

# Hoogopgeleide vrouwen ervaren meer stress. Waarom eigenlijk?

## Verslag van het Volkskrant onderzoek

### Inhoud

- 0 Aanleiding
- 1. De resultaten
  - 1.0 Deelnemers
  - 1.2 Eigen situatie en vermoeidheid
  - 1.3 Oorzaken van de eigen psychische vermoeidheid
  - 1.4 Oorzaken van de psychische vermoeidheid van hoogopgeleide vrouwen
  - 1.5 De open vragen
- 2. Discussie

### 0 Aanleiding

Op 13 oktober jongstleden deed De Volkskrant een oproep aan lezers (m/v) om te reageren op de vraag waarom hoogopgeleide werkende vrouwen meer stressklachten hebben dan alle andere groepen. Op de site van Hart & Ziel kon een enquête worden ingevuld met drie groepen vragen/ stellingen

- 1. naar de eigen situatie en vermoeidheid
- 2. naar de oorzaken van de eigen vermoeidheid
- 3. naar oorzaken van de vermoeidheid van hoogopgeleide werkende vrouwen in het algemeen

De aanleiding voor dit onderzoek lag in het in oktober verschenen boek ‘Vrouwen van 50, Lef, lust en nieuwe ambitie’ van Louise Boelens. Daaruit bleek dat de Nederlandse vrouw een grote emancipatoire stap voorwaarts heeft gezet, dat ze actief, veelzijdig, zelfbewust en vol levenslust is, maar dat er ook een schaduwzijde is: menig vrouw is doodop. Juist de hoogopgeleide, werkende vrouw scoort het hoogst op psychische vermoeidheid. Hoe ouder, hoe vermoeider. (zie Volkskrant 13 oktober).

### 1. De resultaten

#### 1.0 Deelnemers

63 mannen en 788 vrouwen hebben de vragenlijst ingevuld:

- Aantal mannelijke deelnemers jonger dan 40: 25
- Aantal mannelijke deelnemers 40 jr of ouder: 37
- Aantal vrouwelijke deelnemers jonger dan 40: 240
- Aantal vrouwelijke deelnemers 40 jr of ouder: 542
- Onbekend 7

#### Vrouwen

De meerderheid van de respondenten bestaat uit hoogopgeleide vrouwen boven de 40. Een groot deel van hen is bekend met (ernstige) stressklachten. Van de vrouwen boven de veertig heeft 41,3% zich *wel eens* ziek moeten melden vanwege ernstige stressklachten, en meldt 4,4 procent dat ze structureel moet verzuimen (opgeteld 46%), bij de vrouwen onder de 40 betreft dit 29,5% en 3 procent (totaal 32%). De vrouwen waar het artikel in De Volkskrant van 13 oktober over ging hebben zich kennelijk aangesproken gevoeld en zij hebben in grote getale gereageerd.

#### - opleidingsniveau

- Universitair
- 40+ 48,5%

40- 65,8%  
HBO  
40+ 40,4%  
40- 26,6%

#### **- werk**

Overwegend werkzaam in de sectoren  
Overheid, onderwijs, zakelijke dienstverlening, zorg en overige dienstverlening.

Van de vrouwen heeft ruim 94% betaald werk.  
72% (40+) en 67% (40-) van de vrouwen woont samen met een partner; naar kinderen is niet gevraagd?

#### **Mannen**

De groep mannelijke respondenten is erg gering en zij vormen een uitzonderlijke groep, lijkt het. Naar verhouding hebben veel alleenstaande mannen gereageerd (onder de 40 jaar 36 procent). Bovendien hebben de mannelijke respondenten relatief vaak geen baan (9 procent boven de 40 en 16 procent in de groep onder de 40). Ook melden de 40- mannen in 8 procent van de gevallen (40+ 5,4%) dat ze vaak hebben moeten verzuimen ivm stressklachten (to 3 en 4 procent bij de vrouwen). Opvallend veel van deze mannen zegt dat ze minder zouden gaan werken als dat financieel kon (52 en 44 procent). Vooral omdat de groepen in verhouding tot de vrouwen erg klein zijn, laten we deze respondenten verder buiten beschouwing.

*De nu volgende resultaten betreffen dus (vooral hoogopgeleide werkende) vrouwen die relatief vaak (al) stressklachten hebben.*

## **1.2 Eigen situatie en vermoeidheid**

### **Overwerk**

Opvallend is dat de respondenten, die dus in overgrote meerderheid hoogopgeleid zijn (HBO-plus) veel overwerken. Slechts 15,5 % (40 plus) en 20,4 % (onder 40) van de vrouwen werkt nooit over. Er wordt structureel overgewerkt door 38,8% en 26,2 en van de vrouwelijke respondenten. (nb ik noem steeds eerst de 40plus vrouwen en dan de 40 min)

### **Mantelzorg**

Is vooral een taak die door de 40plus vrouwen wordt uitgevoerd. Een op vier vrouwen boven de 40 geeft aan dat ze bijdraagt in de zorg voor anderen, niet gezinsleden.

### **Taakverdeling thuis**

Van de 40+ vrouwen is 23% alleenstaand. Als we aannemen dat zij de taken thuis voor 80 a 100 procent zelf uitvoeren, is er daarnaast nog 19% van de 40+ vrouwen die thuis het leeuwendeel doet.

Bij de 40 min betreft het naast de alleenstaanden (27%) zo'n 7 procent die 80 tot 100 procent van het werk thuis doet. Wellicht dat we hierin de emancipatie zien?

