

De veeleisende samenleving

De veeleisende samenleving

De sociaal-culturele context van
psychische vermoeidheid

Tweede, herziene druk

Werkdocument nr. 104

Koen Breedveld
Andries van den Broek



Sociaal en Cultureel Planbureau/NWO
Den Haag, maart 2004

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 Koninkrijkrelaties, 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 2004

Werkdocument 104

Omslagontwerp: Bureau Stijlzoorg, Utrecht

ISBN 90-377-0170-1

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

Nederlandse Organisatie voor Weten-

schappelijk Onderzoek

Laan van Nieuw Oost-Indië 300

2593 CE Den Haag

Telefoon (070) 344 06 40

Fax (070) 385 09 71

Website: www.nwo.nl

E-mail: nwo@nwo.nl

Inhoud

Voorwoord 7

1 Druk, druk, druk 9

2 Psychische vermoeidheid 11

2.1 Begripsafbakening 11

2.2 Determinanten en verklaringen 12

2.3 Enkele trends op een rij 14

3 Pas op de plaats: vermoeidheid in context 16

3.1 Werk of privé? 16

3.2 De rust van vroeger 17

4 Werk, werk, werk (en privé) 20

4.1 Stijgende arbeidslast 20

4.2 Taakverdeling en taakcombinatie 22

4.3 Tijdsbeleving 24

5 Gejaagde vrijetijd 26

6 Meerkeuzemaatschappij 31

7 De veeleisende samenleving en haar beleidsimplicaties 35

Bijlage Achterliggende cijfers bij de figuren in de tekst 38

Literatuur 41

Voorwoord

Dit essay gaat over een eigenaardige paradox. Terwijl we de afgelopen decennia steeds minder zijn gaan werken, er een bloeiende vrijetijdsindustrie is ontstaan, er steeds meer mensen op vakantie gaan, ons werk door automatisering steeds gemakkelijker is geworden en we steeds beter geschoold zijn om ons werk te doen, voelt iedereen zich opgejaagd, zijn er nog nooit zoveel mensen geweest die om psychische redenen zijn afgekeurd, wordt er alom geklaagd over stress op het werk en zijn grote aantallen mensen in behandeling voor overspannenheid of burnout. Of anders gezegd: terwijl we het in Nederland nog nooit zo goed hebben gehad lijkt psychische vermoeidheid in de arbeidssituatie epidemische vormen aan te nemen. Hoe kan dat? Hebben we inderdaad met een paradox te maken of klopt deze voorstelling van zaken niet en zijn we misschien tóch niet minder gaan werken en valt het eigenlijk wel mee met ons gevoel opgejaagd te zijn?

In het kader van het NWO-PRIORITEIT-programma ‘Psychische Vermoeidheid in de Arbeidssituatie’ (PVA) heeft sinds 1996 wetenschappelijk onderzoek naar deze gelijknamige materie plaatsgevonden. Het betrof psychologisch, epidemiologisch en bedrijfsgeneeskundig onderzoek, de maatschappij als zodanig is niet op de snijtafel van de wetenschap gelegd zodat allerlei sociaal-culturele ontwikkelingen in relatie tot vermoeidheid buiten beeld zijn gebleven. Je zou kunnen zeggen dat in het kader van het PVA-onderzoeksprogramma vooral de rimpelingen in het bestaan van individuele en groepen werknemers zijn onderzocht. Maar hoe zit het met de grote golven van maatschappelijke veranderingen die van invloed zijn op psychische vermoeidheid in de arbeidssituatie?

Het leek daarom een goed idee om de *culture watchers* van de Lage Landen – het Sociaal en Cultureel Planbureau – te vragen om in het kader van de afsluiting van het PVA-onderzoeksprogramma een essay te schrijven over psychische vermoeidheid in een veranderende sociaal-culturele context. Of beter gezegd, om hen te vragen om een eerder in 2002 verschenen essay met de titel *De veeleisende samenleving* grondig te herzien in het licht van de resultaten van het PVA-onderzoeksprogramma. Dit is het eindresultaat.

Namens de Dwarsverbandcommissie van het NWO PRIORITEIT-programma Psychische Vermoeidheid in de Arbeidssituatie (PVA),

Prof. dr. Wilmar Schaufeli

1 Druk, druk, druk

‘Druk, druk, druk!! Als je het echt druk had, zou je dat niet drie keer roepen!’

De discussie over het al dan niet druk zijn, houdt de gemoederen in Nederland de laatste jaren behoorlijk bezig. Zoveel dat het onderwerp inmiddels tot voer is geworden voor cabaretiers, zoals in het geval van het citaat hierboven, Theo Maassen in zijn theatervoorstelling *Functioneel Naakt*.

De discussie over de vraag of we het niet te druk hebben, heeft wel degelijk ook een serieuze ondertoon. De afgelopen jaren werden ruim 100.000 werkenden per jaar arbeidsongeschikt verklaard. Ongeveer eenderde van hen op grond van psychische klachten. Velen daarvan voelen zich ‘burnout’ en merken dat hen een vermoeidheid beklijft die zich niet gemakkelijk laat verjagen.

Het langdurig uitvallen van werknemers vormt een belangrijke kostenpost. Zieke werknemers kunnen geen arbeid verrichten, doen een beroep op de gezondheidszorg en op de sociale zekerheid. Schattingen wijzen uit dat dit de maatschappij jaarlijks een kleine 13 miljard euro kost (Koningsveld et al., geciteerd in Houtman et al. 2004). Van de twee grootste kostenposten, werkgebonden ziekteverzuim en de kosten van WAO-uitkeringen, komt een groot¹ aandeel (44%) voor rekening van psychische aandoeningen. In totaal gaat het dan om een bedrag van ruim 5 miljard euro (ibid).

Uitval door (psychische) ziekte is niet alleen een economisch probleem. Als arbeid de gewaardeerde activiteit is waar het voor wordt gehouden, is het onwenselijk dat een grote groep burgers niet in staat is daar op bevredigende en gezonde wijze deel aan te hebben. Psychische klachten zorgen bovendien voor veel persoonlijk leed. Uiteraard geldt dat voor de betrokkene zelf, maar ook voor de personen in diens directe omgeving (gezinsleden, familie, vrienden). Langdurige psychische vermoeidheid is een ziektebeeld dat diep ingrijpt in het dagelijkse bestaan. Niet zelden gaat de vermoeidheid gepaard met gevoelens van depressiviteit en met een geheel of gedeeltelijk terugtrekken uit het sociale verkeer. Langdurige vermoeidheid is daarmee niet alleen een individueel, maar ook een maatschappelijke probleem.

De groep werknemers die daadwerkelijk op psychische gronden arbeidsongeschikt wordt verklaard, vormt echter niet meer dan het topje van de ijsberg. Een veel grotere groep heeft wel eens last van werkdruk of vermoeidheid, zonder dat dit leidt tot langdurig ziekteverzuim. Van de werkenden werkte in 2002 41% in een hoog tempo en 31% onder tijdsdruk. Op een werkzame bevolking van 7,1 miljoen mensen gaat het dan om 2,9 miljoen resp. 2,2 miljoen werkenden. Bij bijna een kwart van de werkenden – 1,6 miljoen mensen – leidt het hoge werktempo of de tijdsdruk tot ziekteverzuim (Houtman et al. 2004).

Psychische vermoeidheid verwijst naar een zekere geestestoestand, naar het gevoel ‘er geen heil meer in te zien’, en niet meer te weten ‘waartoe het allemaal dient’.

Psychische vermoeidheid in de arbeidssituatie refereert daarbij aan het feit dat deze geestestoestand zich in een specifieke maatschappelijke context openbaart. De vermoeidheidsthematiek blijft echter niet beperkt tot het niveau van de individu en de arbeidssituatie. Cijfers uit de serie Tijdsbestedingsonderzoeken van het SCP maken duidelijk dat 40% van de burgers van twaalf jaar en ouder zich soms of vaak gejaagd voelt in de vrije tijd. Eenderde (34%) van de beroepsbevolking klaagt over een gebrek aan vrije tijd. Veelal zijn de klachten echter niet dusdanig dat men zich ziek meldt, of althans niet langdurig. Eerder komen signalen van tijdsdruk of vermoeidheid op andere, ogenschijnlijk onschuldiger wijze aan de oppervlakte. Vrouwen geven aan dat ze meer uren willen werken, maar lopen aan tegen de beperkte mogelijkheden om arbeid en zorg te combineren (Breedveld 2000, SCP en CBS 2002). Anderen trekken zich terug uit het verenigingsleven of uit het vrijwilligerswerk, of reageren meer dan mocht worden verwacht, geprikkeld op kleine irritaties.

De cijfers over een hoog werktempo of over tijdsdruk op het werk doen vermoeden dat het werktempo tegenwoordig hoger ligt, of dat werkenden in het werk tegen meer obstakels, frustraties, oplopen dan vroeger. Zij roepen ook vragen op over de gevoeligheid van de moderne werknemer voor dergelijke kwesties. Vanuit de personeels- en organisatiewetenschappen wordt het werkveld al enige decennia bestookt met principes van goed personeelsbeleid. Ook is de (formele) arbeidstijd de afgelopen decennia verkort, en zijn er allerhande verlofregelingen geïntroduceerd. Dat werkenden desondanks in groten getale van het werk vermoeid raken, is op zijn zachtst gezegd paradoxaal.

Voor een goed begrip van de oorzaken en de mogelijke oplossingsrichtingen zal in dit essay² een poging worden ondernomen om ‘psychische vermoeidheid in de arbeidssituatie’ te situeren in de (veranderende) sociaal-culturele context. We doen dit door eerst de – grotendeels psychologische – literatuur over psychische vermoeidheid onder de loep te nemen (2). Vervolgens schetsen we een lange-termijnperspectief op kwesties van tijdsdruk en vermoeidheid (3). Aansluitend passeren diverse maatschappelijke ontwikkelingen de revue die een rol hebben gespeeld in hedendaagse gevoelens van vermoeidheid: de druk van arbeid en zorg (4), de consumptiedruk (5) en de druk van het moderne leven (6). Het essay wordt afgesloten met een korte reflectie op de sociaal-culturele achtergronden van psychische vermoeidheid en op de mogelijkheid om hier beleidsmatig paal en perk aan te stellen.

2 Psychische vermoeidheid

2.1 Begripsafbakening

In hun overzichtsstudie *Psychische vermoeidheid en werk* (Houtman et al. 2000) stellen de auteurs dat vermoeidheid moet 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. In de woorden van Theo Meijman, hoogleraar Experimentele en Arbeidspsychologie aan de Universiteit Groningen en een van de initiatiefnemers van het onderzoeksprogramma *Psychische Vermoeidheid in de Arbeidssituatie*: ‘Vermoeidheid is een functionele reactie, een aanpassing, om overeind te blijven in een harteloze wereld’ (geciteerd in Evenblij 2004:10). Vermoeidheid attendeert op dreigende overbelasting en zet aan 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 en gezegden prijzen onze inspanningen en de daarmee gepaard gaande vermoeidheid aan (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 (in de literatuur heet het dan dat de vermoeidheid niet ‘reversibel’ is). 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. Compliceerende factor daarbij is dat langdurige vermoeidheid minder gemakkelijk is terug te voeren op één specifieke bron. Dat de vermoeidheid niet wegebt, nadat een specifieke activiteit met een rustperiode is onderbroken, betekent dat langdurige vermoeidheid niet tot de uitvoering van een bepaalde taak te herleiden is. 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.³ Hard werken of moe zijn vormen in die context doorgaans geen voldoende voorwaarde voor burnout. Hard werken of moe zijn zonder het gevoel te hebben daarvoor passend te worden beloond, kan dat wel zijn. Zeker bij een cumulatieve disbalans tussen plicht en beloning kan men het gevoel krijgen te veel te moeten 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 handelingsaspecten. 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 ('burnout') doorgaans op een lijn worden gesteld. In hun overzichtstudie omschrijven Houtman et al. 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 taak-situatie 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' (Houtman et al. 2000:25; zie ook Evenblij 2004).

