

Is er een crisis op de redacties?

Een onderzoek naar burnout bij beroepsjournalisten in Vlaanderen

Teugels, M., Van Hoof, E., Mory, K. & De Witte, H. 2009. *Burnout in de Vlaamse pers. Een tijdbom onder de redacties*. Gent: Arteveldehogeschool.

In welke mate lopen journalisten een verhoogd risico op burnout? Zijn journalisten bevlogen medewerkers? Hoe is het met hun recuperatievermogen en hun werk-life balance gesteld? Dit onderzoek brengt de werkbeleving van beroepsjournalisten in Vlaanderen in kaart.

kleinere oplages (Cook et al., 1993; Cook et al., 1995). Reinardy (2007) signaleert een toename van burnout en koppelt burnout aan intenties om uit het beroep te stappen.

Ook in Vlaanderen worden redacties steeds verder afgeslankt. De impact hiervan op de werkbeleving van de journalisten werd tot voor kort niet onderzocht. Is er ook een crisis bij beroepsjournalisten in Vlaanderen?

De crisis in de journalistiek

Journalisten hebben een belangrijke informatieve en controlerende functie in de maatschappij. Wereldwijd staat de waakhondfunctie van de kwaliteitspers echter onder druk. Steeds meer mediaticketen zijn eigendom van beursgenoteerde mediagroepen. Onder druk van de beurs, fusies en saneringen verdwijnen titels en banen. Amerikaans onderzoek bracht aan het licht dat nieuws wordt gemaakt door almaar minder mensen (Rosenstiel et al., 2007). Redacties evolueren naar centrale multimediale productie-eenheden van nieuws. Onder druk van de commercie verandert de manier waarop journalisten hun beroep moeten uitoefenen (Kovack & Rosenstiel, 2007). Nieuws maken met minder journalisten bedreigt de kwaliteit van de berichtgeving. Onderzoek geeft aan dat een groot deel van het 'nieuws' afkomstig is van PR-bureaus (Buijs, 2009). Brits onderzoek wijst erop dat nieuwsredacties nog slechts 12,5% van de feiten controleren (Davies, 2008).

Amerikaans onderzoek signaleert een crisis op de redacties. Onderzoek bij krantenjournalisten meldt een verhoogd risico op burnout bij vooral eindredacteuren, jonge journalisten en kranten met

Wat is burnout?

Burnout ontstaat door langdurige blootstelling aan chronische mentale, emotionele en inter-persoonlijke stressoren op het werk. Burnout wordt gedefinieerd vanuit drie dimensies: uitputting, cynisme en een gevoel van verminderde persoonlijke bekwaamheid (Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001). *Uitputting* is de centrale component en de meest opvallende manifestatie van dit complexe syndroom. Werknemers met burnout hebben het gevoel helemaal 'leeg' en 'opgebrand' te zijn. Uitputting leidt ertoe dat mensen zich emotioneel en cognitief op een afstand houden van hun werk. Opgebrande mensen ontwikkelen een onverschillige of *cynische* houding. *Verminderde persoonlijke bekwaamheid*, de derde burnoutdimensie, is op te vatten als een negatieve houding tegenover de eigen competenties. Men heeft het gevoel niet meer naar behoren te functioneren. Burnout wordt geassocieerd met verschillende aspecten van uitval op het werk:

absenteïsme, de intentie om van job te veranderen en verloop. Blijvers met burnout zijn minder productief en efficiënt.

Wat is bevlogenheid?

Bevlogenheid kan worden omschreven als de positieve tegenhanger van burnout (Bulters, Bakker & Demerouti, 2002). Naast medewerkers met burnout zijn er op de werkvloer ook mensen die juist de tegenovergestelde kenmerken vertonen. Deze mensen voelen zich uitermate energiek, zijn toegewijd en gaan helemaal op in hun werkzaamheden. Bevlogen medewerkers voelen zich gelukkiger, zijn gezonder en fungeren als motor van de eigen hulpbronnen.