Kijken we naar de categorie: doet thuis 50 a 80 procent van het werk

Dan betreft dit bij 40+ 38 procent.

Bij 40- 50 procent

Vanuit het oogpunt van de opeenvolging generaties, zou je kunnen stellen dat mannen thuis meer zijn gaan doen, maar dat vrouwen overwegend nog wel het merendeel van de taken thuis op zich

nemen.

(ter vergelijking: minder dan de helft thuis wordt gedaan door 17 (40+) resp 14 (40-) procent van de vrouwen). Dit is trouwens conform de cijfers in de Emancipatiemonitor van 2006.

### 1.3 Oorzaken van de eigen psychische vermoeidheid

De Hart en Ziel enquête bestond, naast vragen over de eigen situatie en vermoeidheid, uit twee reeksen stellingen:

oorzaken van de eigen vermoeidheid

oorzaken van vermoeidheid van hoogopgeleide vrouwen als groep

We geven nu eerst weer op welke van de stellingen hoog is gescoord.

*Nb het eerste cijfers verwijst steeds naar de 40plus vrouwen. Het cijfer tussen haakjes naar de 40 min vrouwen.*

De hoogste scores werden gevonden op de items die de eigen (werk) houding cq de vrouwenpatronen betreffen:

56 (58) procent van de vrouwen is het (helemaal) eens met de uitspraak: ik voel me (te) snel verantwoordelijk. Ik trek me alles aan, maak het te persoonlijk en voel me snel schuldig.

58 (51) procent vindt het moeilijk om in de thuissfeer nee te zeggen.

53 (53) procent van de vrouwen kan niet goed nee zeggen als er op het werk een beroep op haar wordt gedaan.

35 (42) procent van de vrouwen zegt een conflict liever uit de weg te gaan. NB 42 (32) procent antwoordt hier het niet mee eens te zijn. en dat is ook een hoopvolle score. Bovendien lijken deze cijfers een zekere 'groei' weer te geven: 40 plus vrouwen vinden het gemakkelijker om een conflict aan te gaan?

Hogere scores zien we ook op zaken die (de organisatie van) het werk betreffen.

50 (44) procent is het eens met de stelling: "het zit me dwars dat ik niet meer tijd en aandacht kan besteden aan de kwaliteit van het werk dat we leveren".

31 (36) procent van de vrouwen is het eens met de uitspraak dat taken, verantwoordelijkheden en bevoegdheden op het werk onduidelijk zijn geregeld.

Opmerkelijk positiever is men over de stellingen: dat je boven een bepaalde leeftijd niet mee telt. 71 procent van de 40plus vrouwen is het daar niet mee eens. (6 procent wel). Hetzelfde geldt voor seksisme. Slechts 5 procent van de vrouwen (40 plus) stelt dat zij op haar werk daarmee te maken heeft.

NB in het tweede deel van de enquête treffen we de stelling "In onze samenleving en vooral in arbeidsorganisaties is in het algemeen veel te weinig waardering en respect voor senioriteit.

Vooral wat oudere vrouwen tellen gewoon niet mee." Hierop is wél een tamelijk hoge score (helemaal) mee eens te vinden, namelijk 38 (22) procent. Niet eens met deze stelling: 29 (24) procent.

En dan de vragen naar de eigen (financiële) situatie, de combinatie werkprivé en (voor)oordelen omtrent moederschap die men tegen komt.

43 (38) procent van de vrouwen vindt dat er onvoldoende rek zit in de dag/week voor onverwachte zaken.(31 en 37 ervaart (ruim) voldoende rek.)

40 (37) procent van de vrouwen zou minder gaan werken als ze dat zich financieel zou kunnen permitteren (Let wel in deze groep zijn de psychisch vermoeide vrouwen oververtegenwoordigd). Nb 'niet eens': 35 (41) procent.

34 (28) procent is het (helemaal) eens met de uitspraak: het ouderschap is leuk, maar maakt me ook kwetsbaar. Ik voel me te verantwoordelijk en heb de neiging er over te tobben. ('niet eens': 23 en 8 procent).

Slechts 12 (8) procent van de vrouwen is het (helemaal) niet eens met de uitspraak: al met al ben ik tevreden met wat ik van mijn leven heb gemaakt. Het is de investering waard geweest. (wel eens:

68 en 63 procent)

Een zelfde percentage (13 en 6) stelt dat zij 'eerder had moeten gaan voor haar eigen economische zelfstandigheid. (Niet eens: 54 en 55 procent)

Terwijl opvallend genoeg 39 (21) procent van de vrouwen het (helemaal) eens is met de uitspraak: achteraf gezien had ik veel meer van mijn loopbaan willen maken). (niet eens: 46 en 45 procent)

Lage scores vonden we op de uitspraken: "op het werk kan ik beter mijn mond houden over ouderschap (17 en 8 procent); en "Op mijn werk ervaar ik waardering die het ouderschap mij niet brengt" (27 en 21 procent).

### **Overgang**

Hoewel tweederde van de vrouwen die meedeed 40plus is, en uit literatuur over de overgang blijkt dat eenderde van de vrouwen daaraan serieuze klachten ondervindt, wijten maar heel weinig vrouwen hun eventuele vermoeidheidsklachten aan de overgang: 12%. Bij de open vragen wordt het trouwens wel genoemd: hormonen, ongesteldheid, overgang. Iemand schrijft: "De maandelijks menstruatie doet een grote aanslag op het geestelijk en lichamelijk welbevinden van vrouwen: stemmingswisselingen en buikpijn/hoofdpijn enz. Soms duurt dat dagen. Hier wordt erg weinig aandacht aan besteed in alle publicaties over vrouwen op de arbeidsmarkt!".

