

NIEUWSBERICHT 9 december 2025



Groot tekort aan eigen regie bij Nederlandse werkenden

Een grote meerderheid van de Nederlandse werkenden heeft onvoldoende grip op de eigen inzetbaarheid en ontwikkeling. Slechts 29 procent van de werknemers scoort gunstig op persoonlijk leiderschap, terwijl 69 procent inzetbaarheid wél belangrijk vindt. Dat blijkt uit het nieuwe rapport *Duurzame inzetbaarheid: Wat leren we van de DIX-benchmark 2022–2025*, opgesteld door Berenschot, TNO, NPDI en Johan.nl. Het gebrek aan eigen regie is zorgwekkend, omdat dit een cruciale voorspeller is van duurzame inzetbaarheid op lange termijn.

Mentale vermoeidheid stijgt verder

Op het gebied van gezondheid schetsen de onderzoekers een verslechterend beeld.

- 31% van de respondenten voelt zich uitgeput door werk – een duidelijke toename ten opzichte van eerdere jaren.
- Slechts 36% scoort positief op veerkracht, wat wijst op beperkte herstelcapaciteit en moeite met tegenslag.

Veerkracht, eigen regie en mentale fitheid gelden als sleutelcomponenten voor duurzame inzetbaarheid. Het lage niveau hiervan maakt veel medewerkers kwetsbaar in het werk en in een arbeidsmarkt die steeds sneller verandert.

Kennis en vaardigheden vormen stevig fundament

Er is ook goed nieuws: Nederlandse werkenden scoren relatief hoog op kennis en vaardigheden (74%). Dat biedt een robuuste basis voor inzetbaarheid op de langere termijn. Toch is deze basis niet genoeg: beperkte mentale veerkracht en een lage mate van eigen regie belemmeren de mogelijkheid om zich duurzaam te blijven ontwikkelen.

Grote verschillen tussen groepen en sectoren

In de analyse komen duidelijke verschillen naar voren tussen leeftijdsgroepen, opleidingsniveaus en sectoren. Zo scoren jongeren, praktisch opgeleiden en werkenden in zorg, onderwijs en horeca relatief laag op meerdere thema's. Werkplezier, werk-privébalans en werkbetrokkenheid vertonen grote variatie. Waar sommige groepen voldoende scores, ervaren anderen structureel hoge druk en weinig ruimte voor herstel.

Meer ondersteuning nodig

Uit de analyse blijkt dat er met name meer ondersteuning nodig is op *hoe* mensen hun inzetbaarheid kunnen vergroten. Veel medewerkers willen namelijk graag werken aan hun inzetbaarheid, maar weten vaak niet goed hoe ze dat moeten doen.

“We zien een duidelijk gat tussen wat mensen belangrijk vinden en wat ze daadwerkelijk doen om inzetbaar te blijven. Zonder betere ondersteuning blijft dat gat bestaan,” zegt Prof. Dr. Annet de Lange, Hoogleraar Duurzame Inzetbaarheid op de arbeidsmarkt.

Relatief kleine, structurele ingrepen – zoals meer onderlinge ondersteuning van collega's en leidinggevend in het werk, of laagdrempelig aanbod van trainingen – kunnen medewerkers helpen. Ook is het belangrijk dat organisaties aandacht besteden aan de ontwikkeling en welzijn van medewerkers, hen meenemen in toekomstige veranderingen en betrekken bij innovaties (zoals AI).

Aanbevelingen voor organisaties

Op basis van de benchmark doen de onderzoekers zeven concrete aanbevelingen, waaronder:

- Versterk eigen regie op ontwikkeling en inzetbaarheid;
- Heb aandacht voor mentale vermoeidheid en fysieke belasting;
- Heb aandacht voor de werk-privébalans;
- Zorg voor een doelgroepenbenadering met gerichte interventies;
- Richt een sectorale aanpak op thema's met grote variatie, zoals werkplezier en werk-privébalans, met aandacht voor maatwerk.

Over de DIX-benchmark 2022-2025

De DIX-benchmark biedt een landelijk overzicht van duurzame inzetbaarheid onder werkenden in Nederland. De analyse is gebaseerd op 15 685 respondenten die tussen 2022 en 2025 de DIX-vragenlijst hebben ingevuld via de digitale platforms Johan (85,4 %), LDC (10,8 %) en HOBP (3,8 %).

De studie richt zich op acht kerngebieden:

1. Gezondheid
2. Weten en kunnen (kennis & vaardigheden)
3. Werkplezier
4. Werk-privébalans
5. Persoonlijk leiderschap (eigen regie)
6. Presteren nu
7. Presteren in de toekomst
8. Belemmerende factoren

Het rapport *Duurzame inzetbaarheid: Wat leren we van de DIX-benchmark 2022-2025* is opgesteld door Berenschot, TNO, NPDI (Nationaal Platform Duurzame Inzetbaarheid) en Johan.nl