

Verrijken & Verbinden

Henny Driessen



Concept voor
werkgevers,
overheid,
werkenden
&
pensionado's

Tevens verschenen van auteur Henny Driessen:

Grip op je loopbaan (Pearson 2008)
(gouden tips voor het onderhoud van je loopbaan)
ISBN 978 90 430 1578 3

Het toekomstperspectief van de oudere werknemer (Kluwer 2010)
(hoe lang moet je nog?)
ISBN 978 90 130 7456 7

Loopbaan-APK (mijn bestseller.nl 2016)
(een instrument voor een duurzame en kansrijke carrière)
ISBN 978 94 6318 5196

de Bolero en je loopbaan (mijn bestseller.nl 2020)
(over loopbaandenken & employabiliteit)
ISBN 978 94 430 6398 794 3

Loopbaan& Welzijn (mijn bestseller.nl 2022)
(een twee-eenheid)
ISBN 978 94 0365 0807
NUR 800 / 900

Copyright © 2023 Henny Driessen
Eerste druk: december 2023
Tweede druk: december 2024

Auteur: Henny Driessen
Hulp & ondersteuning: Mariëlle Dohmen

Vorm en fotografie: Harry Schmeits

NUR 800 / 900

Het boek Verrijken & Verbinden is gecategoriseerd onder NUR-code 800

NUR code 800 staat voor de categorie “Informatieve en educatieve boeken”. Deze code wordt gebruikt om boeken te classificeren die gericht zijn op het verstrekken van informatie en educatie aan lezers. Deze boeken kunnen verschillende onderwerpen behandelen, zoals wetenschap, geschiedenis, technologie, zelfhulp en nog veel meer. Ze zijn bedoeld om lezers te informeren en te helpen hun kennis en begrip over verschillende onderwerpen te vergroten.

NUR code 900 staat voor de categorie “Algemene non-fictie”. Deze code wordt gebruikt om boeken te classificeren die niet specifiek onder een andere NUR code vallen en een breed scala aan onderwerpen kunnen behandelen. Het kan gaan om boeken over filosofie, religie, psychologie, sociale wetenschappen, kunst, reizen, sport en nog veel meer. Deze categorie omvat boeken die informatief en educatief zijn, maar niet specifiek gericht zijn op een bepaald vakgebied. Het zijn boeken die bedoeld zijn om lezers te informeren, te vermaken en hun kennis en begrip van de wereld om hen heen te vergroten.

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de schrijver.

Inhoud

	Voorwoord	9
<i>Hoofdstuk 1:</i>	Inleiding	11
<i>Hoofdstuk 2:</i>	Vitruviusman, de metafoor	21
<i>Hoofdstuk 3:</i>	De werkende	29
<i>Hoofdstuk 4:</i>	De pensionado	37
<i>Hoofdstuk 5:</i>	Ambitie	47
<i>Hoofdstuk 6:</i>	Leefstijl	67
<i>Hoofdstuk 7:</i>	Zelfrespect	91
<i>Hoofdstuk 8:</i>	De rollen voor werkgevers en overheid	123
<i>Hoofdstuk 9:</i>	De ritssluiting	131
	Nawoord	139

Voorwoord

“Het is goed geweest. Het zit er op. Ik kan gaan genieten van mijn pensioen. Gaan vissen, gaan reizen, op de kleinkinderen passen of wat nog meer op mijn pad komt!”

Een veel gehoorde uitlating van een persoon die met pensioen gaat. Velen komen na verloop van tijd van een koude kermis thuis. Het blijkt toch niet altijd rozengeur en maneschijn te zijn. Gezondheidsklachten, gebrek aan waardering, eenzaamheid, om maar eens een paar levensverstoringen te noemen.

Feitelijk begint de mens op zijn 40ste met zijn tweede levenshelft. Hij is halverwege zijn loopbaan en halverwege zijn leven.

De eerste levenshelft van geestelijke en lichamelijke ontwikkeling zit erop. Hij heeft in zekere zin kaders uitgezet, houvast gevonden en een zekere inhoud aan kwaliteit van zijn leven gegeven.

De tweede helft is als een blik in een glazen bol. Je kunt er in kijken maar deze zegt niets over je toekomst.

Ben je dan helemaal overgeleverd aan het onvoorspelbare?

Neen, ook dat weer niet, mits je maar beseft dat net als in de eerste levenshelft je geest, lichaam en eigenwaarde voldoende aandacht en zorg behoeven te krijgen.

Hersenen vallen niet stil, kennen geen pensioen.

Cognitieve functies roesten vast als je ze niet meer gebruikt.

