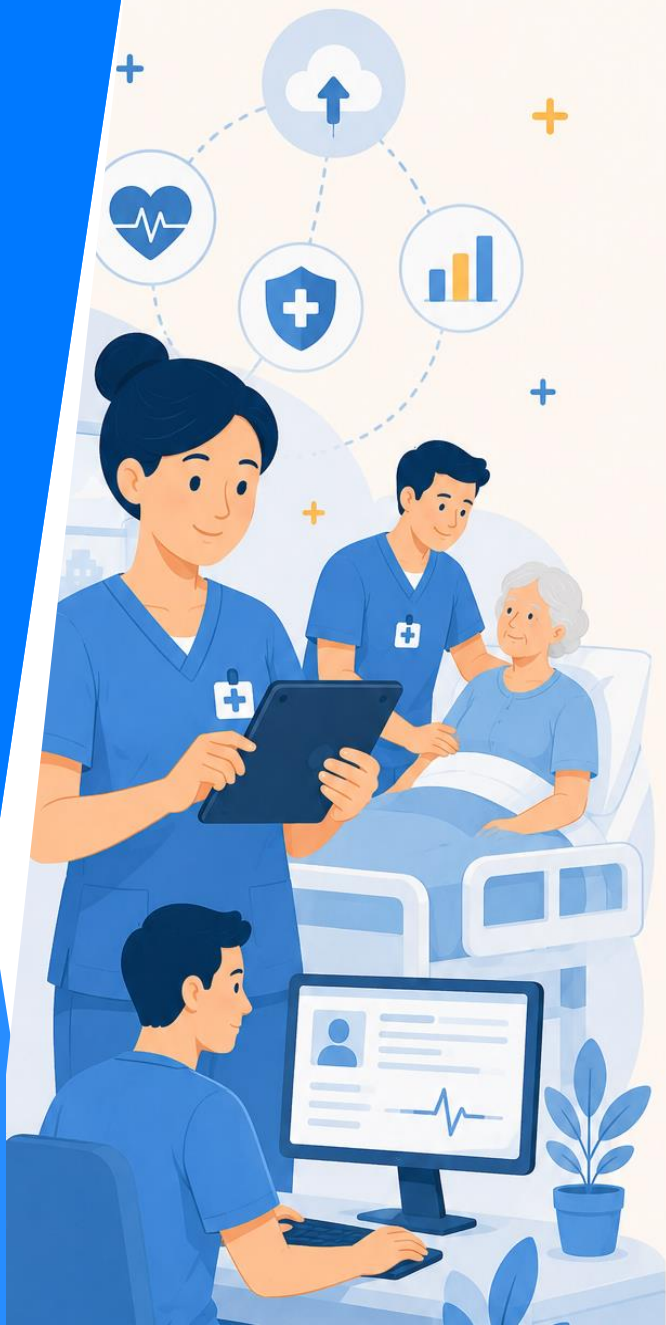




De bijsluiter van technologie

Over werkingen én bijwerkingen van technologie in
de zorg

Prof. dr. Maria Peeters

Universiteit Utrecht / Technische Universiteit Eindhoven

Kennis festival “Anders werkt beter”

Deventer, 19 juni 2026

Disclosure belangen spreker – voor accreditatie

Bijeenkomst:	Kennisfestival Anders werkt beter
Titel sessie:	De bijsluiter van technologie
Spreeker:	Maria Peeters
Datum:	19 juni 2026

Potentiële belangenverstrengeling:

Voor deze bijeenkomst zijn er geen potentiële belangenverstrengelingen.