Het belang van recuperatie

Werk creëert stressreacties die in een individu kunnen accumuleren en op de lange termijn ertoe kunnen leiden dat mensen gezondheidsklachten, burnout en depressieve symptomen ontwikkelen. Ervaringen van recuperatie kunnen deze stressreacties verminderen. Sonnentag en Fritz (2007) suggereren het belang van vier types van recuperatie: psychologische afstand nemen van het werk (mentaal de knop omdraaien), relaxatie (zoals meditatie, natuurwandelingen, muziek beluisteren), uitdagende ervaringen en leerprocessen buiten het werk (zoals taalklassen, bergbeklimmen, een nieuwe hobby aanleren) en controle verwerven over wat er gebeurt in de vrije tijd. Gebrek aan recuperatie is een van de mogelijke oorzaken van het ontstaan van burnout.

Onderzoekopzet

Dit onderzoek is een poging om de werkbeleving van journalisten in kaart te brengen aan de hand van gevalideerde schalen. Voor het meten van burnout hanteerden we de UBOS-A voor werkenden, de Nederlandse gevalideerde vertaling van de MBI-GS (Schaufeli & van Dierendonck, 2001). Bevlogenheid werd gemeten met de Utrechtse Bevlogenheid Schaal (UBES), een betrouwbaar en valide zelf-rapportage-instrument (Schaufeli & Bakker, 2004). Recuperatievermogen hebben we in kaart gebracht

met de vier door Sonnentag en Fritz (2007) ontwikkelde recuperatieschalen, na ze te hebben vertaald en op bruikbaarheid getest. Naar work-life balance werd gepeild met de SWING (Geurts et al., 2005). Tevens werden vragen gesteld over demografische kenmerken, zoals leeftijd, anciënniteit, geslacht, gezinssamenstelling en statuut (in loondienst, freelance, stagiair).

Door met de Vlaamse Vereniging van Journalisten (VVJ), en het Fonds Pascal Decroos (FPD) samen te werken kreeg het onderzoek een meer 'officiële' stempel. Dat is niet onbelangrijk gezien het delicate onderzoeksonderwerp en de kritische ingesteldheid van de doelgroep.

De VVJ stelde voor dit onderzoek het adressenbestand ter beschikking van alle erkende beroepsjournalisten. Het enquêteformulier werd samen met het ledenblad "De Journalist" per post toegestuurd naar alle beroepsjournalisten in Vlaanderen. Het gaat om 2 342 journalisten die voor nationale radiostations, televisiezenders, dagbladen en magazines werken en een beroepserkenning hebben gekregen van de Erkenningscommissie van de FOD Binnenlandse Zaken. Het onderzoek kreeg veel redactionele aandacht in "De Journalist", alsook op de website van de VVJ en het FPD.

Eind mei 2008 viel de enquête bij onze doelgroep in de bus. Om te voorkomen dat vooral journalisten met burnout aan ons onderzoek zouden participeren, werd het onderzoek aangekondigd als een "onderzoek naar de arbeidsomstandigheden bij journalisten".

Een rondvraag bij redacties leerde dat een deel van de doelgroep de enquête niet had ontvangen. Tussen 6 juni en 3 juli 2008 hebben we daarom het adressenbestand van de VVJ drie keer digitaal aangeschreven. We hebben hiervoor samengewerkt met een gespecialiseerd bedrijf. Toen de respons op de derde mailing beperkt bleek, werd met het mailen gestopt.