## **1.4 Oorzaken van de psychische vermoeidheid van hoogopgeleide vrouwen.**

De scores op de uitspraken uit het tweede deel van de enquête komen, laten ongeveer eenzelfde patroon zien als in het eerste deel. De hoogste scores worden gevonden bij de stellingen omtrent (werk)houding en vrouwenpatronen.

vrouwen zijn veel te gedreven. Ze willen alles te goed doen en voelen zich onmiddellijk verantwoordelijk. Ze moeten leren vaker iets uit handen te geven. 81 (70) procent mee eens. vrouwen zijn vooral moe omdat ze zich te veel dingen persoonlijk aantrekken: 70 (66) procent mee eens

Ook de uitspraak over de dominantie van de masculiene cultuur in arbeidsorganisaties kan rekenen op veel bijval:

Door de dominante mannelijke waarden zoals status, machtsvertoon, competitie en bluffen, voelen veel vrouwen zich vaak niet thuis in de cultuur van de meeste organisaties. (Helemaal) mee eens: 49 (43) procent (niet eens: 20 en 20 procent).

En uit de scores op de stellingen over de maatschappelijk claims op (hoogopgeleide) vrouwen en (voor)oordelen omtrent ouderschap, blijkt ook dat hier zeker een aantal problemen liggen:

In deze tijd is het niet gemakkelijk een goede ouder te zijn. vooral vrouwen voelen zich aangesproken door alle claims die overheid en maatschappij op ouders leggen. (Helemaal) mee eens: 53 (50) procent. (niet eens: 18 en 13 procent)

Het probleem van hoogopgeleide vrouwen is vooral dat hun financiële zekerheid slechts flinterdun is. Als ze alleen komt te staan veroorzaakt haar financiële situatie een grote druk. (Helemaal) mee eens: 48 (26) procent (niet eens 27 en 29 procent)

Moederschap wordt zwaar onder gewaardeerd. Alles draait om betaald werk in deze wereld waardoor veel vrouwen niet de waardering krijgen die ze verdienen. (helemaal ) mee eens: 46 (47) procent (niet eens: 24 en 18 procent!)

In de huidige maatschappij ervaren (hoogopgeleide) vrouwen het als een plicht om economisch zelfstandig te zijn. dat veroorzaakt een zware druk. (helemaal) mee eens: 41 (42) procent. (niet eens: 33 en 28 procent)

De samenleving is doorgeschooten in het individualisme. Hoogopgeleide vrouwen ervaren te

weinig vanzelfsprekende liefde en steun. (Helemaal) mee eens: 41 (41) procent. (niet mee eens: 22 en 21 procent)

In onze samenleving en vooral in arbeidsorganisaties is in het algemeen veel te weinig waardering en respect voor senioriteit. Vooral wat oudere vrouwen tellen gewoon niet mee. (helemaal) mee eens: 38 (22) procent (niet eens: 29 en 24 procent)

## De open vragen

Op twee plaatsen in de enquête was er ruimte om een eigen reactie weer te geven. Dat was aan het einde van de stellingen omtrent oorzaken van de eigen vermoeidheid, en aan het einde van de stellingen omtrent oorzaken van de vermoeidheid van hoogopgeleide werkende vrouwen in het algemeen. Omdat de strekking per respondent bij beide antwoorden nogal overeen kwam geven we in onderstaande de reacties weer naar thema zonder uitsplitsing naar de vindplaatsen.

### Ambitie

Een van de oorzaken van de stress van hoogopgeleide vrouwen hangt (uiteraard) samen met hun ambitie. Ook uit de stellingen bleek dat veel vrouwen aardig belast zijn: ze werken vaak over, doen thuis het leeuwendeel en ervaren veel claims vanuit de maatschappij. **De 40 plus vrouwen lijken zwaarder belast omdat zij thuis relatief gezien een groter aandeel hebben dan de jongere vrouwen én omdat zij (1 op de 4) ook mantelzorg verrichten. Daarnaast willen hoogopgeleide vrouwen vaak graag leuk werk, waarin ze zich kunnen ontwikkelen en daarin willen ze ook presteren. Sommige vrouwen wijzen erop dat je in deze banen veel uren móet werken:**

*“Door de combinatie: ambitie/werk/voldoening daarin daarnaast liefde/gezijn/moederschap en dan ook nog "de overgang" (2628)*

*“Banen voor hoogopgeleiden hebben veelal meer uren. Een hoogopgeleid vrouw stapt daardoor noodgedwongen sneller in een baan van 24 uur, omdat de baan goed past, maar ze eigenlijk liever maar 16 uur wil werken” (2981).*

*“Omdat het moederschap en huisvrouw zijn alleen niet genoeg bevrediging geeft. Je wilt intellectueel ook nog input krijgen en uitgedaagd worden”. (2669)*

Hoogopgeleide vrouwen ervaren veel druk omdat er op alle levensterreinen zoveel verwachtingen liggen.

