

# Hoe leraren gezond en in ontwikkeling te houden?

## De invloed van taakeisen en hulp (energie) bronnen

Dr. Arnoud Evers

**Welten-instituut**

Onderzoekscentrum voor leren, doceren en technologie

**Open Universiteit**  
[welten-instituut.ou.nl](http://welten-instituut.ou.nl)



# Overzicht presentatie

- Het effect van stress op gezondheid
- Uitleg Job Demands (Taakeisen)-Resources (Energiebronnen) model
- Taakeisen en energiebronnen in relatie tot professionele ontwikkeling op het werk
- Conclusies
- Discussie



# Het effect van stress op gezondheid

- Hormoon cortisol aangemaakt bij langdurige stress om werking van adrenaline af te remmen
- Langdurige hoge concentraties cortisol tasten neuronale dendrieten in hersenen aan (kan op lange termijn wel weer herstellen)
- Verklaart veel van geheugen- en concentratie klachten bij burnout en depressie
- Verklaart waarom herstel van burnout zo lang duurt
- Geeft urgentie aan om (te hoge) stress en burnout te voorkomen



# Job Demands (Taakeisen)- Resources (Energiebronnen) model

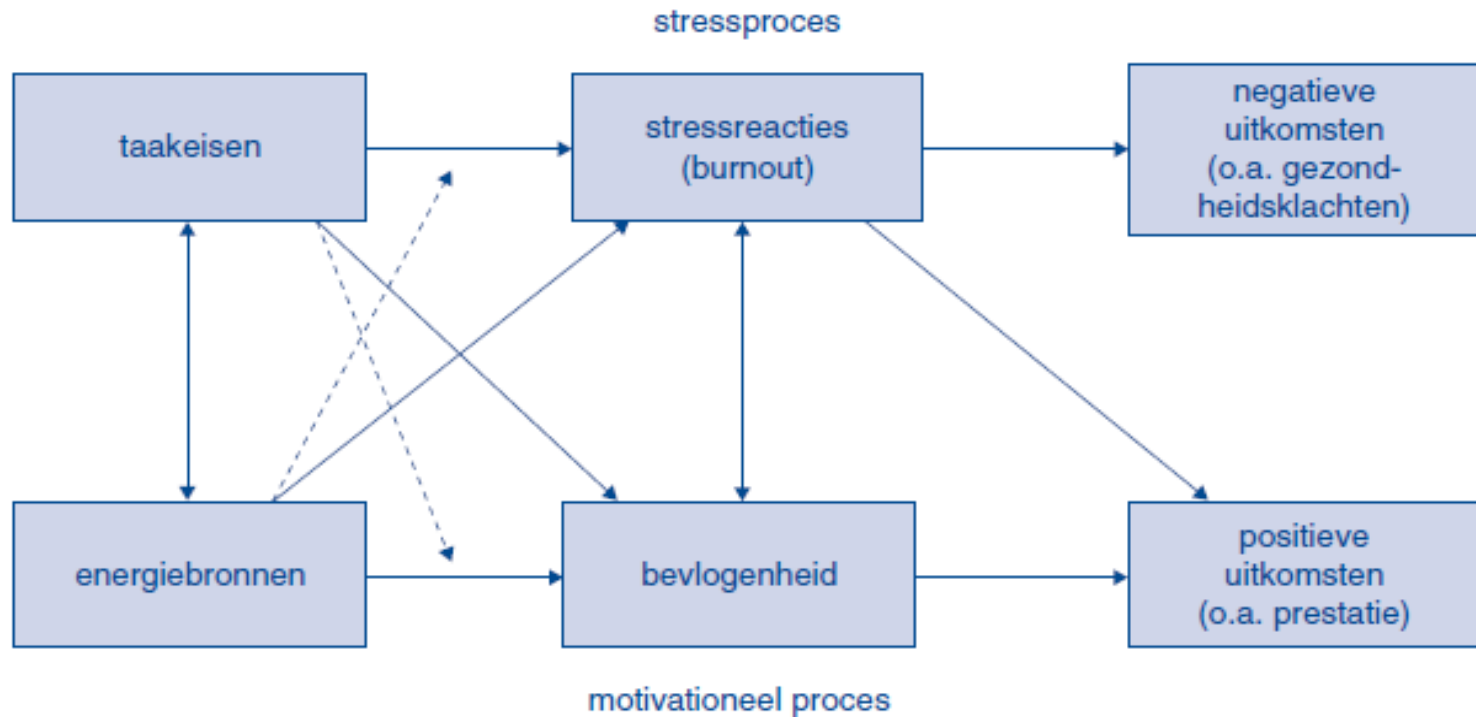
**Welten-instituut**

Onderzoekscentrum voor leren, doceren en technologie