Het lichaam ontwikkelt zich niet meer zoals in de eerste helft, maar heeft aangepaste verzorging en onderhoud. En trots en eigenwaarde krijg je niet vanzelf.

Kwaliteit van leven heeft alles te maken met de stand van je evolutieproces. Van je persoonlijke groei.

En deze kent geen einde.

Kortom, de overgang van werken naar pensionering is als het ware glijdend. Een logische overgang in 's mens evolutieproces. Het wordt niet onderbroken. Werken en pensionering liggen in elkaars verlengde ook als het om de kwaliteit van leven gaat.

In dit boek een concept voor werkgevers, overheid, werkenden en pensionado's om samen een nieuwe dimensie aan 's mens evolutieproces toe te voegen. Verrijkend en verbindend als het ware.

Henny Driessen

** Waar in dit boek de mannelijke aanspreekvorm gebruikt wordt, kan uiteraard ook de vrouwelijke aanspreekvorm gelezen worden.*

Hoofdstuk 1: Inleiding

*“Geneet van ’t laeve zolang este kins,
Maak sjpas en plezeer, de laefs toch mèr ins,
Want sjtraks es ’t te laat is, hōbste sjpiet darvan,
Geneet dus van ’t laeve zolang es ’t nog kan.”*

“Als ik over een paar jaar stop met werken, ga ik genieten van mijn welverdiende pensioen”.

De eerste tekst is het refrein van het lied ‘Geneet van ’t laeve’ van één der grootste Limburgse troubadours, Sjef Diederer (1932 – 2012). Het lied is recordhouder in de Limbo top 100. Jaarlijks is het terug te vinden en te horen bij de eerste 10 plaatsen.

Het ligt niet enkel goed in het gehoor, maar het is zo treffend geformuleerd, dat het de zieleroesselen van vele mensen raakt. Emotioneel worden en zich herkennen in de tekst. Zo waarheidsgetrouw, er moed en positiviteit uit putten en er soms een traan bij laten.

Met de tekst bedoelt de troubadour uiteraard niet dat het in het leven enkel om het maken van lol en plezier gaat..... en dat dag na dag.

Integendeel. Met zijn levenservaring van het opleiden van jongeren voor een job in de Limburgse mijnen en later als vormingswerker voor jongeren wist hij als geen ander dat het leven niet enkel uit rozengeur en maneschijn bestaat.

Het lied is eerder een pepmiddel dat de mens leert relativeren en leert beseffen dat het leven een mix is van beslommingen en belastende verantwoordelijkheden met momenten van ontspanning, recreatie en dus van ‘sjpas en plezeer’. Van een balans tussen het echte buiten jezelf gelegen leven, zoals het werken, met je eigen gevoels- en belevingswereld, dus van genieten van je

eigen wereld. Het refrein sluit af met de waardevolle tip 'geneet dus van 't laeve zolang es 't nog kan'. Met andere woorden: wacht daar niet mee!

De tweede tekst is een veel gehoorde uitspraak van werkenden die vlak voor hun pensioen staan. Ze bedoelen hiermee vooral de vrijheid die de pensionering hen schenkt. Het niet meer 'moeten'. De vrijheid om zelf je dag en je agenda te kunnen invullen. Vrij te zijn van de verplichtingen die het werken nu eenmaal met zich meebrengt. Zelf te kunnen bepalen welke verplichtingen je wel en welke je zeker niet aangaat.

12 Twee keer het woord 'genieten'. Beide keren in een ander verband. De één in algemeen levensbeschouwelijke zin, de ander als een in de toekomst gelegen doelstelling, als een verwachting. De één vertaald ook in het maken van lol en plezier, de ander nog vaak met een open blanco agenda.

Genieten is niet (leef)tijd-, fase- of locatiegebonden. Het maakt feitelijk deel uit van je gehele levenshouding. Het kunnen en leren genieten van alles wat je in je dagdagelijkse leven doet, is niet enkel een kunststuk (voor de cynicus) maar vooral een doelstelling op zich (voor de positivist).

Het optimaliseert je kwaliteit van leven. Het geeft voldoening. Het verrijkt je leven. Je bent een inspiratiebron voor je omgeving. Je hoeft nergens op enig moment spijt over te hebben.