2.2 Determinanten en verklaringen

Er is de laatste jaren veel (en goed) onderzoek gedaan naar mogelijke determinanten van psychische vermoeidheid, en naar het mogelijke ziekteverzuim c.q. de arbeidsongeschiktheid die daarvan het gevolg is. Uit dit onderzoek komt naar voren dat klachten over vermoeidheid vaker voorkomen onder alleenstaanden dan onder mensen die samenwonen, en meer onder vrouwen dan onder mannen (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). Doorgaans wordt dit verklaard met een verwijzing naar verschillen in arbeidsomstandigheden: hoger opgeleiden hebben weliswaar vaker te maken met werkdruk, maar beschikken ook over meer regelmogelijkheden om het werk naar hun hand te zetten (zie o.a. Botterweck 2003). Een dergelijk onderscheid komt ook bij mannen en vrouwen voor: mannen rapporteren doorgaans een hogere werkdruk, maar ook meer autonomie in het werk dan vrouwen (ibid, Hupkens en Beckers 2003). Dit onderscheid naar arbeidsomstandigheden wordt doorgaans gezien als één van de redenen waarom vrouwen vaker over vermoeidheid klagen, en ook vaker dan mannen gezondheidsklachten als gevolg van werkdruk rapporteren (LISV 2000, Otten et al. 2002, Botterweck 2003, ministerie van SZW 2003).

Andere arbeidsinterne aangelegenheden die een negatief effect hebben op gevoelens van vermoeidheid, zijn onder andere de (slechte) sfeer op het werk, onregelmatige werktijden en een gebrek aan ontplooiingsmogelijkheden (zie o.a. Jansen 2003).

Een terugkerend thema in de discussie is in hoeverre de druk van het combineren van arbeid en zorgtaken – de 'dubbele belasting' – bijdraagt aan vermoeidheid. De bevindingen op dit terrein zijn niet eenduidig (Trimbos 2000, LISV 2000, Smulders en Wieling 2001, Otten et al. 2002, ministerie van SZW 2003). Dat alleenstaanden – een

in omvang sterk gegroeide groep in de samenleving – vaker vermoeidheidsklachten uitend dan samenwonenden, kan er mee samenhangen dat alleenstaanden per definitie taakcombineerder zijn. Taakcombineerders hebben het nu eenmaal drukker dan degenen die zich alleen op arbeid of alleen op huishoudelijke en zorgtaken kunnen concentreren. Analyse van tijdsbestedingsgegevens maken echter duidelijk dat de drukte zich toch vooral concentreert bij degenen met kinderen (zie hoofdstuk 4). Daartoe behoort ook de groep alleenstaande ouders, die overigens voor het overgrote deel uit vrouwen bestaat. Voor alleenstaanden zonder kinderen geldt waarschijnlijk dat het eerder het gebrek aan ‘social support’ van een partner is dat hen – in situaties met een verhoogde kans op burnout – parten speelt.

Smulders en Wieling (2001) vonden dat het aantal uren huishoudelijk werk geen aantoonbaar verband houdt met psychische belasting. Op zich hoeft dat 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). 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 indicator voor de mate waarin het huishouden als een belasting ervaren wordt.

Otten et al. (2002) melden dat de kans op burnout vooral groter is onder alleenstaande vrouwen en vrouwen die alleen met een partner (zonder kinderen) samenwonen. Vrouwen met kinderen zijn minder vaak burnout. Het onderscheid naar wel of geen kinderen betekent bij vrouwen veelal een onderscheid naar deel- en voltijdwerk (SCP en CBS 2002). Zo geïnterpreteerd komen de resultaten van Otten et al. overeen met die van Van der Giezen en Geurts (2001), die vaststellen dat vooral voltijd werkende vrouwen burnout klachten rapporteren (zie ook Botterweck 2003). De keuze om in deeltijd te gaan werken zou zo feitelijk een variant vormen op het ‘healthy worker effect’ (ministerie van SZW 2003), waarbij vrouwen anticiperend op te verwachte problemen rond de combinatie van arbeid en zorg de weg van de minste weerstand kiezen en minder uren gaan werken. In de leeftijdsgroep 20-34 jaar blijkt het hebben van kinderen overigens wel degelijk een verhoogd risico op arbeidsongeschiktheid met zich mee te brengen (voor zowel mannen als vrouwen; LISV 2000).

De volkswijsheid zegt dat je van hard werken niet ziek wordt. Diverse onderzoekers hebben echter relaties gelegd tussen enerzijds een hoge werkdruk, lange werkdagen, overwerk en de belasting van het combineren van werk met privé, en anderzijds vermoeidheidsklachten en ziekteverzuim (zie CBS 1998, CBS 2000, Otten et al. 2002, Botterweck 2003, Jansen 2003, Van Echtelt 2004). Volgens de Canadese onderzoeker Zuzanek (2002) bestaat er een duidelijk verband tussen objectieve tijdsdruk, ervaren tijdsdruk en psychische gezondheid. 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 ver-

schillen 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). Ook uitkomsten uit de zogenoemde 'Tijdsbestedingsonderzoeken' van het SCP wijzen op een (licht) verband tussen de mate waarin men het daadwerkelijk druk heeft, en de mate waarin dit leidt tot gevoelens van gejaagdheid (zie de hoofdstukken 4 en 5 van dit essay).

2.3 Enkele trends op een rij

De discussie over burnout is de afgelopen jaren in een stroomversnelling geraakt. Wat daar zeker aan heeft bijgedragen is het spookbeeld van 1.000.000 miljoen arbeidsgeschikten, dat in de tweede helft van de jaren negentig als mogelijke realiteit opdoemde. Mede als gevolg van de inmiddels ingevoerde Wet Verbetering Poortwachter lijkt het zover echter niet te komen (in 2002 stond de teller op 993.000, en voor 2003 meldde het UWV 967.000 lopende uitkeringen). Feitelijk betreft het hier een weinigzeggend getal, zo lang althans niet in ogenschouw wordt genomen dat ook het aantal werkenden de afgelopen jaren sterk is gegroeid (Jehoel-Gijsbers 2003). Tussen 1994 en 2002 kwamen er, op de golven van de hoogconjunctuur, 1,2 miljoen werkenden bij (zie tabel één). Het werkloosheidspercentage daalde in die periode van 8,4% naar 3,4% in 2001, om in 2002 weer op te lopen naar 4,1%. De gestegen arbeidsdeelname en de dalende werkloosheidscijfers duiden op een algehele arbeidsmobilisatie, waarbij in toenemende mate ook uit zwakkere regionen van de arbeidsmarkt geworven wordt. De verhouding tussen het aantal werkenden en het aantal uitkeringsgerechtigden bleef in die periode vrij constant. Tegen de achtergrond van de bredere mobilisatie mag dat opmerkelijk genoemd worden. Over een wat langere termijn gezien was er wel sprake van een duidelijke stijging van het aantal arbeidsongeschikten, ook in verhouding tot de toename van de beroepsbevolking (LISV 2001).

Het merendeel van al die werkenden (87%) verkeert gelukkig echter in goede gezondheid. De afgelopen jaren is hier weinig in veranderd. Wel klaagt ongeveer een kwart van de werkenden over een te hoge werkdruk. Rond de 8 à 10% van de werkenden vertoont daarbij een klachtenpatroon dat kan worden gekenmerkt als een verhoogd risico op 'burnout' (op basis van de hiertoe ontwikkelde Utrechtse Burn-out Schaal UBOS; verhoogd risico wil zeggen dat men op twee van vijf items 'scoort'). Ook in dit cijfer hebben zich de afgelopen jaren geen grote veranderingen voorgedaan. Wat wel aan verandering onderhevig is, is het ziekteverzuimpercentage – tussen 1994 en 2002 gestegen van 5,5% naar 6,1%⁴ – en het percentage werkenden dat meldt dat ze als gevolg van de werkdruk hebben verzuimd (gestegen van 14% in 1996 naar 22% in 2002).

Cijfers over de organisatie van het werk laten in de jaren negentig geen grote veranderingen zien. In 1995 vond 41% van de werknemers dat er in een hoog tempo gewerkt werd. In de jaren daarna is dit cijfer niet wezenlijk veranderd (in de periode 1977-1997 steeg dit percentage trouwens wel sterk, met gemiddeld 1,5% per jaar; Houtman et al. 2004). Zoals gezegd geldt autonomie in het werk als heilzame tegen-

hanger van een hoog werktempo. 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 2002 zei 73% van de werknemers zelf te kunnen beslissen hoe het werk moest worden uitgevoerd. In 1994 was dat nog 65%. 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 zien (niet in tabel).

Tabel 1 Verschillende aspecten betreffende de arbeid, arbeidsomstandigheden en psychische vermoeidheid, 1994-2002

	1994	1995	1996	1997	1998	1999	2000	2001	2002
beroepsbevolking (x 1.000.000) ^c	6466	6596	6681	6838	6957	7097	7187	7315	7444
werkzame beroepsbevolking (x 1.000.000) ^c	5920	6063	6187	6400	6609	6805	6919	7064	7141
werkloosheid (%) ^c	8,4	8,1	7,4	6,4	5,0	4,1	3,7	3,4	4,1
netto arbeidsdeelname (%) ^c	57	58	59	61	62	64	65	65	66
goede gezondheid (%) ^a	86	87	86	89	88	89	87	87	87
klachten werkdruk (%) ^a			24	24	25	27	26	26	25
burnout (% positief op 2 uit 5 items) ^a				10	8	10	8	10	9
ziekteverzuim (% incl. zwangerschap) ^b	5,5	5,5	5,1	5,1	5,6	6,0	6,1	6,1	6,1
ziekteverzuim laatste jaar als gevolg van werkdruk (% dat heeft verzuimd) ^a			14	15	19	21	19	21	22
werkt in hoog tempo (%) ^a	38	41	41	43	42	42	40	41	41
werkt onder tijdsdruk (%) ^a			32	35	36	38	35	32	31
beslist zelf over uitvoering werk (%) ^a	65	66	68	69	70	71	72	73	73
kan werk zelf onderbreken (%) ^a	54	53	52	54	54	54	54	60	61
geen plezier in het werk (%) ^a	7	8	9	8	8	8	8	8	8

a Percentage werkenden >= 12 uur, 18-65 jaar. Bron: Houtman et al. (2004)

b Bron: Houtman et al. (2004)

c CBS Statline

3 Pas op de plaats: vermoeidheid in context

Mede onder invloed van het PVA-onderzoeksprogramma is de afgelopen decennia een grote hoeveelheid informatie verzameld over de prevalentie en de determinanten van psychische vermoeidheid. Een groot deel van dit onderzoek heeft betrekking op de statistische analyse van via grootschalige surveys verzamelde feiten over arbeidssituaties en gezondheid.

Burnout is als onderzoeksthema echter nog niet zo lang in de mode. Bijgevolg zijn de statistische gegevens over burnout ook van betrekkelijk recente datum. Betekent dat ook dat burnout iets is van de recente tijd, en daarnaast dat het vooral bezien dient te worden binnen de context van de onderzochte arbeidssituaties?

3.1 Werk of privé?

Zoals eerder gesteld wordt de kans op burnout mede bepaald door de organisatie van het arbeidsproces (werkdruk, onderlinge relaties, mate van autonomie). 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. Uit onderzoek onder de zogenaamde ‘12 maandszieken’ van het UWV komt naar voren dat 21% van degenen met psychische klachten deze alleen toeschrijven aan werkomstandigheden (24% noemt alleen de privé-omstandigheden, 44% spreekt van een combinatie van werk en privé; Molenaar-Cox en Van Deursen 2003, zie ook Jehoel-Gijsbers en Van Deursen 2003). Een en ander is in lijn met de persoonlijke bevinding van Annegreet van Bergen (2000) – in haar autobiografische *De lessen van burnout* – 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.