**Open Universiteit**  
[welten-instituut.ou.nl](http://welten-instituut.ou.nl)



# Job Demands (Taakeisen)-Resources (Energiebronnen) model



De Jonge, J., Le Blanc, P., & Schaufeli, W.B. (2013). Theoretische modellen over werkstress. In W.B. Schaufeli & A.B. Bakker (Red.). De psychologie van arbeid en gezondheid (pp. 23-46). Houten: Bohn Stafleu van Loghum

**Welten-instituut**

Onderzoekscentrum voor leren, doceren en technologie

**Open Universiteit**  
welten-instituut.ou.nl



# Taakeisen



**Welten-instituut**

Onderzoekscentrum voor leren, doceren en technologie

**Open Universiteit**  
**welten-instituut.ou.nl**



# Taakeisen

1) Mentale taakeisen

2) Emotionele taakeisen

3) Fysieke taakeisen

**Welten-instituut**

Onderzoekscentrum voor leren, doceren en technologie

**Open Universiteit**  
**welten-instituut.ou.nl**



# Energiebronnen



**Welten-instituut**

Onderzoekscentrum voor leren, doceren en technologie

**Open Universiteit**  
**welten-instituut.ou.nl**





# Energiebronnen

- 1) Organisatie niveau (bv. leerklimaat)
- 2) Interpersoonlijke relaties (bv. sociale steun van collega's)
- 3) Organisatie van werk (bv. participatie in besluitvorming)
- 4) Taak niveau (bv. de leerwaarde van de functie)