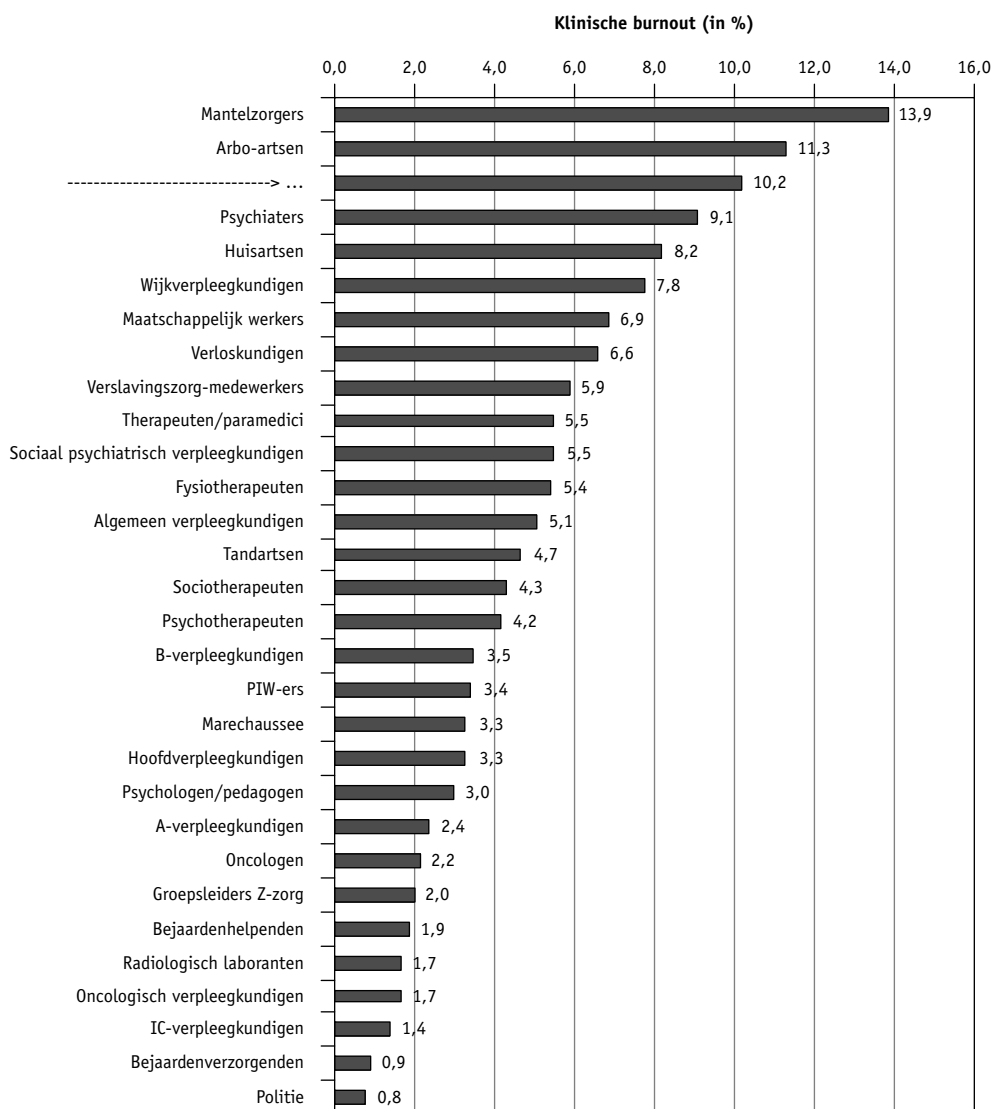
We slaagden er aldus in om 721 compleet ingevulde enquêteformulieren te vergaren op het totaal aantal van 2 342 erkende beroepsjournalisten. Deze respons van 30,78% is behoorlijk, want dit cijfer is vergelijkbaar met Belgisch en buitenlands onderzoek bij dezelfde doelgroep (Raeymaeckers,

Paulussen & De Keyser, 2008; Reinardy, 2007). 70% van de respons kwam digitaal bij ons toe, 30% via de gedrukte enquêteformulieren.

Onze dataset is vrij representatief voor zover we dat kunnen nagaan. De VVJ beschikt niet over veel populatiegegevens. Op een paar punten is ons staal licht afwijkend van het bestand van de VVJ en van de populatie journalisten die aan de profielstudie

van UGent heeft geparticipeerd (Raeymaeckers, Paulussen & De Keyser, 2008). Onze respondenten zijn iets, doch significant jonger (39,9 jaar) en iets doch significant vrouwelijker (36% vrouwen) dan in het databestand van de VVJ (gemiddeld 42,1 jaar en 28,2% vrouwen). Dit zou verband kunnen houden met het onderzoeksonderwerp. In buitenlands onderzoek is aangetoond dat in het bijzonder beginnende journalisten een verhoogd risico lopen

Figuur 1. Percentages 'klinische burnout' bij journalisten in vergelijking met andere beroepen



Bron: Bakker, Schaufeli & Van Dierendonck, 2000

op burnout (Reinardy, 2007). Onderzoek toonde aan dat vrouwelijke krantenjournalisten in Vlaanderen na verloop van tijd overstappen naar rustiger magazineredacties, omdat vrouwelijke journalisten hun baan vaker dan mannen combineren met zorg voor het gezin (De Clercq, 2003).