Eerst even voorstellen:

Maria Peeters

Docent, onderzoeker, A&O Psycholoog, spreker

- 📌 Onderzoeker aan UU en TU/e
- 💡 Ik onderzoek hoe mensen gezond, gemotiveerd en duurzaam kunnen werken
- ❤️ Bijzonder geïnteresseerd in de rol van welzijn, betekenisvol werk en nieuwe technologie
- 🔬 Waarom ik hier sta? Lid van de expertraad van het Citrienfonds



Universiteit
Utrecht

TU/e EINDHOVEN
UNIVERSITY OF
TECHNOLOGY



Doel van deze sessie - programma

- ▶ Nadenken over uw eigen ervaring met technologie in het werk?
- ▶ De wetenschap over 'arbeidsvitaminen' en werkplezier
- ▶ Laten zien wat technologie kan doen met arbeidsvitaminen en werkplezier
- ▶ Waarom het goed is om na te denken over welke bijwerkingen er in UW bijsluiter staan
- ▶ Valt er iets te doen aan die bijwerkingen?

Technologie in de zorg

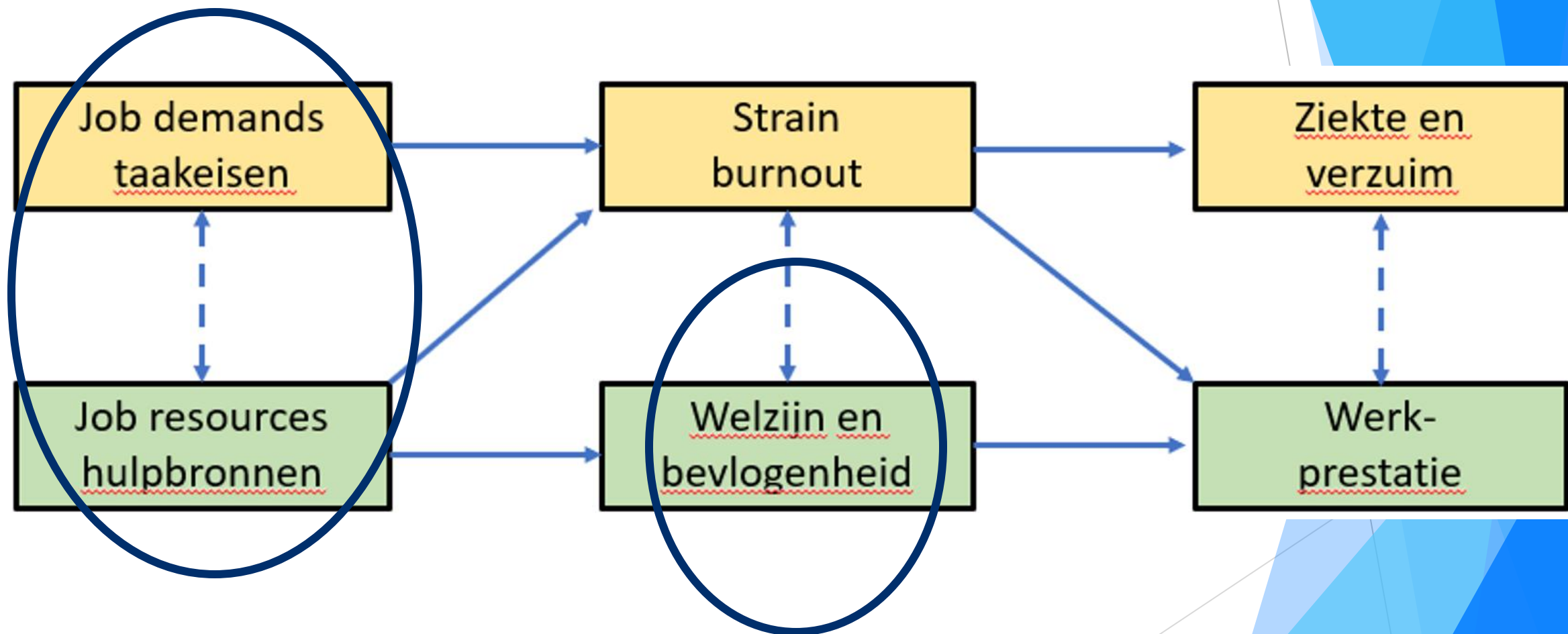
- ▶ 1000 en 1 vormen
- ▶ In de projecten citrienfonds kan het gaan om
 - AI die via spraakherkenning verpleegkundigen ontlast door automatische verslaglegging van intakegesprekken -> meer tijd voor echte zorg
 - logistieke robots voor intern transport, zodat zorgverleners zich kunnen richten op patiëntenzorg.
- ▶ Maar nog veel meer mogelijk



