

Het is hier geen hotel!

Leesexemplaar

**HET
IS
HIER
GEEN
HOTEL!**

**Eva Brumagne
& Riet Ory**

**Hoe je samen
het huishouden aanpakt**

P E L C K M A N S

Inleiding	7
Hoofdstuk 1	11
<i>DOE DE TEST EN ONTDEK JOUW PROFIEL</i>	
Hoofdstuk 2	21
<i>DE VELE SMOELEN VAN HET HUISHOUDEN</i>	
Hoofdstuk 3	47
<i>BELEMMERENDE OVERTUIGINGEN VOOR GEDEELD EIGENAARSCHAP</i>	
'Huishouden en zorg zijn eerder vrouwendomeinen.'	50
'Goed genoeg is niet goed genoeg.'	64
'Ik moet sterk zijn en gewoon doordoen.'	80
'Ik heb niets beters te doen.'	92
'Het gezinsleven moet harmonieus zijn.'	100
'Als ik het niet doe, loopt het mis.'	106
'Ik ga geen kinderarbeid organiseren.'	120
Hoofdstuk 4	135
<i>GEDEELD EIGENAARSCHAP</i>	
Hoofdstuk 5	149
<i>HANDVATTEN VOOR GEDEELD EIGENAARSCHAP</i>	
Gebruik je kompas	152
Voer dat moeilijke gesprek	161
Inventariseer het werk en verdeel het	179
Neem je eigen tijd	200
Engageer je (plus)kinderen	215
Ga bewust om met een ingrijpende gebeurtenis	248
Laat los	259
Besluit	271
Epiloog	275
Dankwoord	277
Referenties	279

Inleiding

Dit boek schreven we voor jou. Jij voelt dat er wat hapert aan de taakverdeling thuis. Dat jij het meeste werk op het thuisfront verzet. Dat jij de boel draaiende houdt. Dat je weinig tijd hebt voor jezelf. Dat wringt. Maar hoe bijsturen? En kan dit ooit lukken? Wij geloven van wel.

We zeuren veel over de taakverdeling thuis. Er open over praten met huisgenoten doen we veel minder vaak. Dit is moeilijk, omdat het onderwerp vaak emotioneel geladen is en conflict uitlokt, wat niemand fijn vindt. We hebben er weinig taal en handvatten voor.

Dit boek helpt je om de taakverdeling thuis evenwichtig te maken. Het is een veranderboek op jouw maat. Andere auteurs onderzochten en beschreven de ongelijke verdeling van betaald en onbetaald werk. Wij bouwden verder op hun analyse en vertaalden dit concreet: wat houdt een gedeeld eigenaarschap van huishoudelijk werk en zorgwerk precies in? Wat doe ik als ongelijke taakverdeling aanklaart standaard eindigt in ruzie? Hoe zorg ik ervoor dat de organisatie thuis niet meer alleen in mijn hoofd zit? Hoe krijg ik grip op al dat onzichtbare werk? Doen mijn kinderen thuis wel genoeg?

Je kinderen, huisgenoten of partner hebben op het eerste gezicht niet zoveel te winnen bij een gelijkere verdeling van taken thuis. Je hebt al zoveel werk op je bord liggen en nu moet je ook nog eens het heft in handen nemen om de taakverdeling recht te trekken? Hoe onfair dit ook voelt, toch is jouw initiatief de enige manier om dit te veranderen en bij te sturen. Je beloning is groot! Je zet stapjes naar meer tijd voor jezelf, voor wat jij belangrijk vindt maar waar je nu niet toe komt. Je relaties met huisgenoten verbeteren en je voelt je minder eenzaam in het huishouden omdat je de lusten en lasten ervan deelt. En als je kinderen hebt, zet je hen op de juiste koers en vermijd je dat ze in dezelfde situatie terechtkomen als jij.

Je bent niet alleen! Dit doeboek kreeg vorm door studiewerk, eigen experimenten en vele gesprekken met lotgenoten. Hun getuigenissen (herkenbaar aan de icoontjes met gezicht in profiel) geven in al hun kwetsbaarheid kleur en herkenning aan jouw route naar een evenwichtige taakverdeling thuis. We schreven dit boek met de jarenlange professionele ervaring van werken voor een vrouwenvereniging in onze achterzak. Femma houdt de vinger aan de pols bij wat vrouwen bezighoudt en waar ze van wakker liggen. Veel vrouwen snakken naar vrije tijd. Een gedeeld eigenaarschap van huishoudelijk en zorgwerk is de sleutel om die vrije tijd te vinden. Dit bredere perspectief nemen we in dit boek altijd mee: wat jij ervaart, wordt mee bepaald door de samenleving waarin je leeft. Die vaak onzichtbare impact leggen we bloot.