Evolutie

De eerste levensjaren van de mens kenmerken zich door een grote mate van zorgeloosheid en van nieuwsgierigheid. De omgeving doet al wat in haar vermogen ligt om het zijn kind naar de zin te maken. Als het maar stil is en veel lacht, zijn de ouders tevreden. Maar al snel gaat het kind op ontdekkingsreis. Het gaat op zoek. Het zoekt de grenzen op. Wat wel en wat vooral niet mogelijk of

niet toegelaten is. Het kind is leergierig. Elk kind is leergierig. Het vraagt wel honderd keer 'waarom dingen niet kunnen' of 'waarom ik dingen niet mag doen'. Vaak tot vervelens toe van de ouders. Met de overgang naar school en het volgen van onderwijs komt de fase van het ontwikkelen van het leervermogen. Hoe is het daarmee gesteld? Hoe groot is het IQ? Hoever gaat het kind het schoppen in de maatschappij? Er wordt structuur in het leven van het kind aangebracht. Er worden grenzen gesteld aan zijn vrijheid. Aan dit proces zal de eerstvolgende decennia geen einde komen. Na de schooltijd volgt de arbeidsparticipatie waarvan, uitzonderingen daargelaten, niemand verschoond blijft. Werken is een noodzakelijk kwaad wil je in je bestaan kunnen voorzien. Maar het biedt meer.

In het arbeidsproces gaat de evolutie van de mens verder. Hij doet zijn job, zowel inhoudelijk als met de juiste vaardigheden. Hij volgt de ontwikkelingen in zijn job en reageert daarop proactief. Hij wordt ervaren en almaar meer professional. Hij ondergaat een totaal verrijgingsproces. Met andere woorden: evolutie is verrijkend.

Hoe meer je aan kennis, kunde en ervaringen opdoet, hoe meer je dit als werkende en dus als mens verrijkt. Je completer maakt. Je meer voldoening schenkt. Je meer laat genieten. Een bijdrage levert aan je zelfrespect, aan je eigenwaarde en aan je trots.

Dan volgt de fase van pensionering.

De structuur, die met werken gepaard gaat, vervalst. Het dagritme, de wekelijkse regelmaat, de zakelijke, collegiale en sociale contacten zijn er niet meer.

De agenda is leeg. De invulling ervan is aan hemzelf.

Het inkomen is minder en zal wellicht minder snel stijgen.

De wereld is plotseling kleiner geworden.

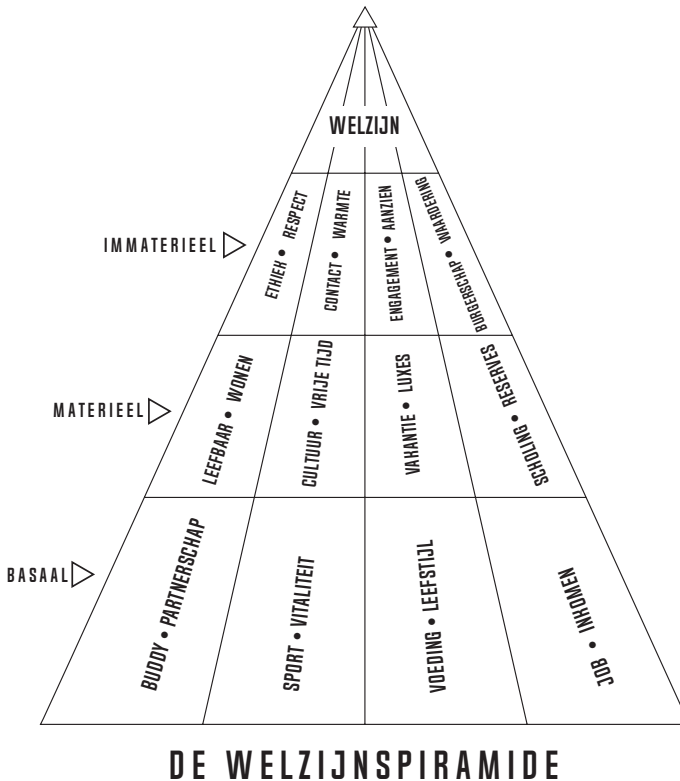
Het evolutieproces krijgt een ander karakter. Zijn rugzak is met veel kennis, kunde, ervaringen en algemene en maatschappelijke wijsheden gevuld. Maar hoe nu verder?

Kwaliteit van leven

In mijn boek “Loopbaan en Welzijn’ heb ik naar analogie aan Maslow een eigen welzijnspiramide gecreëerd, bestaande uit een drietal lagen, te weten:

- een onderste basale, bevattende de voor de mens meest elementaire levensbehoeften;
- de middelste met voor de mens materiële, aangename middelen en voorzieningen, en
- tenslotte de punt van de piramide met de meer immateriële aspecten die de mens feitelijk een intrinsiek prettig gevoel geven, zoals respect, warmte, aanzien en waardering vanuit hemzelf en vanuit zijn omgeving en zijn zelfrespect doen toenemen.

14



Figuur 1: de welzijnspiramide