Het is in deze zin goed om nog eens te kijken naar de definitie van psychische vermoeidheid. Daarin wordt ondermeer verwezen naar de ‘eisen die de taaksituatie stelt’ (zie 2.1). Psychische vermoeidheid heeft daarmee niet alleen betrekking op het individuele (dis-)functioneren, maar ook op de inrichting van de omgeving waarin het individu opereert en het verwachtingspatroon dat daaruit voortvloeit. Eigen aan langdurige (psychische) vermoeidheid is ook het feit dat deze niet ‘taak-specifiek’ is. Ze blijft in haar manifestatie niet beperkt tot één specifieke activiteit, en is daar ook niet op terug te voeren. Zelfs wanneer arbeidsongeschiktheid verband houdt met de organisatie van de arbeid, is nog niet gezegd dat daar dan ook de enige ‘trigger’ van het probleem zit. Dat de psychische klachten zich eerst en vooral in de sfeer van de arbeid openbaren hoeft niet te verbazen. In de arbeid immers zijn de mogelijkheden om de situatie naar de eigen hand te zetten doorgaans geringer dan

in de privé-sfeer. In de arbeid ook moet verzuim worden gemeld, waarna het als feit wordt geboekstaafd. Naar klachten of tijdsdruk bij de omgang met gezinsleden of in het huishouden wordt echter niet gepeild. Evenmin is er een instantie die ‘zorg-ongeschiktheidsuitkeringen’ verstrekt, of waar men zich ziek moet melden van het vrijwilligerswerk, het huishouden of het netwerken. Over-gevoeligheid voor conflictsituaties zal zich dus allicht eerst in de sfeer van de betaalde arbeid openbaren, ook als de dieperliggende oorzaak voor die gevoeligheid geheel of ten dele buiten de arbeid zelf ligt.

3.2 De rust van vroeger

De vraag die feitelijk aan de orde is, naast de vraag wellicht waarom het arbeidstempo in de jaren tachtig is gestegen, luidt: waarom is de huidige generatie werknemers gevoelig voor hoge werkdruk, voor conflicten op het werk en voor gebrek aan steun of ontplooiingskansen? Voor beantwoording 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.

Het is in die zin belangwekkend dat klachten over wat nu burnout wordt genoemd, zich ook voordeden toen het Engels nog niet de voertaal was in de medische wereld. Zo stelde in 1907 de Leidse hoogleraar Jelgersma, in zijn – in het Frans uitgesproken – openingstoespraak van het eerste internationale congres voor Psychiatrie, Neurologie, Psychologie en Geestelijke Gezondheidszorg in Amsterdam, het tempo van maatschappelijke veranderingen (mede) verantwoordelijk voor het ontstaan van veel van de ‘eigentijdse’ psychische problematiek:

‘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’ (geciteerd in Schnabel 1986).⁵

Later in de twintigste eeuw, meer precies in de jaren vijftig en zestig, blijken de thema’s van versnelling en gejaagdheid nog steeds de gemoederen te beroeren. Het CBS bijvoorbeeld constateerde tussen 1955 en 1962 een toename van activiteiten als uitrusten en televisie kijken. Als reden voor deze ‘lichamelijke passivering’ voerde het CBS de ‘verhoogde leefintensiteit’ aan, onder andere als gevolg van de druk van het meedoen met anderen (‘keeping up with the Jones’es’; CBS 1965:67). Vanuit een

meer cultuurfilosofische benadering uitte ook de 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 ook 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. '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 ook Laeyendecker en Veerman (2004) die vaststellen dat 'er altijd onbehagen heeft bestaan over de druk van de tijd').

Feiten die deze stelling kunnen onderbouwen zijn dun gezaaid. Dat de samenleving in de afgelopen 100 tot 150 jaar complexer is geworden, en het individu met meer druk opzadelt, is echter wel evident. In de sfeer van de arbeid leidden de befaamde 'tijdbewegingstudies' van Frederick Taylor tot een versnelling van het productieproces. Ieder segmentje van het arbeidsproces werd ontleed. De productiewijze werd gerationaliseerd en elk onderdeelje van het productieproces aan normeringen onderhevig gemaakt. Alles wat daarin niet dienstbaar was aan de productie zelf, werd wegbezuinigd. Natuurlijke momenten van rust in het arbeidsproces, omdat machines stuk liepen, omdat de aanvoer stokte of omdat collega-arbeiders het tempo niet konden bijbenen, werden buiten het arbeidsproces geplaatst, ook in Nederland⁶ (en later ook – vgl. de 'McDonaldization' [Riber 1993] - in de dienstenindustrie).

Buiten het arbeidsproces gaven weer andere ontwikkelingen aanleiding tot gevoelens van toenemende (tijds-)druk. Zo was er de opkomst van snelle vervoersmiddelen als de trein, de tram, de automobiel en het vliegtuig. De nieuwe communicatiemiddelen, zoals de telegraaf, de telefoon, de film en later de radio en televisie en nu het internet, brachten de wereld dichterbij. Vaker dan vroeger brengen de nieuwe media feiten over belangwekkende gebeurtenissen, veelbelovende activiteiten en intrigerende nieuwe producten. Deze nieuwe zaken prikkelen de nieuwsgierigheid en de reislustigheid. De mogelijkheid om sneller te reizen betekent daarbij in de praktijk dat mensen langere afstanden gaan overbruggen – naar het werk, voor vakanties, om sociale contacten te onderhouden – en niet dat men de reistijd verkort (Harms 2003). Tussen 1975 en 2000 steeg daardoor de tijd die men kwijt was met het zich verplaatsen van 6,6 uur per week naar 8,4 uur per week (ibid – vakantieverkeer niet meegerekend).

De toenemende sociale interacties, gevolg van processen van schaalvergroting, institutionalisering en verstedelijking, betekende tevens dat men zich meer dan voorheen rekenschap diende te geven van alternatieve tijdsindelingen. Voor de afstemming van het handelen met relevante anderen volstond het niet meer om een blik op de zon te werpen of gehoor te geven aan de kerkklok, maar werden klokken, zak- en later polshorloges noodzakelijk (en weer later gsm's en organizers).

Over de oorsprong van die toenemende complexiteit zijn geleerden het meer oneens dan eens. Sommigen lokaliseren haar in de dynamiek van de vrije markteconomie, anderen in de techniek, weer anderen in een wisselwerking tussen beide. Vast staat echter dat – van de introductie van trein en telegraaf tot de meest recente mediarevoluties – de moderne tijd kenmerkt wordt door verandering, door een zoektocht naar het nieuwe en een streven naar efficiency en tijdswinst (door de psycholoog Winnubst [1975] getypeerd als het 'Westers tijdssyndroom').

In de navolgende drie hoofdstukken gaan we op zoek naar drie min of meer concrete aanleidingen die recent de druk op de moderne mens hebben vergroot: ontwikkelingen in de arbeid en in de combinatie werk en privé, de drukte in de vrijetijd en de druk van een meerkeuzemaatschappij.

4 Werk, werk, werk (en privé)

4.1 Stijgende arbeidslast

Er is alle reden om, gezien de ontwikkelingen in de organisatie van de arbeid, te verdedigen dat het werk met meer (tijds-)druk gepaard gaat dan voorheen. De jaren tachtig en negentig waren de jaren van economische rationalisatie. Zowel bij de overheid als in het bedrijfsleven werden tal van functies wegbezuinigd. Intensivering van de arbeid betekende meer output in minder tijd. Daarnaast werd in de jaren tachtig wel de wekelijkse arbeidsduur verkort, maar outputnormen werden daar zelden op aangepast (SCP 1998). Hetzelfde werk moest worden gedaan in minder tijd, hetgeen bijdroeg aan de vermindering van de hersteltijd in het werk.

In dezelfde periode veranderende ook het denken over de organisatie van de arbeid. Onder de noemer 'lean and mean' werd de rationalisatie van het arbeidsproces nog een stap verder doorgevoerd en aangepast aan de veranderingen in de inhoud van de arbeid. Tegelijk werd ook afscheid genomen van (tayloristisch/fordistische) werkmodellen met qua tijd en verantwoordelijkheid afgebakende functies en taken (Womack et al. 1990). Het werken in zelfsturende taakgroepen kwam in opgang.⁷ In post-fordistische arbeidsorganisaties zou het arbeidsethos dus grotendeels geïnternaliseerd zijn en kan de controle op de arbeidsinzet via subtielere mechanismen 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 vindt plaats 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 (Van Echtelt 2004). 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.

Het arbeidsethos kreeg de afgelopen decennia bovendien een stevige steun in de rug van een liberaal-individualistische ideologie, waarin veel ruimte werd gelaten om op zoek te gaan naar persoonlijk (financieel) succes. Opeenvolgende kabinetten, hoewel van wisselende politieke kleur, hadden met elkaar gemeen dat ze de deelname aan het arbeidsproces voorop stelden, eenmaal zelfs onder de expliciete noemer 'werk, werk, werk' (Paars I 1994-1998).

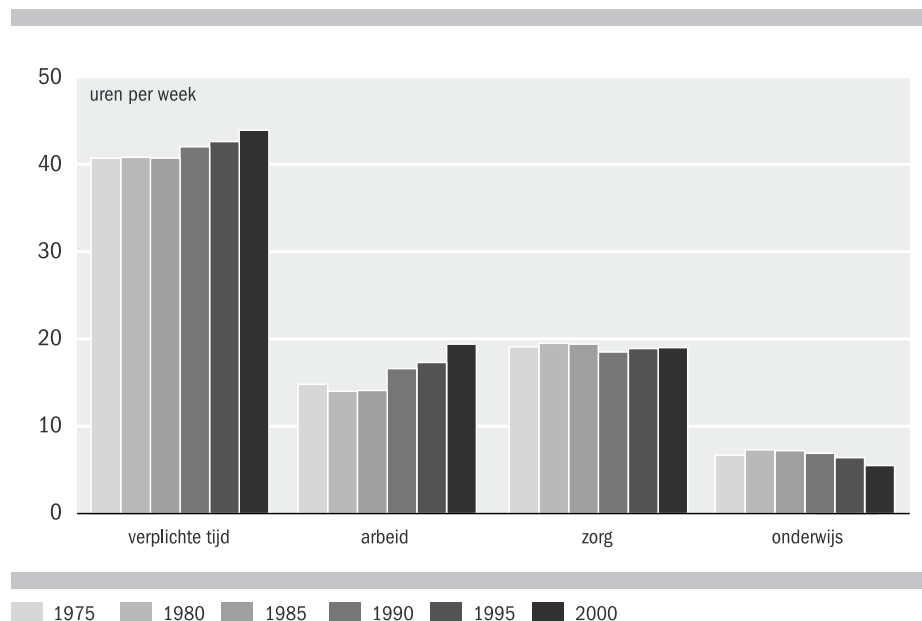
Ten dele werd de arbeidsmobilisatie (Elchardus 1996) gezien als onderdeel van het emancipatiestreven. Emancipatie werd lang opgevat als de toestroom van meer vrouwen naar de arbeidsmarkt. Niettegenstaande het feit dat aanvankelijk weinig werd gedaan om de combinatie van arbeid en zorg te vergemakkelijken, stroomden (gehuwde) vrouwen massaal het arbeidsproces in. Het resultaat hiervan was dat in 2002 54% van de vrouwen werkzaam was (van de 25-34-jarigen 71%). Internationaal scoort Nederland daar inmiddels een alleszins respectabel figuur mee, waarbij moet

worden aangetekend dat Nederlandse vrouwen nog wel kampioen werken-in-deeltijd zijn (in 2002 werkte 42% van de 25-34-jarige vrouwen meer dan 35 uur per week, van de mannen in dezelfde leeftijdsgroep was dit 90%; SCP 2000; CBS statline).

De toestroom van vrouwen naar de arbeidsmarkt vormt dan ook de meest opmerkelijke verschuiving in de tijdsbesteding van de afgelopen decennia. Het SCP doet hier iedere vijf jaar onderzoek naar in het zogeheten Tijdsbestedingsonderzoek (TBO).⁸ Op basis van dit onderzoek kan worden geconstateerd dat Nederlanders van 12 jaar en ouder (niet-werkenden inclusief) tussen 1975 en 2000 gemiddeld ruim 4,5 uur per week meer zijn gaan werken (zie figuur 1; de exacte cijfers behorende bij de figuur, alsmede de exacte cijfers behorende bij de figuren 2 tot en met 8, zijn na te lezen in bijlage 1). Ondanks de individuele verkorting van de werkweek wordt er dus – omdat er meer mensen aan het werk zijn - per hoofd van de bevolking (en per huishouden, SCP 1998) steeds meer gewerkt.

De stijgende arbeidslast heeft vooralsnog niet of nauwelijks geleid tot bezuinigingen op de huiselijke zorgtaken. Evenals in de daaraan voorafgaande jaren besteedde de Nederlander gemiddeld ongeveer 19 uur per week aan huishoudelijke en zorgtaken.⁹ Wel werd er wat minder tijd besteed aan onderwijs (1975 6,7 uur per week, 2000 5,5 uur per week). De optelsom van al deze activiteiten laat zien dat het totaal aantal ‘verplichte uren’ toenam van 40,7 uur in 1975 naar 43,9 uur per week in 2000. Per week had men dus in 2000 ruim 3 uur minder beschikbaar voor herstel en voor de eigen ontplooiing dan in 1975.