We schreven dit boek vanuit onze geprivilegieerde positie van witte middenklassevrouwen met alle blinde vlekken die daarbij horen. Toch hebben we in dit boek oog voor diversiteit. Waar verschillen tussen gezinstypes relevant zijn, benoemen we ze. Eenoudergezinnen, holebi-koppels, vrienden die onder eenzelfde dak wonen: hun specifieke uitdagingen krijgen hier een plek. Ook het genderperspectief nemen we mee. Huishoudelijk en zorgwerk zijn vandaag nog altijd ongelijk verdeeld tussen mannen en vrouwen. Toch is dit geen boek exclusief voor vrouwen. Ben of voel je je geen vrouw, maar wil je wel verandering in de taakverdeling thuis, lees dan zeker verder.

Loopt alles bij ons thuis elke dag van een leien dakje? Nee hoor. We hebben wel al veel geleerd, met vallen en opstaan, over hoe het wél kan en lukt. We staan er zelf met onze vier voeten in, elke dag weer. Riet in een gezin met drie jonge kinderen, een drukke baan en een man met wie ze dit onbetaald huishoudelijk en zorgwerk deelt. Eva met een even drukke baan en met evenveel kinderen, die volwassenen zijn intussen, en nu het leven delend met een vrouw. Ooit getrouwd met een man. En daartussenin alleenstaande mama. Dat zorgt voor wat praktijkervaring. Wij zijn niet de patroonheiligen van het gedeelde eigenaarschap, maar wel overtuigde ambassadeurs.

Gedeeld eigenaarschap in het huishouden is iets waar je dagelijks aan moet blijven werken, dat weten wij intussen. Het is een werk van lange adem. Wat wij schrijven, gaat misschien wrevel bij je opwekken. Of ongemak. Ons advies: onderzoek waar jouw irritatie vandaan komt. Wat maakt dat je dit moeilijk vindt om te lezen? Of eigenlijk het liefst links wil laten liggen? Net daar zitten jouw grootste leerkansen.

Dit boek start met een profieltest. Jouw profiel leidt je naar de voor jou interessantste delen van dit boek. We geven je eerst mee waarom dit onderwerp zo gevoelig ligt. Welke belemmerende overtuigingen zitten in jouw hoofd? Wat houdt dit gedeelde eigenaarschap precies in? Welke handvatten heb jij om dit aan te pakken? Hier begint je nieuwe leven.

Doe de test en ontdek jouw profiel

Hoofdstuk ①

Doe de test

Dit boek helpt je om de huishoudelijke en zorgtaken tussen al wie met jou onder jouw dak woont, gelijkwaardig te verdelen. Het vertrekpunt van die verandering ben jij. Daarom is het goed om bij jezelf te onderzoeken hoe je de taakverdeling thuis ervaart en welke ideeën je erover hebt. Deze profieltest houdt je een spiegel voor. Aan de hand van een tiental vragen kom je te weten wat voor ‘type’ je zelf bent. Op basis hiervan krijg je leestips op maat: welke overtuigingen belemmeren jou? Welke handvatten helpen jou het meest?

Jouw profiel wordt bepaald door een combinatie van factoren: je persoonlijkheidstype; je eigen opvoeding en eerdere relaties; je gezinscontext (heb je al dan niet kinderen, ben je al dan niet alleenstaande ouder, zijn je gezinsleden gewillig om de handschoen op te nemen, ...) en de weg die je al met je gezin aflegde om de verdeling van de taken thuis te bespreken of gelijkjer te verdelen.

De profieltest is het resultaat van heel wat testwerk. De verschillende profielen delen enkele kenmerken. Daarom kun je jezelf misschien herkennen in meerdere profielen. Elk profiel draagt kwaliteiten, valkuilen en allergieën in zich.

Je kunt alleen met 'ja' en 'nee' antwoorden. Misschien mis je daarvoor nuance in je antwoorden? Toch is het belangrijk dat je een van beide antwoordmogelijkheden kiest. Dat helpt je om de overtuigingen voor jezelf op scherp te stellen.

Het invullen van de test is een momentopname. Je vult deze test nu in. Na het lezen van dit boek zou je misschien wel andere antwoorden geven op deze vragen en je in een ander profiel herkennen. Dat is helemaal oké. Dit boek is een veranderboek: wij gaan ervan uit dat niets hetzelfde hoeft te blijven.

Ook als alleenstaande ouder kun je deze test invullen. Vraag 1 is dan voor jou niet relevant. Alle andere vragen wel.

Bepaal op een snelle manier jouw profiel en beantwoord de tien vragen via eigenmix.be/boek-hetishiergeenhotel of deze QR-code. Of je doorloopt de vragen in dit boek in twee eenvoudige stappen.