# Taakeisen en energiebronnen in relatie tot professionele ontwikkeling op het werk

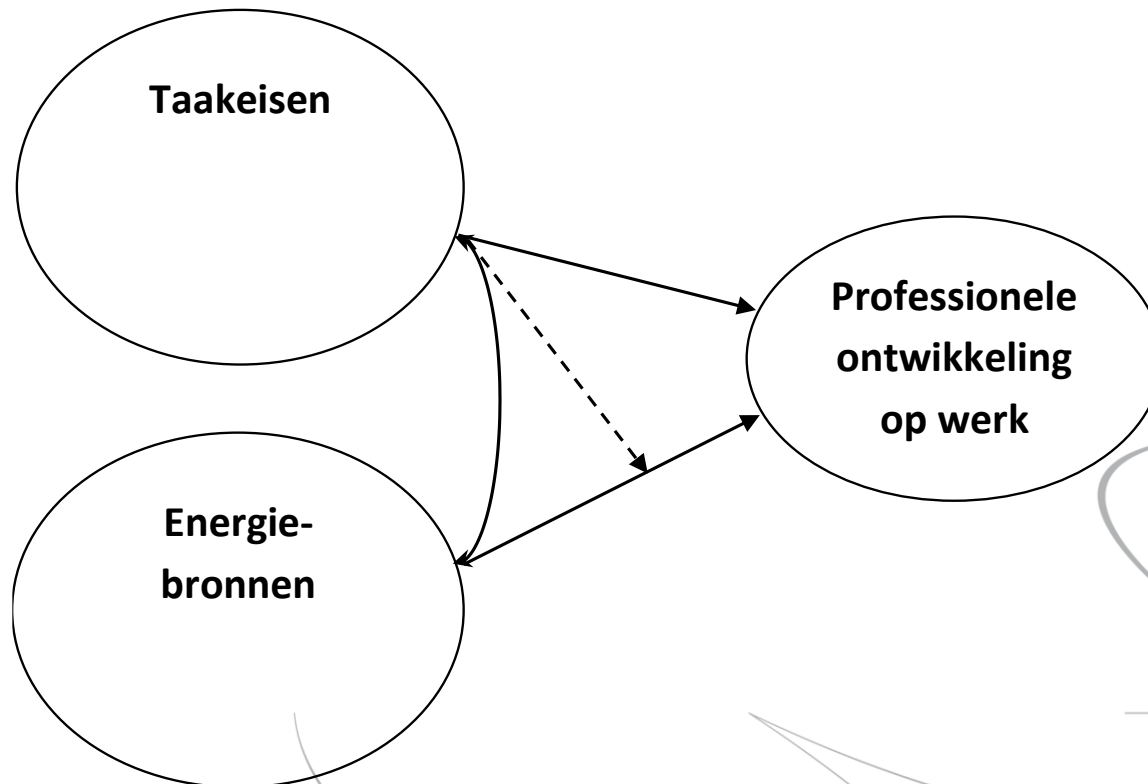
**Welten-instituut**

Onderzoekscentrum voor leren, doceren en technologie

**Open Universiteit**  
[welten-instituut.ou.nl](http://welten-instituut.ou.nl)



# Model: Taakeisen en energiebronnen in relatie tot professionele ontwikkeling op het werk



# Professionele ontwikkeling op het werk

Wie heeft de voorbije drie maanden...

1. Vakliteratuur gelezen?
2. Deelgenomen aan een studiedag / conferentie waarin het vak centraal staat?
3. Nieuwe werkmethoden geprobeerd in haar/zijn werk?
4. Feedback van collega's gevraagd over haar/zijn werk?
5. Met collega's gediscussieerd over verbetering en vernieuwing van de organisatie?

**Welten-instituut**

Onderzoekscentrum voor leren, doceren en technologie

**Open Universiteit**  
**welten-instituut.ou.nl**



# Hoe is professionele ontwikkeling van leraren op het werk gedefinieerd en gemeten in dit model?

- Professionele ontwikkeling op het werk = deelname aan leeractiviteiten op het werk
- Er is instrument ontwikkeld om dit te meten: bestaat uit 6 categorieën van leeractiviteiten op het werk:
  - 1) Op de hoogte blijven: lezen (bv. vakliteratuur)
  - 2) Op de hoogte blijven: deelnemen aan werkgerelateerde training
  - 3) Experimenteren
  - 4) Reflecteren en feedback vragen
  - 5) Samenwerken met collega's om de les te verbeteren
  - 6) Samenwerken met collega's om de schoolontwikkeling te verbeteren



# Validiteit en gebruik instrument voor meten van professionele ontwikkeling van leraren op het werk

- Instrument bestaat uit 21 vragen -> valide en betrouwbaar
- Het is een zelfevaluatie instrument
- Belangrijk om resultaten te bepreken in teams van leraren

Evers, A. T., Kreijns, K., & Van der Heijden, B. I. J. M. (2016). The design and validation of an instrument to measure Teachers' Professional Development at Work. *Studies in Continuing Education*, 38(2), 162-178.

**Welten-instituut**

Onderzoekscentrum voor leren, doceren en technologie

**Open Universiteit**  
**welten-instituut.ou.nl**



# Taakeisen in dit model

- Mentale taakeisen: Werkdruk (Kwakman, 2003; Van Veldhoven & Meijman, 1994)
- Emotionele taakeisen (Kwakman, 2003; Van Veldhoven & Meijman, 1994)



# Energiebronnen voor professionele ontwikkeling op het werk in dit model

## Niveau van de organisatie:

- Optimaal leerklimaat (Van Woerkom, 2003)

## Interpersoonlijke relaties:

- Sociale steun collega's (Van der Heijden, 2003)
- Sociale steun direct leidinggevende (Van der Heijden, 2003)