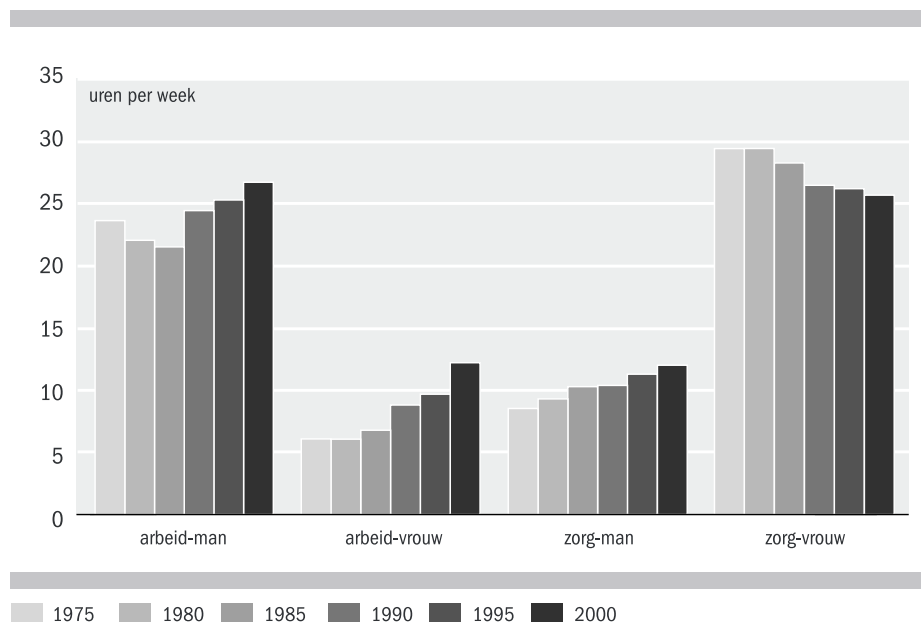
Figuur 1 Tijd besteed aan ‘verplichte’ bezigheden, bevolking van twaalf jaar en ouder, 1975-2000



4.2 Taakverdeling en taakcombinatie

Zoals gezegd heeft het emancipatiebeleid zich lange tijd vooral geconcentreerd op de arbeidsdeelname van vrouwen. Een meer gelijke verdeling van de huishoudelijke taken tussen mannen en vrouwen is vooral met de mond beleden, en is met de verschuiving van het beleid in de richting van 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 (figuur 2). Anno 2000 verrichtten mannen 69% van het betaalde werk tegen 32% van het onbetaalde werk (cijfers 1975: 79% en 23%). De verhoudingen zijn dus wel gelijk geworden, maar zijn nog niet gelijk. De in de blauwdruk van het kostwinnershuishouden voorziene concentratie op een specifieke taak (betaald of onbetaald werk) komt wel steeds verder in het gedrang, maar verdwijnt (nog) niet.

Figuur 2 Tijd besteed aan arbeid en huishouden/zorg, naar sekse, bevolking van twaalf jaar en ouder, 1975-2000

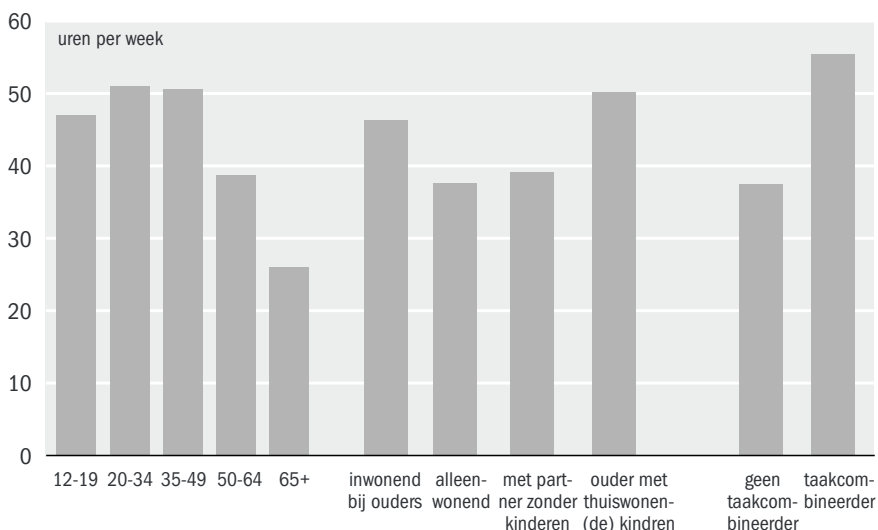


In plaats daarvan maakte de taakcombinatie opgang (Knulst en Van Beek 1990). Een steeds groter deel van de bevolking van 20-64 jaar (bij andere leeftijdsgroepen is de combinatie van arbeid en zorg op voorhand minder van toepassing) kent zowel substantiële professionele verplichtingen als substantiële huishoudelijke verplichtingen. Tussen 1975 en 2000 steeg het aandeel 'taakcombineerders' – diegenen die minstens 12 uur betaald werk combineren met minstens 12 uur onbetaald werk - van 14% naar 34% van de 20-64-jarigen.¹⁰ Bij mannen nam het aandeel taakcombineerders in die periode toe van 14% naar 29%; bij vrouwen van 14% naar 39%. Van de werkenden combineerde in 2000 52% arbeid met zorg (1975: 29%). Het combineren van arbeid

en zorg is bij werkende vrouwen beduidend meer gemeengoed dan bij werkende mannen (in 2000: resp. 79% en 36%). De meeste taakcombineerders zijn te vinden onder de werkenden van 35-49-jarigen (59%).

Naar verwacht zal het aandeel taakcombineerders in de komende jaren nog verder stijgen (De Haan, Van den Broek en Schnabel 2000). In het bestek van dit essay is dit een relevante constatering, en wel om twee redenen. Ten eerste is het tijdsbeslag van de verplichtingen c.q. de objectieve tijdsdruk vooral onder deze groeiende groep tweeverdienende taakcombineerders groot. Taakcombineerders kenden in 2000 56 uur aan verplichtingen, tegenover 38 uur voor degenen die geen arbeid met zorg combineerden (figuur 3).

Figuur 3 Tijd besteed aan 'verplichte' bezigheden, naar leeftijd, gezinssituatie en taakcombinatie, bevolking van twaalf jaar en ouder, 2000



Belangwekkender wellicht is de betekenis die van de idee van het combineren van taken uitgaat voor het individu. Per definitie impliceert het combineren van taken dat men zich niet toelegt op één specifieke taak. Een deel van de aandacht, de energie en de ambitie wordt van een taak weggeleid, en gekanaliseerd in de richting van een tweede taak. Nu is het ontegenzeggelijk waar dat veel moderne werknemers plezier, om niet te zeggen hun identiteit, ontleen aan het feit dat ze met één been in het arbeidsproces staan en daarnaast de verantwoordelijkheid dragen voor huishouden en zorg. Het moeten combineren van twee taken betekent echter ook permanent concessies doen en laveren tussen twee elk voor zich tamelijk veeleisende instituties (die van het carrièrepad en die van het ouderschap; zie ook ministerie van SZW 2003). Zeker in een samenleving waarin het 'combinatie-ethos' (Breedveld 2000) nog niet

honderd procent is ingeburgerd, vormt taakcombinatie in de dagelijkse gang van zaken een even frustrerende als door velen gewenste nieuwe oplossing voor oude problemen.

Naar leeftijd blijkt de tijdsdruk een kromvormig verband te kennen: na een aanvankelijke toename van de drukte, die culmineert rond het 35ste levensjaar, neemt de drukte steeds verder af.¹¹ De drukte van arbeid en zorg is dus niet gelijk over de levensloop verdeeld – zoals trouwens ook de druk in het werk niet gelijk over de levensloop is verdeeld (CBS 1998). Die scheefheid is de afgelopen jaren – door onder andere de late leeftijd waarop mensen de arbeidsmarkt betreden, maar ook door vervroegde uittrekking – eerder nog versterkt dan verwaakt. Steeds meer activiteiten worden in een steeds kortere fase van het actieve leven samengeballd, daarbij bijdragend aan het ontstaan van een ‘spitsuur in het leven’ (Knulst en Van Beek 1990).

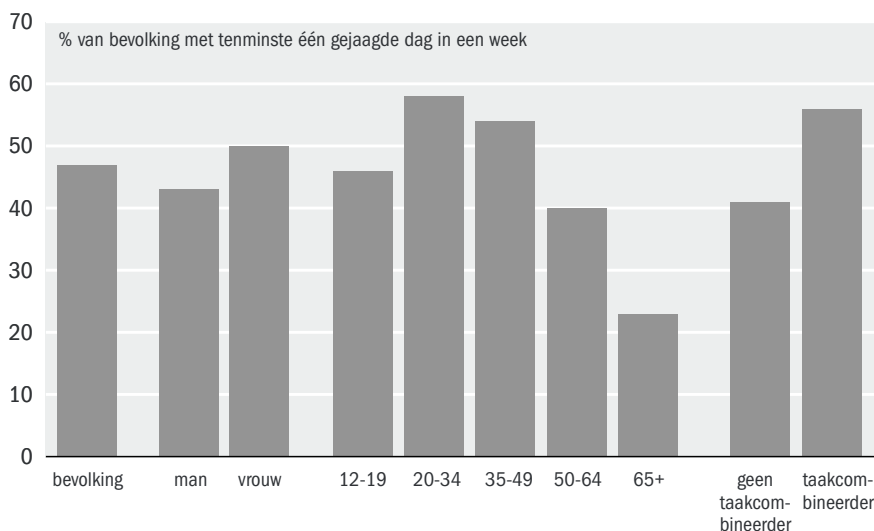
4.3 Tijdsbeleving

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 een samenleving waarin een groeiend aandeel mensen 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 vrijetijd).¹²

Bijna de helft van de bevolking rapporteerde in de onderzoekswEEK in oktober 2000 minstens één gejaagde dag per week (figuur 4).¹³ Vrouwen voelen zich gejaagder dan mannen. Van de vrouwen rapporteerde 50% tenminste een gejaagde dag, tegen 43% van de mannen. Dit verschil is opmerkelijk, omdat het totaal aantal verplichtingen tussen mannen en vrouwen elkaar niet veel ontloopt (mannen hadden in 2000 45 uur aan verplichte bezigheden, vrouwen 43 uur). Bij een geringer aantal uren verplichtingen rapporteren vrouwen dus vaker gejaagdheid dan mannen. Vermoedelijk kan dit feit niet los worden gezien van het feit dat vrouwen nog altijd meer dan mannen de mentale zorg voor het huishouden op zich nemen (zie ook ministerie van SZW 2003). Als kinderen ziek zijn, naar de dokter moeten of nieuwe kleren nodig hebben, komen deze taken nog altijd meer bij vrouwen terecht dan bij mannen. Ook brengen of halen (werkende) vrouwen vaker kinderen naar/van school dan (werkende) mannen (zie SCP/CBS 2002; Breedveld en Van den Broek 2003). Vrouwen hebben zo vaker te maken met de tijdsdwang van ‘harde deadlines’ dan mannen.

Gejaagdheid concentreert zich verder in de leeftijd van 30 tot 50 jaar, het voornoemde ‘spitsuur van het leven’. Taakcombineerders (56%) voelen zich gejaagder dan degenen die zich op één taak toeleggen (41%). Vooral ouders van thuiswonende

Figuur 4 Subjectieve tijdsdruk, naar sekse, leeftijd en taakcombinatie, bevolking van twaalf jaar en ouder, 2000



kinderen ondervinden een gevoel van gejaagdheid (51%, tegen bijvoorbeeld 42% bij paren zonder kinderen). Dat gevoel is in de regel ook sterker als men meer onderwijs genoten heeft: van de mensen met een hbo/wo opleiding rapporteert 56% tenminste een gejaagde dag, tegenover 49% van de middelbaar opgeleiden (mbo/havo/vwo) en 37% van de lager opgeleiden.