STAP 1: Omcirkel voor elk profiel 'ja' of 'nee' als antwoord op de tien vragen.

STAP 2: Bereken jouw match met de verschillende profielen door per profiel de scores van de tien vragen op te tellen. In de tabel noteer je je score op tien per profiel.

	PROFIEL 1 Bewuste zwoeger	PROFIEL 2 Opper- zorger	PROFIEL 3 Aanvoer- der	PROFIEL 4 Super- samen- werker
1 Thuis zijn de huishoudelijke taken en de zorg ongeveer gelijk verdeeld.	Ja = 0 Nee = 1	Ja = 0 Nee = 1	Ja = 0 Nee = 0	Ja = 1 Nee = 0
2 Ik voel me gelukkig over hoe wij thuis de huishoudelijke en zorgtaken verdelen.	Ja = 0 Nee = 1	Ja = 0 Nee = 1	Ja = 0 Nee = 1	Ja = 1 Nee = 0

3	Ik vind een gelijke taakverdeling belangrijk.	Ja = 1 Nee = 0	Ja = 0 Nee = 1	Ja = 0 Nee = 1	Ja = 1 Nee = 0
4	Ik vind het oké om thuis de leiding van huishouden en zorg te nemen.	Ja = 0 Nee = 1	Ja = 1 Nee = 0	Ja = 1 Nee = 0	Ja = 0 Nee = 1
5	Alleen als ik het werk zelf doe of organiseer, ben ik gerust dat het in orde is.	Ja = 0 Nee = 1	Ja = 1 Nee = 0	Ja = 1 Nee = 0	Ja = 0 Nee = 1
6	Ik werk actief aan een gelijke taakverdeling thuis.	Ja = 1 Nee = 0	Ja = 0 Nee = 1	Ja = 0 Nee = 1	Ja = 1 Nee = 0
7	Ik vind het lastig om met andere gezinsleden over taakverdeling te praten.	Ja = 1 Nee = 0	Ja = 1 Nee = 0	Ja = 0 Nee = 1	Ja = 0 Nee = 1
8	Ik vind het ergens normaal dat vrouwen meer zorgen en moederen. Ze voelen beter aan wat nodig is.	Ja = 0 Nee = 1	Ja = 1 Nee = 0	Ja = 0 Nee = 1	Ja = 0 Nee = 1
9	Ik mis tijd voor mezelf.	Ja = 1 Nee = 0	Ja = 1 Nee = 0	Ja = 1 Nee = 0	Ja = 0 Nee = 1
10	Ik voel me weleens eenzaam in het huishouden.	Ja = 1 Nee = 0	Ja = 1 Nee = 0	Ja = 1 Nee = 0	Ja = 0 Nee = 1
TEL PER PROFIEL DE SCORES OP EN BEPAAL JOUW TOTAALSCORE PER PROFIEL		/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
		PROFIEL 1 Bewuste zwoeger	PROFIEL 2 Opper- zorger	PROFIEL 3 Aanvoer- der	PROFIEL 4 Super- samen- werker

Lees meer over jouw profiel

Profiel 1 *De bewuste zwoeger*

Je hebt een kritische, heldere blik en je bent niet zomaar geneigd om eender wat aan te nemen. Je overtuigingen maken je tot wie je bent. Soms zit er zelfs een rebel in jou. Je houdt niet van jaknikkers, van mensen die geen eigen mening schijnen te hebben of zich zomaar schikken naar wat anderen van hen verwachten. Jouw uitdaging is je negatieve gevoelens op een respectvolle manier te uiten en niet zomaar uit je slof te schieten. Lukt het je ook om het perspectief van de ander te zien en te proberen begrijpen? Ben je flexibel genoeg om je overtuigingen even aan de kant te zetten en in te zetten op een andere weg dan wat jij voor ogen hebt? Met suiker vang je meer vliegen dan met azijn. Eentje om boven je bed te hangen.

In de context van huishouden en zorg besef jij als bewuste zwoeger heel goed dat de taken thuis niet eerlijk verdeeld zijn. Je lijdt onder de ongelijkheid en je vindt die fundamenteel onrechtvaardig. Wederkerigheid en respect zijn voor jou belangrijke waarden. Je wilt de ongelijke taakverdeling thuis aanpakken, maar je weet niet hoe. Praten over taakverdeling is moeilijk of leidt steevast tot ruzie. Jij voelt je niet erkend voor het vele, vaak onzichtbare werk dat je thuis verzet.