Een snelle peiling ahv enkele stellingen

- ▶ Technologie maakt mijn werk efficiënter
 - ▶ Technologie maakt mijn werk leuker
 - ▶ Van technologie in mijn werk raak ik gestrest
 - ▶ Technologie verhoogt mijn werkdruk
-
- ▶ Als technologie in de zorg echt een bijsluiter had: wat zou voor jullie de meest voorkomende bijwerking zijn?

De wetenschap over arbeidsvitaminen en werkplezier: Het Job Demands – Resources (JD-R) model*



* Demerouti et al.(2001). *The job demands-resources model of burnout*. Journal of Applied Psychology, 86(3), 499–512.

Wat zijn Demands en Resources?

Afhankelijk van het type functie kan dat variëren

Resources zijn de kenmerken van het werk die je energie **GEVEN**

Demands zijn de kenmerken van het werk die je energie **KOSTEN**

Voorbeelden
uit jullie werk?

Voorbeelden
uit jullie werk?



De 5 SMART 'work design principles'

- ▶ **S** – Stimulating: het werk is uitdagend en afwisselend (niet te saai of repetitief)
- ▶ **M** – Mastery: het biedt mogelijkheden om te leren en vaardigheden te ontwikkelen
- ▶ **A** – Agency: je hebt autonomie en invloed op hoe je je werk uitvoert
- ▶ **R** – Relational: het werk heeft betekenisvolle sociale contacten en samenwerking
- ▶ **T** – Tolerable demands: de taakeisen zijn haalbaar en niet structureel schadelijk (werkdruk is te dragen)



De vijf 'smarties' zijn belangrijke arbeidsvitaminen
die bijdragen aan duurzaam werkplezier



Hoe het zit met *jullie* werkplezier?*

Opdracht: vul in, en bereken je totaalscore. Hoe bevlogen ben jij?

	nooit	paar keer per jaar of minder	1 x per maand	Paar keer per maand	1 x per week	Een paar keer per week	Dagelijks
Op mijn werk bruis ik van energie	0	1	2	3	4	5	6
Ik ben enthousiast over mijn baan	0	1	2	3	4	5	6
Ik ga helemaal op in mijn werk	0	1	2	3	4	5	6

* Schaufeli, et al. (2019). An ultra-short measure for work engagement: The UWES-3 validation across five countries. *Eur. J. Psychol. Assess.* 35, 577–591.

Hoe het zit met *jullie* werkplezier?

Je score	Je positie tov anderen	Je label ...
< 5,79	laagste 5%	Ze ^{er} laag
5,82-9,18	6-25%	Laag
9,21-13,98	26-75%	Gemiddeld
14,0-16,59	76-95%	Hoog
> 16,63	95-100%	Ze ^{er} hoog

nooit	paar keer per jaar of minder	1 x per maand	Paar keer per maand	1 x per week	Een paar keer per week	Dagelijks
0	3	6	9	12	15	18



POSITIEVE WERKING

Technologie die zorgprofessionals stimuleert en versterkt



AI-ondersteunende diagnostiek

Snellere en nauwkeurigere inzichten, meer tijd voor klinisch redeneren en patiëntgericht overleg.



Digitale triage

De juiste zorg op de juiste plek, efficiënter prioriteren en betere doorstroom.



Spraakgestuurd rapporteren

Minder typewerk, meer aandacht voor de patiënt en ruimte voor professionele reflectie.



Meer ruimte voor vakmanschap, aandacht en ontwikkeling
→ Stimulerend, betekenisvol en energiegelvend werk

PRINCIPE 1

Stimulerend werk

Werk dat mentaal stimuleert, betekenisvol is en ruimte geeft voor groei.



