

Na veel gebakkelei vonden Ragna Heidweiller en Samuel Levie een beter evenwicht in hun huishouden, maar ook een manier om over hun taakverdeling te praten. 'Niet leuk, nee. Maar wel nuttig.'

tekst LOTTE BECKERS



© NINA SCHOLLAARDT

‘Maak het onzichtbare werk zichtbaar’

De ruzies begonnen vijf jaar geleden, toen Ragna en Samuel, allebei 38, hun eerste kind kregen. Zijn leven liep gewoon verder: hij is chef-kok en heeft vier bedrijven die al zijn aandacht vroegen. Ondertussen ging zij ook werken, én hield ze thuis alle bordjes in de lucht. Dat ging wringen en het koppel verloor zich in steeds hetzelfde gekibbel: wie doet wat?

“Die huishoudelijke kwesties spelen natuurlijk ook bij koppels die samenwonen, maar een kind brengt zoveel zorg, werk en tijdsdruk met zich mee, dat je wel keuzes moet maken. Daar staan koppels op voorhand weinig bij stil”, zegt Ragna, die werkt als levens- en loopbaancoach. Samuel: “De afwas kan je wel een dag laten staan, maar een kind wacht niet.”

Bij bevriende koppels speelden dezelfde discussies op. Ragna: “Maar er werd, gek genoeg, weinig over gepraat. Pas toen ik erover begon te klagen, kwamen de verhalen. Ook in mijn eigen praktijk zag ik vrouwen die onder de huishoudelijke last kreunden. Toen had ik door dat dit een veel groter probleem is.” Ragna dook in allerlei onderzoeken en interviewde koppels, om vast te stellen: driekwart slaagt er niet in om de zorg en het huishouden gelijk te verdelen. Ze schreef er samen met Samuel een boek over: *In voor- en tegenspoed, maar alleen als jij de afwas doet*.

Ook Belgisch onderzoek toont keer op keer aan: vrouwen doen nog steeds veel meer in het huishouden.

Nochtans beginnen koppels er doorgaans wel aan met

veel goede intenties: we doen het samen, en natuurlijk verdelen we het werk. Waar loopt het mis?

Ragna: “Om te beginnen is het geboorteverlof niet eerlijk verdeeld, waardoor je als koppel niet leert om samen de zorg te organiseren. Meestal is het ook de vrouw die minder gaat werken, waardoor zij het huishouden in handen neemt, en houdt.”

Samuel: “Twee dagen na de geboorte van onze oudste ging ik alweer naar mijn werk. Onbewust dacht ik: Ragna heeft vrij, ze krijgt hulp van onze moeders en kraamhulp. Wat mij betrof was alles geregeld, en op mijn werk hadden ze me nodig. Ik heb wel een tijdje een papadag gehad, maar ik merkte al gauw dat ik dat niet zo leuk vond. Voor een kind zorgen bleek best veel werk, en ondertussen zat ik in mijn hoofd bij mijn werk. Uiteindelijk heb ik die dag ook opgegeven. Ik denk dat vrouwen zich snel schuldig voelen als ze niet thuis zijn, en mannen als ze niet werken. Maar achteraf bekeken had ik de tijd moeten nemen om samen ons gezin te vormen.”

Ragna: “Zorg is ook een vorm van arbeid, maar het wordt niet zo gewaardeerd. Voor mannen is het niet aantrekkelijk om daarvoor hun betaald werk te laten.”

Jullie benadrukken dat het onevenwicht in het

Bio

Ragna Heidweiller coacht vrouwen in hun leven, carrière en moederschap / Samuel Levie is chef en columnist / ze wonen in Amsterdam met hun twee dochters / wishbonecoaching.com

huishouden geen individueel conflict is, maar een maatschappelijk probleem.

Samuel: “Er wordt veel gepraat over de loonkloof tussen mannen en vrouwen, of hoe we de arbeidsparticipatie van vrouwen omhoog kunnen

krikken. Maar wat er thuis gebeurt – de beperkte zorgparticipatie van mannen – dat is taboe. Gezeur. Terwijl het twee kanten van dezelfde medaille zijn.”

