

De veeleisende samenleving

De veeleisende samenleving

Psychische vermoeidheid in een veranderde
sociaal-culturele context

Koen Breedveld
Andries van den Broek



Sociaal en Cultureel Planbureau
Den Haag, oktober 2002

Het Sociaal en Cultureel Planbureau is ingesteld bij Koninklijk Besluit van 30 maart 1973.

Het Bureau heeft tot taak:

- a wetenschappelijke verkenningen te verrichten met het doel te komen tot een samenhangende beschrijving van de situatie van het sociaal en cultureel welzijn hier te lande en van de op dit gebied te verwachten ontwikkelingen;
- b bij te dragen tot een verantwoorde keuze van beleidsdoelen, benevens het aangeven van voor- en nadelen van de verschillende wegen om deze doeleinden te bereiken;
- c informatie te verwerven met betrekking tot de uitvoering van interdepartementaal beleid op het gebied van sociaal en cultureel welzijn, teneinde de evaluatie van deze uitvoering mogelijk te maken.

Het Bureau verricht zijn taak in het bijzonder waar problemen in het geding zijn, die het beleid van meer dan één departement raken.

De minister van Volksgezondheid, Welzijn en Sport is als coördinerend minister voor het sociaal en cultureel welzijn verantwoordelijk voor het door het Bureau te voeren beleid. Omtrent de hoofdzaken van dit beleid treedt de minister in overleg met de minister van Algemene Zaken, van Justitie, van Binnenlandse Zaken en Koninkrijksrelaties, van Onderwijs, Cultuur en Wetenschappen, van Financiën, van Volkshuisvesting, Ruimtelijke Ordening en Milieubeheer, van Economische Zaken, van Landbouw, Natuurbeheer en Visserij, van Sociale Zaken en Werkgelegenheid.

© Sociaal en Cultureel Planbureau, Den Haag 2002

Omslagontwerp: Bureau Stijlzoorg, Utrecht

ISBN 90-377-0119 1

Sociaal en Cultureel Planbureau

Parnassusplein 5

2511 VX Den Haag

Telefoon (070) 340 70 00

Fax (070) 340 70 44

Website: www.scp.nl

E-mail: info@scp.nl

Inhoud

1	Inleiding	7
1.1	De rust van vroeger	7
1.2	Psychische vermoeidheid	8
2	Psychische vermoeidheid	10
2.1	Begripsafbakening	10
2.2	Getalsmatige ontwikkelingen	11
2.3	Plaatsbepaling	15
3	Tijdsdruk	17
3.1	Werk, werk, werk	17
3.2	Arbeid en zorg	18
3.3	Subjectieve tijdsdruk	22
3.4	Gejaagde vrije tijd	24
3.5	Samenleving in discussie	27
4	<i>De veeleisende samenleving en haar beleidsimplicaties</i>	32
	Noten	36
	Literatuur	37
	Publicaties van het Sociaal en Cultureel Planbureau	40

1 Inleiding

1.1 De rust van vroeger

Het zijn onweerlegbare waarheden dat de incidentie van geestesziekten steeds stijgt en dat dit komt doordat de rust is verdwenen. Het moderne leven is haastig; oude zekerheden raken verloren voor nieuwe waarheden, die elkaar steeds sneller opvolgen. Mensen zijn gedwongen om zich in korte tijd en onder hoge druk aan steeds nieuwe omstandigheden en ideeën aan te passen. Niet iedereen beschikt over de daarvoor vereiste geestelijke rekbaarheid, maar er is geen ontkomen aan. De rust van vroeger keert niet meer terug, we zullen ons aan een situatie van voortdurende veranderingen moeten leren aanpassen. Wat men moet zien te verwerven is niet langer een evenwichtige rust, maar een evenwichtige beweging.

Een actuele stellingname, maar inmiddels al bijna een eeuw oud. Het dateert uit 1907, toen de Leidse hoogleraar Jelgersma in zijn openingstoespraak van het eerste internationale congres voor Psychiatrie, Neurologie, Psychologie en Geestelijke Gezondheidszorg in Amsterdam het tempo van maatschappelijke veranderingen (mede) verantwoordelijk stelde voor het ontstaan van veel van de ‘eigentijdse’ psychische problematiek.¹

Een halve eeuw later, een halve eeuw geleden dus, toonde de journalist H.J.A. Hofland zich bezorgd over de versnelling van het leven. In *Geen Tijd. Op zoek naar oorzaken en gevolgen van het moderne tijdgebrek* (Hofland 1955) had Hofland echter niet alleen oog voor de negatieve kanten van dat tijdsarme moderne leven, maar eveneens voor de baten: ‘Tenslotte dient men echter ook niet te vergeten dat de overbelasting haar bijzondere, niet onaangename, zelfs aantrekkelijke kanten kent. De tempomens kent zijn eigen unieke waardigheid. Hij maakt aanspraak op een bijzondere behandeling, hij lijdt aan de kwaal van de eeuw. En soms moet men hem niet misgunnen dat hij zich luide beklagt.’ Als tijdsdruk een ziekte genoemd zou kunnen worden, is er blijkbaar ook sprake van ziektewinst. Wie het ‘druk, druk, druk’ zegt te hebben, geeft daarmee aan midden in het volle leven te staan.

Geluiden als zou een veeleisende samenleving de (geestelijke) gezondheid van haar leden schade berokkenen, zijn dus niet nieuw. Hoewel de gehanteerde terminologie veranderde – momenteel zijn psychische vermoeidheid en burn-out de gangbare begrippen – blijkt de problematiek als zodanig van alle tijden, in elk geval van alle moderne tijden. ‘Iedere tijd heeft geklaagd over de toenemende psychische spanningen door een steeds meer complex worden van het dagelijks leven,’ signaleert Trimbos in de jaren vijftig, daarbij ter adstructie citaten uit de oudheid opdiepend (geciteerd in Schnabel 1986; zie voor vergelijkbare citaten, CBS 1962/63, De Grazia 1962).

Dit historiserende aanloopje vormt niet de opmaat tot een essay waarin op voorhand vaststaat dat er niets aan de hand is. Wel maant het tot een zekere relativering van het bijzondere van het tijdsbestek waarin men zelf leeft.

1.2 Psychische vermoeidheid

Momenteel staat de problematiek van drukte en gezondheid wederom sterk in de belangstelling. Aanleiding vormen alarmerende cijfers over ziekteverzuim en (psychische) arbeidsongeschiktheid. In de media is veel aandacht voor zaken als onthaasting, tijdsdruk en 'burn-out'. De maatschappelijke aandacht voor de omgang met tijd uit zich tevens in een kleine stortvloed aan (populair) wetenschappelijke publicaties over dit onderwerp (v.b. Houtman et al. 2000, Van Bergen 2000, De Beer 2001, Geldof 2001, Van Aggelen en De Stolpe 2001). Het tweede Paarse Kabinet vroeg de Raad voor Maatschappelijke Ontwikkeling (RMO) om een sociologische verkenning van het begrip burn-out. Die Raad heeft op haar beurt het SCP verzocht om een essay over de sociaal-culturele achtergronden van burn-out (of psychische vermoeidheid). Dit essay is daarvan het resultaat.² Doel ervan is om burn-out en tijdsdruk in een bredere sociaal-culturele context te plaatsen.

Psychische vermoeidheid is eerst en vooral een geestestoestand. Die geestestoestand wordt veroorzaakt door een diversiteit aan factoren. Voor de analyse van psychische vermoeidheid onderscheidt de RMO in een startnotitie (RMO 2001) vier schaalniveaus:

- individu
- privé-situatie
- organisatie van de arbeid
- sociaal-culturele context

Een deel van de oorzaken van psychische vermoeidheid zou extern bepaald zijn (werk, maatschappelijke factoren), een ander deel zou samenhangen met kenmerken van het individu zelf (persoonlijkheid). Het eerste door de RMO onderscheiden schaalniveau heeft op individuele kenmerken betrekking, het derde niveau op zaken die gerelateerd zijn aan de organisatie van de arbeid, vooral op de wijze waarop arbeidsprocessen zijn ingericht. Over deze twee typen van mogelijke oorzaken van psychische vermoeidheid bezit het SCP geen expertise. Het RMO-verzoek aan het SCP heeft dan ook niet op deze schaalniveaus betrekking, noch op de onderlinge verhouding tussen de diverse niveaus, dit essay bijgevolg net zo min.

Het SCP is gevraagd vooral aandacht te schenken aan beide overige factoren: de privé-situatie en de sociaal-culturele context. Doel van dit essay is te identificeren welke factoren in de privé-situatie en in de sociaal-culturele context mede van invloed kunnen zijn op de mate van tijdgebrek en drukte met – voor sommigen, maar niet allen – gevoelens van burn-out of psychische vermoeidheid tot gevolg. Hiertoe beschikt het SCP wel over enige expertise, al dient te worden opgemerkt dat de beschikbare kennis en informatie verre van compleet zijn.³ Het SCP bezit geen informatie over mensen met burn-out verschijnselen, noch over in deze context belangrijke persoonlijkheidskenmerken en arbeidsomstandigheden van mensen. Het thema psychische vermoeidheid wordt hier vanuit het perspectief van tijdsbesteding en tijdsdruk aan de orde gesteld. Daartoe wordt geput uit gegevens over de wijze

waarop de Nederlandse bevolking de tijd besteedt. In het zogeheten Tijdsbestedingsonderzoek (TBO)⁴ wordt nauwgezet in kaart gebracht hoe de tijd wordt verdeeld over verschillende levensdomeinen en interesses. Concrete informatie over constanten en veranderingen in de tijdsbesteding in de periode 1975-2000 wordt hier geplaatst tegen de achtergrond van bredere sociaal-culturele ontwikkelingen.

Nadrukkelijk zij opgemerkt dat, hoewel het bestaan van een relatie tussen tijdgebrek, tijdsdruk en psychische gezondheid empirisch is vastgesteld (Zuzanek 2002), de gegevens over objectieve en subjectieve tijdsdruk niet zonder meer gekoppeld kunnen worden aan de vraag waarom sommige mensen psychische vermoeidheid ondervinden en anderen niet. In laatste instantie ontbreekt het ons aan een directe meting van de relatie tussen feitelijke en ervaren tijdsdruk enerzijds en psychische vermoeidheid anderzijds. Individuele en arbeidsomstandigheden zijn hier mede bepalend in, en verklaren waarom bepaalde constellaties van omstandigheden bij sommige mensen tot burn-out leiden, maar bij het merendeel niet. De meesten weten zich, makkend wellicht en klagend over 'druk, druk, druk', in voldoende mate aan te passen. In het essay zullen we vooral evidentie aandragen voor veranderingen in de tijdsdruk in de privé-situatie alsmede over de veranderende sociaal-culturele context die van invloed geacht moeten worden op dergelijke gevoelens en ervaringen.

Hier wordt niet beoogd om met concrete beleidsaanbevelingen te komen. De nadruk ligt hier op de analyse van de problematiek, niet op de 'oplossing' ervan. Wel zal tot besluit worden stilgestaan bij het maatschappelijke krachtenveld rondom psychische vermoeidheid en bij de restricties die dat voor eventuele beleidsambities op dit terrein met zich brengt.

De opbouw van het essay is als volgt. Eerst wordt ingegaan op het begrip psychische vermoeidheid, met achtereenvolgens aandacht voor de begripsafbakening, voor getalsmatige ontwikkelingen en voor een nadere plaatsbepaling (paragraaf 2). Vervolgens komen ontwikkelingen in de feitelijke/gepercipieerde tijdsdruk aan de orde (paragraaf 3). Daarbij richt de aandacht zich achtereenvolgens op tijdsdruk in de arbeidssituatie, op de combinatie van arbeid en zorg, op ontwikkelingen in de vrije tijd en op de gevolgen van een steeds meer 'reflectieve' samenleving. Tot besluit volgt een beschouwing over de (on)mogelijkheden van eventueel beleid inzake psychische vermoeidheid (paragraaf 4).

2 Psychische vermoeidheid

2.1 Begripsafbakening

Met steun van onder andere het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid is in 1995 het onderzoeksprogramma 'Psychische Vermoeidheid in de Arbeidssituatie' (PVA) van start gegaan. In 2000 verscheen een eerste overzichtsstudie (Houtman et al. 2000).

Volgens de auteurs moet vermoeidheid worden beschouwd als een 'uiting van een subjectief, door motivatie beïnvloed oordeel over de eigen toestand' (ibid: 25). Vermoeidheid is een normaal gevolg van het verrichten van arbeid, werken kost nu eenmaal energie. Vermoeidheid heeft de positieve functie dat het attendeert op dreigende overbelasting en aanzet tot recuperatie. Doorgaans is vermoeidheid terug te voeren op een specifieke bron of activiteit. Staken van die activiteit betekent dat de vermoeidheid in hevigheid afneemt. De vermoeidheid is dan taak-specifiek. In het licht van het arbeidsethos wordt dergelijke vermoeidheid doorgaans positief gewaardeerd. Talrijke spreekwoorden prijzen, subtiel en soms onopgemerkt, onze inspanningen en de daarmee gepaard gaande vermoeidheid (zoals: 'Na gedane arbeid is het goed rusten'; 'Moe maar voldaan', et cetera).

Naast dergelijke acute vermoeidheid, die een specifieke oorzaak kent en in principe tijdelijk van karakter is, onderscheiden Houtman cum suis langdurige vermoeidheid. Het is vooral deze vermoeidheid die zorgen baart. Langdurige vermoeidheid is niet verholpen met een nacht goed slapen, het is minder 'reversibel'. Wanneer langdurige vermoeidheid het dagelijks functioneren belemmert, kan deze moeilijk nog functioneel genoemd worden. De benodigde hersteltijd overstijgt in duur en intensiteit het normale uitrusten en staat een normale deelname aan het maatschappelijke verkeer in de weg. Complicerende factor daarbij is dat langdurige vermoeidheid minder gemakkelijk is terug te voeren op één specifieke bron. Dat die vermoeidheid niet wegebt nadat een specifieke activiteit met een rustperiode is onderbroken, betekent dat langdurige vermoeidheid niet op de uitvoering van een bepaalde taak is terug te voeren. Zoals langdurige vermoeidheid algemeen is in haar consequenties, zo is de oorzaak ervan weinig specifiek.