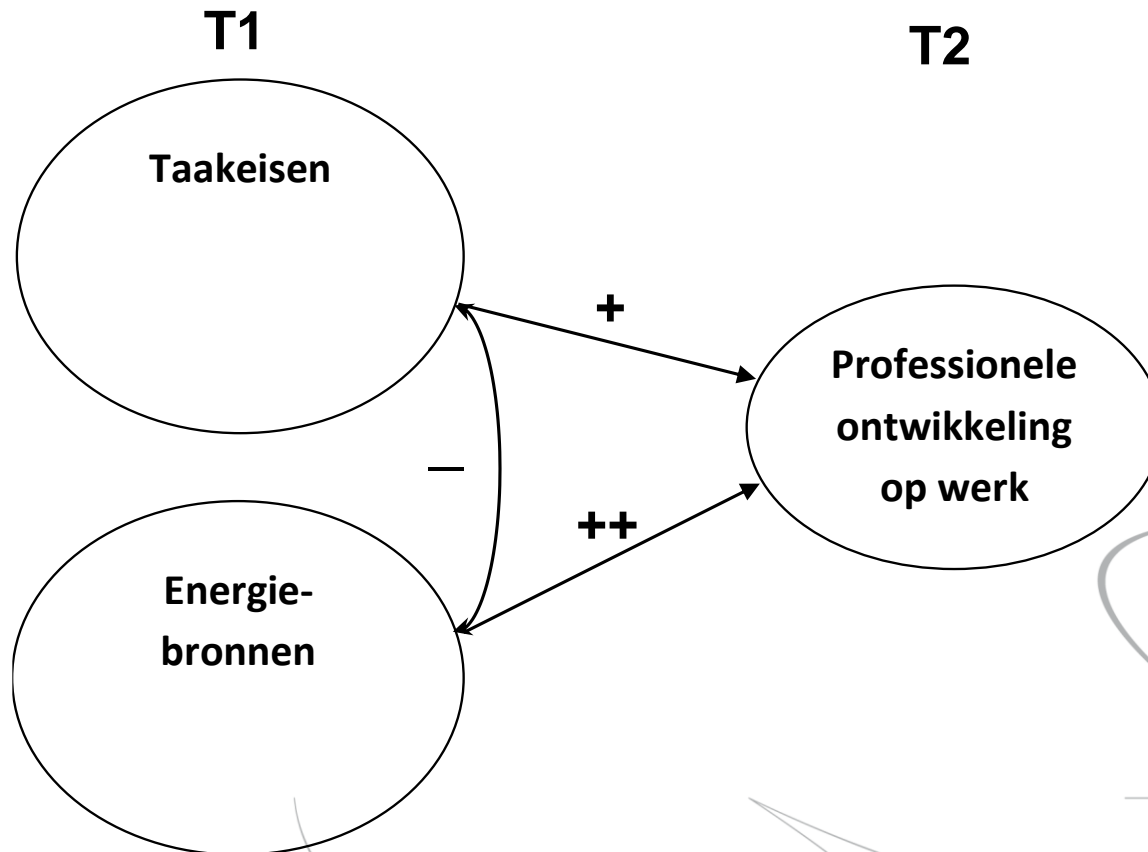
## Niveau van de taak:

- Leerwaarde van de functie, d.w.z. taken & verantwoordelijkheden waarvan te leren is (Van der Heijden et al., 2005)





# Toetsing model en resultaten



Evers, A. T., Van der Heijden, B. I. J. M., Kreijns, K., & Vermeulen, M. (2016). Job demands, resources and flexible competence: The mediating role of teachers' professional development at work. *Journal of Career Development*, 43(3), 227-243.

**Welten-instituut**

Onderzoekscentrum voor leren, doceren en technologie

**Open Universiteit**  
welten-instituut.ou.nl



# Conclusies

## Hoe leraren gezond en in ontwikkeling te houden?

- Maak ruimte en geef aandacht aan leren/professionele ontwikkeling *op het werk*
- Taakeisen niet te hoog en gericht op uitdaging
- Zorg voor voldoende energiebronnen voor ontwikkeling op het werk:
  - Optimaal leerklimaat (o.a. ruimte voor afwijkende meningen, leren van andere scholen)
  - Sociale steun van collega's en leidinggevenden
  - Variatie in taken en verantwoordelijkheden waarvan geleerd kan worden



# Dank voor uw aandacht

- Vragen?
- Contact: [arnoud.evers@ou.nl](mailto:arnoud.evers@ou.nl)

**Welten-instituut**

Onderzoekscentrum voor leren, doceren en technologie

**Open Universiteit**  
[welten-instituut.ou.nl](http://welten-instituut.ou.nl)



# Discussie

- Heeft uw organisatie aandacht voor het faciliteren van leren op het werk/de werkplek?
- Is leren op het werk/de werkplek onderdeel van functioneringsgesprekken?
- Is er in uw organisatie een balans tussen taakeisen en energiebronnen? Waarom wel/niet? Is het onderdeel van personeelsbeleid?