Het profiel van de respondenten

Onze respondenten zijn gemiddeld 39,9 jaar oud. 36% van de respondenten is vrouwelijk. De meeste respondenten werken in vast beroepsverband. Slechts een kwart werkt freelance. 90% werkt voltijds. Gemiddeld werken respondenten slechts 13,9 jaar als journalist. Ze zijn 10 jaar en 9 maanden voor hun huidige werkgever, of als freelance journalist aan de slag.

Meer dan de helft van onze doelgroep werkt als journalist (53%). De andere respondenten zijn eindredacteur (15%), vormgever, regisseur, technicus (8%), fotograaf/cameraman (8%), reactiechef (5,5%), deskredacteur (4%) en hoofdredacteur (4%). Het gros van de respondenten, bijna 40%, werkt voor een krant (37,4%), op de voet gevolgd door de audiovisuele media (30,7%). Een vijfde (21,8%) werkt voor magazines. Nog geen tien procent (9,3%) doet risicovolle verslaggeving van rampen, 1,7% is werkzaam als oorlogscorrespondent.

Respondenten draaien behoorlijk gevulde werkweken van 48,4 uur per week en werken vaak 's avonds (82,3%). Bijna 70% werkt regelmatig tot altijd in de weekends (67,9%). Bijna een vijfde van de respondenten werkt regelmatig tot altijd 's ochtends (18%).

Frequentie van burnout

Onze respondenten scoren 'gemiddeld' op uitputting, zij het aan de hoge kant. Hun gemiddelde van 2,2 op uitputting ligt immers hoger dan het gemiddelde voor werkenden van 1,8 in de handleiding van de UBOS-A schaal (Schaufeli & van Dierendonck, 2000). Deze score ligt precies op de grens tussen 'gemiddeld' en 'hoog' in de handleiding.

Respondenten scoren eveneens gemiddeld op cynisme, zij het opnieuw aan de hoge kant. Hun

gemiddelde score ligt immers met 1,9 hoger dan de norm uit de handleiding (1,3). Opnieuw ligt deze score op de grens tussen 'gemiddeld' en 'hoog' in de handleiding.

De respondenten scoren met 4,3 eveneens gemiddeld op persoonlijke bekwaamheid. Dit gemiddelde wijkt niet af van de norm. Hiermee geven respondenten aan gemiddeld genomen het gevoel te hebben bekwaam te zijn in hun werk.

In de handleiding wordt ook aangegeven op welke wijze de drie dimensies van burnout gecombineerd kunnen worden tot één score. Dat laat toe om het percentage respondenten te berekenen dat te maken heeft met burnout of dat een verhoogd risico loopt op burnout. Deze percentages kunnen vergeleken worden met de percentages die men in de populatie vindt.

Bij onze respondenten suggereert deze berekening een verhoogd risico op burnout. Ongeveer 10,2% van de respondenten heeft immers een niveau van burnout dat overeenstemt met het niveau van mensen die voor burnout werden opgenomen in het ziekenhuis (in overeenstemming met 'klinische burnout'). In de populatie werkende mensen bedraagt dit cijfer doorgaans slechts 4%. Daarnaast heeft 21,4% van de respondenten een verhoogd burnoutrisico. Zij hebben (nog) geen burnout, maar lopen wel het gevaar dit op te lopen in de toekomst. In de populatie werkende mensen ligt dit percentage beduidend lager. Samengenomen tonen onze resultaten dus aan dat bijna een derde (of 31,6%) van de beroepsjournalisten in Vlaanderen risico loopt op burnout.

Vergelijking met andere beroepsgroepen

Omdat er naar burnout in Nederland al heel wat onderzoek is gedaan, kunnen we de burnoutscores van onze respondenten vergelijken met die van 29 andere contractuele beroepen (Bakker, Schaufeli & Van Dierendonck, 2000). Het resultaat wordt getoond in figuur 1 en 2.

