

Digitale Editie

Voorpagina
Kerk
Binnenland
Politiek
Buitenland
Opinie
Economie
Abonneeservice
Bezorging
Familieberichten
Leven & Welzijn
Katern
ZOO
Clou
NDLite.nl

Honk
Natuur
Sport
Dossiers

Foto van de dag

RSS

Zoeken

Adverteren

Lezersaanbieding

Losse verkoop

Vacaturebank

Colofon

Reageer

FAQ



Geplaatst op zaterdag 23 augustus 2008 06:02 , laatste wijziging vrijdag 22 augustus 2008 20:11



Tweeverdiener leert orde scheppen

door Berrit de Lange en Carine Neefjes

Gestreste tweeverdieners zijn een gat in de markt. Bedrijven betalen grif voor 'balanscursussen' waar ouders leren werk en privé in goede banen te leiden. „Het roer ging om toen een van de kinderen zei: 'Papa is altijd weg en mama is altijd moe'.”

DEN HAAG - Kinderen, drukke baan, huishouden: voor veel ouders is het niet gemakkelijk om dag in dag uit alles op rolletjes te laten lopen. Reden voor Nieske Winters, manager bij bankverzekeraar Fortis, om samen met haar partner de cursus 'Balans in werk en gezin voor tweeverdieners met kinderen' te volgen. „We hebben kort achter elkaar twee jongens gekregen. Met een flinke verbouwing erbij hebben we tropenjaren achter de rug. Dan moet je oppassen dat je je gezin niet alleen maar op routine draaiende houdt.”

Samen met haar partner en twee andere stellen trok ze zich terug op het Drentse platteland om werk en privé weer 'in balans' te krijgen. „Soms groei je samen in een patroon dat eigenlijk niet werkt. Ik wilde bijvoorbeeld altijd graag persoonlijke dingen bespreken tijdens het koken, Tjerk Jan wil liever gewoon koken en later praten. Omdat we dat nooit besproken hadden, was ik vaak teleurgesteld en geïrriteerd. Nu praten we op een ander moment en dat werkt prima.” Tijdens de driedaagse cursus in een luxe bed&breakfast werd niet alleen maar gepraat. Om tot de kern van de eigen rol in de hectische maatschappij te komen, wordt bijvoorbeeld ook met Playmobil-poppetjes gewerkt. Winters: „Door die op een bepaalde manier op te stellen, kun je goed visualiseren en znodig aanpassen wat de rol is van partner, kinderen, familieleden en vrienden in het drukke leven van alledag.”

Een gat in de markt: gestreste tweeverdieners. Talrijke advies- en onderzoeksbureaus storten zich op deze nieuwe doelgroep. Voor bedragen die variëren van twee- tot ruim vijfduizend euro zorgen coaches en psychologen ervoor dat het leven van moderne gezinnen weer op orde komt.

Loopbaancoach Nicolette Ravelli, moeder van drie kinderen, is samen met haar zakelijk partner Frank Post initiatiefnemer van de cursus in Drenthe. Ook zij liep jaren geleden tegen de grenzen aan van haar jachtige bestaan. „Het roer ging om toen een van de kinderen zei: 'Papa is altijd weg en mama is altijd moe'. Dat was voor ons aanleiding om goed te kijken hoe we ons gezin wilden inrichten.”

In haar driedaagse cursus - die de werkgever zo'n vijfduizend euro per stel kost exclusief verblijfkosten - legt Ravelli de nadruk op 'samen doen' en het formuleren van 'gezinswaarden'. Niet slechts een paar praktische tips over wie wanneer de was doet, maar een heus 'gezinsplan' waar het stel in de toekomst houvast aan heeft. Beide partners moeten eerlijk aangeven waar het evenwicht is zoek geraakt: de één wil misschien meer tijd met de kinderen doorbrengen, terwijl de ander liever een dagje extra werkt.

Gymtas

Steeds meer werkgevers zijn bereid deze cursussen te betalen. Uit onderzoeken blijkt dat een betere balans tussen werk en privé leidt tot minder ziekteverzuim. Het zijn echter vooral grote concerns als Fortis, ING, Achmea en ICT-bedrijven die hier geld voor overhebben.

Psycholoog Brigitte Dekker van Hanze Connect in Groningen gaat ook de werkvloer op. Met haar training 'Werk en privé: beter in balans' leert ze werknemers hun drukbezette leven weer op orde te krijgen. Kosten: tweeduizend euro per dag voor twaalf deelnemers, betaald door de werkgever.

Volgens Dekker (44), moeder van twee kinderen, durven veel vrouwen de zorg voor de kinderen niet uit handen te geven. Ook niet aan hun echtgenoot. „Ze willen controle houden. Dan krijg je van die verhitte telefoontjes: 'Heb je wel handdoeken in de gymtas van de kinderen gedaan?' Als ze 's avonds thuiskomt ontstaat opnieuw irritatie: papa heeft dochterlief een broek en trui aangedaan die totaal niet bij elkaar passen.”

Loslaten, luidt Dekkers' advies. „De wereld vergaat niet als de gymtas leeg is en de kleding afwijkt.” Haar echtgenoot is eens vergeten de kinderen naar school te brengen. Hij lag boven lekker te slapen en de kleintjes bleven beneden voor de tv zitten. Vervolgens werd mevrouw Dekker door de school gebeld waarom haar kinderen niet op school waren. „Ach, soms gaat het mis. Maar ook daar krijgt niemand iets van.”

Geen emotioneel gedoe, maar tips om de taken beter te verdelen. Dat is het devies van arbeids- en organisatiepsycholoog Cobi Watzet van het Instituut Werk en Stress in Houten. Voor 7200 euro brengt Watzet in drie avonden zes werknemers en hun partner weer in balans. Watzet: „Vrouwen denken vaak: 'Ach, mijn man is moe, ik ga wel koken'. Dan blijkt tijdens de cursus dat haar echtgenoot het juist heel ontspannen vindt om te koken. Ze leren elkaar duidelijk maken wat energie geeft én wat energie vreet. Als je die taken beter verdeelt, scheelt dat echt veel stress.”

Glimmende wasbak

Als de baas geen zin heeft om duizenden euro's neer te tellen, kunnen gestreste tweeverdieners ook terecht op internet. Op de Amerikaanse site www.flylady.net staan praktische tips om werk en privé beter in balans te krijgen.

Volgens de filosofie van 'Fly Lady' moeten tweeverdieners niet zo perfectionistisch zijn en stapje voor stapje het huishouden onder handen nemen. Dus niet in één keer de hele keuken spic en span, maar wel dagelijks even het aanrecht én de wasbak laten glimmen. De gedachte daarachter is: als je 's morgens opstaat, ziet alles er op het eerste gezicht schoon uit en begin je vol goede moed aan weer een werkdag.