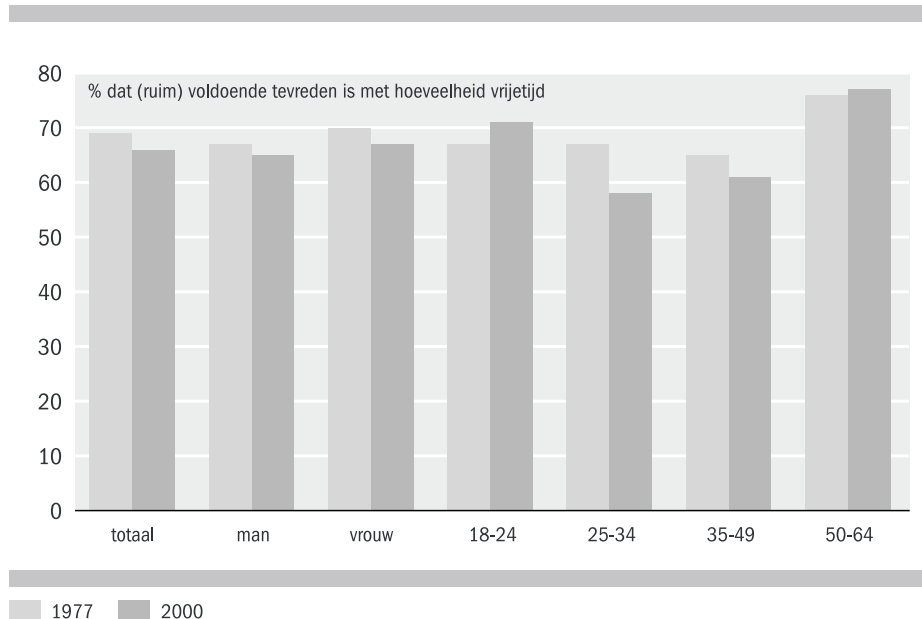
Op één uitzondering (geslacht) na kent de subjectieve tijdsdruk daarmee eenzelfde verdeling over de bevolking als de objectieve tijdsdruk. Het verband tussen beide grootheden blijkt desondanks tamelijk bescheiden (correlatie .13). Dit wijst erop dat er vele andere zaken zijn dan feitelijke tijdsdruk alleen die tot subjectieve beleving van tijdsdruk leiden. Niettemin rapporteren drukbezette groepen vaker een gejaagde dag dan groepen met weinig verplichtingen.

5 Gejaagde vrijetijd

Het TBO bevat geen longitudinale gegevens over de subjectieve tijdsdruk. Wel zijn in de 2000-editie van het onderzoek twee vragen opgenomen over tijdsdruk in de vrijetijd. Beide vragen waren ook al gesteld in twee CBS Leefsituatie Onderzoeken uit de jaren '70: '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 (figuur 5). In 1977 oordeelde 69% van de bevolking van 18-64 jaar over (ruim) voldoende vrije tijd te beschikken, in 2000 was nog maar 66% het hiermee eens. Nederlanders werden over een periode 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 gaan oordelen dan mannen.

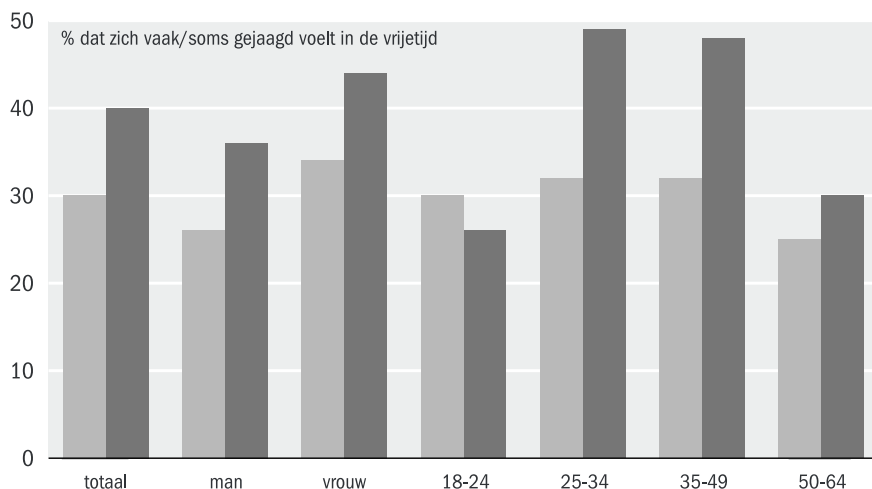
Figuur 5 Tevredenheid met hoeveelheid vrijetijd naar sekse en leeftijd, bevolking van 18 tot 65 jaar, 1977 en 2000



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 (figuur 6; 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’.

Figuur 6 Mate van gejaagdheid in de vrijetijd naar sekse en leeftijd, bevolking van 18 tot 65 jaar, 1974-2000



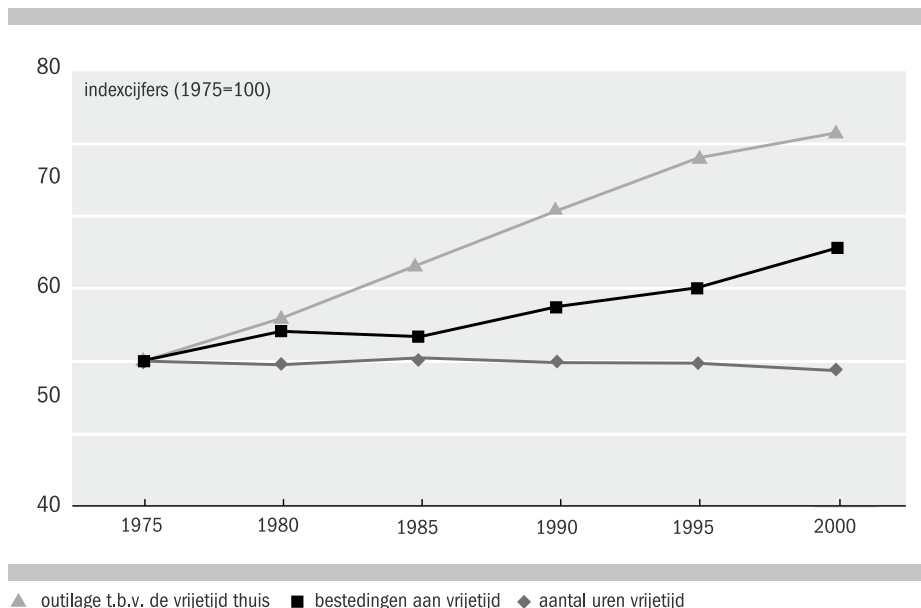
De cijfers over gejaagdheid in de vrije tijd uit het jaar 2000 kunnen ook gekoppeld worden aan de gegevens over objectieve en subjectieve tijdsdruk, zoals die vermeld stonden in de vorige paragrafen. Zowel voor de objectieve tijdsdruk (het totaal aan verplichtingen) als voor de subjectieve tijdsdruk (het aantal gejaagde dagen) geldt: hoe drukker, hoe gejaagder in de vrije tijd. Het verband tussen subjectieve tijdsdruk en gejaagdheid in de vrije tijd is daarbij aanzienlijk sterker dan het verband tussen objectieve tijdsdruk en gejaagdheid in de vrije tijd (correlatie resp. .44 en .13). Het feit dat subjectieve tijdsdruk (zich gejaagd voelen) gerelateerd is aan het gevoel ook in de vrije tijd gejaagd te zijn, 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.

De stelling dat de vrije tijd mede de bron van gejaagdheid zou kunnen zijn, is ove-

rigens wel goed verdedigbaar. De vrije tijd staat immers 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 (in figuur 7 is dit kernachtig samengevat als een index van het totaal aan goederen dat men bezit voor vrijetijdsbesteding thuis (tv's, stereo's, pc's), en als de totale uitgaven aan 'vrijetijd'). 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.

Figuur 7 Tijdsbesteding, geldbesteding en uitrusting ten behoeve van vrijetijd, bevolking van twaalf jaar en ouder, 1975-2000



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.

Enerzijds 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 (zie ook 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. 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 kan zo een voedingsbodem zijn voor gevoelens van twijfel en onzekerheid.

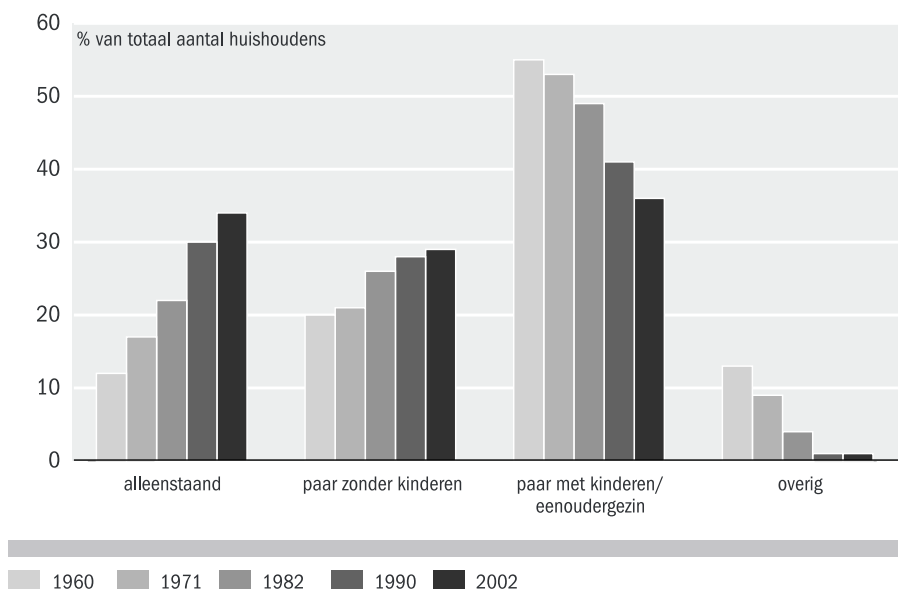
6 Meerkeuzemaatschappij

Twijfel en onzekerheid worden zeker niet alleen binnen de vrije tijd veroorzaakt. De moderne samenleving is permanent in beweging. 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 waarmee goederen, mensen en informatie zich over en om de aarde bewegen, is sprake van ingrijpende veranderingen. 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 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 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 36% van de huishoudens van toepassing (figuur 8, zie bovenaan volgende pagina).¹⁴ Daarnaast bestaat eenderde van de 7,0 miljoen huishoudens – we praten dan over 2,4 miljoen personen – uit eenpersoonshuishoudens en nog eens een kleine eenderde (29%) uit tweepersoonshuishoudens zonder kinderen.

Ook in de meest intieme levenssferen zijn eenmaal gemaakte keuzes gedurig voorwerp van onderhandeling en (her-)overweging (Hooghiemstra en Pool 2003). In 2002 was de kans op echtscheiding opgelopen tot 34%, bijna drie maal zo hoog als in 1970 (12%; Hooghiemstra 1997, CBS Statline¹⁵). De gemiddelde leeftijd waarop een vrouw haar eerste kind krijgt, is de afgelopen jaren opgelopen van het 24ste levensjaar in 1970 tot rond 29ste levensjaar in 2002 (SCP en CBS 2002). Een groeiend aandeel vrouwen verwacht kinderloos te blijven (Hooghiemstra en Pool 2003). Kinderen zijn geen vanzelfsprekendheid meer, een vaste partner is dat evenmin.