*Citaat: “Ze moeten goed werk leveren, een leuke moeder zijn, een goede levenspartner, een goede huisvrouw, er modieus uitzien, gezond en slank ogend en een netwerk van vriendinnen hebben, waarmee ze veel uitgaan. dit in combinatie met jezelf op de hoogte houden van actuele informatie uit kranten, beroepslectuur en jezelf ontplooiën in je werk, geregeld cultuur proeven, lekker koken voor vrienden”. (2801)*

*Citaat: “De kinderen van hoogopgeleide stellen moeten ook zo veel: en muziekles, en voetballen en logeerpartijtjes, en zwemmen en dan ook nog vaak verder weg: moeder is de taxichauffeur, kinderen brengen en halen naar dit alles. Zogenaamd onder het mom van 'even' dit doen, oh, dat doe ik wel, zgedaan. Moeder is de trooster in het gezin en de spil. Dat wil ze ook zijn en blijven: de vrouw wil graag controle houden”. (2981)*

### Keuzes maken

Sommige respondenten stellen dat vrouwen zichzelf dat vooral aan doen: ze maken geen keuzes. Anderen benadrukken dat er een behoorlijke (maatschappelijke) druk ligt op vrouwen.

*Citaat: “. Ik heb het idee dat moeders meer dan vaders verantwoordelijk worden geacht voor de totale ontwikkeling (cognitief, sociaal en motorisch) van hun kind(eren)”. (2834)*

Vrouwen hebben als ‘handicap’ dat we ons zo verantwoordelijk voelen, taken die we eenmaal

hebben laten we niet meer los. Daardoor komen er alleen maar taken bij. Vooral thuis vinden we het moeilijk om te delegeren want "als hij het doet willen we toch weer controleren of hij het goed doet".

In mindere mate wordt gezegd: dat zijn betaalde werk hoger wordt gewaardeerd (omdat hij meer verdient) waardoor hij thuis meer wordt ontzien dan zij.

*Citaat: "Mijn man werkt thuis prima mee maar uiteindelijk komt de grootste privé druk bij mij. Hij verdient immers veel meer en dus heeft zijn baan voorrang". (2947)*

### **Vrouwenpatronen**

Uitgaande van de reacties zou je kunnen stellen dat vrouwen eigenschappen hebben die je een kwaliteit kunt noemen, maar waarin ze ook kunnen doorschieten. En dan wordt het belastend: zich té verantwoordelijk voelen, perfectionisme, hoge eisen stellen, veel willen, geen nee zeggen, conflict vermijden.

*"Ik heb het idee dat het zich opstapelt: vrouwen van deze leeftijd hebben van het begin af aan vaak doorgewerkt na het krijgen van kinderen. Ook merk ik dat we vaak een hoog arbeidsethos hebben en een hoge verantwoordelijkheid ervaren. We willen snel alles goed regelen en efficiënt met de tijd omgaan. Weinig tijd voor social talk en bluffen is er niet bij. Overnemen van werkzaamheden waar mannelijke collega's zogenaamd niet aan toe komen is meer regel dan uitzondering". (3059)*

*"Vrouwen willen (te) veel doen in korte tijd, willen het ook allemaal (heel) goed doen in de zin van kwaliteit leveren en zorgen dat alles goed komt. Maar niet om te 'scoren' of uit te blinken. Mannen zijn selectiever in wat ze wel of niet goed willen doen en hun argumentatie is vaak meer status- of competitiegericht". (2632)*

*"Ik wil (moet) overal goed in zijn, een soort hardnekkige bewijsdrang dat ik succesvol ben. Met als hoogtepunt: geliefd door iedereen"(2769).*

Ook wordt er vaak gesteld dat vrouwen zich té betrokken voelen bij anderen en zich zaken te zeer persoonlijk aantrekken. Dat levert op dat ze zich snel schuldig voelen, maar ook dat ze een vervelende opmerking die ze krijgen niet licht vergeten en dat de ander kunnen blijven nadragen. Dit sluit dus erg aan bij de scores op de gesloten vragen.

*"Inderdaad een hoog gevoel van verantwoordelijkheid en een afschuwelijk schuldgevoel, dat in de genen lijkt te zitten: schuldgevoel als je veel werkt, als je niet werkt, etc. Mannen zijn nog steeds bij alles wat ze doen en vooral niet doen erg egocentrisch, vrouwen veel te weinig". (2682)*

*"Verantwoordelijkheidsgevoelens van vrouwen is erg groot zowel thuis als op het werk, vrouwen zijn ingewikkelder werk gaan doen waar ze nog steeds minder voor betaald krijgen dan mannen, vrouwen voelen zich snel persoonlijk aangesproken als er iets mis (dreigt) te gaan, vrouwen stellen onderling veel (onuitgesproken) eisen aan elkaar". (2716)*

### **Zorgtaken**

Uit het eerste deel van de enquête bleek al dat veel hoogopgeleide werkende vrouwen zich behoorlijk belast voelen. Ze doen thuis het leeuwendeel, werken op het werk vaak over, hebben (1 op de 4 bij de 40plus vrouwen) vaak mantelzorgtaken,. De reacties op de open vragen geven een beeld van de praktische hindernissen waar vrouwen tegen aan lopen, maar ook van de vaak moeizame onderhandelingsprocessen achter de voordeur. Enkele citaten:

*"Het appel op vrouwen is groot. Vergeet de scholen niet!!!. Na relatief eenvoudige crèche tijd begint de ratrace met combineren van werk en gezin en school pas echt. Schooltijden sluiten niet aan op werktijden en scholen doen vaak beroep op (vrouw!) emotie/ gevoel dat kinderen moeten kunnen spelen in huis omgeving met vriendjes etc. Verder organiseren ze nogal eens wat waar hulpouders bij gevraagd worden. Niet komen straalt af op je kind (die vanaf 4 jaar zich zaken kan laten aanpraten) en je moet wel heel sterk in je schoenen staan wil je blijvend zeggen, nee mammié komt niet helpen op de 3-daagse schoolfeestweek want mammié werkt. Dit in combinatie met werk etc. en enorm verantwoordelijkheidsgevoel geeft regelmatig stress/ vermoeidheidsklachten". (2665)*