BIJWERKING

Technologie die kan leiden tot druk, afleiding en verlies van vakplezier



Routinematig afvinkwerk

Meer administratie, minder tijd voor wat er echt toe doet.



Voortdurende monitoring

Constance metingen en meldingen geven gevoel van controleverlies en tijdsdruk.



Veel schermwerk

Minder face-to-face contact, hogere cognitieve belasting en vermoeide blik.



Risico op werkdruk, minder voldoening en uitputting
→ Demotiverend, vermoeiend en betekenisverlies



POSITIEVE WERKING

Technologie die leren mogelijk maakt
en competenties versterkt



e-learning

Flexibel en toegankelijk
leren op eigen tempo,
altijd en overal.



Simulaties

Realistische oefening-
en in een veilige
omgeving vergroten
handelingsvaardigheid.



Datafeedback

Inzicht in prestaties en
uitkomsten ondersteunt
gerichte verbetering en
groei.



Meer competentie, meer zelfvertrouwen en betere prestaties
→ Professionele groei en betere zorguitkomsten

PRINCIPE 2

Competentieontwikkeling

Ontwikkel kennis, vaardigheden
en zelfvertrouwen voor
hoge kwaliteit van zorg.



BIJWERKING

Technologie die onrealistische eisen stelt
en de ontwikkeling belemmert



Leerdruk

Hoge verwachtingen en
continue bijscholing
zorgen voor stress en
verminderen leerplezier.



Complexe systemen

Moeilijk te begrijpen en
lastig te gebruiken
systemen leiden tot
fouten en vertraging.



Zorgen voor frustratie

Technologie die niet aansluit
bij de praktijk veroorzaakt
irritatie en demotivatie.



Risico op frustratie, demotivatie en stilstand in ontwikkeling
→ Minder competent, onzeker en lagere kwaliteit van zorg



POSITIEVE WERKING

Digitale tools faciliteren plannen en beslissen



Slim plannen

Digitale tools geven inzicht en overzicht, waardoor je werk beter kunt plannen en prioriteiten stellen.



Onderbouwd beslissen

Toegang tot relevante informatie ondersteunt je om weloverwogen en passende beslissingen te nemen.



Regie over eigen werk

Minder administratieve last en meer flexibiliteit geven ruimte voor professionele regie en maatwerk.



Meer autonomie, meer werkplezier en betere zorg
→ Gemotiveerde professionals en betere uitkomsten

PRINCIPE 3

Autonomie

De vrijheid om professionele keuzes te maken en regie te nemen over je werk.



BIJWERKING

Technologie kan autonomie beperken en professionele ruimte inperken



Algoritmes beperken professionele ruimte

Beslissingsondersteuning wordt beslissingssturing, waardoor minder ruimte overblijft voor eigen afwegingen.



Strakke registratieverplichtingen

Uitgebreide registratie en verantwoording nemen veel tijd in beslag en beperken de handelingsvrijheid.



Registratieproblemen zorgen voor beperkingen

Systemen die niet goed werken of vaak uitvallen maken het lastiger om je werk goed te doen.



Minder autonomie, meer frustratie en werkdruk
→ Minder werkplezier en risico op uitval

✓ POSITIEVE WERKING

Technologie kan verbinding versterken en samenwerking bevorderen



Betere afstemming m.b.v. digitale tools

Digitale tools verbeteren communicatie en informatie-delung, waardoor iedereen beter op elkaar is afgestemd.



Meer samenwerking

Technologie maakt het gemakkelijker om kennis te delen, samen plannen te maken en elkaar te ondersteunen.



Sterkere teamverbinding

Digitale platforms helpen teams om verbonden te blijven, ook over afdelingen of locaties heen.



Meer verbondenheid, meer begrip en vertrouwen
→ Betere samenwerking en meer werkplezier

PRINCIPE 4

Sociale relaties

Sterke relaties en samenwerking zijn essentieel voor kwaliteit van zorg en werkplezier.