Ragna: “We zijn, zonder het te beseffen, deel van een systeem waarin zoveel keuzes voor ons worden gemaakt. Er zijn allerlei sociale en gendernormen die ons nog steeds beïnvloeden. Het is belangrijk om dat grotere plaatje te zien.”

Waarom is dat belangrijk?

Ragna: “De organisatie van het gezin is de basis waarop veel rust. Zonder mensen die elke dag gewassen, gevoed en aangekleed zijn, gebeurt er vrij weinig in de samenleving, toch? Het is ook op persoonlijk vlak belangrijk, omdat het tot zoveel conflicten leidt en ervoor zorgt dat veel vrouwen in dat deeltijds werk vastzitten. In de zeven jaar na de geboorte van het eerste kind gaat het inkomen van Nederlandse moeders er met de helft op achteruit. De helft!”

Samuel: “Als je dan weet dat 40 procent van de koppels uit elkaar gaat, komen die vrouwen daar heel bekaaid vanaf. Vrouwen zouden ook veel interessantere kandidaten voor werkgevers zijn als het werk thuis beter verdeeld zou zijn.”

Worstelen koppels van hetzelfde geslacht hier ook mee?

Ragna: “De sociale normen en rolpatronen zijn bij hen minder ingesleten, waardoor ze vrijer zijn in hun keuzes. Maar met de organisatie van de samenleving moeten zij evengoed omgaan. Ook zij moeten beslissen wie wel of niet verlof neemt als het kind ziek is.”

‘EEN KIND BRENGT ZOVEEL ZORG, WERK EN TIJDSDRUK MET ZICH MEE, DAT KOPPELS WEL KEUZES MOETEN MAKEN. DAAR STAAN ZE OP VOORHAND WEINIG BIJ STIL’

RAGNA HEIDWEILLER

Terug naar het gezin. Waar vrouwen vooral over klagen, is de zogenaamde mental load. De gezinsplanning, zeg maar, waarmee ze achter de schermen alles draaiende houden.

Samuel: “Stel: je kind is klaar om naar school te gaan. Dat hij of zij moet worden ingeschreven en elke dag gebracht en gehaald, dat begrijpen mannen ook wel. Maar dat iemand moet uitzoeken welke scholen er zijn in de buurt, nadenken over hoe je een school moet kiezen, uitzoeken hoe de inschrijving verloopt en wanneer het papierwerk in orde moet zijn, informeren hoe de eerste schooldag verloopt, wat er in de boekentas moet zitten... Dat zien ze niet altijd.”



© DAMON DE BACKER

Ragna: “Aan elke huishoudelijke taak gaat een heel proces vooraf dat vaak onzichtbaar is. En elke stap moet gezien, gepland en uitgevoerd worden.”

Samuel: “Wij hebben daar twee jaar lang ruzie over gemaakt. Ik vond dat Ragna zeurde en ik somde op wat ik wél allemaal deed. Tot we samen een aflevering van de podcast *Dear Sugars* beluisterden, over die *mental load*, en Ragna me kon uitleggen dat het niet gaat om de taak op zich, maar om het mentale proces dat eraan voorafgaat. Pas toen snapte ik dat dat een last is waar je overspannen van kan geraken, en dat het Ragna’s persoonlijke en professionele geluk in de weg stond. Ik zag dat het conflict daarover ging, en niet over het feit dat zij vindt dat ik te rommelig ben, of dat ik te veel pannen gebruik tijdens het koken.”

Hoe maak je dat onzichtbare werk zichtbaar?

Ragna: “Door erover te praten. Ik heb voor het boek een lijst gemaakt van elke taak en de hele keten aan stappen die daarbij horen...”

Samuel: (*onderbreekt*) “Ik moet nu even lachen. Als man ben je heel trots als je eens cadeautjes inpakt, maar dan laat je twee weken lang het inpakpapier en de schaar liggen. En nu zie ik hier het inpaklint liggen dat ik niet heb opgeruimd!”

