het gevolg zijn van een hoge vraag van de 10 klanten en een verhoogd professioneel geweten); het is ook een dwangmatig werken, je niet los kunnen maken van je werk.

Dit is wat het beroep lijkt te kenmerken, aangezien de studie scores geeft die een hoog workaholisme onder Franse dierenartsen weergeven.

De harde werkers die voldoen aan de professionele eisen door een zware werklust te accepteren, zonder deze oncontroleerbare behoefte te voelen om constant te werken, vertegenwoordigen 17,1% van de bevolking. De compulsieve werkers die laag scoren op de dimensie "buitensporig werk" maar hoog op de dimensie "dwangmatig werk" vertegenwoordigen 11,7% van de bevolking en deze dwangmatige houding ten opzichte van hun werk stelt hen bloot aan een hoog risico op burn-out, met een relatief verslechterde fysieke en psychologische gezondheid. Workaholics die zowel overmatig als dwangmatig werken, lopen het risico de slechtste fysieke en psychologische gezondheid te hebben. Ze vormen 37,6% van de steekproef, dus meer dan een derde van de Franse dierenartsen zou een toxische afhankelijkheidsratio hebben voor hun werk.

Dit is des te ernstiger wanneer er een verband bestaat tussen presenteïsme, dat wil zeggen het aantal gewerkte dagen waarop iemands gezondheidstoestand rust zou hebben verdiend, en workaholisme. In dezelfde logica stellen we vast dat hoe hoger de score is van de dierenartsen voor compulsief werken, hoe minder vrije dagen ze hebben genomen in de afgelopen 12 maanden.

Vrouwen hebben, in vergelijking met mannen, relatief gezien hogere scores onder de compulsieve werkers en de workaholics; dus in tegenstelling tot intuïtie die suggereert dat workaholisme vooral een mannelijke waarde is, is deze verslaving in onze steekproef van dierenartsen nog meer uitgesproken bij vrouwen.

De scores van compulsief en excessief werken verschillen niet in functie van de burgerlijke stand, wat een belangrijke zijde van deze verslaving kan betekenen. Evenzo zijn de correlaties zeer zwak tussen workaholisme en het aantal klanten dat per dag wordt ontvangen, evenals het aantal wacht- en nachtdiensten. Ten slotte is er geen verband tussen workaholisme en het aantal dagen ziekteverlof in de afgelopen 2 jaar, waarschijnlijk omdat workaholics niet overleggen wanneer ze ziek zijn, omdat we gezien hebben dat ze presenteïsme beoefenen.

Vanuit een gezondheidsoogpunt bereikt de emotionele uitputting een toppunt bij workaholics, evenals slaapstoornissen, zelfmoordgedachten en alle somatische aandoeningen die in dit onderzoek werden bestudeerd.

Meer dan een derde van de dierenartsen zijn workaholic, met andere woorden, hebben een relatie van psychologische afhankelijkheid van hun werk. Deze verslaving is sterk gerelateerd met de psychische gezondheid (burn-out, zelfmoordgedachten, etc.) en fysieke gezondheid (slaapstoornissen, etc.).

Workaholisme is waarschijnlijk één van de belangrijkste sleutels om psychosociale risico's bij dierenartsen te voorkomen en te vermijden en om tegelijkertijd hun levenskwaliteit op het werk te verhogen. Er is ongetwijfeld een belangrijke sensibiliseringscampagne uit te voeren onder de dierenartsen rond deze verslaving die pathogeen blijkt te zijn. Workaholisme schaadt niet alleen de persoon die eronder lijdt maar de effecten ervan breiden zich uit naar zijn omgeving, zij het collega's of familieleden.