Je schippert tussen enerzijds aanvaarden 'dat het nu eenmaal zo is en het niet meer zal veranderen' en anderzijds een strijdbaar gevoel om werk te maken van een gelijkere verdeling. Waarom zou je op verandering inzetten? Omdat je aan je kinderen een beter voorbeeld wilt geven dan wat ze nu thuis zien. Of ook: soms lopen je frustraties zo hoog op dat dit vreet aan de relatie met je partner of huisgenoot.

Profiel 2 *De opperzorger*

Je bent voorzichtig van aard. Je zorgt graag voor mensen en helpt waar je kunt. Je geeft veel van jezelf weg aan anderen. Dat

kan weleens bemoeizuchtig of betuttelend overkomen. Roekeloos, egoïstisch of onverschillig gedrag, daar heb jij een hekel aan. Uit de band springen ligt niet in de aard van dit beestje. Doe maar gewoon, dat is al zot genoeg, toch? Soms wat moediger zijn om aan te kaarten wat je niet correct vindt en je grenzen aangeven, zijn jouw uitdagingen. En af en toe de boel de boel laten en tijd maken voor jezelf, dat ook.

In de context van huishouden en zorg stel jij als opperzorger de ongelijke taakverdeling thuis niet in vraag. De verdeling is helder: je ziet thuis voornamelijk als jouw domein, ook al heb je (misschien) een betaalde baan.

De kans is groot dat je als opperzorger een vrouw bent, omdat vrouwen er vaak van overtuigd zijn dat zorg- en huishoudelijk werk vooral een vrouwenzaak is. Dat gevoel wordt nog versterkt als de partner de (groot)verdiener is. 'Logisch' toch dat jij dan het werk thuis voor je rekening neemt?

Diep vanbinnen wringt het soms toch wel dat jouw werk onbetaald is en vaak niet wordt gezien of als evident wordt beschouwd. Je neemt amper tijd voor jezelf omdat het huishouden en de zorg zoveel van jou vragen. Je hebt weleens last van schuldgevoelens: als je al geen job hebt of deeltijds werkt, heb je dan wel het recht om tijd te nemen voor jezelf? Of je hebt een voltijdse baan, maar je voelt je de hele tijd schuldig omdat je je eigen hoge zorgstandaarden niet haalt.

Het irriteert je soms als anderen de taakverdeling thuis op de spits drijven. Het leven is niet altijd gemakkelijk, maar is dat niet overal zo?

Profiel 3 *De aanvoerder*

Jij bent een geboren kapitein. Je pakt meteen aan wat er gedaan moet worden. Je neemt de beslissingen die nodig zijn en je doet dat met volle overtuiging. Jou uit je evenwicht brengen, dat lukt bijna niemand. Dat geeft mensen veel vertrouwen in jou, op voorwaarde dat je niet doorslaat in drammerig, forcerend of fanatiek gedrag. Zelf kun je het moeilijker vinden met mensen die besluiteloos zijn

en de zaken op hun beloop laten. Jouw uitdagingen zijn wat vaker de controle loslaten, anderen geduldig de ruimte geven om bij te leren en het besef omarmen dat jouw aanpak niet de enige mogelijkheid is.

In de context van huishouden en zorg kunnen je huisgenoten altijd op jou rekenen: er is in het huishouden niets waar je niet aan gedacht hebt. Organiseren, delegeren, ordenen: geen enkel probleem. Je bent *in charge*.

Als aanvoerder ben je de computer van het huishouden en ben je ervan overtuigd dat het zonder jou niet op wieltjes zou lopen. Je houdt overzicht en een strakke planning. Andere gezinsleden worden ingezet om de zaak te runnen.

Je vindt dat jij het nu eenmaal beter weet en kunt als het gaat om zorg en huishouden. Dat kan doorslaan: zelfs de afwasmachine vullen lijkt een klus die alleen jij zo goed kunt klaren.

Als alles samenkomt en de mentale last te groot voor je wordt, moeten andere gezinsleden het ontgelden. Je hebt er geen probleem mee om de zaken te benoemen zoals ze zijn. Af en toe een goede ruzie hoort erbij. Ook al wordt het soms te veel, na een stevige ontlasting sta je er weer.

Profiel 4 *De supersamenwerker*

Jij bent een teamspeler. Samen kun je zoveel meer dan alleen, daar ben jij rotsvast van overtuigd. Een team heeft mensen met verschillende talenten nodig om goed te functioneren. Je weet zelf wat je waard bent, maar je weet ook waar je niet zo goed in bent en bent niet te beroerd om dat toe te geven. Haantjesgedrag, daar vind je niets aan. Mensen die meesurfen op de golven van een ander liggen je evenmin. Handen uit de mouwen en gaan met die banaan, maar niet onbesuisd of zonder rekening te houden met de inbreng van anderen. Jouw valkuilen zijn doorschieten in het ene of het andere: te veel op je rug gaan liggen en ervan uitgaan dat alles wel zal lopen volgens plan of toch de touwtjes naar je toetrekken, 'omdat het vooruit moet gaan'.