*"Vrouwen worden denk ik zwaarder getroffen omdat zij thuis geen vrouw hebben die de last kan verlichten*

*buiten werkuren om. Mannen die hard werken, hebben er een vrouw bij die de hele rest voor haar rekening neemt. Vrouwen moeten na werktijd gewoon door, hun taken worden door niemand overgenomen. Is mijn theorieetje”. (2761)*

*“Het continue schakelen tussen de verschillende rollen (vrouw, moeder, werknemster etc) Het beroep wat overal op je wordt gedaan (thuis, op je werk maar ook bijvoorbeeld op school) en de hoeveelheid praktische taken van schoonmaken, koken tot leren veters strikken en het bijspijkeren van mijn oudste zoon met rekenen. Ik ben eigenlijk nooit klaar”. (3018)*

*“Spagaat tussen kinderen en werk, te veel willen (ook voor hun kinderen), te weinig rust en genieten van eenvoudige dingen in het leven (ook voor hun kinderen), zorg en verantwoordelijkheidsgevoel voor (zieke en/of oude) ouders. Onderwetse partners, die alleen doen alsof ze huishoudelijke taken en zorg voor kinderen op zich nemen”. (2651)*

*“Ze behoren ook vaak tot de sandwich-generatie; zorg voor kinderen en voor de eigen ouders (die vaak niet bepaald om de hoek zijn). Ook is de bureaucratie soms enorm zwaar, met ontoegankelijke taal, vele formulieren, enzovoort. Het is ook een enorme druk als je gewoon goede zorg voor je ouders wilt regelen en eerst door zeer lange wachtlijsten moet zien te komen”. (2825)*

*“Ze willen de verschillende taken met te veel overgave doen, terwijl zij vaak de stabiele factor moeten/willen zijn in het gezin, omdat die er anders niet is”. (2760)*

### **Alleenstaande vrouwen**

Voor alleenstaande vrouwen lijkt hetzelfde te gelden, maar dan nog een graadje erger. Zij moeten veel geven, en het kost veel meer moeite om bij te tanken.

*“Te weinig steun, zeker als je alleen bent. Ik ben in de overgang, moet alleen de kost verdienen, maar zou zo graag een sabbatical willen hebben om de overgang ook innerlijk goed te doorstaan. Ik ben zo moe, vooral innerlijk! Want in mijn vrije tijd ben ik wel vitaal, ik doe aan biodanza en dan heb ik energie voor tien!”. (2692)*

*“Daarnaast ben ik wel erg "alleen" thuis. Het kost wel moeite om er voor te zorgen dat ik nog genoeg leuke dingen doe”. (2702)*

*“Ben een full-time werkende alleenstaande moeder met een zware verantwoordelijke, maar wel flexibele baan. Soort evenwichtskunstenaar. Dat is zwaar, maar ook bevredigend. Als er maar niet teveel (tegelijk) misgaat”. (2840)*

*“Alles goed moeten doen, moet bewijzen dat ik als alleenstaande moeder alles aan kan en dat de kinderen er niet onder lijden. Altijd sterk zijn, geen hulp kunnen vragen”. (2892)*

Door hen wordt het ook het vaakst de financiële kant van het verhaal genoemd. Ik zou wel minder willen werken, of ik zou wel een sabbatical willen, maar financieel is dat niet haalbaar. Naast de maandelijkse kosten, moet ik ook mijn pensioen bijspijkeren.

*“Aan het eind van de week ben je te moe om nog kwaliteit te leveren, maar minder werken gaat niet omdat je je studerende kinderen financieel moet ondersteunen en je moet ook je pensioen nog zoveel mogelijk bijspijkeren na jaren part time werken”. (2892)*

*“Door combi ouderschap/werk vaak een relatief laag inkomen, terwijl omgeving er vanuit gaat, dat je wel hulp kunt inkopen o.i.d.”. (2789)*

*“Tropenjaren in het verleden (geen alimentatie of andere financiële ondersteuning, alleen een (klein)-modaal salaris, geen buitenschoolse opvang, geen bezoekersregeling want ex in het buitenland)”. (2796)*

### **Cultuur op het werk**

De aanwezigheid van vrouwen in de betaalde arbeid, wordt in organisaties nog niet helemaal als vanzelfsprekend ervaren. Veel vrouwen maakten er een opmerking over dat zij zaken anders aanpakken dan hun mannelijke collega's, dat ze zich minder gezien of gewaardeerd voelen, of zelfs dat ze zich eigenlijk niet thuis voelen in de (masculiene) cultuur op het werk.