Psychologisch laat psychische vermoeidheid zich verklaren als een disbalans tussen inzet en verwachting enerzijds en beloning anderzijds. Hard-werken of moe-zijn vormen in die context doorgaans geen voldoende voorwaarden voor burn-out, maar hard-werken of moe-zijn zonder het gevoel te hebben daarvoor passend te worden beloond, is dat wel. Zeker bij een cumulatieve disbalans tussen plicht en beloning kan men het gevoel krijgen te vaak te veel te moeten te doen voor te weinig, hetgeen de kans vergroot dat men er op enig moment 'geen gat meer in ziet'.

Concluderend kan worden gesteld dat vermoeidheid een multi-dimensioneel begrip is, met lichamelijke, emotionele, cognitieve, motivationele en handelingsas-

pecten. Wie moe is, handelt anders, ziet dingen anders, voelt dingen anders, uit zich anders. Of de vermoeidheid daarbij het gevolg was van lichamelijke dan wel mentale belasting, doet daarbij minder ter zake. Vandaar dat langdurige en psychische vermoeidheid ('burn-out') doorgaans op één lijn worden gesteld. In voornoemde PVA-studie wordt psychische vermoeidheid omschreven als 'het complexe verschijnsel dat optreedt ten gevolge van voorafgaande fysieke en/of mentale activiteit, die tot een zodanige psychische belasting is geworden dat men niet meer in staat is om adequaat te reageren op de eisen die de taaksituatie of de omgeving aan het psychisch functioneren stelt; dan wel hiertoe slechts in staat is ten koste van toenemende mentale inspanning en het overwinnen van psychische weerstand' (ibid: 25).

Vanuit sociaal-cultureel oogpunt trekken verschillende aspecten van deze definitie de aandacht. Evident is dat psychische vermoeidheid primair naar een bepaalde geestestoestand verwijst. Het gaat om het gevoel de zaken niet meer aan te kunnen, zich uitend in een zekere perceptie op het verloop van de zaken en een bijbehorende lichamelijke toestand en handelwijze. Gegeven de veelal positieve waardering voor gewone vermoeidheid hoeft het niet te verbazen dat het geruime tijd kan duren vooraleer iemand zijn of haar psychische vermoeidheid aan de buitenwereld openbaart. Men zal zich niet snel aan die vermoeidheid willen overgeven, maar die veeleer ontkennen. In de regel tracht men die vermoeidheid eerst zelf op te lossen. Een en ander kan niet los gezien worden van de typisch moderne hang naar autonomie en zelfbeschikking. De moderne mens heeft het heft immers in eigen hand. Het verlangen naar individuele soevereiniteit, zich op maatschappelijk niveau voordoend als een welhaast morele verplichting tot zelfredzaamheid, bevordert niet dat een individu snel zal toegeven het spoor bijster te zijn geraakt. In paragraaf 3.5 komen we hier nader op terug.

Een tweede opvallend element in de definitie van psychische vermoeidheid heeft betrekking op de passage 'eisen die de taaksituatie stelt'. Psychische vermoeidheid verwijst niet alleen naar het individuele (dis-)functioneren, maar ook naar de inrichting van de omgeving waarin het individu opereert en het verwachtingspatroon dat daaruit voortvloeit. De eisen die vanuit die omgeving aan het individu worden gesteld, onttrekken zich grotendeels aan zijn of haar invloed. Het is echter in de vorm van dit eisenpakket, een optelsom van bedoelde en onbedoelde uitkomsten van individueel en collectief handelen, dat het individu de invloed van maatschappelijke normen ondergaat.

2.2 Getalsmatige ontwikkelingen

Er is de laatste jaren veel (en goed) onderzoek gedaan naar thema's als psychische vermoeidheid, ziekteverzuim, arbeidsongeschiktheid, werkdruk en autonomie in het werk. Het is bij een beknopte beschrijving daarvan zaak om de verschillende dimensies goed uit elkaar te houden: werkdruk is een mogelijke bron van psychische vermoeidheid, die weer reden kan zijn zich ziek te melden en/of arbeidsongeschikt te worden. Autonomie in het werk zou psychische vermoeidheid helpen remmen.

Onderstaand volgen eerste enkele gegevens over werkdruk en autonomie, dan over ziekteverzuim en arbeidsongeschiktheid.

Cijfers van het CBS wijzen uit dat het werktempo, althans in de beleving van de werkenden zelf, de afgelopen decennia belangrijk is toegenomen (SCP 1998, Houtman et al. 2001). Vooral van de vroege jaren tachtig tot medio jaren negentig rapporteerden werknemers bijna jaarlijks een intensivering van het arbeidsproces. In 1995 vond 42% van de werknemers dat er in een hoog tempo gewerkt moest worden. In de jaren daarna is dit cijfer niet wezenlijk veranderd. Tussen 1999 en 2000 deed zich zelfs een lichte daling voor, tot 40% (zie tabel 1). Deze daling heeft er mede toe geleid dat Nederland in 2000 zijn Europese koppositie als land met het hoogste werktempo moest afstaan aan Zweden (Houtman et al. 2001). Mannen, hoger-opgeleiden en mensen in hogere functies rapporteren verhoudingsgewijs vaak een hoog werktempo. Het werktempo piekt doorgaans in de levensfase van het 25ste tot het 55ste levensjaar (CBS 2000).

Als heilzame tegenhanger van werktempo geldt autonomie in het werk. Zelf je werk kunnen indelen wordt alom gezien als een compensatie voor werken onder tijdsdruk of in een hoog tempo. De ervaringen van Nederlandse werknemers zijn in dit opzicht niet ongunstig. In 2000 zei 72% van de werknemers zelf te kunnen beslissen hoe het werk moest worden uitgevoerd. In 1994 was dat nog 65% (zie tabel 1). Andere indicatoren voor autonomie in de uitvoering van de arbeid, zoals het vermogen om zelf het werktempo te kunnen bepalen of het werk te kunnen onderbreken, laten in die periode geen duidelijke verbetering te zien. Overigens 'scoren' Nederlandse werknemers op het vlak van de autonomie Europees gezien niet slecht, met doorgaans een derde of vierde plek (Houtman et al. 2001; SCP 2000). Autonomie vertoont dezelfde samenhang met sekse en opleidings- en functieniveau als werktempo. Mannen, hoger- opgeleiden en hoger-functionerenden kennen niet alleen een hoger werktempo, maar ook meer autonomie (SCP 2000, CBS 2000).

Hard werken en/of een gebrek aan autonomie vormen geen voldoende reden voor het ontstaan van klachten in de sfeer van psychische vermoeidheid. Niet iedereen die hard of weinig autonoom werkt, ontwikkelt vermoeidheidsklachten. Het aandeel werkenden met klachten over het werktempo ligt dan ook lager dan het aandeel werkenden dat in een hoog tempo zegt te werken (26% respectievelijk 40% in 2000, zie tabel 1). Toch blijkt er een positieve relatie te bestaan tussen werkdruk en vermoeidheidsklachten (CBS 1998, CBS 2000). Van een één-op-één relatie kan echter niet worden gesproken. Ook doet zich een verrassende uitkomst voor. Hoewel mannen vaker een hoog werktempo rapporteren, rapporteren vrouwen vaker problemen met werkdruk.

Tabel 1 Verschillende aspecten betreffende de arbeid, arbeidsomstandigheden en psychische vermoeidheid, 1994-2000

	1994	1995	1996	1997	1998	1999	2000
werkt in hoog tempo ^a	38	42	41	43	42	42	40
werkt onder tijdsdruk ^a			32	35	36	38	35
beslist zelf over uitvoering werk ^a	65	66	68	69	70	71	72
kan werk zelf onderbreken ^a	54	53	52	54	54	54	54
goede gezondheid ^a	86	87	86	89	88	89	87
klachten ongewone vermoeidheid ^a				11	10	11	12
burn-out ^a				10	8	10	8
klachten werkdruk ^a			24	24	25	27	26
ziekterezuim laatste jaar als gevolg hiervan ^a			14	15	19	21	19
ziekterezuim % (incl. zwangerschap) ^b	5,5	5,5	5,1	5,1	5,6	6,0	6,1
lopende AAW/WAO uitkeringen (x 1000) ^b	894	860	855	865	905	923	947
aandeel psychische klachten (%) ^b	29	28	25	25	27	34	
beroepsbevolking (x 1.000.000) ^c	6466	6596	6681	6838	6957	7097	7187
werkzame beroepsbevolking (x 1.000.000) ^c	5920	6063	6187	6400	6609	6805	6917
werkloosheid (%) ^c	8,4	8,0	7,3	6,4	5,0	4,1	3,7
netto arbeidsdeelname (%) ^c	57	58	59	61	62	64	65
arbeidsongeschiktheidspercentage ^d	10,5	10,0	9,7	9,7	9,8	9,9	10,0
instroompercentage ^d	1,2	1,1	1,3	1,3	1,8	1,5	1,7

a percentage werkenden ≥ 12 uur, 18-65 jaar. Bron: Houtman et al. 2001

b Bron: Houtman et al. 2001

c CBS Statline

d Bron: LISV 2001

Werkenden zijn doorgaans gezond. Het overgrote deel (87%) van de werkenden geeft aan over een goede dan wel een heel goede gezondheid te beschikken. De afgelopen jaren hebben zich hierin nauwelijks veranderingen voorgedaan (zie tabel 1). Omstreeks 10% van de werkenden voelt zich ernstig vermoeid en/of valt officieel te classificeren als 'burn-out' (op basis van de hiertoe ontwikkelde Utrechtse Burn-out Schaal UBOS). Hier hebben zich evenmin grote veranderingen voorgedaan. Een aanzienlijk groter aandeel werkenden (afhankelijk van de vraagstelling 24% tot 63%) voelt zich in meer of mindere mate 'gewoon moe' (Houtman et al. 1999). Met name sekse en huishoudenssituatie hangen samen met klachten over vermoeidheid. Vrouwen en alleenstaanden geven vaker aan zich vermoeid te voelen dan mannen en samenwonenden (vrouwen voelen zich vooral in 'algemene zin' moe). Naar leeftijd en naar gezinssituatie (het al dan niet hebben van kinderen) zijn de bevindingen niet eenduidig (zie ook Houtman et al. 2000, LISV 2000, Trimbos 2000, Smulders

en Wieling 2001). Hoger opgeleiden uiten minder vermoeidheidsklachten dan lager opgeleiden (Houtman et al. 1999).

Het ziekteverzuimpercentage vertoont de laatste jaren een lichte stijging van 5% in 1997 naar 6% in 2000 (zie tabel 1). Ook het aantal AAW/WAO uitkeringen is al een aantal jaren stijgende. Bij dit laatste moet bedacht worden dat de omvang van de werkzame bevolking de afgelopen jaren fors is toegenomen. De verhouding tussen werkenden en uitkeringsgerechtigden bleef de laatste jaren nagenoeg constant. Over een wat langere termijn gezien is er wel sprake van een duidelijke stijging, ook in verhouding tot de toename van de beroepsbevolking (LISV 2001). In de jaren negentig staat tegenover iedere acht werkenden een WAO-gerechtigde. Tegen de achtergrond van geïntensiveerde pogingen om op dit terrein te interveniëren zou dit een teleurstellend resultaat genoemd kunnen worden. De scherp gestegen netto arbeidsdeelname en het dalende werkloosheidspercentage duiden echter op een algehele mobilisatie. In toenemende mate worden daarbij ook zwakkeren uit de samenleving gerekruteerd. Tegen die achtergrond is de vrijwel ongewijzigde verhouding actieven-inactieven niet ongunstig.

Ziekteverzuim en arbeidsongeschiktheid kunnen verscheidene redenen hebben. Hier interesseren ons vooral verzuim en ongeschiktheid die veroorzaakt worden door psychische vermoeidheid. Een precies cijfer hieromtrent ontbreekt. Wel kennen de arbeidsongeschiktheidsstatistieken van het Landelijk Instituut Sociale Verzekering (LISV), de diagnose-categorie 'psychische klachten'. Ongeveer eenderde van alle uitkeringen heeft betrekking op psychische klachten (zie tabel 1). Die klachten vormen daarmee, naast storingen aan het bewegingsstelsel, de belangrijkste grond voor een AAW/WAO uitkering. Psychische klachten vormen vooral bij jongeren een belangrijke grond voor arbeidsongeschiktheid. Bij ouderen wegen storingen aan het bewegingsstelsel zwaarder. Naar beroep blijken psychische klachten vooral veel voor te komen bij dienstverlenende beroepen.

De helft van de psychische klachten is, volgens de betrokken werknemers zelf, aan het werk gerelateerd. Bij 21% is er sprake van een problematische werklust, bij 30% van conflicten op het werk. De andere helft van de psychische klachten heeft te maken met omstandigheden buiten het werk, veelal in de persoonlijke en/of de familiesfeer (LISV 1998). Herhaaldelijk is vastgesteld dat vrouwen een grotere kans lopen om vanwege psychische klachten arbeidsongeschikt te raken dan mannen (LISV 1998, 2000). Internationaal gezien komt arbeidsongeschiktheid op psychische gronden in Nederland relatief vaak voor, vooral bij vrouwen. Nederlandse vrouwen lopen een twee tot vier maal zo grote kans om op psychische gronden arbeidsongeschikt verklaard te worden dan vrouwen uit andere Westerse landen (LISV 1998). Onbekend is in hoeverre dergelijke verschillen zijn terug te voeren op verschillen in sociale zekerheidsstelsels.