Telkens blijkt dat de beroepsjournalisten in Vlaanderen hoog scoren in vergelijking met andere beroepsgroepen.

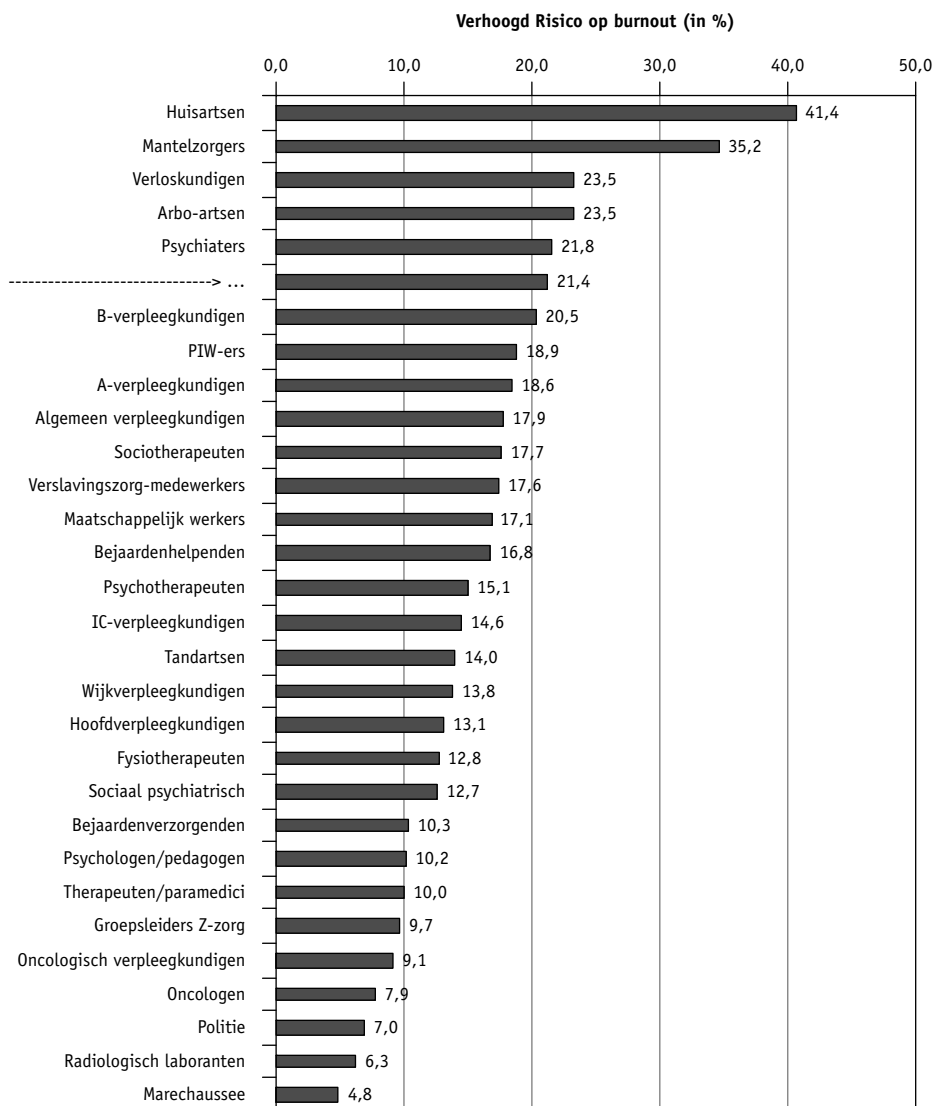
Gevolgen van burnout

Burnout kan ertoe leiden dat mensen van baan en zelfs van beroep veranderen (Geurts et al., 2005). Bijna de helft van onze respondenten (47%) denkt er nooit aan uit het beroep te stappen. Toch is 40% dat soms, meer dan 10% is dat vaak, tot altijd van plan – vooral cynisch ingestelde beroepsjournalisten.