Figuur 8 Samenstelling huishoudens, 1960-2002



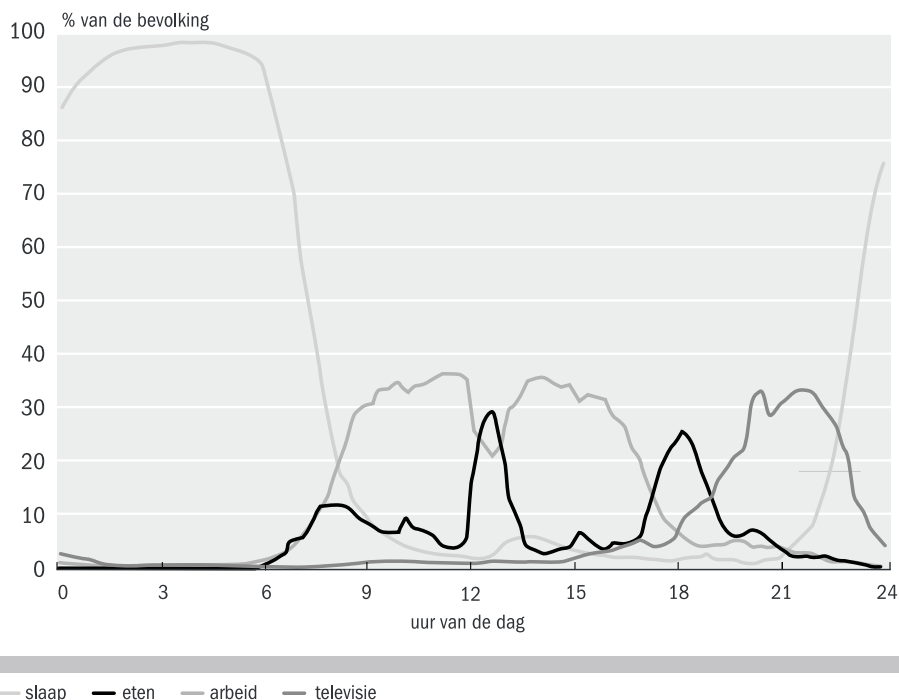
In de sfeer van de betaalde arbeid is het de roep om een flexibeler arbeidsmarkt geweest die een einde heeft gemaakt aan veel eerder moeizaam verworven zekerheden. De versnellende economie van de jaren negentig bood minder plaats voor vaste functies, vaste banen, een lineair carrièreverloop en vaste 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 (voor sommigen, lees: onzekerheid) in hun werkzame bestaan. Inkomens werden prestatie-afhankelijk, 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 (zie figuur 9). 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 (Breedveld en Van den Broek 2003). Verder is

er sprake van een verminderde individuele routinematigheid: steeds minder mensen verrichten verschillende activiteiten op opeenvolgende dagen op hetzelfde tijdstip. 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, Breedveld en Van den Broek 2003).

Figuur 9 Verloop van de tijdsbesteding aan 4 geselecteerde activiteiten, op dinsdag, bevolking van twaalf jaar en ouder, 2000



Dit proces van ont-traditionalisering is hier niet voor het eerst en evenmin uitputtend beschreven. 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 ook tot nadenken over wie men wil zijn en wat men wil worden, dwingt daar zelfs toe. Onherroepelijk brengt

dit ook (zelf-)twijfel met zich 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 als ook 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 (Swierstra en Tonkens 2002). Ze leidt daarnaast ook 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 opheffen, een heldere illustratie van de tweespalt in de omgang met de tijd.

Het wegvallen van tradities leidt niet alleen tot meer mogelijkheden, maar heeft ook als onbedoeld effect dat men zich niet meer achter die tradities kan ‘verschuilen’. 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 (De Waal 2001). Niet iedereen beheerst die vaardigheid in dezelfde mate. Ont-traditionalisering betekent voor sommigen een welkome vergroting van de individuele speelruimte. Voor anderen brengt het primair een nieuwe bron van onzekerheid – de ‘pain of self determination’ (Lane 2000, zie ook Pahl 1995) – en daarmee van psychische belasting met zich mee.

7 De veeleisende samenleving en haar beleidsimplicaties

De afgelopen jaren is er veel te doen geweest rond kwesties van vermoeidheid en tijdsdruk. Opgestuwd door alarmerende cijfers over het aantal (psychisch) arbeidsongeschikten en door een groot aantal media-artikelen over het ‘druk, druk, druk’ gevoel van taakcombineerders en tweeverdieners, ontspan zich zowel in het beleidsmatige als in het wetenschappelijke debat een discussie over de achtergronden en prevalentie van vormen van tijdsdruk en vermoeidheid (en de relatie tussen beide).

De cijfers, zoals die de afgelopen jaren onder andere verzameld werden in het kader van het NWO onderzoeksprogramma rond Psychische Vermoeidheid in de Arbeidssituatie (PVA), geven aan dat er inderdaad reden is tot zorg. Een groot deel van de werkenden werkt in een hoog tempo of onder tijdsdruk. Bij bijna een kwart van de werkenden – 1,6 miljoen mensen – leidt het werktempo of de tijdsdruk tot ziekteverzuim. Bij een kleiner deel (9%) zijn de klachten dermate ernstig dat de betrokkenen een serieus risico lopen burnout te raken. Een deel daarvan is voor langere tijd uitgeschakeld, en belandt in de WAO.

De totale maatschappelijke kosten van ziekteverzuim en arbeidsongeschiktheid als gevolg van psychische klachten worden geschat op ruim 5 miljard euro. De kosten in termijn van het welzijn van de betrokken individuen, alsmede de direct betrokkenen in hun omgeving, zijn daarin niet meegeteld, evenmin trouwens als de maatschappelijke gevolgen van de keuzes van mensen die niet burnout raken, maar het wel anderszins ‘druk’ hebben (zoals: meer autogebruik, minder vrijwilligerswerk, terugtrekken uit verenigingsleven). Het is dan ook om meerdere redenen gewenst dat de thematiek van het druk hebben en/of vermoeid zijn serieus genomen wordt.

Het is in die zin hoopgevend dat het talrijke onderzoek dat momenteel wordt uitgevoerd goede handgrepen biedt om psychische vermoeidheid in de arbeidssfeer aan te pakken. Keer op keer wordt aangetoond dat zaken als regelmogelijkheden in het werk, positieve feedback en sociale ondersteuning tegenwicht kunnen bieden tegen de risico's van een te grote werkdruk. Verwacht mag worden dat deze lessen op termijn doorsijpelen naar de praktijk en toegepast zullen worden door zich verder ontwikkelende managers.

Op het gebied van arbeid en zorg is er bovendien veel gedaan in de sfeer van de voorzieningen. Er is meer opvang beschikbaar, openingstijden zijn verruimd en er komen meer mogelijkheden voor verlof, voor deeltijd- en voor thuiswerk. Geleidelijk evolueert Nederland van een kostwinnermodel naar een tweeverdienersmodel. Het traditionele arbeidsethos maakt daarbij plaats voor een ‘combinatie-ethos’ (Breedveld 2000). Misschien dat het beëindigen van wat nu nog als een overgangssituatie moet worden gekwalificeerd, tot heldere keuzes leidt die de mentale en temporele belasting van het ‘taakcombineren’ kunnen verminderen.

De eerlijkheid gebiedt daarbij te zeggen dat de puzzel van vermoeidheid en tijdsdruk nog allesbehalve opgelost is. Op veel terreinen bestaan nog blinde vlekken. Het laatste woord over de seksegebonden verschillen in WAO-instroom op psychische gronden is nog niet gezegd, evenmin trouwens als over de kwestie van de 'dubbele belasting'. Beide zijn kwesties die het bestek van dit essay te buiten gingen, zoals ook de diverse schakels tussen 'gewone' tijdsdruk en burnout nog wel tot enige vermoeidheid onder de diverse wetenschappelijke onderzoekers zullen leiden. In toenemende mate is daarbij sprake van een internationaal discours, waar wetenschappers elkaar ontmoeten en informatie uitwisselen. Die internationale gemeenschap zou gebaat zijn bij goed, landenvergelijkend onderzoek naar de diverse wetten en regelingen op het terrein van ziekteverzuim en sociale zekerheid. De tot op heden verzamelde kennis op dit terrein laat nog teveel ruimte voor interpretatieverschillen om al harde conclusies uit te kunnen trekken.

Maar ook met deze nieuwe kennis valt te betwijfelen 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 trouwens als het nieuws is dat 'keeping up with the Joneses' mensen opjaagt, of 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 meer ambities. Internet, gsm, flexibele werktijden en verruimde werktijden dragen bij aan de penetratie van zowel de arbeids- als de vrijetijdsmarkt in wat traditioneel perioden van herstel waren.

De moderne maatschappij is een veeleisende maatschappij. 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, emancipatie van de vrouw tot meer tweeverdieners en hogere hypotheeken. 'Meer en snel' genieten in de huidige maatschappelijke constellatie een hogere status dan 'minder en rustig' (Breedveld en Beckers 2001).

De uitweg uit deze opmars van opties (meer mogelijkheden, minder zekerheden) is niet evident. De economische wetmatigheden van 'work-and-spend' (organisaties 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 is van (bedoelde en onbedoelde) uitkomsten van om een andere reden nagestreefde doelen, zoals de emancipatie van de vrouw.

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).

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

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 veel biedende en veeleisende samenleving. Het gaat daarbij om zaken die stuk voor stuk voor wenselijk gehouden worden, maar die samen een maatschappij hebben voortgebracht waar sommigen in de vorm van psychische vermoeidheid niet tegen opgewassen blijken. De citaten, van Jelgersma, Hofland en anderen in dit essay suggereren dat dit iets van langere tijd is, een kennelijk onvermijdelijk neveneffect van een maatschappelijke versnelling en een algemeen voor wenselijk gehouden individualisering. Dit impliceert dat eventuele beleidsambities op nog al wat restricties zullen stuiten. Adequate symptoombestrijding, waar mogelijk, ligt op korte termijn meer in het verschieft dan een fundamentele ingreep.

Bijlage *Achterliggende cijfers bij de figuren in de tekst*

Figuur 1 **Tijd besteed aan 'verplichte' bezigheden, bevolking van twaalf jaar en ouder, 1975-2000, in uren per week**

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

Bron: SCP (Tijdsbestedingsonderzoek)

Figuur 2 **Tijd besteed aan arbeid en huishouden/zorg, naar sekse, bevolking van twaalf jaar en ouder, 1975-2000, in uren per week**

	1975	1980	1985	1990	1995	2000
arbeid-man	23,7	22,1	21,6	24,5	25,4	26,8
arbeid-vrouw	6,1	6,1	6,8	8,8	9,7	12,2
zorg-man	8,6	9,3	10,3	10,4	11,3	12,0
zorg-vrouw	29,5	29,5	28,3	26,5	26,2	25,7

Bron: SCP (Tijdsbestedingsonderzoek)

Figuur 3 **Tijd besteed aan 'verplichte' bezigheden, naar leeftijd, gezinssituatie en taakcombinatie, bevolking van twaalf jaar en ouder, 2000, in uren per week**

12-19 jaar	47,0
20-34 jaar	51,1
35-49 jaar	50,6
50-64 jaar	38,7
65 jaar en ouder	26,0
inwonend bij ouders	46,3
alleenwonend	37,7
met partner zonder kinderen	39,2
ouder met thuiswonend(e) kind(eren)	50,2
taakcombineerder	55,5
geen taakcombineerder	37,5

Bron: SCP (Tijdsbestedingsonderzoek)

Figuur 4 Subjectieve tijdsdruk, naar sekse, leeftijd en taakcombinatie, bevolking van twaalf jaar en ouder, 2000, %

bevolking	47
man	43
vrouw	50
12-19 jaar	46
20-34 jaar	58
35-49 jaar	54
50-64 jaar	40
65 jaar en ouder	23
taakcombineerder	56
geen taakcombineerder	41

Bron: SCP (Tijdsbestedingsonderzoek)

Figuur 5 Tevredenheid met hoeveelheid vrijetijd, naar sekse en leeftijd, bevolking van 18 tot 65 jaar, 1977 en 2000, % (ruim) voldoende vrijetijd

	1977	2000
totaal	69	66
man	67	65
vrouw	70	67
18-24	67	71
25-34	67	58
35-49	65	61
50-64	76	77

Bron: SCP (Tijdsbestedingsonderzoek 2000)/CBS (DLO 1977)

Figuur 6 Mate van gejaagdheid in de vrijetijd, naar sekse en leeftijd, bevolking van 18 tot 65 jaar, 1974 en 2000, % vaak/soms gejaagd

	1974	2000
totaal	30	40
man	26	36
vrouw	34	44
18-24	30	26
25-34	32	49
35-49	32	48
50-64	25	30

Bron: SCP (Tijdsbestedingsonderzoek 2000)/CBS (LSO 1974)

Figuur 7 Tijdsbesteding, geldbesteding en uitrusting ten behoeve van vrijetijd, bevolking van twaalf jaar en ouder, 1975-2000, index (1975=100)

	1975	1980	1985	1990	1995	2000
aantal uren vrijetijd	100	98	102	99	99	94
bestedingen aan de vrijetijd	100	121	117	138	151	178
outillage t.b.v. de vrijetijd thuis	100	130	167	204	240	257

Bron: SCP (Tijdsbestedingsonderzoek)

Figuur 8 Samenstelling huishoudens, 1960-2002, in %

	alleenstaand	paar zonder kinderen	paar met kinderen/ eenouder-gezin	overig	totaal
1960	12	20	55	13	100
1971	17	21	53	9	100
1982	22	26	48	4	100
1990	30	28	41	1	100
2002	34	29	36	1	100

Bron: Hooghiemstra 1997, SCP/CBS 2002, CBS Statline

Meer uitvoerige tabellen over de tijdsbesteding zijn te vinden in de SCP-publicaties *Trends in de tijd* (2001; hoofdstuk 2/4, p. 9-54) ; *De meerkeuzemaatschappij* (2003; hoofdstuk 2, p. 13-34).