2.3 Plaatsbepaling

Naar internationale maatstaven blijken Nederlandse werknemers een hoog werktempo en een hoge mate van autonomie in de uitvoering van hun werk te kennen. Ondanks het laatste leidt het eerste bij een niet onbelangrijk deel van hen tot klachten. Ongeveer 10% van de werknemers rapporteert serieuze verschijnselen van vermoeidheid, een veel groter aandeel rapporteert lichtere vormen van vermoeidheid. Naast iedere zeven werkenden staat een arbeidsongeschikte. Eenderde deel van de arbeidsongeschikten (onder jongeren vijftig procent) heeft psychische klachten. Vrouwen hebben vaker klachten over werkdruk en lopen een grotere kans om op psychische gronden arbeidsongeschikt te geraken.

In de literatuur is herhaaldelijk geconstateerd dat de kans om burn-out te raken in belangrijke mate beïnvloed wordt door de organisatie van het arbeidsproces. Ongunstige invloeden vormen werkdruk en een grote emotionele belasting; gunstige invloeden vormen autonomie in het werk, constructieve feedback en steun van collega's (Houtman et al. 2000). Desondanks is niet altijd duidelijk in hoeverre de gerapporteerde vermoeidheidsklachten hun oorsprong in de arbeidssfeer zelf hebben, of uit de privé-sfeer afkomstig zijn. Het privé-leven houdt nu eenmaal niet op bij het betreden van de werkplek (die trouwens ruimtelijk steeds minder gescheiden raakt van de woonplek). Werknemers kennen beide factoren in gelijke mate een rol toe bij hun psychische klachten. Annegreet van Bergen (2000) bijvoorbeeld, in haar autobiografische *De lessen van burn-out*, stelt dat een combinatie van factoren er aan ten grondslag lag dat het harde werken haar op zeker moment te veel werd. Niet het teveel aan werk of een problematische thuissituatie, maar de opeenstapeling van een perfectionistische werkhouding, een ambigue taakafbakening en onvrede over de inrichting van het privé-leven waren er de oorzaak van dat ze zich genoodzaakt zag tijdelijk met werken te stoppen.

Zoals eerder gesteld: langdurige (psychische) vermoeidheid is niet taakspecifiek. Zelfs wanneer arbeidsongeschiktheid verband houdt met de organisatie van de arbeid, is nog niet gezegd dat daar dan ook de 'trigger' van het probleem zit. Overgevoeligheid voor conflictsituaties zal zich allicht in de sfeer van de betaalde arbeid openbaren, de dieperliggende oorzaak voor die gevoeligheid ligt vaak ook deels buiten de arbeid zelf. Dat die psychische klachten zich (eerst) in de arbeid openbaren of althans daar tot concrete interventies leiden, hoeft geenszins te verbazen: naar klachten of tijdsdruk bij de omgang met gezinsleden of in het huishouden wordt immers niet gepeild. Evenmin is er een instantie waar men terecht kan voor een 'zorg-ongeschiktheidsuitkering' of waar men zich ziek kan melden van het huishouden of van het netwerken. Absentie van huisgenoten, of van relaties, is niemands huishoudboekje tot last (althans, niet direct).

De vraag die feitelijk aan de orde is, naast de vraag waarom het arbeidstempo in de jaren tachtig is gestegen, is waarom de huidige generatie werkenden gevoelig is voor hoge werkdruk, voor gebrek aan steun of ontplooiingskansen, en waarom werken met klanten, leerlingen of patiënten als belastend ervaren wordt. Hiervoor

kan niet worden volstaan met een analyse van het arbeidsproces. Als men stelt dat het werktempo te hoog ligt, stelt men feitelijk dat het werk onvoldoende ruimte laat voor de spanningen van het moderne leven, ongeacht of die spanningen van binnen of van buiten het werk komen.

3 Tijdsdruk

3.1 *Werk, werk, werk*

Tegenwoordig ervaren meer werknemers een hoog werktempo dan begin jaren tachtig. Hoewel dit op een objectief onjuiste beeldvorming zou kunnen berusten, mag worden aangenomen dat feit en ervaring hier gelijk oplopen. De jaren tachtig en negentig waren immers jaren van economische rationalisatie, waarbij zowel bij de overheid als in het bedrijfsleven tal van functies werden wegbezuinigd. Intensivering van de arbeid betekent meer output in minder tijd. Daarnaast werd in de jaren tachtig de wekelijkse arbeidsduur verkort. Outputnormen werden daar zelden op aangepast (SCP 1998). Hetzelfde werk moest worden gedaan in minder tijd, daarbij bijdragend aan de perceptie van een stijgend werktempo.

In dezelfde periode veranderende ook het denken over de organisatie van de arbeid. De slogan ‘lean and mean’ hield niet alleen een kille rationalisatie van het arbeidsproces in, maar impliceerde ook een afscheid van (tayloristisch/fordistische) werkmodellen met qua tijd en verantwoordelijkheid afgebakende functies en taken (Womack et al. 1990). Het werken in zelf-sturende taakgroepen maakte opgang.⁵ In post-fordistische arbeidsorganisaties zou het arbeidsethos grotendeels geïnternaliseerd zijn en de controle via subtielere mechanismen kunnen verlopen (Peters 2000). De veranderende inhoud van het werk, met een groeiend aandeel hoog opgeleide ‘kenniswerkers’, leent zich niet langer voor een strikte tijdsindeling. Sturing dient plaats te vinden op verrichte taken en niet op geklokte uren. Werknemers krijgen de verantwoordelijkheid voor hun eigen output, niet zelden met een verminderde temporele inkadering van het werk als gevolg. Voor steeds minder mensen valt het einde van het werk automatisch samen met het formele einde van de werkdag of de werkweek (typte een der auteurs op een zaterdagavond). De autonomie bij de inrichting van het arbeidsproces wordt betaald met een hoge werkdruk. De moderne werknemer mag zelf zijn/haar arbeidsuren bepalen, zo lang het er maar veel zijn.

Het arbeidsethos kreeg in die twee decennia bovendien een stevige steun in de rug van een liberaal-individualistische ethiek, waarin meer ruimte was om op zoek te gaan naar het eigen persoonlijke (financiële) succes. Opeenvolgende kabinetten, hoewel van wisselende politieke kleur, hadden met elkaar gemeen dat ze de deelname aan het arbeidsproces vooropstelden, eenmaal zelfs onder de expliciete noemer ‘werk, werk, werk’. Onder uiteenlopende vaandels als werkloosheidsbestrijding, armoedebestrijding, vrouwenemancipatie en integratie van minderheden werd werken herontdekt als een groot goed. Dat meer mensen werken, vertaalt zich in een grotere totale maatschappelijke werkdruk. Op individueel niveau betekent het dat meer mensen arbeid en zorg combineren. In de volgende passages wordt deze schetsmatige indruk met empirisch materiaal onderbouwd.

3.2 Arbeid en zorg

De jaren tachtig en negentig zijn de jaren geweest van de grote arbeidsmobilisatie (Elchardus 1996). Verantwoordelijk hiervoor waren niet alleen de hang naar economische rationalisatie en persoonlijk succes, maar ook het emancipatiestreven. Emancipatie is in die periode vooral opgevat als een toestroom van vrouwen naar de arbeidsmarkt. Niettegenstaande dat aanvankelijk weinig werd gedaan om de combinatie van arbeid en zorg te vergemakkelijken, stroomden vrouwen massaal het arbeidsproces in. Tussen 1980 en 2000 steeg de arbeidsdeelname van vrouwen van 22% naar 47% (Breedveld en Van den Broek 2001). Wel werken vrouwen nog meer in deeltijd, waar mannen overwegend voltijd zijn blijven werken.

De toestroom van vrouwen naar de arbeidsmarkt is de meest opmerkelijke verschuiving in de tijdsbesteding van de afgelopen decennia. Het SCP doet hier iedere vijf jaar onderzoek naar in het Tijdsbestedingsonderzoek (ТВО).⁶ Op basis van dit onderzoek kan worden geconstateerd dat Nederlanders van 12 jaar en ouder (niet-werkenden inclusief) tussen 1980 en 2000 gemiddeld ruim 5 uur per week meer zijn gaan werken (zie tabel 2). Ondanks de individuele verkorting van de werkweek wordt er dus – omdat er meer mensen aan het werk zijn – per hoofd van de bevolking steeds meer gewerkt. De totale arbeidsinspanning van beide partners van een tweeverdienershuishouden bedraagt 56 uur per week, royaal meer dan de werkweek van de kostwinner uit de tijd van voor de vrije zaterdag (SCP 1998).

Die stijgende arbeidslast heeft vooralsnog niet of nauwelijks geleid tot bezuinigingen op de huiselijke zorgtaken. Hier zijn verschillende redenen voor te geven, waarvan de huishoudensverdunning (Knulst en Van Beek 1990) waarschijnlijk de belangrijkste is. Ook met allerlei tijdsbesparende apparaten vergt het huishouden in kleinere huishoudens naar verhouding meer werk dan vroeger in grotere gezinnen. Een gechargeerd voorbeeld: om twaalf monden te voeden volstond voorheen het koken door twee huisvrouwen, terwijl nu twee moeders van kleinere gezinnen in de keuken staan, de man van een samenwonend stel alsmede twee alleenstaanden. Er wordt iets minder tijd besteed aan onderwijs, goeddeels als gevolg van de vergrijzing. Die verminderde onderwijstijd compenseert de gestegen arbeidstijd bij lange na niet. Het resultaat is een netto stijging van het totaal aan verplichtingen tussen 1980 en 2000 van ruim 3 uur, wat bijna geheel ten koste is gegaan van de vrije tijd.

Tabel 2 Verplichte, persoonlijke en vrije tijd, bevolking van 12 jaar en ouder, 1975-2000 (in uren per week)

	1975	1980	1985	1990	1995	2000
arbeid (betaald werk)	14,8	14,0	14,1	16,6	17,3	19,4
zorg (en huishouden)	19,1	19,5	19,4	18,5	18,9	19,0
onderwijs	6,7	7,3	7,2	6,9	6,4	5,5
verplichte tijd	40,7	40,8	40,7	42,0	42,6	43,9
persoonlijke tijd	76,3	76,8	75,3	75,5	75,0	76,6
vrije tijd	47,9	47,0	49,0	47,2	47,3	44,8

Noot: De drie categorieën tellen niet op tot 168 uur, doordat sommige activiteiten niet eenduidig aan een van de hoofdcategorieën vallen toe te schrijven.

Bron: SCP (TBO)

Zoals gezegd, heeft het emancipatiebeleid zich lange tijd vooral geconcentreerd op de arbeidsdeelname van vrouwen. Herverdeling van taken tussen mannen en vrouwen is altijd meer met de mond beleden, en met de verschuiving van het beleid richting het kunnen combineren van arbeid en zorg grotendeels uit het zicht verdwenen. Het hoeft dan ook niet te verbazen dat mannen en vrouwen de taken thuis nog altijd alles behalve gelijk verdelen (tabel 3). Betaald werk wordt nog steeds het meest door mannen verricht. Vrouwen nemen nog altijd het grootste deel van het huishoudelijk werk voor hun rekening. De ‘harmonieuze ongelijkheid’ is in de loop der jaren weliswaar gedeeltelijk ongedaan gemaakt, maar in een proces van ‘gemankeerde emancipatie’ geenszins volledig rechtgetrokken (Van Stolk en Wouters 1983; Van den Akker et al. 1994). Vergelijkbare cijfers uit andere Europese landen tonen overigens aan dat daar de ongelijkheid tussen mannen en vrouwen evenmin geheel ongedaan is gemaakt. Ook in voorhoedelanden als Zweden en Noorwegen verricht de huisvrouw meer taken in het huishouden dan de man. Mede om die reden hebben vrouwen in heel Europa minder vrije tijd dan mannen (SCP 2000). Dat Nederland hier een uitzondering op vormt, is meer het gevolg van de typisch Nederlandse deeltijd-cultuur dan van een rechtvaardig tijdsbeleid.

Tabel 3 Zorgetaken naar sekse, bevolking van 12 jaar en ouder, 1975-2000 (in uren per week)

	1975	1980	1985	1990	1995	2000
bevolking van 12 jaar en ouder	19,1	19,5	19,4	18,5	18,9	19,0
sekse						
man	8,6	9,3	10,3	10,4	11,3	12,0
vrouw	29,5	29,5	28,3	26,5	26,2	25,7

Bron: SCP (TBO)

Mannen zijn echter wel meer in het huishouden gaan doen, en vrouwen minder. De in de blauwdruk van het kostwinnershuishouden voorziene concentratie op een specifieke taak (betaald of onbetaald werk) komt daarmee steeds verder in het gedrang. In plaats daarvan maakte taakcombinatie opgang (Knulst en Van Beek 1990). Een steeds groter deel van de bevolking van 20-64 jaar (bij andere leeftijdsgroepen is de combinatie van arbeid en zorg op voorhand minder van toepassing) kent zowel substantiële professionele verplichtingen als substantiële huishoudelijke verplichtingen (tabel 4). Tussen 1975 en 2000 steeg het aandeel 'taakcombineerders' van 20% naar 47%. Onder werkenden combineerde in 2000 zelfs 63% arbeid en zorg. Het combineren van taken vond onder alle leeftijdscategorieën meer ingang. Vooral de groei onder 35-49-jarigen was aanzienlijk, maar ook onder de 50-64-jarigen waren taakcombineerders in 2000 niet langer uitzondering. Het aandeel taakcombineerders is onder lager opgeleiden beduidend kleiner dan onder middelbaar en hoger opgeleiden.

