GESPONSORDE INHOUD
Partner Content biedt bedrijven, organisaties en overheden toegang tot het netwerk van De Tijd om hun visie, ideeën en oplossingen te delen met de De Tijd-community. Buiten de verantwoordelijkheid van de redactie van De Tijd.
PARTNER CONTENT

TIJD CONNECT | FUTURE OF WORK: LIANTIS

‘Absenteïsme kost miljarden – maar sterk leiderschap kan trend keren’

KOPIEER LINK
(TWITTER)
BLUESKY
FACEBOOK
WHATSAPP
LINKEDIN
E-MAIL
BEWAAR
10 SCHENK DIT ARTIKEL



Evy Sadicaris, manager van het team psychosociaal welzijn bij Liantis © Marco Mertens

PARTNER CONTENT
Partner Content biedt organisaties toegang tot het netwerk van De Tijd. De partners zijn verantwoordelijk voor de inhoud.

10 oktober 2025 10:17

Steeds meer jonge werknemers in België vallen langdurig uit door depressie of burn-out. In 2023 spendeerde ons land meer dan 2 miljard euro aan uitkeringen voor deze ziektes, een gemiddelde stijging van ruim 15 procent in één jaar. ‘Er is een duidelijke link tussen absenteïsme en de manier van leidinggeven’, vertelt Evy Sadicaris van Liantis.

Meer nieuws van De Tijd in uw zoekresultaten? Kies De Tijd als voorkeursbron in Google

De cijfers van het RIZIV spreken boekdelen: het aantal langdurig arbeidsongeschikte jongeren onder 30 steeg in één jaar met 21,6 procent, ver boven de stijging bij dertigers (+16,2%) en veertigers (+7,6%). De werkelijke omvang ligt waarschijnlijk nog hoger, want statutaire ambtenaren zoals vastbenoemde leerkrachten werden niet meegerekend.

‘De signalen zijn duidelijk: burn-out en stressgerelateerde uitval blijven toenemen, en de jongste generatie wordt het hardst getroffen’, benadrukt Evy Sadicaris, manager van het team psychosociaal welzijn bij hr-dienstengroep Liantis.

Sterk leiderschap maakt het verschil

De 60 bedrijfspsychologen van Liantis zien dagelijks hoe leiderschap direct invloed heeft op betrokkenheid en afwezigheid. ‘De perfecte leidinggevende bestaat niet’, zegt Sadicaris. ‘Wat het verschil maakt, zijn wendbare leiders die zich aanpassen aan de context, de behoeften van medewerkers en de doelstellingen van de organisatie.’

Effectief leiderschap draait om de juiste balans tussen sturen en verbinden. Het gaat enerzijds om duidelijke doelen en kaders, anderzijds om motivatie, betrokkenheid en welzijn van medewerkers. Volgens Sadicaris komen de meeste klachten in de praktijk op twee dingen neer: ‘Of mensen weten niet wat er van hen verwacht wordt, of ze voelen zich niet begrepen. Dan ontbreekt respectievelijk sturing of verbinding.’

Vaak voorkomende valkuilen

Leidinggevenden trappen in de praktijk vaak in dezelfde valkuilen. Een veelgemaakte fout is de *fundamentele attributiefout*. Volgens Sadicaris worden problemen te snel aan iemands karakter toegeschreven, zoals luiheid, terwijl de werkdruk of context vaak de echte oorzaak is.



Ook de kennisvloek speelt parten: leidinggevenden gaan ervan uit dat medewerkers over dezelfde informatie beschikken als zijzelf. ‘Daarnaast kunnen overmoed en ego alles ondermijnen’, waarschuwt Sadicaris. ‘Wie de verdienste van het team naar zich toe trekt of stopt met groeien omdat hij of zij alles denkt te weten, schaadt zowel vertrouwen als motivatie.’

‘Er rusten heel veel verwachtingen op leidinggevenden; hulp inschakelen is geen teken van zwakte, maar juist een bewijs van kracht.’

EVY SADICARIS
MANAGER VAN HET TEAM PSYCHOSOCIAAL WELZIJN BIJ LIANTIS

De sleutel: motivatie en vertrouwen

Wat kunnen leidinggevenden doen om absenteïsme te voorkomen? Sadicaris wijst op het ABC-model uit de zelfdeterminatietheorie: autonomie, betrokkenheid en competentie. Wie die drie pijlers aanbiedt, vergroot de motivatie en veerkracht van mensen. ‘Kleine acties maken al een groot verschil’, zegt ze. ‘Oprechte interesse tonen, echt vragen hoe het gaat en verwachtingen verduidelijken: dat zijn onderschatte basics.’

Daarnaast staan leidinggevenden ook niet alleen: interne hr-medewerkers, vertrouwenspersonen of externe preventiediensten kunnen ondersteunen bij complexe situaties. ‘Er rusten heel veel verwachtingen op leidinggevenden; hulp inschakelen is geen teken van zwakte, maar juist een bewijs van kracht’, besluit Sadicaris.

Rol medewerkers

Niet alleen leidinggevenden, ook medewerkers kunnen zelf actie ondernemen. ‘Durf in dialoog te gaan’, adviseert Sadicaris. ‘Plan een rustig gesprek met je leidinggevende zodra je uit balans raakt, bereid het goed voor en wees duidelijk over welke steun je nodig hebt.’ Zo’n open gesprek helpt vaak sneller tot oplossingen te komen, waardoor medewerker en leidinggevende samen tot werkbare afspraken komen.

Ga vandaag nog aan de slag:
Ontdek de preventie - en ondersteuningsmiddelen van Liantis op liantis.be.

LEES VERDER

FUTURE OF WORK: LIANTIS
Langdurig verzuim: wat werkgevers moeten weten
Vanaf 2026 moeten bedrijven een nieuwe solidariteitsbijdrage betalen wanneer een werknemer…



FUTURE OF WORK: LIANTIS
‘Toegeven op je bedrijfswaarden is nooit een goed idee’
De krapte op de arbeidsmarkt is zo groot dat sollicitanten werkgevers tegen elkaar kunnen uitspelen. Maar toegeven…



2 van 101
MEER LADEN