! BIJWERKING

Technologie kan afstand creëren en verbinding onder druk zetten



Minder face-to-face contact

Meer digitale communicatie leidt tot minder persoonlijk contact en oppervlakkiger interactie.



Minder patiënt contact

Administratieve taken en schermwerk nemen tijd in, waardoor er minder ruimte is voor echte aandacht voor de patiënt.



Teamgevoel minder sterk

Digitale interacties vervangen echte ontmoetingen, waardoor onderlinge verbondenheid en teamgevoel afnemen.



Minder verbinding, minder begrip en vertrouwen
→ Minder samenwerking en minder werkplezier



POSITIEVE WERKING

Technologie kan werkdruk verlagen door automatisering en slim ondersteunen van taken.



Automatisering van administratie

Automatisering van verslaglegging, registratie en declaratie bespaart tijd en vermindert administratieve last.



Saaie taken verlagen werkdruk

Technologie neemt repeterende en routinematige taken over, zodat meer tijd overblijft voor zinnige en complexe zorg.



Slimme ondersteuning en prioritering

Intelligente systemen helpen prioriteiten te stellen en tijdig te handelen, waardoor piekdruk afneemt.



Meer ruimte, minder werkdruk, betere focus

→ Duurzame inzetbaarheid en betere zorgkwaliteit

PRINCIPE 5

Tolerable taakeisen

Werkdruk binnen aanvaardbare grenzen houden is essentieel voor duurzame inzetbaarheid en goede zorg.



BIJWERKING

Technologie kan taakeisen verhogen en druk op professionals vergroten.



Constante bereikbaarheid

Altijd online en bereikbaar moeten zijn leidt tot onderbrekingen, stress en een onduidelijk einde van de werkdag.



Hoge cognitieve belasting

Veel informatie, meldingen en beslissingen tegelijk verwerken overbelast het werkgeheugen en verhoogt de kans op fouten.



Hogere werkdruk, meer stress, hoger verzuimrisico

→ Minder energie, meer fouten, lagere kwaliteit van zorg

(Bij) werking van technologie wordt bepaald door:

1. De invloed die het heeft op werkontwerp (de 'smarties')
2. Implementatie en context (cruciaal!)
 - ▶ Goede uitkomst:
 - co-design met professionals
 - Voldoende training en ondersteuning
 - Goede integratie in werkprocessen
 - ▶ Slechte uitkomst:
 - top-down implementatie
 - focus op efficiëntie i.p.v. kwaliteit van werk
 - mismatch met praktijk

Wat kunnen organisaties doen?

Bepaal de randvoorwaarden

- ▶ Welke technologie?
 - Vraag: welk probleem in het werk lossen we op en voor wie?
- ▶ Hoe geïmplementeerd?
 - Betrek professionals
 - Monitor op werkplezier en niet alleen op efficiëntie
- ▶ Ruimte voor professionals om ermee te werken
 - Investeer in training, feedback, scholing
 - Continue evaluatie, neem praktijkervaring serieus



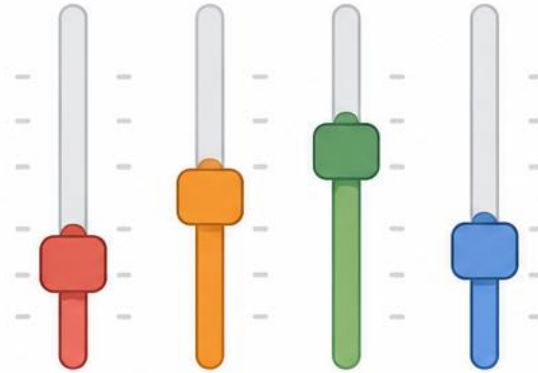
Wat kun jezelf doen?



Demerouti, E., Peeters, M.C.W, & van den Heuvel, M. (2025). Job Crafting Interventions. In *Transformative Work Design: Synthesis and New Directions* (pp. 439-464). Oxford University Press.

Wat kun jij vanaf nu doen om je werkplezier te vergroten?