Tabel 4 Taakcombinatie (minimaal 12 uur betaald werk en minimaal 8 uur huishoudelijk werk in onderzoekswEEK), naar achtergrondkenmerken, bevolking van 20-64 jaar, 1975-2000 (in procenten)

	1975	1980	1985	1990	1995	2000
bevolking van 20-64 jaar	20	24	28	33	38	47
sekse						
man	25	28	32	35	41	49
vrouw	15	20	24	31	34	45
leeftijd						
20-34 jaar	23	31	33	40	42	50
35-49 jaar	18	24	30	36	43	57
50-64 jaar	17	13	15	16	22	31
gezinspositie						
inwonend bij ouders	13	22	18	27	25	28
alleenwonend	17	26	34	36	39	46
met partner zonder kinderen	22	26	28	34	36	44
ouder met thuiswonend(e) kind(eren)	19	23	29	33	40	53
opleidingsniveau ^a						
lo, lbo, mavo	19	22	22	27	26	36
mbo, havo, vwo	26	28	35	38	44	53
hbo, wo	24	38	36	39	46	53
arbeidsmarktpositie						
werkend	32	40	48	52	57	63
niet-werkend ^b	4	3	3	7	6	10

a Huidige of voltooid opleiding.

b Inclusief gedeeltelijk werkende huisvrouwen, scholieren, studenten, arbeidsongeschikten en gepensioneerden.

Bron: SCP (TBO)

Naar verwacht zal het aandeel taakcombineerders in de komende jaren nog verder stijgen (De Haan, Van den Broek en Schnabel 2000). Desgevraagd blijken velen van mening dat het in de toekomst eenvoudiger zal worden om werk en zorg te combineren. Hoge verwachtingen heeft men vooral van deeltijdwerk, van betaald zorgverlof en van kinderopvangmogelijkheden (Vinken en Ester 2001). Of dit optimisme gerechtvaardigd is, zal de toekomst leren. In elk geval lijkt het waarschijnlijk dat taakcombinerende tweeverdieners geen fenomeen van voorbijgaande aard vormen. In het bestek van dit essay is dit een relevante constatering, niet in het minst omdat het tijdsbeslag van verplichtingen c.q. de objectieve tijdsdruk vooral onder deze groeiende groep tweeverdienende taakcombineerders groot is (tabel 5).

Tabel 5 Objectieve tijdsdruk (verplichtingen aan arbeid, zorg en onderwijs naar achtergrondskennmerken, in uren per week)

	1975	1980	1985	1990	1995	2000
bevolking van 12 jaar en ouder	40,7	40,8	40,7	42,0	42,6	43,9
sekse						
man	39,9	39,4	39,8	42,1	43,7	44,6
vrouw	41,4	42,2	41,6	42,0	41,6	43,2
leeftijd						
12-19 jaar	42,5	43,6	43,1	46,9	44,8	47,0
20-34 jaar	47,9	47,2	47,0	47,9	48,9	51,1
35-49 jaar	42,6	45,1	46,0	48,1	48,6	50,6
50-64 jaar	37,4	34,9	34,6	32,7	35,7	38,7
≥ 65 jaar	25,8	25,1	24,4	23,6	25,0	26,0
gezinspositie						
inwonend bij ouders	43,9	43,5	43,4	47,3	44,5	46,3
alleenwonend	32,1	31,7	33,2	35,0	35,1	37,7
met partner zonder kinderen	35,4	34,6	34,1	35,1	37,4	39,2
ouder met thuiswonend(e) kind(eren)	43,4	44,8	45,6	46,3	48,4	50,2
opleidingsniveau ^a						
lo, lbo, mavo	40,1	40,2	38,6	38,7	38,8	39,4
mbo, havo, vwo	42,3	44,8	43,2	45,4	44,6	47,0
hbo, wo	43,4	42,1	44,5	44,7	46,4	46,3
arbeidsmarktpositie						
studerend, schoolgaand	44,3	43,5	43,4	46,1	44,3	47,1
werkend	46,2	47,2	48,9	50,0	52,0	51,7
huishouding	39,4	39,6	38,4	37,7	37,7	37,4
werkloos, arbeidsongeschikt	b	23,4	23,3	26,5	26,2	28,4
gepensioneerd	21,2	18,3	20,1	21,1	21,7	25,8
taakcombinatie						
combineert geen taken	38,8	38,2	37,5	38,0	37,7	37,5
combineert arbeid en zorg ^c	51,7	53,5	53,5	53,9	55,1	55,5

a Huidige of afgeronde opleiding.

b Te weinig cases.

c Minimaal twaalf uur betaald werk en minimaal acht uur huishoudelijk werk in onderzoekswEEK.

Bron: SCP (TBO)

Dat het tijdsbeslag van verplichtingen de laatste decennia fors opliep, is vooral het gevolg van de getsalsmatige groei van de drukbezette groep taakcombineerders in de samenleving. De tijdsdruk gaf verder in alle leeftijdsgroepen een stijging te zien, het meest onder de 50-64-jarigen. De fase van het twintigste tot het vijftigste levensjaar bleef echter het drukst. Ouders met thuiswonende kinderen zijn de drukst bezette groep. Binnen de onderscheiden onderwijsniveaus was de toename van de tijdsdruk het sterkst onder de middencategorie (mensen met mbo, havo of vwo als hoogste of huidige opleiding). Binnen de groep werkenden nam de tijdsdruk niet toe. Dit laat onverlet dat het groeiend aandeel werkenden de motor van de groeiende tijdsdruk was. Werkenden kennen immers de grootste tijdsdruk, zodat een toename van hun aantal een toename van het aandeel drukbezette mensen impliceert. Andersom heeft de groei van de groep gepensioneerden een dempend effect op de gemiddelde tijdsdruk.

3.3 Subjectieve tijdsdruk

Het Tijdsbestedingsonderzoek (TBO) is er primair op gericht om activiteitenpatronen in kaart te brengen: waar besteedt men zijn tijd aan en hoe zijn die activiteiten geordend in de tijd? In die zin schetst het de contouren van de mate waarin een samenleving het 'druk heeft'. Zoals eerder gesteld, impliceert een druk bestaan echter nog niet dat men ook tijdsdruk ervaart of 'psychisch vermoeid' raakt. Het TBO bevat geen directe vraag naar de mate waarin men zich 'psychisch vermoeid' voelt. Wel zijn in de 2000-editie van dat onderzoek enkele vragen opgenomen naar de mate van gejaagdheid (hetgeen geïnterpreteerd is als een ervaring van tijdsdruk). Zo is in het dagboekje van het onderzoek voor iedere dag telkens de vraag gesteld of men zich die dag gejaagd gevoeld had. Daarnaast is gevraagd of men zich in het algemeen gejaagd voelt (in de vrije tijd).⁷ Uit onderzoek van de Canadese onderzoeker Zuzanek (2002) blijkt dat objectieve tijdsdruk, ervaren tijdsdruk en psychische gezondheid verband houden met elkaar. Objectieve en subjectieve tijdsdruk correleren .36 met elkaar, subjectieve tijdsdruk blijkt een zwak negatief effect te hebben op de zelfinschatting van de fysieke gezondheid en eveneens negatief gecorreleerd te zijn met de subjectief ervaren psychische gezondheid (al verschillen de uitkomsten van diverse onderzoeken sterk van elkaar wat de sterkte van dat laatste verband betreft, met correlaties die uiteenlopen van .15 en tot .47).

In het Nederlandse TBO rapporteerde bijna de helft van de bevolking in de onderzoekswEEK in oktober 2000 minstens één gejaagde dag per week (tabel 6). Eenderde deel van de bevolking voelde zich twee of meer dagen gejaagd, het gemiddelde aantal 'gejaagde' dagen ligt op 1,3 per week. Vrouwen voelen zich gejaagder dan mannen. Verder concentreert gejaagdheid zich in de leeftijd van 20 tot 50 jaar, eerder al eens 'het spitsuur van het leven' genoemd (Knulst en Van Beek 1990). Vooral ouders van thuiswonende kinderen ondervinden een gevoel van gejaagdheid. Dat gevoel is in de regel ook sterker als men meer onderwijs genoten heeft, als men werkt en als men arbeid en zorg combineert.

Tabel 6 Subjectieve en objectieve tijdsdruk (2000)

	subjectieve tijdsdruk (gejaagdheid)		objectieve tijdsdruk (tijdsbeslag)		
	een of meer dagen een gejaagd gevoel (procenten)	aantal dagen van de week met een gejaagd gevoel	totale verplichtingen (arbeid, zorg, studie, uren per week)	hoofdtak (arbeid of zorg, uren per week)	neventaak (arbeid of zorg, uren per week)
bevolking van 12 jaar en ouder	47	1,3	43,9	31,8	7,0
sekse					
man	43	1,2	44,6	32,7	6,8
vrouw	50	1,4	43,2	31,0	7,2
leeftijd					
12-19 jaar	46	1,1	47,0	10,6	1,5
20-34 jaar	58	1,5	51,1	37,5	9,7
35-49 jaar	54	1,6	50,6	38,6	10,6
50-64 jaar	40	1,1	38,7	32,3	5,8
≥ 65 jaar	23	0,8	26,0	23,8	1,3
gezinspositie					
inwonend bij ouders	49	1,2	46,3	16,1	3,0
alleenwonend	43	1,3	37,7	30,1	5,1
met partner zonder kinderen	42	1,1	39,2	32,3	6,5
ouder met thuiswonend(e) kind(eren)	51	1,5	50,2	39,1	10,4
opleidingsniveau ^a					
lo, lbo, mavo	37	1,1	39,4	30,7	4,9
mbo, havo, vwo	49	1,4	47,0	31,6	7,8
hbo, wo	56	1,4	46,3	33,6	8,9
arbeidsmarktpositie					
studerend, schoolgaand	46	1,1	47,1	10,7	2,4
werkend	54	1,5	51,7	39,0	11,6
huishouding	42	1,2	37,4	35,1	1,6
werkloos, arbeidsongeschikt	43	1,2	28,4	24,7	1,4
gepensioneerd	24	0,7	25,8	23,3	0,9
taakcombinatie					
combineert geen taken	41	1,2	37,5	28,1	1,9
combineert arbeid en zorg ^b	56	1,5	55,5	38,2	15,9

a Huidige of afgeronde opleiding.

b Minimaal twaalf uur betaald werk en minimaal acht uur huishoudelijk werk in onderzoekswEEK.

Bron: SCP (TBO)

Op één uitzondering na kent de subjectieve tijdsdruk eenzelfde verdeling over de bevolking als de objectieve tijdsdruk. Het verband tussen beide grootheden blijkt desondanks tamelijk bescheiden (correlatie objectieve tijdsdruk in uren per week en aantal gejaagde dagen per week bedraagt .13). Dit wijst erop dat er vele andere zaken zijn dan feitelijke tijdsdruk alleen die tot subjectieve beleving van tijdsdruk leiden.

Niettemin rapporteren drukbezette groepen vaker een gejaagde dag dan groepen

met weinig verplichtingen. De enige uitzondering is sekse. Waar mannen een wat hogere objectieve tijdsdruk kennen, ervaren vrouwen meer subjectieve tijdsdruk. Een vergelijkbare bevinding kwam eerder al aan orde in paragraaf 2.2, toen bleek dat vrouwen vaker klagen over werkdruk, terwijl mannen een hogere werkdruk rapporteren, maar daar minder over klagen. Een verklaring voor dit onderscheid naar de rapportage van tijdsdruk tussen beide seksen kan zijn dat werkende vrouwen bij uitstek met de problemen van het combineren van arbeid en zorg worden geconfronteerd. Een eerste indicatie daarvoor is dat vooral taakcombineerders gejaagdheid rapporteren. Een tweede indicatie is dat mannen weliswaar een grotere hoofdtaak kennen, maar vrouwen een grotere bijtaak (tabel 6). Daar komt bij dat vooral vrouwen niet alleen met de combinatie maar ook met de coördinatie van arbeid en zorg belast zijn. Vrouwen nemen meer dan mannen de verantwoordelijkheid voor het reilen en zeilen van het huishoudelijke bedrijf op zich. Vrouwen nemen vaker vrij van het werk om voor kinderen te zorgen, passen bij huishoudelijke problemen hun arbeidstijden sneller aan dan mannen en sparen meer verlof ten behoeve van de zorg voor kinderen (Breedveld 2000). Vrouwen laveren zo meer dan mannen tussen de werelden en de rationaliteiten van arbeid en zorg. Voorts is uit het Tijdsbestedingsonderzoek bekend dat de dagindeling van vrouwen gevarieerder verloopt, en minder routines kent dan die van mannen (Breedveld en Van den Broek 2001). Dergelijke verschillen kunnen als verklaring gelden voor het feit dat vrouwen zich, bij een wat geringere werkdruk en tijdsdruk, eerder dan mannen gejaagd voelen.

3.4 Gejaagde vrije tijd

Het TBO bevat geen longitudinale gegevens over de subjectieve tijdsdruk. Wel zijn in de 2000-editie van het onderzoek twee vragen opgenomen die in jaren '70 ook al gesteld waren in twee van de toenmalige CBS Leefsituatie Onderzoeken: 'Vindt u dat u over voldoende vrije tijd beschikt?' (DLO 1977), en: 'Voelt u zich in uw vrije tijd vaak/soms/zelden of nooit gejaagd?' (DLO 1974).

De minste veranderingen deden zich voor in het oordeel over de hoeveelheid vrije tijd. In 1977 oordeelde 69% van de bevolking van 18-64 jaar over (ruim) voldoende vrije tijd te beschikken, in 2000 vond 66% van de bevolking dat (zie tabel 7). Nederlanders werden over die termijn van 25 jaar dus iets minder positief gestemd over hun hoeveelheid vrije tijd. Vooral onder de 25-49 jarigen gingen meer mensen daar negatief over oordelen, onder de jongvolwassenen (18-24 jaar) en, in mindere mate, onder de 50-64 jarigen groeide het aandeel personen dat over voldoende vrije tijd meent te beschikken. Vermoedelijk liggen de verlengde leerweg respectievelijk de vut hieraan ten grondslag. Vrouwen zijn iets negatiever over hun vrije tijd zijn gaan oordelen dan mannen.