Beide publicaties zijn te downloaden vanaf de website www.tijdsbesteding.nl, pagina *Publicaties*. Op de pagina *Tabellen* van deze site kunnen zelf tabellen over de tijdsbesteding worden gegenereerd.

Literatuur

- Aarts, W. (2001). 'Consumeren en de marginaliteit van matiging'. In: *Vrijtijdstudies*, 19 (1), p. 43-56.
- Beck, U. (1986). *Risk society. Towards a new modernity* (1992 vertaling van *Risikogesellschaft*). London: Sage.
- Beer, P. de (2001). *Over werken in de postindustriële samenleving*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Bergen, A. van (2000). *De lessen van burn-out. Een persoonlijk verhaal*. Utrecht: Het spectrum.
- Bloemen, E. en M. Ruys (1983). 'Intensivering van de arbeid en Taylor-receptie in Nederland 189-1920'. In: *Tē Elfder Ure 33 Annex* (p. 39-70). Nijmegen: SUN.
- Botterweck, A. (2003). 'Psychische werkbelasting en gezondheidsklachten'. In: CBS, *Sociaal-economische maandstatistiek*, oktober 2003 (p. 23-27). Voorburg: Centraal Bureau voor de Statistiek.
- Breedveld, K. (2000). *Van arbeids- naar combinatiethos. Maatschappelijke ontwikkelingen op het snijvlak van arbeid en cultuur*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Breedveld, K. (2003). *Time pressure over the lifecourse. Paper annual Iatur-conference*. Brussel: Vrije Universiteit Brussel.
- Breedveld, K. en T. Beckers (2001). 'Van luiheid en verleiding. De toekomst van het ont-haasten'. In: *Vrijtijdstudies*, (19) 1, p. 75-84.
- Breedveld, K. en A. van den Broek (2001). *Trends in de tijd. Een schets van recente ontwikkelingen in tijdsbesteding en tijdsordening*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Breedveld, K. en A. van den Broek (2003). *De meerkeuzemaatschappij. Facetten van de temporele organisatie van verplichtingen en voorzieningen*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Broek, A. van den en K. Breedveld (2000). 'Rollen, ritmes en routines'. In: *Sociale Wetenschappen*, (43) 2, p. 9-26.
- Broek, A. van den, W. Knulst en K. Breedveld (1999). *Naar andere tijden? Tijdsbesteding en tijdsordening in Nederland, 1975-1995*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau/Elsevier.
- CBS (1965). *Vrije-tijdsbesteding in Nederland 1962-1963. Deel 3. Avond- en weekendbesteding*, herfst 1962. Zeist: De Haan.
- CBS (1998). *Arbeidsomstandigheden van werknemers 1997*. Den Haag: VUGA/ Centraal Bureau voor de Statistiek/ministerie van SZW.
- CBS (2000). *Arbeidsomstandigheden 2000*. Heerlen: Centraal Bureau voor de Statistiek/ ministerie van SZW.
- Cross, G. (1993). *Time and money: the making of consumer culture*. London: Routledge.
- Dore, R. (1986). *Flexible rigidities. Industrial policy and structural adjustment in the Japanese economy 1970-1980*. London: Athlone Press.
- Elchardus, M. (1996). *De gemobiliseerde samenleving. Tussen de oude en een nieuwe ordening van de tijd*. Brussel: Koning Boudewijnstichting.
- Echtelt, P. van (2004, te verschijnen). 'De gevolgen van overwerk voor werknemers in verschillende overwerksituaties'. In: *Tijdschrift voor Arbeidsvraagstukken* (20) 1.
- Evenblij, M. (2004). *Een balans uit evenwicht. Resultaten van het onderzoeksprogramma Psychische Vermoeidheid in de Arbeidsituatie*. Houten: Bohn Stafleu Van Loghum.
- Geldof, D. (2001). *Onthaasting. Op zoek naar tijd in een risicomaatschappij*. Antwerpen/Baarn: Houtekiet/De Prom.
- Giezen, A van der en S. Geurts (2001). 'Feiten en ficties over vrouwen en de wao'. In: *Economisch Statistische Berichten* (86) 4316, p. 540-543.
- Giddens, A. (1991). *Modernity and self-identity. Self and society in the late modern age*. Cam-

- bridge: Polity Press.
- Haan, J. de, A. Van den Broek en P. Schnabel (2000). *Het nieuwe consumeren. Een vooruitblik vanuit demografie en individualisering*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Harms, L. (2003). *Mobiel in de tijd*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Hofland, H.J.A. (1955). *Geen tijd. Op zoek naar oorzaken en gevolgen van het moderne tijdgebrek*. Amsterdam: Scheltema en Holkema.
- Hooghiemstra, E. (1997). 'Een- en tweeverdieners'. In: Niphuis-Nell, M. (Ed.), *Sociale atlas van de vrouw*. Deel 4 (p. 53-84). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Hooghiemstra, E. en M. Pool (2003). *Tussen partners. Gezamenlijke keuzen tijdens de levensloop*. Den Haag: Nederlandse Gezinsraad.
- Horning, K., A. Gerhard en M. Michailow (1990). *Time pioneers. Flexible working time and new lifestyles* (1995 vertaling van Zeitpioniere). Cambridge: Polity Press.
- Houtman, I.L.D., W.B. Schaufeli en T. Taris (2000). *Psychische vermoeidheid en werk. Cijfers, trends en analyses*. Alphen aan de Rijn: Samsom.
- Houtman, I., P. Smulders en J. Klein Hesselink (red) (1999). *Trends in arbeid 1999*. Alphen aan de Rijn: TNO Arbeid/Samsom.
- Houtman, I. P. Smulders en J. Klein Hesselink (red) (2004, te verschijnen). *Trends in arbeid 2004*. Hoofddorp: TNO Arbeid.
- Hupkens, C. en I. Beckers (2003). 'Trends in arbeidsomstandigheden'. In: CBS, *Sociaal economische maandstatistiek, juli 2003* (p. 24-29). Voorburg: CBS.
- Jansen, N. (2003). *Working time arrangements, work-family conflict, and fatigue*. Maastricht: Universitaire Pers Maastricht.
- Jehoel-Gijsbers, G. (2003). 'Opgebrand door het werk?' In: SCP, *Het theorema van Thomas* (p. 102-108). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Jehoel-Gijsbers, G. en C. van Deursen (2003). *Reintegratie bij arbeidsongeschiktheid. Onderzoek naar de werkhervatting, arbeidscapaciteit en reïntegratiehulp bij werknemers die in 2001 voor de poort van de wao stonden*. Amsterdam: UWV.
- Knulst, W. en P. Van Beek (1990). *Tijd komt met de jaren*. Rijswijk: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Kubey, R. en M. Csikszentmihalyi (1990). *Television and the quality of life. How viewing shapes everyday experience*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Laeyendecker, L. en M.P. Veerman (2004). In *de houdgreep van de tijd. Onze omgang met tijd in een consumptieve cultuur*. Budel: Damon.
- Lane, R. (2000). *The loss of happiness in market democracies*. New Haven: Yale University Press.
- LISV (2000). *Vrouwen, (werk)omstandigheden en arbeidsongeschiktheid*. Amsterdam: Landelijk Instituut Sociale Verzekeringen.
- LISV (2001). *Trendrapportage arbeids(on)geschiktheid 2001*. Amsterdam: Landelijk Instituut Sociale Verzekeringen.
- Ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid (2003). *Man-vrouw verschillen in arbeidsongeschiktheidsrisico's. Een overzicht van feiten, cijfers en literatuur*. Den Haag: ministerie van SZW.
- Molenaar-Cox, P. en C. van Deursen (2003). *Aan de poort van de WAO in 2001: achtergronden en trends*. Amsterdam: UWV.
- Mommaas, H. (1993). *Moderniteit, vrijetijd en de stad*. Utrecht: Jan van Arkel.
- Mommaas, H., M. van den Heuvel en W. Knulst (2000). *De vrijetijdsindustrie in stad en land. Een studie naar de markt van belevenissen*. Den Haag: WRR/Sdu.
- Otten, F., P. Smulders en F. Andries (2002). 'Arbeidsuitval door burn-out'. In: *Economisch Statistische Berichten*, januari 2002, p. 11-13.
- Pahl, R. (1995). *After succes. Fin-de-siecle anxiety and identity*. Cambridge: Polity Press.
- Peters, P. (2000). *The vulnerable hours of leisure. New patterns of work and free time in the Nether-*

- lands 1975-95. Amsterdam: Thela Thesis.
- Riber, G. (1993). *The McDonaldization of society*. Newbury Park: United States of America.
- RMO (2002). *Werken aan balans. Remedies tegen burnout*. Advies 22. Den Haag: RMO.
- Schnabel, P. (1986). 'De toekomst heeft tijd nodig; geestelijke gezondheidszorg en de Nota 2000'. In: E. Dekker en B. Wijnberg (red), *De grenzen van de gezondheidszorg* (p. 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: Elsevier.
- SCP (2000). *Sociaal en Cultureel Rapport 2000*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- SCP/CBS (2002). *Emancipatiemonitor 2002*. Den Haag: SCP/CBS.
- Smulders, P. en M. Wieling (2001). 'Leidt de combinatie van werk en huishouden tot burn-out?' In: I. Houtman, P. Smulders en J. Klein Hesselink (red), *Trends in arbeid 2002* (p. 133-154). Alphen aan de Rijn: Kluwer/TNO Arbeid.
- Swierstra, T. en E. Tonkens (2002). 'Klakkeloze keuzevrijheid'. In: *Christen Democratische Verkenningen, themanummer Ontketening door vraagsturing?*, 7, 8, 9, (p. 23-33). Utrecht: Trimbos Instituut.
- Smit, F. en R. Bijl (2000). *Een verkennende studie naar de kosten van de combinatie van werk en zorgtaken*. Utrecht: Trimbos Instituut.
- Vinken, H. en P. Ester (2001). 'Druk, drukker drukt. Nederlanders over de toekomst van arbeid en vrijetijd'. In: *Vrijetijdstudies*, (19) 1, p. 21-42.
- Waal, V. de (2001). *Uitdagend leren. Culturele en maatschappelijke activiteiten als leeromgeving*. Bussum: Coutinho.
- Winnubst, J. (1975). *Het westerse tijdssyndroom*. Nijmegen: Stichting Studentenpers Nijmegen.
- Womack, J., D.T. Jones en D. Roos (1990). *The machine that changed the world*. New York: Rawson Associates.
- Zuzanek, J. (2002). *Work, leisure, time pressure and stress*. Unpublished paper. Waterloo, Canada: University of Waterloo.