- ▶ Demands verlagen/optimaliseren?
- ▶ Uitdagingen toevoegen?
- ▶ Resources verhogen?
- ▶ Meer herstel inplannen? Op het werk? Na het werk?



Tot slot: tijd voor actie: maak je eigen bijsluiter

Bedenk een actie
die je morgen al
kunt toepassen

Overleg met je
naastzittende



Afsluiting

Waar hebben we het over gehad?

- ▶ Wat zijn arbeidsvitaminen en werkplezier? Hoe zit het met jullie eigen werkplezier?
- ▶ Waar ligt dat aan? Wat is goed werkontwerp?
- ▶ Wat zijn mogelijke (bij)werkingen van technologie
- ▶ Binnen zekere grenzen kun je zelf je werkplezier vergroten: job craften





Conclusie

- ▶ De invoering van technologie is niet neutraal: lees de bijsluiter!
- ▶ Technologie is geen doel op zich, maar een middel dat het werk in de zorg kan verrijken óf verzwaren
- ▶ De vraag is dus niet óf technologie wordt ingezet, maar hoe het zo wordt ontworpen en ingezet dat het professionals versterkt in plaats van belemmert
- ▶ Gedeelde verantwoordelijkheid!

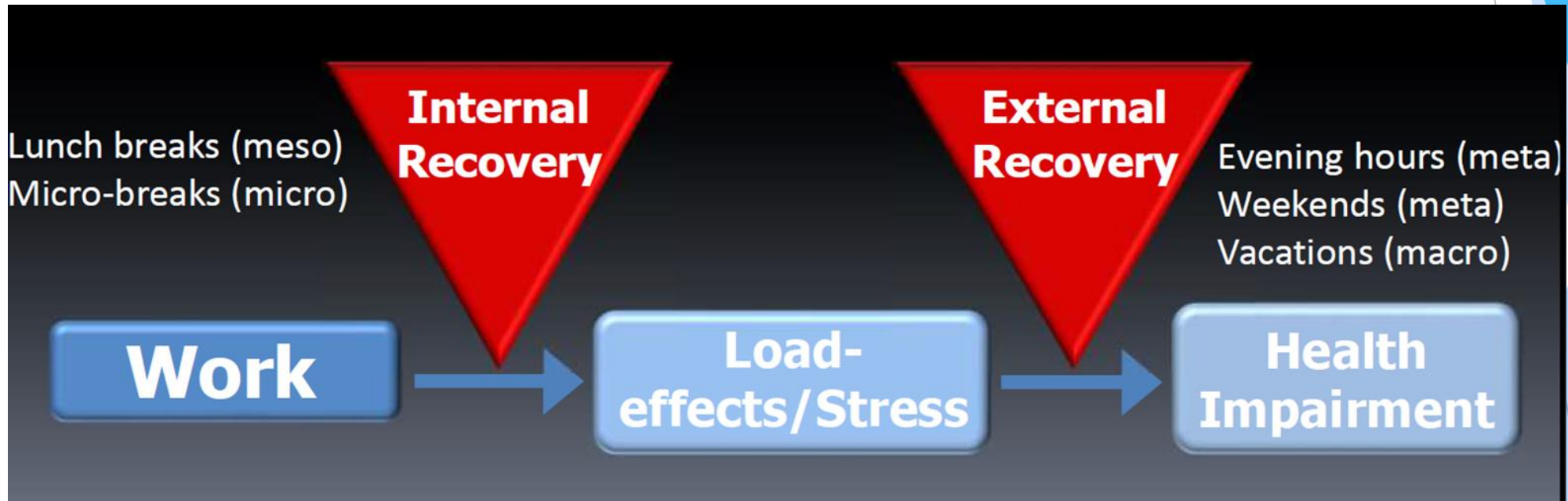


Bedankt voor uw
aandacht!

Vragen of reacties?

m.peeters@uu.nl

De werking van herstel tijdens en na het werk



Van hard werken word je niet moe, mits.....