Meer dan het oordeel over de hoeveelheid vrije tijd blijkt het oordeel over de mate van gejaagdheid in de vrije tijd aan verandering onderhevig te zijn geweest. In 2000 zei 40% van de 18-64 jarigen zich in de vrije tijd (vaak of soms) gejaagd te voelen, tegen 30% in 1974 (tabel 7; Zuzanek (2002) rapporteert vergelijkbare ontwikkelingen

voor de vs). Vrouwen toonden zich zowel in 1974 als in 2000 aanmerkelijk gejaagder in hun vrije tijd dan mannen. Evenals bij de vraag naar tevredenheid met de hoeveelheid vrije tijd blijken jongeren (18-24) in 2000 positiever te scoren dan in de jaren zeventig, verder verkeren vooral de 50-64 jarigen in een relatief gunstige positie. Onvrede over de vrije tijd concentreert zich onder de 25-49 jarigen, opnieuw een uitdrukking van de ontstane drukte tijdens het 'spitsuur in het leven'.

Tabel 7 Subjectief oordeel over vrije tijd, bevolking 18-64 jaar, naar sekse en leeftijd

	% voldoende vrije tijd ^a		% gejaagd in vrije tijd ^b	
	1977	2000	1974	2000
totaal	69	66	30	40
man	67	65	26	36
vrouw	70	67	34	44
18-24	67	71	30	26
25-34	67	58	32	49
35-49	65	61	32	48
50-64	76	77	25	30

a Vindt u dat u over voldoende vrije tijd beschikt? (ruim voldoende, voldoende, matig, nauwelijks, niet voldoende; % (ruim) voldoende).

b Voelt u zich in uw vrije tijd vaak/soms/zelden of nooit gejaagd? (% vaak/soms).

Bron: CBS (DLO 1974, 1977), SCP (TBO 2000)

Deze meerjarige gegevens over objectieve tijdsdruk (hoeveelheid verplichtingen, hoeveelheid vrije tijd) en subjectieve tijdsdruk (gejaagdheid, voldoende vrije tijd) wijzen consistent op meer tijdsdruk, vooral bij vrouwen en de leeftijdsgroep 25-49 jaar. Een directe koppeling van beide trendgegevens is echter niet mogelijk. Wel kunnen in het TBO-2000 de cijfers over gejaagdheid in de vrije tijd gekoppeld worden aan de gegevens over objectieve en subjectieve tijdsdruk. Zowel voor de objectieve tijdsdruk (het totaal aan verplichtingen) als voor de subjectieve tijdsdruk (het aantal gejaagde dagen) geldt: hoe drukker, hoe gejaagder in de vrije tijd. Het verband tussen gejaagdheid in de vrije tijd en subjectieve tijdsdruk (correlatie = .44) is aanzienlijk sterker dan het verband tussen gejaagdheid in de vrije tijd en objectieve tijdsdruk (correlatie = .13). In tabel 8 is dit nader geïllustreerd door de bevolking naar beide maatstaven – subjectieve en objectieve tijdsdruk – te verdelen in de drukste en de minst drukke helft. Bij de subjectieve tijdsdruk is het verschil in gejaagdheid in de vrije tijd tussen de drukste en de minst drukke helft van de bevolking beduidend sterker (58% versus 17%) dan bij de objectieve tijdsdruk (waar dat verschil slechts 41% versus 31% bedraagt).

Dat subjectieve tijdsdruk (zich gejaagd voelen) gerelateerd is aan het gevoel ook

in de vrije tijd gejaagd te zijn lijkt weinig verrassend, maar is toch veelzeggend. Het duidt er op dat gevoelens van gejaagdheid niet domein- of taakspecifiek zijn. Als men aanneemt dat de vrije tijd zelf niet de bron van de gejaagdheid in de vrije tijd is, exporteert men dat gevoel van gejaagdheid kennelijk van een ander domein (het werk?, de combinatie van arbeid en zorg?) naar het domein van de vrije tijd. Dit herinnert aan de eerdere omschrijving van psychische vermoeidheid als een algemeen gevoel van vermoeidheid, dat niet taakspecifiek is, maar het gehele functioneren beïnvloedt.

Tabel 8 Gejaagdheid in de vrije tijd naar subjectieve en objectieve tijdsdruk (percentage vaak of soms gejaagd in de vrije tijd)

	naar subjectieve tijdsdruk	naar objectieve tijdsdruk
% gejaagd in vrije tijd onder drukste helft van de bevolking	58	41
% gejaagd in vrije tijd onder minst drukke helft van de bevolking	17	31

Bron: SCP (TBO)

De stelling dat de vrije tijd wel zelf de bron van gejaagdheid zou zijn, is overigens goed verdedigbaar. De vrije tijd staat in meerdere opzichten onder druk. Het duidelijkst is dat in het verminderd aantal uren vrije tijd, vooral onder tweeverdienende taakcombineerders met (jonge) kinderen. Terwijl het vrijetijdsbudget in termen van beschikbare uren eerder verkrapte dan verruimde, groeiden zowel de opties als de ambities voor de besteding van de vrije tijd.

Kijken we eerst naar de vrijetijds-opties, dan moet worden geconstateerd dat het aantal te verzilveren opties sterk is gegroeid. Men staat meer dan voorheen voor de keuze welke van een breed assortiment vrijetijdsactiviteiten in het eigen vrijetijdsrepertoire op te nemen. Of het nu gaat om het aantal vakantiebestemmingen, tv-zenders, boeken, films, sportieve mogelijkheden of vrijetijdselectronica, steeds geldt dat er beduidend meer opties zijn dan voorheen. Culturele barrières om van die opties gebruik te maken, in de vorm van gedragsvoorschriften en definities van goede smaak, hebben aan belang ingeboet. Beduidend meer mensen beschikken over de financiën die nodig zijn om tussen die opties te (moeten) kiezen. Alleen het aantal vakantiedagen en vakanties lijkt gelijke tred te houden met het groeiend aanbod van de vrijetijdsindustrie, althans voor degenen die hun verlof ook werkelijk opnemen. In een doorsnee werkweek is de hoeveelheid vrije tijd voor grote groepen gedaald. Waar men op jaarbasis meer interesses rapporteert dan vroeger, daalde het aantal vrijetijdsactiviteiten per week. Kennelijk loopt men voor meer dingen warm, maar komt men aan een deel van die dingen niet zo vaak toe. Eerder (SCP 1998) hebben we dit omschreven als een gedaanteverwisseling van de vrijetijdsbesteder van een participant naar een passant. Gevoegd bij de voortschrijdende professionalisering en commercialisering van een uitdijende vrijetijdsindustrie (SCP 2000, Mommaas et al.

2000) ontwikkelt de vrijetijdsbesteder zich van een participant temidden van gelijkgestemde bekenden tot een consument temidden van andere anonieme klanten. Als Kubey en Csikszentmihalyi (1990) gelijk hebben met hun observatie dat men vooral positieve gevoelens ontleent aan vrijetijdsactiviteiten waar men actief bij betrokken is, waar men zich in vastbijt, waar men eer aan behalen kan en waar men met anderen in contact staat, geeft de gedaantewisseling van de vrijetijdsbesteder enige stof tot nadenken.

Per uur vrije tijd valt er meer te kiezen en te besteden. Bovendien, en dat brengt ons van de opties tot de ambities, zijn, met het wegvallen van grenzen en criteria langs de lijnen van levensbeschouwing en status, de keuzes die men in de vrije tijd maakt belangrijker geworden. Gevraagd naar wie men is, volstaat niet langer het antwoord 'katholiek timmerman'. Veeleer wordt een dynamische mix boeiende hobby's en vrijetijdsbestedingen verwacht. Waar de maatschappelijke positie vroeger werd bepaald door de plaats in het productieproces (en in het verzuilde Nederland ook door denominatie), wordt die positie nu meer dan ooit (mede) bepaald door iemands keuzes in het consumptieproces. De gevolgen daarvan voor de vrije tijd zijn tweeledig.

Eenzijds vergt consumptie als bouwsteen van identiteiten een zeker vrij besteedbaar budget. Meedoen op de huizenmarkt, maar ook meedoen in het topsegment van de vrijetijdsmarkt, vergt inmiddels min of meer de combinatie van twee bovenmodale inkomens, en dus een forse arbeidsinspanning per huishouden. Werknemers worden als consumenten verleid om deel te nemen aan een cyclus van almaar meer verdienen en uitgeven. De befaamde 'cycle-of-work-and-spend' (Schor 1991) die daarvan het gevolg is, verklaart waarom de 'dividenden' van opeenvolgende productiviteitsstijgingen niet tot minder werk hebben geleid maar vooral tot meer consumptie (en tijdsdruk; Cross 1993).

Anderzijds heeft de maakbaarheid van de sociale positie tot gevolg dat de vrije tijd het strijdperk van statuswedijver geworden is. Verwerving en presentatie van sociale posities vindt plaats via de wijze van consumptie in de vrije tijd. De term maakbaarheid geeft aan dat die verwerving niet vanzelfsprekend verloopt. Dit verhoogt de individuele vrijheid, maar ook de individuele verantwoordelijkheid om via een welgekozen vrijetijdsrepertoire de gewenste sociale positie te verwerven. Dat de vrijetijdsmarkt daar met een royaal aanbod van opties op inspeelt, vergroot niet alleen de keuzemogelijkheden maar ook het keuzeprobleem. De vrije tijd zelf vormt zo een voedingsbodem voor gevoelens van twijfel en onzekerheid.

3.5 Samenleving in discussie

Twijfel en onzekerheid worden zeker niet alleen binnen de vrije tijd veroorzaakt. De moderne samenleving is permanent in beweging, zo bleek ook uit de woorden van Jelgersma waarmee dit essay opende. Op vrijwel alle terreinen van het maatschappelijk leven, of het nu gaat om de stand van de techniek, het opleidingsniveau, de huisvesting, de gezondheidszorg, het politieke stelsel, de cultuur of de snelheid waar-

mee goederen, mensen en informatie zich over en om de aarde bewegen, is sprake van ingrijpende veranderingen. Soms betreft dit gevoelige kwesties, zoals waar de wens tot verandering op sterke tradities botst.⁸ Onttrekken aan dit veranderingsproces is echter op voorhand zinloos. Permanent worden oude zekerheden ter discussie gesteld. Een beroep op tradities of historie voldoet niet meer. In de moderne tijd is alleen nog plaats voor uitleg, redenen, functies. In de Angelsaksische literatuur is hiervoor het begrip 'reflectieve moderniteit' aangedragen (Beck 1986, Giddens 1991, zie Mommaas 1993 voor een overzicht). Gedurig worden oude denkbeelden ter discussie gesteld en alternatieve ziens- en handelwijzen naar voren gebracht.

Nederland heeft zich, ondanks de dappere poging daartoe in de vorm van verzuiling (1920-1970), niet aan dit proces van 'ont-traditionalisering' weten te onttrekken. Sterker nog, sinds de ontzuiling inzette heeft dat proces zich versneld voltrokken. Bijna alle oude zekerheden van weleer lijken te hebben afgedaan. Vrouwen zijn massaal het onderwijs en de arbeidsmarkt ingestroomd, mannen maakten hun entree in het huishouden. De herziening van rolpatronen is echter maar één voorbeeld van ont-traditionalisering. De traditionele hoeksteen van de samenleving (gezin met kinderen) is nog maar op eenderde deel van de huishoudens van toepassing. Daarnaast bestaat eenderde van de huishoudens uit eenpersoonshuishoudens en nog eens eenderde uit tweepersoonshuishoudens zonder kinderen. Ook in de meest intieme levenssferen zijn eenmaal gemaakte keuzes gedurig voorwerp van heroverweging. Eind jaren negentig was de kans op echtscheiding bijna drie maal zo hoog als begin jaren zeventig (Hooghiemstra 1997). De gemiddelde leeftijd waarop een vrouw haar eerste kind krijgt, is de afgelopen jaren opgelopen van het 24ste levensjaar in 1970 tot rond het 30ste nu. Van de vrouwen tussen 20 en 34 jaar had in 1970 42% geen kinderen, in 1995 was dat 56%. Noch een vaste partner noch kinderen zijn tegenwoordig nog een vanzelfsprekendheid.

In de sfeer van de betaalde arbeid is het de roep om een flexibeler arbeidsmarkt geweest die een einde heeft gemaakt aan veel eerder moeizaam verworven zekerheden. De versnellende economie van de jaren negentig bood minder plaats voor vaste functies, vaste banen, een lineair carrière-verloop en vaste inkomensbestanddelen. Aanpassing werd het credo van het 'just-in-time' werken. Los van de vraag of flexibiliteit en zekerheid werkelijk elkaars tegenpolen zijn (Dore 1986), betekende dit voor veel werknemers een afscheid van vaste waarden en een grotere variatie (lees voor sommigen: onzekerheid) in hun werkzame bestaan. Inkomens werden prestatieafhankelijk, banen en functies geherdefinieerd of wegbezuinigd, promoties losgekoppeld van senioriteitsprincipes.