Noten

- 1 Dat deze kosten relatief hoog liggen, wordt mede in verband gebracht met de tragere reïntegratie van de groep met psychische aandoeningen (Jehoel-Gijsbers en Van Deursen 2003).
- 2 Een eerste druk van dit essay verscheen eerder als bijlage bij het RMO advies 22, *Werken aan Balans. Remedies tegen burn-out* (RMO 2002, pp. 93-142) en als SCP werkdocument 88. De tekst vormde, in verkorte vorm, mede de basis voor de epilooq in het SCP rapport *De Meerkeuzemaatschappij* (Breedveld en Van den Broek 2003). Voor deze tweede druk is de tekst volledig herzien.
- 3 In de literatuur worden hier verschillende benamingen aan gegeven. Jansen (2003) spreekt over de COR-theorie (Conservation of Resources), Van Echtelt (2004) daarentegen spreekt van het Effort-Reward Imbalance Model.
- 4 In 2003 meldt het CBS een daling in het ziekteverzuimpercentage.
- 5 Geciteerd in Schnabel 1986. De woorden van Jelgersma zijn hier in hedendaags Nederlands in plaats van plechtstatig Frans weergegeven. Zie verder voor vergelijkbare citaten van Simmel, uit 1903, Laeyendecker en Veerman 2004: hst. 3. In dit laatste boek ook citaten van Goethe, Rousseau en Nietzsche (in hst. 4) over de snelheid van hun tijd. Nietzsche: 'Door gebrek aan rust loopt onze beschaving uit op een nieuwe barbarij. In geen enkele andere tijd zijn de rustelozen zo in aanzien geweest.'
- 6 De Nederlandse vertaling van Taylors *Shopmanagement*, uit 1903, verscheen in 1909 als *Over Arbeidsprestatie en Loonregeling* (Bloemen en Ruys 1983). Zie ook het werk van de COP, de Commissie Opvoering Productiviteit, in de naoorlogse jaren vijftig.
- 7 Alhoewel rationalisatie in andere sectoren- bijvoorbeeld de gezondheidszorg - soms juist de vorm lijkt te krijgen van een teruggrijpen op Tayloristische werkwijzen.
- 8 Voor meer informatie over dit onderzoek, zie de website www.tijdsbesteding.nl. Veel van het cijfermateriaal uit het tbo dat hier wordt gepresenteerd is meer uitvoerig beschreven in Breedveld en Van den Broek (2001).
- 9 Hier zijn verschillende redenen voor te geven, waarvan de huishoudensverduunning waarschijnlijk de belangrijkste is. Ook met allerlei tijdbesparende apparaten vergt het huishouden in kleinere huishoudens naar verhouding meer werk dan vroeger in grotere gezinnen. Een gechargeerd voorbeeld: om 12 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
- 10 In de eerste druk van dit essay is als ondergrens voor het combineren van taken gewerkt met een lager aantal uren huishoudelijke en zorgetaken (8 uur in plaats van de huidige 12 uur). Het aandeel taakcombineerders kwam daarmee hoger uit (20% in 1975, 47% in 2000). De ontwikkeling in de tijd blijft echter vrijwel dezelfde.
- 11 Raadpleging van Europese tijdsbestedingsdata leert dat de tijdsdruk in alle Europese landen hetzelfde curvilineaire verband houdt met de levensfasen waarin men verkeert (Breedveld 2003).
- 12 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 (UVT) in het onderzoek opgenomen en zijn door de UVT geanalyseerd. Eerste, nog niet gepubliceerde analyses geven deels tegenstrijdige uitkomsten te zien waar het de relatie tussen objectieve en subjectieve tijdsdruk betreft.
- 13 Eenderde deel van de bevolking voelde zich twee of meer dagen gejaagd. Het gemiddelde aantal 'gejaagde' dagen ligt op 1,3 per week.

- 14 Feitelijk ligt het percentage nog iets lager, omdat bij de huishoudens met kinderen ook 393.000 eenoudergezinnen zijn meegeteld. Excl. deze huishoudensvorm bedraagt het aandeel gezin, met tenminste twee volwassenen en één kind, 2.098.000, ofwel 30% van het totaal aantal huishoudens. Door de tijd heen is het aandeel eenoudergezinnen redelijk stabiel (5-6% van totaal aantal huishoudens).
- 15 Sinds medio jaren tachtig is de kans op echtscheiding overigens niet meer sterk gegroeid.

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 (2004-2005) 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 90-377-0165-5

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

Sociaal en Cultureel Rapport 2000. ISBN 90-377-0015-2

Sociaal en Cultureel Rapport 2002. De kwaliteit van de quartaire sector. ISBN 90-377-0106-x

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

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

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

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

SCP-publicaties 2002

2002/2 Van huis uit digitaal. Verwerving van digitale vaardigheden tussen thuismilieu en school (2002). ISBN 90-377-0089-6

2002/3 Voortgezet onderwijs in de jaren negentig (2002). ISBN 90-377-0072-1

2002/4 Boek en markt. Effectiviteit en efficiëntie van de vaste boekenprijs (2002). ISBN 90-377-0095-0

2002/5 Zekere banden. Sociale cohesie, leefbaarheid en veiligheid (2002). ISBN 90-377-0076-4

2002/6 Niet-stemmers. Een onderzoek naar achtergronden en motieven in enquêtes, interviews en focusgroepen (2002). ISBN 90-377-0098-5

2002/7 Zelfbepaalde zekerheden. Individuele keuzevrijheid in de sociale verzekeringen: draagvlak, benutting en determinanten (2002). ISBN 90-377-0088-8

2002/8 E-cultuur. Een empirische verkenning (2002). ISBN 90-377-0092-6

2002/9 Taal lokaal. Gemeentelijk beleid onderwijs in allochtone levende talen (oalt) (2002). ISBN 90-377-0090-x

- 2002/10 Rapportage gehandicapten 2002. Maatschappelijke positie van mensen met lichamelijke beperkingen of verstandelijke handicaps (2002). ISBN 90-377-0104-3
- 2002/13 Emancipatiemonitor 2002 (2002). ISBN 90-377-0110-8
- 2002/14 Ouders bij de les (2002). ISBN 90-377-0091-8
- 2002/16 Rapportage Jeugd 2002 (2003). ISBN 90-377-0111-6

SCP-publicaties 2003

- 2003/1 Mantelzorg. Over de hulp van en aan mantelzorgers (2003). ISBN 90-377-0112-4
- 2003/4 Rapportage Sport 2003 (2003). ISBN 90-377-0109-4
- 2003/5 Trouwen over de grens. Achtergronden van partnerkeuze van Turken en Marokkanen in Nederland (2003). ISBN 90-377-0087-x
- 2003/8 De meerkeuzemaatschappij. Facetten van de temporale organisatie van verplichtingen en voorzieningen (2003). ISBN 90-377-0113-2
- 2003/11 De uitkering van de baan (2003). ISBN 90-377-0094-2
- 2003/12 De sociale staat van Nederland 2003. ISBN 90-377-0138-8
- 2003/13 Rapportage minderheden 2003. ISBN 90-377-0139-6
- 2003/16 Profijt van de overheid. De personele verdeling van gebonden overheidsuitgaven en -inkomsten in 1999 (2003). ISBN 90-377-0070-5
- 2003/17 Armoedemonitor 2003 (2003). ISBN 90-377-0140-x

Onderzoeksrapporten 2002

- 2002/01 Onbetaalde arbeid op het spoor. ISBN 90-377-0073-x
- 2002/12 De werkelijkheid van de Welzijnswet (2002). ISBN 90-377-0116-7
- 2002/15 De vierde sector. Achtergrondstudie quartaire sector (2002). ISBN 90-377-0093-4

Onderzoeksrapporten 2003

- 2003/2 Beter voor de dag. Evaluatie van de stimuleringsmaatregel Dagindeling (2003). ISBN 90-377-0124-8
- 2003/3 Inkomen verdeeld. Trends in ongelijkheid, herverdeling en dynamiek (2003). ISBN 90-377-0074-8
- 2003/6 Vragen om hulp. Vraagmodel verpleging en verzorging (2003). ISBN 90-377-0114-0
- 2003/7 Vragen om hulp. Vraagmodel verpleging en verzorging. Samenvatting van het onderzoeksrapport (2003). ISBN 90-377-0133-7
- 2003/9 Maten voor gemeenten 2003 (2003). ISBN 90-377-0134-5
- 2003/10 Het gemeentelijk onderwijsachterstandenbeleid halverwege de eerste planperiode (1998-2002) (2003). ISBN 90-377-0054-3
- 2003/14 Mobiel in de tijd (2003). ISBN 90-377-0125-6
- 2003/15 Beleid in de groei (2003). ISBN 90-377-0058-6

Onderzoeksrapporten 2004

- 2004/1 Emancipatie in estafette. De positie van vrouwen uit etnische minderheden (2004). ISBN 90-377-0162-0
- 2004/2 De moraal in de publieke opinie. Een verkenning van normen en waarden in bevolkings enquêtes. ISBN 90-377-0163-9

Werkdocumenten (rechtstreeks te verkrijgen bij het SCP)

- 79 Sociale cohesie en sociale infrastructuur (2002)
- 80 Gemeentelijk ramingsmodel kinderopvang (2002). ISBN 90-377-0108-6
- 81 Modelleren van de gehandicaptenzorg (2002)

- 82 Verslaglegging van de modellering van de geestelijke gezondheidszorg ten behoeve van het ramingsmodel zorg (2002). ISBN 90-377-0099-3
- 83 Verslaglegging van de modellering van de gehandicaptenzorg (2002). ISBN 90-377-0100-0
- 84 Cultuur op het web. Het informatieaanbod op websites van musea en theaters (2002). ISBN 90-377-0101-9
- 85 Intramuraal AWBZ-voorzieningen. Achtergronden bij gebruik en eigen bijdragen (2002). ISBN 90-377-0102-7
- 86 Memorandum quartaire sector 2002-2006 (2002). ISBN 90-377-0103-5
- 87 Naar een agenda voor de jeugd. Voorstellen voor een positief lokaal jeugdbeleid (2002). ISBN 90-377-0105-1
- 88 Kenniscentra in Nederland. Een inventariserend onderzoek naar kenmerken en groei van het aantal kenniscentra (2002). ISBN 90-377-0122-1
- 89 Modellering van de care-sectoren in het Ramingsmodel Zorg (2003). ISBN 90-377-0123-X
- 90 Sociale activering. Een brug tussen uitkering en betaald werk (2003). ISBN 90-377-0127-2
- 91 Het sociale draagvlak voor de quartaire sector, 1970-2000 (2003). ISBN 90-377-0131-0
- 92 De vaststelling van de kerkelijke gezindte in enquêtes (2003). ISBN 90-377-0136-1
- 93 Midden in de media. Meer vrouwen in de journalistiek (2003). ISBN 90-377-0130-2
- 94 Ontwikkeling in het lokaal vrijwilligersbeleid (2003). ISBN 90-377-0137-X
- 95 Voorstel voor de toekomstige ontwikkeling van de landelijke jeugdmonitor (2004). ISBN 90-377-0167-1
- 98 Landelijk ramingsmodel kinderopvang (2003). ISBN 90-377-0148-5
- 99 Sociale uitsluiting. Een conceptuele empirische verkenning (2003). ISBN 90-377-0154-X
- 100 Het Nationale scholierenonderzoek (NSO) en het Health Behaviour in School-aged Children-onderzoek (HBSC) vergeleken (2004). ISBN 90-377-0150-7
- 101 Schalen van fysieke en psychosociale beperkingen. Het meten van hulpbehoefte bij de indicatiestelling verpleging en verzorging. ISBN 90-377-0151-1
- 102 Vertrouwen in de rechtspraak; theoretische en empirische verkenningen voor een monitor (2004). ISBN 90-377-0164-7
- 103 Bindingsloos of bandenloos. Normen, waarden en individualisering (2004). ISBN 90-377-0169-8
- 104 De veeleisende samenleving. De sociaal-culturele context van psychische vermoeidheid (2004). ISBN 90-377-0170-1
- 105 Cijferrapport Allochtone ouderen (2004). ISBN 90-377-0171-X

Overige publicaties

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

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

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

Leeft Europa wel? Een verkenning van de Europese Unie in de publieke opinie en het onderwijs (2002). ISBN 90-377-0117-5

De veeleisende samenleving. Psychische vermoeidheid in een veranderde sociaal-culturele context (2002). ISBN 90-377-0199-1

Armoedebericht 2002 (2002). ISBN 90-377-0121-3

Kijken naar gevaren. Over maatschappelijke percepties van externe veiligheid (2002). ISBN 90-377-

0120-5

Tijdverschijnselen. Impressies van de vrije tijd (2003). ISBN 90-377-0135-3

Social Europe. European Outlook 1 (2003). ISBN 90-377-0145-0

Mantelzorg in getallen (2003). ISBN 90-377-0146-9

Berichten uit het vyvarium. Columns van K. Vyvary over de multi-culturele samenleving. ISBN 90-377-0149-3

Autochtone achterstandsleerlingen: een vergeten groep (2003). ISBN 90-377-0153-1

Hollandse taferelen (2004). Nieuwjaarsuitgave 2004. ISBN 90-377-0155-8

Social Europe. European Outlook 1 (2004). ISBN 90-377-0145-0