Maar heel weinig respondenten bleven het laatste jaar thuis omwille van gezondheidsklachten te wijten aan het werk (absenteïsme). Ziek blijven doorwerken (presenteïsme) komt wel vaak op redacties voor. Meer dan 40% van de respondenten was vorig jaar meer dan twee keer aan het werk, terwijl het voor de eigen gezondheid beter had geweest thuis te blijven.

Figuur 2.

Percentages 'verhoogd risico op burnout' bij journalisten in vergelijking met andere beroepen



Bron: Bakker, Schaufeli & Van Dierendonck, 2000

Frequentie van bevlogenheid

Om te meten in welke mate respondenten bevlogen zijn, vergelijken we hun gemiddelde scores met de norm uit de UBES-handleiding (Schaufeli & Bakker, 2004). Onze respondenten scoren 4,6 op een schaal van '0' tot '6'. Dat impliceert dat ze zich 'eens' tot 'een paar keer per week' enthousiast en energiek voelen. De bevroegde beroepsjournalisten scoren daarmee beduidend hoger dan 3,7 – de gemiddelde norm voor bevlogenheid in de UBES-9 schaal. Deze score brengt de problematische score inzake burnout wat in evenwicht.

Sonnentag wijst erop dat het precies voor zeer bevlogen medewerkers belangrijk kan zijn in de vrije tijd de knop om te draaien, omdat die kwetsbaarder zouden zijn voor stressoren en negatieve ervaringen op het werk (Sonnentag et al., 2008).

Recuperatievermogen en work-life balance

Respondenten lijken hun beroep niet altijd even gemakkelijk met hun privé-leven te kunnen combineren. Bijna een vierde van de respondenten geeft aan door het werk thuis vaak tot altijd prikkelbaar te zijn (Work Home Interference strain based). Dit hangt sterk samen met uitputting en cynisme. Meer dan een vierde zegt vaak tot altijd geen energie te hebben om met de partner/familie/vrienden leuke dingen te doen (Work Home Interference Time Based). Dit correleert met uitputting. Over het algemeen lijken journalisten geen problemen te hebben met recuperatie, maar het typische tegen deadlines aan werken en het frequente doorwerken 's avonds zou wel degelijk tot recuperatieproblemen kunnen leiden.

Conclusies

In welke mate lopen journalisten een verhoogd risico op burnout? Zijn journalisten bevlogen medewerkers? Hoe is het met hun recuperatievermogen en worklife balance gesteld? Respondenten scoren gemiddeld op uitputting én cynisme voor twee van de drie burnoutcomponenten, maar de scores liggen aan de hoge kant. Ze scoren gemiddeld op persoonlijke bekwaamheid. Onze berekeningen

wijzen op een verhoogd burnoutrisico voor deze beroepsgroep (Schaufeli & van Dierendonck, 2000). 10,2% van de respondenten heeft een score die overeenstemt met klinische burnout. In de populatie werkende mensen bedraagt dit cijfer doorgaans 4%. 21,4% heeft een verhoogd burnoutrisico. Vergeleken met 29 andere contactuele beroepen liggen de burnoutscores van onze respondenten hoog. Anderzijds scoren journalisten beduidend hoger dan de gemiddelde norm op bevlogenheid. Deze score brengt de problematische score inzake burnout allicht wat in evenwicht. Door het werk geïrriteerd zijn thuis (Work Home Interference strain based) lijkt sterk samen te hangen met uitputting en cynisme. Geen tijd hebben voor dingen buiten het werk (Work Home Interference Time Based) correleert eveneens met uitputting.

Marleen Teugels
Arteveldehogeschool
Elke Van Hoof
Arteveldehogeschool
en Vrije Universiteit Brussel
Hans De Witte
K.U.Leuven