Op de grens van arbeid en vrije tijd groeide de variatie in de ordening van de tijd. De Arbeidstijdenwet uit 1995 bood meer ruimte voor flexibele arbeidspatronen, de Winkeltijdenwet van 1996 leidde tot een herziening van verworvenheden als zondags- en avondsluiting. Naast deze in cultureel en symbolisch opzicht belangwekkende wetswijzigingen zorgden ICT (thuiswerken) en andere technologische innovaties (video, magnetron) ervoor dat de indeling van de tijd meer en meer een individuele aangelegenheid werd. Tot grote veranderingen in de collectieve ritmes

heeft dit niet geleid. De meeste mensen staan nog om 7.00 uur op, vertrekken om 7.45 uur naar het werk, lunchen om 12.30 uur en zetten zich om 18.00 uur aan het avondmaal. Wel is er in de marge van deze activiteiten sprake van verandering. Burgers doen vaker 's avonds boodschappen, zijn op zondag nog bezig met huishouden en zorg, of eindigen hun werkdag een uurtje later. Verder is er sprake van een verminderde individuele routinematigheid: steeds minder mensen verrichten verschillende activiteiten op opeenvolgende dagen op hetzelfde tijdstip. De dag verloopt minder routinematig dan voorheen. Hoewel de collectieve ritmes grotendeels intact bleven, verminderde de individuele routinematigheid van het dagelijks leven (Van den Broek et al 1999, Van den Broek en Breedveld 2000).

Dit proces van ont-traditionalisering is hier niet voor het eerst beschreven, en evenmin uitputtend. Aan de lijst van zaken die onderwerp van reflectie zijn geworden, kunnen nog vele andere worden toegevoegd, zoals de keus (!) lid van kerk of vakbond te zijn, de opkomst van aandelenportefeuilles in plaats van spaarboekjes, of de keuze uit een groter aantal commerciële leveranciers van voorheen publieke diensten (telefoon, energie).

Belangrijker dan het uitputtend beschrijven van die trend als zodanig zijn hier de implicaties voor het individu, met name op het vlak van de tijdsbesteding en de psychische belasting. Deze implicaties zijn meerledig. Enerzijds bieden ze individuen meer ruimte om het leven naar eigen inzicht in te richten en brengen ze meer levensgeluk binnen bereik. Mensen kunnen vrijelijker hun opties kiezen. In die zin zijn relaties nu wellicht 'puurder', ook al zijn ze minder duurzaam. De grotere vrijheid bij de inrichting van de levensloop stimuleert echter niet alleen tot nadenken over wie men wil zijn en wat men wil worden, maar dwingt daar ook toe. Onherroepelijk brengt dit ook (zelf)twijfel mee, alsmede transactiekosten wanneer eenmaal gemaakte keuzes op de relatie- en woningmarkt herzien moeten worden. Activiteiten en gevoelens die vroeger tot het domein van een specifieke levensfase behoorden, strekken zich daarbij uit over grotere delen van het bestaan.

De implicaties van de flexibilisering van arbeid en tijdsordening liggen niet wezenlijk anders. Enerzijds ontstaat er meer ruimte om vorm te geven aan individuele preferenties, anderzijds kosten permanente her- en bijscholing, wisseling van banen en functies alsook het presteren onder druk meer tijd en energie. De mogelijkheden werk mee naar huis te nemen en op zondag wat anders te doen dan kerk- of familiebezoek impliceren dat telkens de vraag 'wat te doen?' actueel is. In een tijdsordening waarin activiteiten geleidelijk van vaste tijdstippen worden losgekoppeld, kost het handhaven van orde en ritme, alsook de afstemming daarvan met anderen, meer energie en leidt het tot paradoxen. Enerzijds zegt het merendeel van de bevolking arbeid en vrije tijd gescheiden te willen houden, bijvoorbeeld door de zondagsrust te respecteren. Anderzijds omarmt men voorzieningen die langer open blijven (Vinken en Ester 2001) en die dus die scheiding overbruggen, een heldere illustratie van de tweespart in de omgang met de tijd.

Het wegvallen van tradities leidt niet alleen tot meer mogelijkheden, maar heeft ook het onbedoeld effect dat men zich niet meer achter die tradities kan 'verschui-

len'. In een reflectieve maatschappij kan nauwelijks worden ontkomen aan de noodzaak om keuzes te maken. Iedere handeling veronderstelt een keuze en vraagt potentieel om een verantwoording. Keuzevrijheid impliceert ook verantwoordelijkheid voor de vormgeving van de gekozen leefstijl. Kunnen omgaan met die verantwoordelijkheid is in een reflectieve maatschappij een belangrijke vaardigheid. Niet iedereen beheerst die vaardigheid in dezelfde mate. Ont-traditionalisering betekent voor sommigen een grotere individuele speelruimte. Voor anderen brengt het primair een bron van onzekerheid en daarmee van psychische belasting met zich.

In de literatuur over psychische vermoeidheid is de laatste tijd de nodige aandacht geweest voor de rol van de thuissituatie en van de combinatie van arbeid en zorg in de verklaring van psychische vermoeidheid (Trimbos 2000, LISV 2000, Smulders en Wieling 2001, Otten et al. 2002). De uitkomsten van deze analyses laten vooralsnog veel ruimte voor interpretatie. Terugkerende thema's zijn dat alleenstaanden (vooral alleenstaande ouders, veelal vrouwen) vaker gezondheidsklachten hebben en/of zich burn-out voelen dan samenwonenden, dat het aantal uren huishoudelijk werk geen invloed heeft op burn-out, dat vrouwen lange uren wel als belastend ervaren en mannen niet, alsook dat vrouwen (ook zonder kinderen) meer kans op burn-out lopen dan mannen.

Dat alleenstaanden – een in omvang sterk gegroeide groep in de samenleving – vaker burn-out zijn dan samenwonenden kan er mee samenhangen dat alleenstaanden per definitie taakcombineerders zijn. Zeker van alleenstaande ouders mag worden aangenomen dat men het in meerdere opzichten erg druk heeft, terwijl men de steun en 'social support' van een partner ontbeert. Verder hebben alleenstaanden mogelijk meer dan degenen met een vaste relatie te maken met reflectieve zelftwijfel, vrouwen vermoedelijk des te meer naarmate zij meer geconfronteerd worden met hun biologische klok. Ook het potentieel niet vervullen van ambities is een bron van zorg en frustratie.

Dat het aantal uren huishoudelijk werk niet aantoonbaar verband houdt met psychische belasting hoeft geen verbazing te wekken. Betaald en onbetaald werk fungeren deels als communicerende vaten: wie meer werkt, doet minder in het huishouden (door taken uit te besteden aan partner of aan de markt), maar kan toch stress ervaren. Los hiervan zou bovendien de stelling kunnen worden geponeerd dat niet een groot aantal uren huishoudelijk werk maar onvoldoende gelegenheid om het huishouden (naar behoren) te doen als een bron van stress en onvrede ervaren wordt (zeker bij vrouwen). De daadwerkelijke hoeveelheid tijd die aan huishoudelijk werk wordt besteed vormt daarmee niet de enige, of ideale indicator voor de mate waarin het huishouden als een belasting ervaren wordt.

Dat vrouwen lange arbeidsuren wel als belastend ervaren en mannen niet, laat zich vermoedelijk verklaren uit het feit dat vrouwen naast hun arbeidzame bestaan meer verantwoordelijkheden dragen dan mannen (zie paragraaf 3.3/3.4).

Voor de bevinding dat vrouwen in het algemeen eerder burn-out raken dan mannen ontbreekt vooralsnog een sluitende verklaring. Deels heeft dit verschil te maken met de positie op de arbeidsmarkt, deels met het type beroep waarin men

werkzaam is (LISV 2000, Otten et al. 2002). Die verklaring bevindt zich echter op het derde schaalniveau ter verklaring van psychische vermoeidheid (zie §1.2) en vormt niet het onderwerp van dit essay. Daarnaast speelt waarschijnlijk de werk-privé combinatie een rol. Dat veel vrouwen ervoor kiezen om in deeltijd te gaan werken toont aan dat het vrouwen in de huidige mannelijke organisatie van de arbeid nog veel problemen ondervinden in het succesvol laveren tussen de tegenstrijdige eisen van moederschap en carrière. Het vervullen van beide rollen vergt een continu schakelen tussen twee heel tegenstrijdige rationaliteiten, en een vrijwel permanent wegen van prioriteiten. Het is moeilijk twee heren te dienen, luidt een oud gezegde, en dat geldt zeker als het bij die heren om gulzige instituties als arbeid en zorg gaat. Niet uit te sluiten is dat een seksegebonden verschil in burn-out weerspiegelt dat vrouwen gemakkelijker uitkomen voor gezondheidsklachten dan mannen. Maar bovenal lijkt het waarschijnlijk dat het de combinatie van meerdere ritmes is die vrouwen kopzorgen en een gevoel van gejaagdheid bezorgt. Een werkende moeder heeft te maken met het arbeidsritme van zichzelf, het arbeidsritme van haar partner, het 'harde' schoolritme van haar kinderen, de openstellingstijden van instellingen, de timing van de vrijetijdsactiviteiten van gezinsleden, etcetera. Waar de tijd van huisvrouwen voorheen als buffer tussen de uiteenlopende dagritmes van de diverse gezinsleden diende, komen die ritmes, het arbeidsritme van de vrouw inclusief, nu rechtsreeks met elkaar in botsing (Elchardus 1996).

Dat vrouwen het combineren van taken vaker als belastend ervaren dan mannen, hoeft evenmin te verbazen. Voor mannen is de transitie richting het combineren van taken aanmerkelijk rustiger verlopen dan voor vrouwen. Mannen ervaren minder dan vrouwen aan den lijve wat het betekent om arbeid en zorg te combineren. De emotionele betekenis van gezin en moederschap impliceert dat een vrouw die gaat werken meer sociale kritiek riskeert dan een man die gaat zorgen. Mannen kennen in hun dagindeling ook vastere patronen, terwijl vrouwen daarentegen een gevarieerdere dagindeling kennen, waarin ze vaker moeten schakelen tussen arbeid en zorg, tussen werk en privé. De meeste mannen werken nog voltijd, terwijl vrouwen omwille van de zorg vaker in deeltijd werken. Vrouwen lopen daarmee eerder dan mannen op tegen de beperkingen van het taakcombineren bij het vinden van interessant werk en een bevredigende carrière, hetgeen hun kans op het ervaren van een disbalans tussen inspanning en beloning (en daarmee op burn-out) vergroot.

4 De veeleisende samenleving en haar beleidsimplicaties

Nederlandse werknemers kennen naar internationale maatstaven een hoge mate van autonomie in de uitvoering van hun werk. Nederlandse werknemers rapporteren echter ook een internationaal gezien hoog werktempo. Vooral in de jaren tachtig is het werktempo gestegen. Bij een niet onbelangrijk deel van hen leidt dit tot klachten. Ongeveer 10% van de werknemers rapporteert verschijnselen van burn-out, een veel groter aandeel rapporteert lichtere vormen van vermoeidheid en gejaagdheid. Nederland telt één arbeidsongeschikte op iedere zeven à acht werkenden. Een derde van de arbeidsongeschikten heeft psychische klachten. Vrouwen rapporteren iets vaker burn-out klachten dan mannen.

Het lijkt geen twijfel dat de naar verhouding grote groep werkenden met psychische klachten en verschijnselen van burn-out een omvangrijke kostenpost vormt. Het is dan ook begrijpelijk dat psychische vermoeidheid de gemoederen bezig houdt. Overigens is het niet alleen een economisch probleem. Als arbeid de gewaardeerde activiteit is waar het voor gehouden wordt, is het onwenselijk dat een grote groep burgers niet in staat is daar op bevredigende en gezonde wijze aan deel te hebben.

Een zonnige interpretatie van de arbeidsongeschiktheidscijfers is dat het aantal arbeidsongeschikten vooral zo steeg doordat het aantal werkenden zo groeide. De enorme en veelal positief gewaardeerde arbeidsmobilisatie recruteerde nu eenmaal ook de minder sterken en minder gezonden. Zo bezien is het stabiele arbeidsongeschiktheidspercentage geen slecht resultaat. Bovendien is er in kwesties van vermoeidheid en burn-out enige vooruitgang geboekt.

Op het gebied van arbeid en zorg kwam zowel het overheidsbeleid als het beleid van veel arbeidsorganisaties betrekkelijk laat tot ontwikkeling. Pas de laatste jaren zijn substantiële vorderingen geboekt. Het overheidsbeleid om arbeid en zorg te combineren is de afgelopen jaren geïntensiveerd met wetgeving (Arbeidstijdenwet, Winkeltijdenwet, Wet Aanpassing Arbeidsduur, Wet Arbeid en Zorg) en stimuleringsmaatregelen (dagindeling en kinderopvang). Maatregelen met betrekking tot zeggenschap over arbeidstijden en tot levensloopbestendig beleid zijn in voorbereiding. De arbeidsdeelname van vrouwen was echter al decennia daarvoor aan een duidelijke opmars begonnen. In het emancipatiebeleid ging het stimuleren van arbeidsdeelname van vrouwen vooraf aan het helpen faciliteren van de combinatie van arbeid en zorg. Niettegenstaande genoemde maatregelen bevindt Nederland zich nog altijd in een overgangssituatie, ook ideologisch, met één been in het oude kostwinnersmodel en met het andere in het tweeverdienersmodel. Waar veel burgers al het 'combinatie-ethos' omarmden, bleven beleid en organisatie van de arbeid lang geënt op een kostwinners-arbeidsethos (Breedveld 2000). Mogelijk dat het beëindigen van deze overgangssituatie tot heldere keuzes leidt die de mentale en temporele belasting van de combinatie van verschillende taken kunnen verminderen.

Voorts kan hoop worden geput uit het feit dat het talrijke onderzoek dat momenteel wordt uitgevoerd enige goede handgrepen biedt om psychische vermoeidheid in de arbeidssfeer aan te pakken. Keer op keer wordt aangetoond dat zaken als regelmo- gelijkheden in het werk, positieve feedback en sociale ondersteuning een belangrijk tegenwicht kunnen vormen tegen de risico's van een te hoog werktempo. Een tijdige onderkenning van risico's en signalen voor burn-out lijken daarbij van groot belang. Verwacht mag worden dat deze lessen op termijn doorsijpelen naar de praktijk en toegepast worden door zich verder ontwikkelende managers. Dit blijft echter een zaak van arbeidsorganisaties zelf. De overheid kan hier hooguit stimulerend optreden, door een voorbeeldige rol als werkgever en eventueel door het toedienen van financi- ele prikkels.