In de context van huishouden en zorg zie jij het werk als een gedeeld project van alle huisgenoten. De huishoudelijke taken en zorgtaken zijn billijk verdeeld. Ieder gezinslid heeft zijn dada's, maar een taakwissel is bespreekbaar. Je houdt rekening met persoonlijke uitdagingen van andere gezinsgenoten, zoals een razend drukke periode op het werk of een laag energieniveau door ziekte. Je zorgt ervoor, vanuit zelfzorg en respect voor de andere gezinsleden, dat de taakverdeling in evenwicht is. Ieders tijd is immers even kostbaar.

Je hebt samen met andere huisgenoten een systeem van plannen en opvolgen van de taken thuis. Je bent ervan overtuigd dat een gelijke taakverdeling een bron van wederzijds respect en relatiegeluk betekent.

Je leest graag over inspirerende voorbeelden om actief te blijven werken aan een goede verdeling van zorg en taken. 'Samenleven is een werkwoord.'

Omdat de supersamenwerker meer kans heeft op individueel, relationeel en maatschappelijk welzijn dan de andere typologieën, wijden we een hoofdstuk (Hoofdstuk 4, p. 135) aan de supersamenwerker, bij wie huishouden en zorg gelijkwaardig gedeeld zijn.

Elk profiel heeft zijn overtuigingen en handvatten

In het schema lees je welke overtuigingen en handvatten voor jou het interessantst zijn. Heb je geen (plus)kinderen en ook geen kinderdwens? Dan is de belemmerende overtuiging 'Ik ga geen kinderarbeid organiseren' voor jou niet relevant. Handvat 'Engageer je (plus)kinderen' evenmin. Voor alleenstaande ouders zijn ze net wel heel belangrijk, omdat hier veel kansen zitten om het huishoudelijke werk dat ze nu vooral alleen dragen, beter te verdelen met de kinderen.

Het spreekt voor zich dat je uit alle belemmerende overtuigingen en handvatten kunt leren, ook al zijn ze vandaag niet op jouw thuis-situatie van toepassing. Hoe en met wie jij vandaag leeft, blijft niet voor eeuwig hetzelfde. Je kunt deze inzichten ook in andere contexten gebruiken: op je werk, in een familiaal conflict of wanneer een vriend bij je komt uithuilen over zijn sputterende relatie.

	PROFIEL 1 Bewuste zwoeger	PROFIEL 2 Opperzorger	PROFIEL 3 Aanvoerder	PROFIEL 4 Super- samenwerker
--	---------------------------------	--------------------------	-------------------------	------------------------------------

BELEMMERENDE OVERTUIGINGEN VOOR GEDEELD EIGENAARSCHAP (Hoofdstuk 3, p. 47)

1	'Huishouden en zorg zijn eerder vrouwendomeinen' – p. 50	X	X	
2	'Goed genoeg is niet goed genoeg' – p. 64	X	X	
3	'Ik moet sterk zijn en gewoon doordoen' – p. 80	X	X	
4	'Ik heb niets beters te doen' – p. 92	X	X	
5	'Het gezinsleven moet harmonieus zijn' – p. 100	X	X	X
6	Als ik het niet doe, loopt het mis' – p. 106	X	X	
7	'Ik ga geen kinderarbeid organiseren' – p. 120	X	X	X

HANDVATTEN VOOR GEDEELD EIGENAARSCHAP (Hoofdstuk 5, p. 149)

1	Gebruik je kompas – p. 152	X	X	X	
2	Voer dat moeilijke gesprek – p. 161	X	X	X	X
3	Inventariseer het werk en verdeel het – p. 179	X			X
4	Neem je eigen tijd – p. 200	X	X	X	X
5	Engageer je (plus)kinderen – p. 215		X		
6	Ga bewust om met een ingrijpende gebeurtenis – p. 248	X	X	X	X
7	Laat los – p. 259		X	X	

De vele smoelen

Hoofdstuk ②

van het huishouden

IN HET KORT

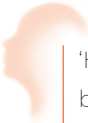


- We definiëren wat een huishouden is en wat voor werk er bij zo'n huishouden hoort. Het huishouden heeft vele gedaantes.
- Dat komt omdat dit werk deels onzichtbaar is en vaak niet gewaardeerd. Het is ook ongelijk verdeeld tussen huisgenoten. Niet iedereen zit in hetzelfde schuitje: alleenstaande ouders of mensen met weinig financiële middelen kunnen onbetaald werk niet zomaar uitbesteden.
- Waar blijven die heren? De tijd die je in je betaalde werk steekt, maar ook machtsrelaties en genderpatronen zijn nog altijd bepalend voor de verdeling van het huishoudelijk werk.
- Hoewel we het fijn vinden om van ons huis een warm, gezellig nest te maken, zorgt dit onzichtbare, ongelijk verdeelde en ondergewaardeerde werk ook voor veel frustraties en boosheid. Daar zijn twee oplossingen voor: meer tijd voor dat onbetaalde werk en gedeeld eigenaarschap in het huishouden.