Dat is een herkenbare bron van ergernis: taken die maar half worden uitgevoerd, zoals ‘s avonds de keuken opruimen, maar dan niet het werkblad schoonmaken.

Ragna: “Dat, en je partner dus voortdurend moeten vragen om dingen te doen: ik vind het vreselijke energieslurpers. En respectloos. Ik ben Samuels moeder toch niet? Op zijn werk wacht hij ook niet voortdurend op instructies. Een taak is niet af als je niet alle stappen hebt uitgevoerd.”

Gaat het niet over verschillende standaarden? Wanneer is een keuken eigenlijk opgeruimd?

Ragna: “Ook dat moet je bespreken. Wat vind je belangrijk, en wanneer laat je het los? Dat gesprek is niet leuk, nee. En het is niet per se gemakkelijk. Maar het is wel nuttig.”

Samuel: “Dit boek is geen pleidooi voor een weeg-schaalrelatie waarbij je heel de tijd moet checken wie wat gedaan heeft. Daar wordt je relatie ook niet beter van. Maar voor ons heeft het wel geholpen om de dingen expliciet te maken: wat doe jij, wat doe ik? Ragna doet nog steeds meer dan ik, maar ze ontdekte dat ik ook taken deed die zij niet zag. Sommige klussen geven haar heel veel stress, terwijl ze mij minder moeite kosten. En omdat ik nu weet wat ze doet, kan ik haar bedanken, waardoor zij het gevoel heeft dat ze gezien wordt.”

4 TIPS OM SAMEN DE TAAKVERDELING TE (HER)BEKIJKEN

“Zoek als koppel uit hoe je het beste communiceert. Samuel wordt onpersoonlijk als hij dit soort gesprekken in de zetel voert, dus praten wij al wandelend.”

“Maak het onzichtbare werk zichtbaar, maar durf ook los te laten. Stel jezelf de vraag: hoe erg is het als mijn partner het anders doet, en wat krijg ik ervoor terug als ik die taak niet meer op mij hoeft te nemen?”

“Denk na over je ideale scenario en hoe je daar samen met je partner naartoe kan werken. Blijf dat gesprek voeren.”

“Neem jullie taakverdeling serieus, want het gaat immers ook over jullie rol in de maatschappij.”

In voor- en tegenspoed, maar alleen als jij de afwas doet is uitgegeven bij Nijgh & Van Ditmar, 256 p., 25 euro



© DAMON DE BACKER

Wellicht vragen velen zich nu af: hoe krijg ik mijn partner zover om eens over het huishouden door te bomen?

Samuel: “Je helpt jezelf alleszins niet vooruit door dat gesprek te mijden. Als je weet dat je partner ergens mee zit waar jij mee verantwoordelijk voor bent – ook al begrijp je het niet helemaal – dan moet je je daar toch in verdiepen?”

Ragna: “Ik ben lang in mijn boosheid over de oneerlijke verdeling blijven hangen, tot ik ging nadenken over wat mij nu eigenlijk dwarszat. Waar ben ik nu echt boos over?”

‘VROUWEN VOELEN ZICH SNEL SCHULDIG ALS ZE NIET THUIS ZIJN, MANNEN ALS ZE NIET WERKEN. ACHTERAF BEKEKEN HAD IK DE TIJD MOETEN NEMEN OM SAMEN ONS GEZIN TE VORMEN’

SAMUEL LEVIE

Het ging over veel meer dan de afwas?

Ragna: “Natuurlijk. Het gaat over erkenning, over gezien worden, over de zaken aanpakken als team, want dat hadden we toch zo afgesproken? Het gaat niet over ‘dit doe jij allemaal fout’, of ‘jij doet nooit dit en altijd dat’, maar over de gevoelens die dat teweegbrengt en de aannames over vrouwen als primaire verzorgers en mannen als kostwinners. Als je het zo aanbrengt, dan zal je zien dat je partner veel meer bereid is om te luisteren.”

Samuel: “En als hij dat niet doet, dan moet je je toch vragen stellen. (*lacht*) Maar ook heel belangrijk: voer dit gesprek niet op een moment dat je heel boos bent.”