Niettemin kan de vraag worden opgeroepen of psychische vermoeidheid in de arbeidssituatie volledig zal kunnen worden uitgebannen. Het is – sinds 'Hawthorne' – nauwelijks nieuws te noemen dat werknemers opfleuren door ze als mens in plaats van als automaat te behandelen, net zo min als het nieuws is dat de drijfveer 'keep- ing up with the Joneses' mensen opjaagt en dat nieuwe communicatiemiddelen tijd kosten.

Met verschillende citaten is geïllustreerd dat psychische spanningen al geruime tijd onlosmakelijk met de 'moderne' tijd verbonden zijn. De moderne cultuur heeft de snelheid en de drukte omarmd. Bezinning en rust worden opgeofferd aan almaar verder reikende ambities. Internet, gsm, flexibele werktijden en verruimde winkeltij- den dragen bij aan de penetratie van de drukte van arbeids- en vrijetijdsmarkt in wat traditioneel perioden van herstel waren. In het dagelijks leefpatroon resteert minder tijd voor recuperatie en herstel, dat nu in plaats daarvan wordt uitgesteld tot vakant- ies, een sabbatical dan wel arbeidsongeschiktheid.

De moderne maatschappij is een veeleisende maatschappij, waarin velen over ver- moeidheid klagen en een disbalans ervaren tussen de moeite die men zich getroost en de baten die daar uit voortvloeien. Het levenstempo komt almaar hoger te liggen. Nieuwe mogelijkheden worden vooral benut om nog meer te kunnen realiseren, niet om de inspanning te verminderen en meer tijd over te houden. Sneller vervoer leidt tot grotere reisafstanden, hogere productiviteit tot meer productie, meer inkomen tot meer consumptie, vrouwenemancipatie tot meer tweeverdieners en hogere hypotheken. Meer en snel genieten grotere status dan minder en rustig (Breedveld en Beckers 2001).

Het leven is ook veeleisend waar het gaat om het omgaan met onzekerheden. Ont-traditionalisering, individualisering en deregulering hebben het individu op zichzelf teruggeworpen. Het vervagen van een vast loopbaanperspectief, van vaste werktijden, van vaste rolpatronen, van vaste levenspartners en van vaste maatschap- pelijke posities dwingt het individu er toe zelf richting te geven aan zijn of haar eigen merkeuzebiografie (Du Bois-Reymond 1992). Onzekerheid over de genade gods houdt minder mensen wakker, de twijfel over wat men wil worden en wie men wil zijn is daarentegen een groeiende kopzorg geworden. Het omgaan met deze nieuwe vrijheidsgraden doet een beroep op de psychische vaardigheden. In de onderwijscur-

ricula speelt het aanleren van dergelijke vaardigheden geen rol van betekenis. Cijfers over burn-out suggereren dat dit wellicht ten onrechte is.

De uitweg uit deze opmars van opties (meer mogelijkheden, minder zekerheden) is niet evident. In de organisatie van het arbeidsproces en van de dagindeling is zonder twijfel nog wel praktische winst te boeken. Het is echter de vraag of dat voldoende zal zijn. De economische wetmatigheden van 'work-and-spend' (bedrijven die op winst gericht zijn, arbeidskracht zo effectief mogelijk willen inzetten en consumptie willen maximaliseren) blijven onverminderd geldig.

Los van deze economische rationaliteit geldt dat de jachtigheid en de onzekerheid van het moderne leven de optelsom zijn van (bedoelde en onbedoelde) uitkomsten van om een andere reden nagestreefde doelen. De bevrijding van een burgermanscultuur vol strakke voorschriften maakte in de late Nederlandse jaren zestig veel enthousiast elan los. Dat daarmee vaste waarden vervielen, waardoor er nu meer te kiezen en meer te verantwoorden is, werd en wordt door velen toegejuicht. Hetzelfde geldt voor de verworvenheden van de emancipatie van de vrouw op de arbeidsmarkt. Dat dit met fricties in de besteding, ordening en coördinatie van de tijd gepaard gaat, zal weinigen er toe brengen de klok terug te draaien.

Eventueel beleid ter bestrijding van psychische vermoeidheid wordt bemoeilijkt doordat het veelal gaat om keuzes die gerekend worden tot het domein van de individuele vrijheid, zoals het aangaan van een belastende arbeidstaak, van een hoge hypotheek of van grote consumptieve uitgaven alsook het onderhouden van een gevarieerd vrijetijdsrepertoire. Dat vooral mensen in de hogere functieniveaus lange uren in een hoog tempo werken, wijst er op dat gejaagdheid in ieder geval deels ook een eigen keuze is, en niet alleen een kwestie van gebrek aan invloed of van mogelijkheden tot verzet. Hetzelfde geldt uiteraard voor keuzes als het houden van verre (en dure) vakanties, per e-mail een wereldwijd netwerk van vrienden onderhouden of dubbele carrières nastreven. Dat hier een zekere sociale druk aan ten grondslag ligt, laat onverlet dat het hier de individuele handelingsvrijheid betreft waarin overheidsingrijpen weinig voor de hand ligt.

De veeleisende samenleving is de uitkomst van een samenspel van elk voor zich wenselijk gehouden private en politieke doelstellingen, zoals een hoog consumptieniveau, volledige werkgelegenheid, individuele ontplooiing en emancipatie van de vrouw. Een eventueel beleid tegen psychische vermoeidheid zal terdege rekening moeten houden met dit krachtenveld. Aard en richting van overheidsingrijpen zijn daarom allerminst op voorhand duidelijk.

Op langere termijn valt wellicht het meest te verwachten van een maatschappelijke herbezinning op sociaal-culturele waarden. Een dergelijke herbezinning is vanuit duurzaamheids- of milieu-perspectief herhaaldelijk bepleit (Aarts 2001). Er zijn voorbeelden van ontwikkelingen die, mocht zo'n omslag er komen, met terugwerkende kracht als voorbodes te boek zullen komen te staan (Horning et al. 1990, Van Aggele en De Stolpe 2002). Sommigen doen bewust een stap terug of laten een kans op nog een stap vooruit liggen. Waar iedereen hard werkt, zou onthaasting een nieuw statussymbool kunnen worden (De Beer 2001). Veelal betreft het echter nog

individuele gevallen. Maar onthaasten doe je echter niet alleen (Geldof 2001). Het huidige sociaal-culturele klimaat biedt weinig hoop op een spoedig 'omdenken' over tijd. De deels pijnlijke keuzes die dat vergt – minder inkomen, minder ontplooiing, minder consumptie, minder mobiliteit – staan op gespannen voet met het geloof in vrije markt en individuele keuzevrijheid (vgl. Aarts 2000).

Intussen rest weinig anders dan te proberen de scherpe kantjes te verzachten van de optelsom van doelstellingen die geleid hebben tot het ontstaan van een veelbiedende en veeleisende samenleving. Het gaat daarbij om zaken die stuk voor stuk voor wenselijk gehouden worden, maar die samen een maatschappij voortbrengen waar sommigen niet tegen opgewassen blijken en waarvoor zij de prijs betalen in de vorm van psychische vermoeidheid. De citaten waarmee dit essay opende, suggereren dat dit iets van een al langere tijd is, een kennelijk onvermijdelijk neveneffect van een maatschappelijke versnelling en van een algemeen wenselijk geachte individualisering. Dit impliceert dat eventuele beleidsambities op nog al wat restricties zullen stuiten. Adequate symptoombestrijding, waar mogelijk, ligt op korte termijn dan ook meer in het verschiet dan een fundamentele ingreep.

Noten

- 1 Geciteerd in Schnabel 1986. De woorden van Jelgersma zijn hier in hedendaags Nederlands in plaats van plechtstatig Frans weergegeven.
- 2 Dit essay verscheen eerder als bijlage in RMO-Advies 22, *Werken aan balans. Remedies tegen burn-out* (RMO 2002, 93-142). De auteurs zijn Marijke Mootz van RMO erkentelijk voor haar commentaar op een eerdere versie van dit essay. Voorts danken de auteurs prof dr W.B. Schaufeli van de Universiteit Utrecht voor het bijzonder leerzame gesprek dat een van hen met hem over dit onderwerp mocht voeren, en Peter Smulders van TNO Arbeid voor het checken van enige cijfers over werktempo.
- 3 De Universiteit van Tilburg, departement Vrijetijdwetenschappen, werkt momenteel, samen met de Organisatie voor Strategisch Arbeidsmarktonderzoek osa, aan een project waarin de relatie tussen tijdsbesteding en psychische vermoeidheid meer uitgebreid aan de orde komt. Op het moment van schrijven van dit essay waren nog geen resultaten uit dit project voorhanden. Meer informatie over dit project is verkrijgbaar bij prof. dr. Wim Knulst (w.p.knulst@kub.nl).
- 4 Voor meer informatie over dit onderzoek, zie de website www.tijdsbesteding.nl.
- 5 Alhoewel rationalisatie in andere sectoren – bijvoorbeeld de gezondheidszorg – soms juist de vorm lijkt te krijgen van een teruggrijpen op tayloristische werkwijzen.
- 6 Voor meer informatie over dit onderzoek, zie de website www.tijdsbesteding.nl.
- 7 Het TBO-2000 bevat daarnaast nog enige gerelateerde vragen, onder andere over werkdruk en over (algemene) vermoeidheid. Deze vragen zijn op instigatie van de Universiteit van Tilburg in het onderzoek opgenomen en worden door haar geanalyseerd (zie noot 4).
- 8 Nadere uitwerking of illustratie van dit punt lijkt, na de gebeurtenissen rond en de moord op Pim Fortuyn, feitelijk overbodig geworden, maar uiteraard vormen discussies over de islam of over kwesties als bio-industrie of genetische manipulatie hier de voorbeelden van.

Literatuur

- Aarts, W. (2001)
Consumeren en de marginaliteit van matiging. *Vrijtijdstudies*, 19(1), 43-56.
- Aggelen, R., van. & E. Stolpe van (2001)
Dertigers in crisis. Werk en leven in balans, herkennen en aanpakken. Utrecht/
Antwerpen: Kosmos-Z&K.
- Akker, P., van den, A. van der Avort en A. van den Elzen (1994)
Rolgedrag van mannen en vrouwen: gemankeerde emancipatie. In: P. Ester en L.
Halman (red.). *De cultuur van de verzorgingsstaat. Een sociologisch onderzoek naar
waardenoriëntaties in Nederland*. Tilburg: Tilburg University Press, (135-167).
- Beck, U. (1986)
Risk Society. *Towards a New Modernity* (1992, vertaling van Risikogesellschaft).
Londen: Sage.
- Beer, P., de (2001)
Over werken in de postindustriële samenleving. Den Haag: SCP.
- Bergen, A., van (2000)
De lessen van burn-out. Een persoonlijk verhaal. Utrecht: Het spectrum.
- Breedveld, K. (2000)
Van arbeids- naar combinatiethos. Maatschappelijke ontwikkelingen op het snijvlak van
arbeid en cultuur. Den Haag: SCP.
- Breedveld, K. & T. Beckers (2001)
Van luiheid en verleiding. De toekomst van het onthaasten. *Vrijtijdstudies*, 19(1), 75-
84.
- Breedveld, K. & A. Broek van den (2001)
Trends in de tijd. Een schets van recente ontwikkelingen in tijdsbesteding en tijdsorde-
ning. Den Haag: SCP.
- Broek, A., van den & K. Breedveld (2000)
Rollen, ritmes en routines. *Sociale wetenschappen*, 43(2), 9-26.
- Broek, A., van den, W. Knulst & K. Breedveld (1999)
Naar andere tijden? Tijdsbesteding en tijdsordering in Nederland, 1975-1995. Den
Haag: SCP.
- CBS (1962)
Vrijtijdsbesteding in Nederland 1962-1963. Rapport in acht delen (a/h) verschenen
tussen 1964 en 1966. Zeist: W. de Haan.
- CBS (1998)
Arbeidsomstandigheden van werknemers 1997. Den Haag: VUGA/ CBS/ Ministerie van
SZW.
- CBS (2000)
Arbeidsomstandigheden 2000. Heerlen: CBS /SZW.
- Cross, G. (1993)
Time and Money: The Making of Consumer Culture. Londen, UK: Routledge.
- Dore, R. (1986)
Flexible Rigidities. *Industrial Policy and Structural Adjustment in the Japanese Eco-
nomy 1970-1980*. Londen: Athlone Press.
- Du Bois-Reymond, M. (1992)
Jongeren op weg naar volwassenheid. Groningen: Wolters-Noordhoff.