Wat is een huishouden? Je kunt een huishouden omschrijven als een sociale eenheid van mensen die onder eenzelfde dak wonen. Die definitie is breed: het kan om 'klassieke' (hetero)gezinnen met kinderen gaan, maar net zo goed over een volwassene die met een ouder samenwoont. Het zijn allemaal gezinnen: een alleenstaande ouder met kinderen, singles, samengestelde gezinnen, studenten of vrienden die onder eenzelfde dak wonen, ...

Een huishouden draaiende houden vraagt heel wat werk en zorg. Het vervult de basisnoden van elke mens die onder hetzelfde dak woont. Het gaat om koken, het huis netjes houden, kleding wassen of boodschappen doen. Dit onbetaald huishoudelijk en zorgwerk is een noodzakelijke voorwaarde opdat mensen betaald werk kunnen doen: geen lunchpauze zonder gevulde boterhamdoos, geen werkshift zonder gepaste kleding, geen actieve werkdag zonder nachtrust in een net bed. Kinderen worden thuis klaargestoomd voor een zelfstandig leven. Huishoudelijk werk is dus een essentieel onderdeel van ons economisch en sociaal systeem.

Huishoudelijk werk en zorg zijn dagelijkse bezigheden. We steken er heel veel tijd en energie in. Toch gaan we niet bewust om met al dat werk en praten we er weinig over. Er zijn heel wat onuitgesproken normen of standaarden over hoe een huishouden gerund moet worden, welke taken daarbij horen en wie er verantwoordelijk voor is.



'Het huishouden en de taakverdeling thuis komen vaak aan bod in gesprekken met vriendinnen, zussen of collega's. Meestal is het niet hét onderwerp van gesprek, maar komt het terzijde ter sprake, als reden waarom iemand niet kan komen. Het is dé reden om afspraakjes met vriendinnen te annuleren. Als we het erover hebben, blijven we hangen in het aanklaarten van het probleem. Iedereen toont dan begrip, maar we denken te weinig over oplossingen.'

MAJDA

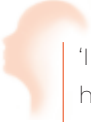
Iedereen krijgt een setje overtuigingen van zijn vroegere kerngezin mee. Over hoe een opgeruimde keuken eruitziet bijvoorbeeld. Voor het ene gezin is het al oké als de tafel kruimelvrij is. Voor het andere is een keuken pas opgeruimd als ook alle afwas is weggewerkt, de spoelbakken zijn geboend en het fornuis glanst. De een heeft van thuis uit meegekregen dat een volledige maaltijd een soep, hoofdgerecht en dessert omvat, die gezamenlijk worden gegeten op een net tafelkleed. De ander heeft thuis gezien dat samen eten is: uit de koelkast halen wat je lekker vindt, gezellig de tv aanfloepen en samen op de bank je honger stillen. Die standaarden worden door partners onderling weinig of niet besproken. Je beseft pas dat wat jij normaal vindt ook anders kan wanneer je ziet en hoort hoe het elders wordt aangepakt.

Het huishouden is een complex gegeven met veel gezichten. Je kunt het moeilijk onder één noemer vatten. Soms is huishoudelijk werk een teken van liefde, soms een fontein van frustratie. Dat komt omdat een deel van dit werk niet voor alle huisgenoten zichtbaar is, doorgaans wordt ondergewaardeerd en het bijna standaard ongelijk verdeeld is.

Met de gevoelens die huishouden bij ons losmaken, lopen we niet te koop. We praten er weinig over. We beschouwen het als een privé-issue. Toch is het binnenskamers vaak een bron van conflict en houdt het ons een pijnlijke spiegel voor. Waarom zwijgen over wat er zich achter de gevels afspeelt als het zo een grote impact op ons leven heeft en we zoveel van elkaar kunnen leren? En welke diepere maatschappelijke kwesties legt dit conflict tussen vier muren bloot?

“ Dit was mijn thema geweest in ‘Dingen die ik niet wil weten’, waarin ik speculeerde dat de dingen die we niet willen weten, de dingen zijn die we al weten maar die we niet van al te dichtbij willen bekijken. ”

Deborah Levy



'Ik heb geen partner om het werk mee te delen, maar ik háát het huishouden doen hartstochtelijk. En dat hoor ik zelden iemand anders zeggen. Is dat omdat mensen het niet in vraag stellen, of is dat vanuit de gedachte dat we "niet moeten zeggen en zeuren", of is het omdat anderen het echt niet zo erg vinden als ik?'