Met dank aan Conny Vercaigne
Arteveldehogeschool

Bibliografie

- Bakker, A.B., Schaufeli, W.B. & Van Dierendonck, D. 2000. Burnout: prevalentie, risicogroepen en risicofactoren. In I.L.D. Houtman, W.B. Schaufeli, & T. Taris (Eds.) *Psychische vermoeidheid en werk*. Alphen aan de Rijn: NWO/Samsom.
- Buijs, K. 2009. Het persbureau regeert mee. *De nieuwe reporter*, online publicatie.
- Bulters, A.J., Bakker, A.B & Demerouti, E. 2002. Het WEB-model: een praktisch instrument om de oorzaken van burnout en bevlogenheid op te sporen. *Interaxis, The-manummer Stress*, 11.
- Cook, B.B. & Banks, S.R. 1993. Predictors of Job Burnout in Reporters and Copy Editors. *Journalism Quarterly*, 70 (1), 108-117.
- Cook, B.B., Banks, S.R. & Turner, R.J. 1993. The Effects of Work Environment on burnout in the Newsroom. *Newspaper Research Journal*, 14 (3-4), 123-136.
- Cook, B.B., Banks, S.R. & Thompson, B. 1995. *Copy Desk Leader Behaviors/Copy Editor Job Stress: The Relationship of Copy Desk Leader Behaviors to Job Stress*,

- Hardiness and Health Factors in Copy Editors*, paper presented to the Association for Education in Journalism and Mass Communication 1995 convention.
- Davies, N. 2008. *Flat Earth News*. London: Chatto & Windus.
- De Clercq, M. 2003. Van onze correspondent(e) ter plaatse. Over de vrouwelijke ondervertegenwoordiging op de Vlaamse nieuwsredactie. In M. Demoor, K. Heene & G. Reymenants (Eds.), *Verslagen van het Centrum voor Genderstudies -Ugent*: 29-54. Gent: Academia Press.
- Geurts, S.A.E., Taris, T.W., Kompier, M.A.J., Dijkers, J.S.E., Hooff, M.L.M. van Kinnunen, U.M. 2005. Work-home interaction from a work psychological perspective: Development and validation of a new questionnaire the SWING. *Work & Stress*, 19, 319-339.
- Kovach, B., Rosenstiel, T. 2007. *The Elements of Journalism. What Newspeople Should Know and The Public Should Expect*. New York: Three Rivers Press.
- Notelaers, G., De Witte, H., Van Veldhoven, M. & Vermunt, J.K. 2007. Construction and validation of the Short Inventory to Monitor Psychosocial Hazards. *Médecine du travail & Ergonomie/Arbeids-gezondheidszorg & Ergonomie*, 44 (1), 11-17.
- Rosenstiel, T., Just, M.R., Belt, T.L., Pertilla, A., Dean, W.C. & Chinni, D. 2007. *We Interrupt This Newscast, How To Improve Local News and Win Ratings, Too*. New York: Cambridge University Press.
- Maslach, C., Schaufeli, W.B. & Leiter, M.P. 2001. Job burn-out. *Annual Review of Psychology*, 52, 397-422.
- Raeymaeckers, K., Paulussen, S. & De Keyser, J. 2008. De beroepsjournalist in 2008: een profielstudie. *De Journalist*, 115-117.
- Reinardy, S. 2007. *Newspaper journalism in crisis: Burnout on the rise, eroding young journalists' career commitment*, manuscript accepted for presentation to the Newspaper Division at the Association for Education in Journalism and Mass Communication convention in Washington, D.C., in August 2007.
- Schaufeli, W.B. & Van Dierendonck, D. 2001. Utrechtse Burnout Schaal (UBOS). *De Psycholoog*, 36, 9-12.
- Schaufeli, W.B. & Bakker, A.B. 2004. Job demands, job resources and their relationship with burnout and engagement: A multi-sample study. *Journal of Organizational Behavior*, 25, 293-315.
- Sonnentag, S. & Fritz, C. 2007. The recovery experience questionnaire: development and validation of a measure for assessing recuperation and unwinding from work. *Journal of Occupational Health Psychology*, 12 (3), 204-221.
- Sonnentag, S., Mojza, E.J., Binnewies, C., & Scholl, A. 2008. Being engaged at work and detached at home: A week-level study on work engagement, psychological detachment, and affect. *Work & Stress*, 22 (3), 257-276.
- Teugels, M., Van Hoof, E., Mory, K., & De Witte, H. 2009. Burnout in de Vlaamse pers: een tijdbom onder de redacties. *De Journalist*, 122, 9-12.