- Elchardus, M. (1996)
De gemobiliseerde samenleving. Tussen de oude en een nieuwe ordening van de tijd.
Brussel: Koning Boudewijnstichting.
- Geldof, D. (2001)
Onthaasting. Op zoek naar tijd in een risicomaatschappij. Antwerpen/Baarn: Houtekiet/
De Prom.
- Giddens, A. (1991)
Modernity and Self-identity. Self and Society in the Late Modern Age. Cambridge: Polity
Press.
- Grazia, S., de (1962)
Of Time, Work and Leisure (1964 ed.). Garden City, New York: Anchor Books/Double-
day.
- Haan, J., de., A. Van den Broek & P. Schnabel (2000)
Het nieuwe consumeren. Een vooruitblik vanuit demografie en individualisering. Den
Haag: SCP.
- Hoffland, H.J.A. (1955)
Geen tijd. Op zoek naar oorzaken en gevolgen van het moderne tijdgebrek. Amsterdam:
Scheltema & Holkema.
- Hooghiemstra, E. (1997)
Een- en tweeverdieners. In: Niphuis-Nell, M. (Ed.), Sociale atlas van de vrouw. Deel 4
(pp. 53-84). Den Haag: SCP.
- Horning, K., A. Gerhard & M. Michailow (1990)
Time Pioneers. Flexible Working Time and New Lifestyles (1995 vertaling van Zeitpion-
niere). Cambridge: Polity Press.
- Houtman, I.L.D., W.B. Schaufeli & T. Taris (2000)
Psychische vermoeidheid en werk. Cijfers, trends en analyses. Alphen aan den Rijn:
Samsom.
- Houtman, I., P. Smulders & J. Klein Hesselink (1999)
Trends in arbeid 1999. Alphen aan den Rijn: TNO Arbeid / Samsom.
- Houtman, I., P. Smulders & J. Klein Hesselink (Ed.) (2001)
Trends in arbeid 2002. Alphen aan den Rijn: TNO Arbeid / Kluwer.
- Knulst, W. & P. Van Beek (1990)
Tijd komt met de jaren. Rijswijk: SCP.
- Kubey, R. & M. Csikszentmihalyi (1990)
Television and the Quality of Life. How Viewing Shapes Everyday Experience. Hillsdale,
New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- LISV (1998)
Psychische klachten en de WAO. Amsterdam: Landelijk Instituut Sociale Verzekeringen.
- LISV (2000)
Vrouwen, (werk)omstandigheden en arbeidsongeschiktheid. Amsterdam: Landelijk
Instituut Sociale Verzekeringen.
- LISV (2001)
Trendrapportage arbeids(on)geschiktheid 2001. Amsterdam: Landelijk Instituut Sociale
Verzekeringen.
- Mommaas, H. (1993)
Moderniteit, vrije tijd en de stad. Utrecht: Jan van Arkel.
- Mommaas, H., M. van den Heuvel & W. Knulst (2000)
De vrijetijdsindustrie in stad en land. Een studie naar de markt van belevenissen. Den
Haag: WRR/SDU.

- Otten, F., P. Smulders & F. Andries (2002)
Arbeidsuitval door burn-out. *Economisch Statistische Berichten*, 4-1-2002, 11-13.
- Peters, P. (2000)
The Vulnerable Hours of Leisure. *New Patterns of Work and Free Time in the Netherlands 1975-95*. Amsterdam: Thela Thesis.
- RMO (2001)
Notitie over advies burn-out. Interne notitie. Den Haag: RMO.
- RMO (2002)
Werken aan balans. Remedies tegen burn-out. Den Haag: RMO.
- Schnabel, P. (1986)
De toekomst heeft tijd nodig; geestelijke gezondheidszorg en de Nota 2000. In: Dekker, E. & B. Wijnberg (Ed.), *De grenzen van de gezondheidszorg* (pp. 153-177). Alphen aan den Rijn: Samsom Stafleu.
- Schor, J. (1991)
The Overworked American: The Unexpected Decline of Leisure. New York: Basic Books.
- SCP (1998)
Sociaal en Cultureel Rapport 1998. Den Haag: SCP.
- SCP (2000)
Sociaal en Cultureel Rapport 2000. Den Haag: SCP.
- Smulders, P. & M. Wieling (2001)
Leidt de combinatie van werk en huishouden tot burn-out? In: Houtman, I., P. Smulders & J. Klein Hesselink (Ed.), *Trends in arbeid 2002* (pp. 133-154). Alphen aan den Rijn: Kluwer / TNO Arbeid.
- Van Stolk, B. en C. Wouters (1983)
Vrouwen in tweestrijd. Tussen thuis en tehuis. *Relatieproblemen in de verzorgingsstaat, opgetekend in een crisiscentrum*. Deventer: Van Loghum Slaterus.
- Trimbos Instituut (2000)
Een verkennende studie naar de kosten van de combinatie van werk en zorgtaken. Utrecht: Trimbos Instituut.
- Vinken, H. & P. Ester (2001)
Druk, drukker drukst. *Nederlanders over de toekomst van arbeid en vrije tijd. Vrijtijdstudies*, 19(1), 21-42.
- Womack, J., D.T. Jones & D. Roos (1990)
The Machine That Changed the World. New York: Rawson Associates.
- Zuzanek (2002)
Work, Leisure, Time Pressure and Stress. Unpublished paper. Waterloo, Canada: University of Waterloo.

Publicaties van het Sociaal en Cultureel Planbureau

Werkprogramma

Het Sociaal en Cultureel Planbureau stelt elke twee jaar zijn Werkprogramma vast. De tekst van het lopende programma (2002-2003) is te vinden op de website van het SCP: www.scp.nl.

Het Werkprogramma is rechtstreeks te bestellen bij het Sociaal en Cultureel Planbureau. ISBN 90-377-0097-7 (EUR 10).

SCP-publicaties

Onderstaande lijst bevat een selectie van publicaties van het Sociaal en Cultureel Planbureau. Deze publicaties zijn verkrijgbaar bij de boekhandel (prijswijzigingen voorbehouden). Een complete lijst is te vinden op de website van het SCP: www.scp.nl.

Sociale en Culturele Rapporten

Sociaal en Cultureel Rapport 1998. ISBN 90-5749-114-1 (EUR 41).

Sociaal en Cultureel Rapport 2000. ISBN 90-377-0015-2 (EUR 34).

Sociaal en Cultureel Rapport 2002. De kwaliteit van de quartaire sector. ISBN 90-377-0106-X (EUR 49,50)

The Netherlands in a European Perspective. Social & Cultural Report 2000. ISBN 90-377-0062 4 (English edition 2001) (\$ 99,50).

Nederlandse populaire versie van het SCR 1998

Een kwart eeuw sociale verandering in Nederland; de kerngegevens uit het Sociaal en Cultureel Rapport. Carlo van Praag en Wilfried Uitterhoeve. ISBN 90-6168-662-8 (EUR 11).

Engelse populaire versie van het SCR 1998

25 Years of Social Change in the Netherlands; Key Data from the Social and Cultural Report 1998. Carlo van Praag and Wilfried Uitterhoeve. ISBN 90-6168-580-X (EUR 11).

Nederlandse populaire versie van het SCR 2000

Nederland en de anderen; Europese vergelijkingen uit het Sociaal en Cultureel Rapport 2000. Wilfried Uitterhoeve. ISBN 90-5875-141-4 (EUR 13,40).

SCP-publicaties 2001

2001/1 Gewenste groei. Bevolkingsgroei en sociaal-ruimtelijke ontwikkelingen in ex-groei-kernen (2001). ISBN 90-377-0031-4 (EUR 15,90).

2001/2 Noch markt, noch staat. De Nederlandse non-profitsector in vergelijkend perspectief (2001). ISBN 90-377-0027-6 (EUR 27,30).

2001/3 Onderwijs in allochtone levende talen. Een verkenning in zeven gemeenten (2001). ISBN 90-377-0050-0 (EUR 13,60).

2001/4 Verstandig verzorgd. Een empirisch onderzoek naar de efficiëntie van de intramurale zorg voor verstandelijk gehandicapten (2001). ISBN 90-377-0051-9 (EUR 11,35).

2001/5 Trends in de tijd. Een schets van recente ontwikkelingen in tijdsbesteding en tijdsordening (2001). ISBN 90-377-0068-3 (EUR 15,90).

2001/6 Vrij om te helpen. Verkenning betaald langdurig zorgverlof (2001). ISBN 90-377-0053-5 (EUR 18,20).

- 2001/8 Zo gewoon mogelijk. Een onderzoek naar draagvlak en draagkracht voor de vermaatschappelijking in de geestelijke gezondheidszorg (2001). ISBN 90-377-0071-3 (EUR 30).
- 2001/10 Over werken in de postindustriële samenleving (2001). ISBN 90-377-0057-8 (EUR 34,10).
- 2001/11 Rapportage ouderen 2001. Veranderingen in de leefsituatie (2001). ISBN 90-377-0059-4 (EUR 29,55).
- 2001/13 De stad in de omtrek (2001). ISBN 90-377-0060-8 (EUR 18,20).
- 2001/14 De sociale staat van Nederland 2001. ISBN 90-377-0067-5 (EUR 36,15).
- 2001/17a Rapportage minderheden 2001. Deel 1 Vorderingen op school. ISBN 90-377-0075-6 (EUR 22,50).
- 2001/17b Rapportage minderheden 2001. Deel 2 Meer werk. ISBN 90-377-0077-2 (EUR 14,80).
- 2001/17 Deel 1 en 2 Rapportage minderheden 2001. ISBN 90-377-0078-0 (EUR 32,95).
- 2001/18 Armoedemonitor 2001 (2001). ISBN 90-377-0069-1 (EUR 20,42).

SCP-publicaties 2002

- 2002/2 Van huis uit digitaal. Verwerving van digitale vaardigheden tussen thuismilieu en school (2002). ISBN 90-377-0089-6 (EUR 19).
- 2002/3 Voortgezet onderwijs in de jaren negentig (2002). ISBN 90-377-0072-1 (EUR 29,90).
- 2002/4 Boek en markt. Effectiviteit en efficiëntie van de vaste boekenprijs (2002). ISBN 90-377-0095-0 (EUR 24,50).
- 2002/5 Zekere banden. Sociale cohesie, leefbaarheid en veiligheid (2002). ISBN 90-377-0076-4 (EUR 34,50).
- 2002/6 Niet-stemmers. Een onderzoek naar achtergronden en motieven in enquêtes, interviews en focusgroepen (2002). ISBN 90-377-0098-5 (EUR 19,90).
- 2002/7 Zelfbepaalde zekerheden. Individuele keuzevrijheid in de sociale verzekeringen: draagvlak, benutting en determinanten (2002). ISBN 90-377-0088-8 (EUR 12,50).
- 2002/8 E-cultuur. Een empirische verkenning (2002). ISBN 90-377-0092-6 (EUR 17,50).
- 2002/9 Taal lokaal. Gemeentelijk beleid onderwijs in allochtone levende talen (OALT) (2002). ISBN 90-377-0090-x (EUR 22,50).
- 2002/10 Rapportage Gehandicapten 2002. Maatschappelijke positie van mensen met lichamelijke beperkingen of verstandelijke handicaps (2002). ISBN 90-377-0104-3 (EUR 29,50).

Onderzoeksrapporten 2001

- 2001/7 Geleidelijk digitaal (2001). ISBN 90-377-0083-7 (EUR 12).
- 2001/9 Het beeld van de wetenschap (2001). ISBN 90-377-0056-x (EUR 13,60).
- 2001/15 Een model voor de strafrechtelijke keten (2001). ISBN 90-377-0066-7 (EUR 18,20).
- 2001/16 Efficiency of Homes for the Mentally Disabled in the Netherlands (2001). ISBN 90-377-0064-0 (EUR 11,35).
- 2001/21 De leefsituatie van allochtone ouderen in Nederland (2001) ISBN 90-377-0080-2 (EUR 12,90).

Onderzoeksrapporten 2002

- 2002/01 Onbetaalde arbeid op het spoor. ISBN 90-377-0073-x (EUR 12).

Werkdocumenten (rechtstreeks te verkrijgen bij het SCP).

- 67 De vraag naar kinderopvang (2001) (EUR 6,80).
- 68 Trends en determinanten in de sport (2000) (EUR 6,80).
- 69 De toekomst van de AWBZ (2001) (EUR 6,80).
- 70 The non profit sector in the Netherlands (2001) (EUR 6,80).

- 71 Oudkomers in beeld (2001) (EUR 6,80).
- 72 Het nieuwe consumeren (2001) (EUR 6,80)
- 73 Voorstudie onderzoek 0-12-jarigen (2001) (EUR 6,80).
- 74 Maten voor gemeenten (2001) (EUR 6,80).
- 75 Ontwikkelingen in reïntegratie van uitkeringsontvangers (2001) (EUR 13,60).
- 76 Tussenrapport Onderwijs in Allochtone Levende Talen (2001) (EUR 6,80).
- 77 Ruime kavel of compacte stad ? (2001) (EUR 6,80).
- 78 Verslaglegging van de modellering van de ouderenzorg ten behoeve van het ramingsmodel zorg (2001) (EUR 6,80).
- 79 Sociale cohesie en sociale infrastructuur (2002) (EUR 6,80).
- 80 Gemeentelijk ramingsmodel kinderopvang (2002). ISBN 90-377-0108-6 (EUR 6,80).
- 81 Modellering van de gehandicaptenzorg (2002) (EUR 6,80).
- 83 Verslaglegging van de modellering van de gehandicaptenzorg (2002). ISBN 90-377-0100-0 (EUR 6,80).
- 84 Cultuur op het web. Het informatieaanbod op websites van musea en theaters (2002). ISBN 90-377-0101-9 (EUR 6,80).
- 85 Intramuraal AWBZ-voorzieningen. Achtergronden bij gebruik en eigen bijdragen (2002). ISBN 90-377-0102-7 (EUR 6,80).
- 86 Memorandum quartaire sector 2002-2006 (2002). ISBN 90-377-0103-5 (EUR 10).

Overige publicaties

On Worlds of Welfare. Institutions and their effects in eleven welfare states. ISBN 90-377-0049-7 (\$ 19.95/EUR 22) (Integrale vertaling van De maat van de verzorgingsstaat).

Report on the Elderly 2001. ISBN 90-377-0082-9 (EUR 34) (integrale vertaling van Rapportage ouderen 2001).

Essay Waarom blijven boeren? (2001) ISBN 90-377-0084-5 (EUR 4,50).

Doelmatigheid in de publieke sector in perspectief (2001). ISBN 90-377-0081-0 (EUR 7).

Particulier initiatief en publiek belang (2002). ISBN 90-377-0086-1 (EUR 19,90).

Uitgewerkt! (2002). ISBN 90-377-0085-3 (EUR 7).

De oplossing van de civil society (2002). ISBN 90-377-0107-8 (EUR 4,50).

De veeleisende samenleving. Psychische vermoeidheid in een veranderende sociaal-culturele context (2002). ISBN 90-377-0119-1 (EUR 6,80).