AUDE

De blinde vlek: het cognitieve en het emotionele werk

Naast het zichtbare werk (bijvoorbeeld de afwas of de bergen wasgoed) is heel wat huishoudelijk en zorgwerk binnenskamers onzichtbaar. Welk huishoudelijk werk blijft vaak een blinde vlek voor gezinsgenoten? Dat zijn het cognitieve werk en het emotionele werk. De combinatie van cognitief en emotioneel werk noemen we *the mental load*. Die mentale last weegt zwaar, omdat onzichtbaar werk vaak niet wordt gewaardeerd, laat staan eerlijk verdeeld.

Cognitief werk

Cognitief werk is onzichtbaar huishoudelijk of zorgwerk dat nodig is om een gezin draaiend te houden. Het is als de lijm die maakt dat een gezin functioneert. Aan de uitvoering van veel huishoudelijke en zorgtaken gaat immers heel wat onzichtbaar denk- en planwerk vooraf.

Voorbeelden van dit werk zijn:

- onthouden op welk moment van het jaar een afspraak voor de kinderen met de tandarts ingepland moet worden en die inplannen;
- ervoor zorgen dat het gezin financieel het einde van de maand haalt: reclamefolders uitpluizen, berekenen welke facturen prioriteit krijgen, goedkope oplossingen zoeken voor een kapotte keukenkast;

- uitzoeken welke opvangmogelijkheden er zijn voor de kinderen tijdens de zomervakantie, daarin een keuze maken en die vastleggen;
- onthouden wie wanneer verjaart en dan nagaan of er voldoende geschikte verjaardagskaartjes en postzegels zijn;
- uitzoeken welke droogkast je wilt uit een breed gamma van mogelijkheden, online en offline, rekening houdend met energielabels, de beschikbare ruimte, de prijs, het verbruik, de leveringstermijn; afspreken met de gekozen leverancier van de droogkast wanneer deze kan worden geleverd en geïnstalleerd, rekening houdend met je beschikbaarheid en de leveringsmogelijkheden en of de oude droogkast dan ook wordt meegenomen; ervoor zorgen dat de levering van de droogkast vlot verloopt door de ruimte vrij te maken, rommel uit de weg te zetten; met de leverancier bellen om een opvolgafspraken vast te leggen als ze toch niet naar behoren lijkt te werken, enzovoort.

Dit cognitieve werk gaat vaak vooraf aan de uitvoering ervan. Diezelfde voorbeelden alleen maar uitvoeren, betekent dan:

- met de kinderen op het afgesproken moment naar de tandartsafspraken gaan;
- de rekeningen betalen;
- de kinderen 's zomers naar de opvang brengen en ze daar ophalen;
- een verjaardagskaartje schrijven en op de juiste dag in de brievenbus droppen;
- de gekozen droogkast aankopen in een bakstenen of online winkel en op het juiste moment thuis zijn voor de levering van het toestel.

Deze twee lijsten maken duidelijk dat een taak uitvoeren maar een (heel) beperkt deel omvat van het geheel. Op wiens hoed belanden de pluimen voor dit werk?

Allison Daminger, doctoraatsstudente sociologie en sociaal beleid aan de universiteit van Harvard, Verenigde Staten, kwam in haar

onderzoek tot het besluit dat koppels vaak samen beslissingen nemen over het gezinsleven, maar dat het de moeders zijn die de anticipatie op en het plannen en onderzoeken van die beslissingen op zich nemen. Met andere woorden, vaders zijn op de hoogte als het op beslissingen aankomt, maar moeders doen bijna al het denk- en benenwerk eromheen in hun eentje. Dat werk is onzichtbaar en dus staan heterokoppels er nauwelijks bij stil tot het hen duidelijk wordt gemaakt (Melissa Hogenboom).

“ Stel een vrouw een willekeurige vraag – over serviesgoed, Schotse kampeervakanties, de beste manier om een hond af te richten, ... – en je krijgt als antwoord een lange, doorwrochte toespraak van haar tactieken, overtuigingen, ervaringen en toekomstplannen. Een miljoen onderwerpen – sommige groot, andere klein; sommige serieus, andere volslagen belachelijk – vrouwen zijn constant aan het denken, denken en nog eens denken. Dat houdt nooit op. We dagdromen niet. Wij dagplannen. Wij denken, denken, denken en plannen, plannen, plannen eindeloos door – want we weten dat vrouwen wel moeten. Wij zijn ons ervan bewust dat wij de helft van de wereld vormen die over het algemeen armer is, zwakker is en het druk heeft. Wij weten dat wij vaak maar één kans krijgen om ons te bewijzen – één uur om iets te bereiken – één gelegenheid om dingen te veranderen – en dus willen we er helemaal klaar voor zijn. ”

Caitlin Moran

Emotioneel werk

Emotioneel werk gaat over het reguleren van de emoties van het gezin en bij uitbreiding van de familie.