*“De man is dol op status, vrouwen doen het echte denkwerk”(2579)*

*“Vrouwen investeren meer in (werk) situaties omdat ze meer zoeken naar saamborigheid en compromissen. Dit speelt vooral bij hoogopgeleide vrouwen”. (2781)*

*“Ondanks dat ik om me heen veel mannen zie die tandje(s) lager inzetten, kan ik dat niet. Ik voel me zelfs verantwoordelijk voor het oplossen van problemen waarover ik niet de (hele) zeggenschap heb, maar waar*

*ik wel last van heb”(2632).*  
*“Ik heb het idee dat mannen eerder bijvoorbeeld competitie, conflicten als een spel zien. Zij gaan makkelijker over tot de orde van de dag”. (2985)*  
*“Mannen zijn solidair met elkaar, dekken elkaar’s fouten en zes-minnen af. Vrouwen doen het tegendeel”.*  
(2632)

Zolang vrouwen in middenfuncties opereren hebben ze nog niet zo’n last van de masculiene cultuur, maar als je gaat voor het hoger management gaat dit zeker gelden, schrijven diverse respondenten.

In deze cultuur voelen veel vrouwen zich niet gezien en in ieder geval niet gewaardeerd:

*“Er zijn te weinig goede managers die de vrouwelijke inbreng kunnen waarderen”. (2651)*  
*“Vrouwen raken veel energie kwijt aan het proberen leidinggevend (mannen) van dingen te overtuigen en wel op zo’n manier dat zij het idee krijgen dat zij het zelf hebben verzonnen. (Anders lukt het niet).*  
(2673).  
*“Ideeën van vrouwen worden vaak niet serieus genomen”. (2740)*

In veel functies van hoogopgeleiden moeten veel formulieren worden ingevuld, protocollen gehandhaafd, en andere kwaliteitsprocedures gevolgd. Vrouwen met hun betrokkenheid bij het ‘eigenlijke’ werk en met hun hang naar kwaliteit, hebben het hier regelmatig moeilijk mee. Helaas kunnen we geen uitspraken doen of vrouwen hierin van mannen verschillen.

*“Moet teveel administratieve dingen doen(ongelofelijke bureaucratie) voel mij niet genoeg gewaardeerd door de organisatie. Mannen en jonge vrouwen maken sneller carrière”. (2752)*  
*“Er is een overvloed aan informatie die opgenomen moet worden en te weinig diepgang. In de gezondheidszorg waar ik werk gaat het niet meer om de inhoud maar om productie en beheersing. Dat is niet de reden waarom ik dit vak gekozen heb”. (2641)*  
*“Grotere verantwoordelijkheid geeft meer inzicht in de werksituatie en oorzaken van zaken die niet goed gaan of veel beter kunnen. Oplossingen worden door werkgevers met name gezocht in gemakkelijke richtingen. Het gaat daarbij niet om kwaliteit (wat wel zo gebracht wordt) maar om politiek en geldbesparing”. (2826)*  
*“Een enorm toegenomen (schriftelijke) verantwoordingsplicht die niet in tijd is meegerekend bij het vaststellen van hoeveel cliënten ik hoor te hebben”. (2875)*

Sommige vrouwen schrijven dat ze zich regelmatig een besef hebben dat ze ‘op vreemd terrein’ zijn in de arbeidsorganisatie. Zo schrijft iemand:

*“Het stemmetje hee! ver weg in je achterhoofd "jij hoort hier eigenlijk niet te zijn". En hier is dan in het publieke domein in een rol die geen verlengde is van moederschap/ mooi uiterlijk”. (2828)*  
*“Het lijkt wel alsof ik genetisch een achterstand heb. Mannen functioneren veel langer in dergelijke banen, zij weten daardoor bijna van nature beter een balans te bewaren. Ik heb eigenlijk pas de laatste 2 jaar in beeld waar mijn sterke kanten liggen en wat ik leuk en minder leuk vind om te doen. Ik neem beslissingen vaak op intuïtie, dat blijkt heel goed te werken. Ik durf het ook steeds vaker zo te doen, maar je moet wel enorm opboksen tegen hoe het hoort of hoe het is gedaan. Bovendien krijgen vrouwen voor hetzelfde werk ook minder betaald. Het rare is dat ik in de salarisonderhandeling steeds opnieuw blij ben met de salarisverhoging, maar er pas later achter kom dat mannen veel meer verdienen. Alsof ik geen reëel beeld heb van wat ik waard ben. (2747).*  
*En een ander: “In korte tijd zijn vrouwen mee gaan draaien in "de buitenwereld" maar zijn ze daar al wel voldoende emotioneel en mentaal klaar voor? Het voelt voor mij nog niet als natuurlijk. Ik lijk elke keer weer een drempel over te moeten en een lichte mate van angst en onzekerheid te moeten overwinnen om deel te kunnen nemen aan de buitenwereld. Het is niet iets vanzelfsprekends. Dit blijft me energie kosten”. (2845)*

**Is er een generatieverschil?**

Uit verschillende opmerkingen van 40plus vrouwen zou je kunnen opmaken dat zij in ieder geval denken dat vermoeidheid bij hoogopgeleide vrouwen samenhangt met het feit dat vrouwen nog niet zo lang op de arbeidsmarkt vertoeven. Deze groep vrouwen (geboren voor 1965) heeft haar plek op de arbeidsmarkt moeten bevechten, hebben meer dan de huidige groep te maken gehad met vooroordelen ten aanzien van werkende moeders, zijn opgegroeid met de 'oude normen' rond vrouw-zijn en moederschap en hebben veelal een partner die minder geëmancipeerd is dan zij zelf en dan de jongere mannen.