Voorbeelden van dit werk zijn:

- nagaan wat er scheelt als een kind boos terugkeert van school, door ermee te praten, het te kalmeren, na te gaan wat er misloopt op school, enzovoort;

- een ontspoorde discussie over de verkiezingen aan tafel kalmeren;
- uitvlooien hoe het komt dat de punten op het schoolrapport ondermaats zijn;
- omgaan met het geknor van een gezinslid wanneer je die hebt gevraagd een taak uit te voeren;
- iedereen voorbereiden op een familiefeestje door de lijst van ‘verboden gesprekstema’s’ nog even door te nemen;
- je zieke schoonmoeder bellen om te horen hoe het met haar gaat.

Ook dit werk wordt bij heterokoppels meer door vrouwen dan door mannen gedaan. Het stereotiepe beeld van vrouwen als betere (emotionele) zorgers is waarschijnlijk de verklaring van deze ongelijke verdeling. Zorgzaamheid wordt vaak gezien als een vrouwelijke kwaliteit. Ook zich zorgen maken over hoe het gaat met de kinderen is vooral een vrouwelijke bezigheid. Uit sociaalpsychologisch onderzoek blijkt dat moeders veel sneller scheef bekeken en erop aangesproken worden wanneer de kinderen ‘niet in orde zijn’ (Sarah De Coster). Mama’s voelen zich vaker gefaald of beschaamd als hun kind zich niet naar behoren kleedt of gedraagt. Ze maken zich zorgen over hun kinderen omdat ze hun kinderen, vaker dan vaders, zien als een verlengstuk van zichzelf, maar ook omdat het gedrag van hun kind reflecteert hoe zij het doen als moeder. *Zie eens hoe dochterlief erbij loopt? Foei ik! Wat voor mama – of beter – wat voor iemand ben ik!* De hogere lat voor mama’s hangt samen met de identiteit van het moederschap (Melissa Hogenboom). Daarover lees je later meer (p. 73). Dat dit een extra last op de schouders van de moeders is, wordt veel te weinig erkend, ook in gezinnen waar de taken gelijk verdeeld worden tussen de partners.

“ Men experience fatherhood as something they do, women experience motherhood as something they are. ”

Diane Ehrensaft

Een specifieke vorm van emotioneel werk is het managen van de gevoelens van huisgenoten over het verdelen van al dat zichtbare en onzichtbare werk. Het gaat om balanceren tussen net genoeg vragen maar ook niet te veel, om conflicten te vermijden en om het vragen of delegeren van dat werk op een manier te doen die niet al te veel weerstand uitlokt. Kate Manne, een Australische filosofe, docente en auteur, noemt dat de onmogelijke positie waarin vooral vrouwen zich bevinden: ofwel vraag je geen hulp en dan ligt er veel meer dan een eerlijk deel van het zichtbare en onzichtbare huis-houdelijke en zorgwerk op jouw bord, ofwel doe je dat wel en dan schend je de impliciete sociale code die zegt dat vrouwen de bewakers van de vrede in huis zijn en dus conflicten liefst vermijden. Delegeer je dan toch een deel van het werk, dan wordt je vraag al snel gezien als 'gezeur'. Of het kost je te veel moeite om dit keer op keer te vragen, dat je het uiteindelijk toch maar gewoon zelf doet. Herkenbaar?

“ Als je het behang verwijderd van het sprookje van Het Gezinshuis waarin het comfort en het geluk van mannen en kinderen altijd prioriteit zijn geweest, tref je daarachter een niet-gewaardeerde, onbeminde, verwaarloosde, uitgeputte vrouw aan. Het vereist talent, tijd, toewijding en empathie om een thuis te creëren waar iedereen zich prettig voelt en dat goed functioneert. Het is bovenal een daad van immense gulheid om de architect te zijn van ieders welzijn. ”

Deborah Levy

Mentale last

Dat de kleren gewassen zijn en het eten op tafel staat, is zichtbaar. Maar dan vergeten we al dat andere, onzichtbare werk, dat moeilijk te meten is, geen vaste plek of stek heeft, maar vaak wel 24/7 in het hoofd zit van wie het voor zijn of haar rekening neemt. Dat maakt het zwaar. Dit is de 'mental load', of de mentale last, die bestaat uit cognitief en emotioneel werk.