*"De emancipatie is nog te jong, we moeten onze ruimte nog bevechten. Mijn moeder mocht niet studeren en moest nog stoppen met werken toen ze ging trouwen. Daardoor zijn in de opvoeding de zorgtaken als belangrijkste bestaansinvulling voor een groot deel meegegeven". (2747)*

*"Hoogopgeleide 'oudere' vrouwen zijn opgegroeid met rolmodellen en identificaties waar ze in hun leven niet aan kunnen voldoen: zij hebben geen moeder bij de thee kunnen of willen zijn, maar zij hebben ook onvoldoende eelt op de ziel om zich onbelemmerd te handhaven als trotse werkende vrouw". (2995).*

*"Bij 40+: mannen en familie is nog niet meegeëmancipeerd, ze waren vaak met alles de eerste en het constante moeten verdedigen en alle oplossingen zelf zoeken (kinderopvang, ouderschapsverlof etc. is allemaal van na hun tijd) vergt zijn tol". (2757)*

*"Dit is de eerst generatie vrouwen die naast het moederschap werkt, velen zullen het gevoel hebben dat ze moeten bewijzen dat ze dit moeiteloos aankunnen wat een enorme druk op hen legt". (2913)*

*"Veel 40plus vrouwen hebben de neiging nog te denken mee te moeten doen met de jongere generatie (interessant sociaal leven, sporten en uitgaan, 'ze moeten vooral niet denken dat 40 plus oud is') terwijl ze en tegelijkertijd aan de eisen van de oudere generatie willen voldoen die ervan uit gaat dat je op het werk voor altijd volledig inzet en aanwezig bent". (2642)*

*"We hebben weinig 'rolmodellen', in zo'n bank waar ik werk zijn er heel veel minder vrouwen dan mannen ouder dan ik die fulltime fullswing aan het werk zijn". (2954)*

*"Mijn generatie vrouwen werd nog opgevoed in de trant van dienstbaar zijn aan de man/partner. Vrouwen vinden zichzelf niet voldoende belangrijk, man en kinderen komen altijd eerst". (2777)*

### **Ouder worden en overgang**

Uit de eerste delen van het onderzoek bleek dat de meeste vrouwen zich niet ondergewaardeerd voelen vanwege leeftijd of sekse, terwijl opmerkelijk genoeg wel 38 (22) procent het eens was met de stelling "In onze samenleving en vooral in arbeidsorganisaties is in het algemeen veel te weinig waardering en respect voor senioriteit. Vooral wat oudere vrouwen tellen gewoon niet mee. (helemaal) mee eens". Een aantal van de reacties bij de open vragen lijken daarbij aan te sluiten:

*"Ze worden niet gewaardeerd. Ze worden uitgekakt. Er wordt in minachtende en negatieve bewoordingen over ouderen (ook mannen) gesproken. Je hebt een hoog niveau maar dat wordt niet erkend of onderkend. Men stopt je maar vol met opdrachten, waaraan ongelooflijk veel werk zit. Je denkt, ja dat hoort bij mijn baan, maar op een gegeven moment is er geen tijd genoeg. Ligt ook aan jezelf. Nee zeggen is goed, soms is het ook een gevoel. Je bent iets minder goed in het hanteren van moderne media, dat geeft een achterstand". (2871)*

*"Er wordt op het werk onvoldoende gekeken naar vrouwen van deze leeftijd en deze ervaring goed in zijn". (2641)*

*"Merk wel aan mijzelf dat ouder worden minder gelegenheid biedt om je grenzen ongestraft over te gaan dan vroeger. Toch meer tijd nodig voor herstel. Dat plaatst je denk ik, sneller in een vicieuze cirkel". (2875)*

*"Te hoge werkdruk, je moet net zo snel en slim blijven als meiden van 25, meer tijd nodig hebben om je nieuwe zaken eigen te maken (bv. computerupdates) wordt niet getolereerd". (2892)*

*"Als de kinderen groot genoeg zijn om weer in het arbeidsgebeuren te springen ligt het tempo ineens moordend hoog. Rustig aan beginnen is lastig of onmogelijk. Zeker als het thuis spaak loopt met bv. dwarse pubers". (2711)*

*"Ik denk dat zij in zware banen terecht gekomen zijn waar zij toen zij jonger waren goed uit de voeten konden. Met de overgang, zorg voor pubers en ouders kan niet meer zoveel energie in het werk gestopt worden maar dit wordt nog wel geëist door de werkgever". (2915)*

## Tot slot

In een aantal reacties staan suggesties voor de weg die vrouwen moeten uitgaan:

Keuzes maken: *“Een goede moeder zijn en een droomcarrière verwezenlijken kan (bijna) niet, je moet keuzes maken en dingen laten. Dat doet pijn”*. (2840)

Zelfvertrouwen: *“We mogen best wat liever naar elkaar zijn, meer zelfvertrouwen hebben en trotser zijn op wat we individueel/collectief allemaal bereikt hebben en nog bereiken”*. (2632)

*“Vrouwen zouden met meer interesse voor zichzelf in het leven moeten staan en minder van de buitenwereld moeten verwachten. Je wordt niet gered, je moet jezelf redden”*. (2721)

Kracht als vrouw uitstralen: *“De status als hoogopgeleide man is duidelijk, wij vrouwen weten niet hoe je een status vanuit je kracht als vrouw kunt innemen”*. (2618)

De handen ineenslaan: *“Het wordt tijd voor de vierde of vijfde golf: die van wijze oudere vrouwen die zich niet laten kisten! Al deze publiciteit over de vermoede oudere vrouw schiet lekker op voor de beeldvorming. Ik zou er wel 10 keer over nagedacht hebben voor ik dit zo in de publiciteit bracht, het voelt als een dolksteek in de rug”*. (2995)

## 2. Discussie

Hoe moeten we deze scores interpreteren? In de eerste plaats valt op dat de hoogste scores gaan naar de stellingen waarin vrouwen naar zichzelf wijzen (te groot verantwoordelijkheids gevoel, geen nee zeggen en dergelijke). Dit is niet geheel onverwacht want ook uit andere studies weten we dat vrouwen meer ‘internaliseren’ dan mannen bijvoorbeeld. Vrouwen betrekken zaken sneller op zichzelf. Dat kun je zien als een gevolg van zowel de evolutie, de socialisatie van vrouwen, maar ook door hun maatschappelijke positie. Over de hele wereld scoren vrouwen hoger op depressieschalen, dus ook op psychische moeheid. En hier ligt meteen dus al een duidelijk punt waaraan vrouwen wat kunnen doen: lef ontwikkelen en assertiever zijn. Maar let wel, dit is maar een deel van het verhaal. Waarom bestempelen met name hoogopgeleide werkende vrouwen zichzelf als zo perfectionistisch? Uit deze enquête blijkt immers ook dat deze vrouwen zwaar belast zijn en dat er iets wringt in hun positie op het werk.

Uit de scores op stellingen zoals de claims vanuit de overheid die ouders (moeders) ervaren, maar ook over de onderwaardering van het moederschap (“Alles draait om betaald werk in deze wereld waardoor veel vrouwen niet de waardering krijgen die ze verdienen”. (40-plus vrouwen: 46 procent/ 40-min: 47 procent), over de ‘ervaren plicht om economisch zelfstandig te zijn’ (41 resp. 42 procent mee eens) en over het ‘doorgeschoten individualisme in onze maatschappij’ (41 en 41 procent), zou je kunnen afleiden dat veel hoogopgeleide werkende vrouwen te weinig steun ervaren. Ze vinden dat ze er teveel alleen voor staan. De combinatie ouderschap en werk is qua regelingen nog steeds problematisch, en er is veel ‘moeten’ in de huidige samenleving. Veel van dit al komt op het bord van vrouwen. Sommige respondenten stellen dat vrouwen keuzes moeten maken, je kunt nu eenmaal niet op alle fronten perfect zijn. Ook dat is een aandachtspunt voor vrouwen.

Opvallend is ook de hoge score op de stelling dat vrouwen zich niet thuis voelen in de cultuur op het werk door de dominante masculiene waarden daar. Dit verwijst naar het thema ‘uitsluiting’. Het zijn vooral de hoogopgeleide vrouwen die serieuze stappen zetten in de traditionele mannendomeinen van werk en het openbare leven. Zij willen daar echt wat bewerkstelligen, maar dat gaat niet zomaar. De huidige vrouwen van 50 horen nog steeds bij de generatie die als eerste een echte loopbaan probeerde op te bouwen. In zekere zin zijn vrouwen nog steeds nieuwelingen in de betaalde arbeid. Een van de respondenten, een interim manager, schreef bijvoorbeeld over “dat stemmetje, in je achterhoofd: jij hoort hier niet te zijn”. Het lijkt erop dat in de arbeid vrouwen er nog niet als vanzelfsprekend bijhoren, en natuurlijk geeft dat stress. Veel vrouwen vinden het moeilijk om hun plek op te eisen. Ze werken liever stilletjes over (slechts 15,5 % (40 plus) en 20,4 % (40 min) van de vrouwen werkt nooit over) om hun werk goed te doen. Bijna de helft van de vrouwen die hebben gereageerd heeft er last van dat ze niet meer tijd en

aandacht kunnen besteden aan de kwaliteit van hun werk. Dat is een veelzeggend gegeven. Het verwijst naar de gang van zaken in de sectoren waar veel vrouwen werken. Opmerkingen zoals "In de gezondheidszorg waar ik werk gaat het niet meer om de inhoud maar om productie en beheersing", troffen we veelvuldig aan. Mannen zullen óók lijden als ze in hun werk te weinig kwaliteit kunnen leveren, maar vrouwen leggen dat wellicht moeilijker naast zich neer. Misschien dat deze respondenten daarom wel zo vaak overwerken.

Is er hoop voor de toekomst? Misschien wel. De uitkomsten van deze Hart&Ziel enquête lijken te wijzen op een soort 'generatie' verschil. Zo zijn bij de groep vrouwen boven de 40 de zaken thuis gemiddeld traditioneler geregeld. Conform de cijfers in de Emancipatiemonitor 2006 doen de jongere mannen thuis iets meer, zij het dat het leeuwendeel van het werk op vrouwen blijft neerkomen. Het lijkt erop dat de 40 plus vrouwen, hoewel zij waarschijnlijk harder hebben moeten strijden om zich een plek op de arbeidsmarkt te veroveren, meer onderhevig zijn aan de traditionele vrouwenpatronen. Ze vinden het bijvoorbeeld moeilijker om nee te zeggen. Hoewel de jongere vrouwen ook (nog steeds) zwaar belast zijn omdat zij thuis meer doen dan hun partners en omdat ze nog steeds veel praktische belemmeringen bij de combinatie werk-privé ondervinden, doen de uitkomsten ook vermoeden dat zij op het werk weerbaarder zijn. Op de vragen omtrent de (werk)houding en vrouwenpatronen scoren zij iets meer naar de assertieve kant. Dat geeft hoop!

10 januari 2008  
Louise Boelens

Verder lezen  
Vermoeide vrouwen (13/10)  
Vrouwen van 50, Lef, lust en nieuwe ambitie (webwinkel)