Ragna: “En beschouw het zeker niet als een vergadering waarbij je je partner gaat vertellen dat hij zijn targets moet halen. Jullie hebben een gemeenschappelijk doel - de dagelijkse stress verminderen - en daarover ga je in gesprek.”

Het is ook belangrijk dat vrouwen leren loslaten, schrijven jullie.

Ragna: “Het concept *maternal gatekeeping* - de vrouwelijke neiging om de standaarden te bepalen en de man uit te sluiten - was voor mij een echte aha-erlebnis. Ik had bepaalde dwingende ideeën over hoe de kinderen gekleed moesten zijn, of in welke volgorde de dingen moesten gebeuren. Dat is iets waar veel vrouwen tegenaan lopen, en dat heeft te maken met allerlei normen die ze onbewust meekrijgen.”

Samuel: “Al van in het prille begin vertelde Ragna, onze moeders én de kraamhulp me hoe ik voor onze dochter moest zorgen. In het begin was dat fijn, maar op den duur is het echt vermoeiend dat, elke keer wanneer je de deur uitgaat, je vrouw even in de babytas kijkt om te checken of je alles wel bij je hebt, en ze dan nog naroept: heb je zeker genoeg luiers mee? Dan denk ik: waarom zou ik die tas nog inpakken? Ik heb Ragna uiteindelijk ook gezegd dat ik dat gecontroleer heel vervelend vind. En wat dan nog, als ik eens de luiers vergeet? De stad is bezaaid met supermarkten, ik zal wel ergens een luier vinden, toch? Het gaat ook om de omgang met onze kinderen: ik ben wat ruwer in het spelen, slinger ze graag rond. Natuurlijk mag je daarover discussiëren, maar als je voortdurend te

horen krijgt dat je het niet goed doet, dan doe je uiteindelijk niets meer.

“Die strijd hebben we zeker gevoerd, en nog altijd: tegenwoordig gaat de discussie over bedtijd op vakantie. Ragna vindt dat we het ritme van de kinderen moeten volgen, ik vind dat ze zich ook wel eens aan ons kunnen aanpassen en een paar uur later kunnen gaan slapen. Om het heel generaliserend te formuleren: als man móét je je niet altijd neerleggen bij wat de vrouw beslist, en als vrouw moet je je man ook wat ruimte geven. Ook om fouten te maken.”

Ragna: “Besef dat het heel gezond is voor kinderen wanneer ze ook in hun opvoeding met verschillende stijlen in aanraking komen.”

Hebben jullie inmiddels een goed evenwicht gevonden?

Ragna: “Samuel heeft meer taken op zich genomen, en we hebben voor een paar dingen praktische oplossingen gezocht, zoals inpaklijsten voor koffers als we ergens heen gaan. We staan intussen zover dat we makkelijk elkaars taken kunnen overnemen. Als ik een weekend wegga, hoef ik geen Excel-sheet te maken van alles wat in huis moet gebeuren. Hij zal de dingen anders doen dan ik, maar het gaat gewoon goed.”

Wat hebben mannen hier eigenlijk te winnen?

Samuel: “Mijn boodschap aan andere mannen is: klaar het conflict uit. Je relatie wordt er beter van, de band met je kinderen zal sterker worden, en je houdt veel tijd over voor andere dingen. Wij merken nu dat we destijds zoveel gesprekken voerden over het huishouden, en dat we nu veel meer tijd hebben om over leuke dingen te praten.

‘VROUWEN ZIJN GENEIGD OM STANDAARDEN TE BEPALEN EN DE MAN UIT TE SLUITEN. OOK IK BEPAALDE HOE DE KINDEREN GEKLEED MOESTEN ZIJN, OF IN WELKE VOLGORDE ZAKEN MOESTEN GEBEUREN’

RAGNA HEIDWEILLER

“Ook mijn focus is veel scherper. Ik heb lang gedacht dat werk voor alles ging, maar ik heb moeten nadenken over wat ik nu echt belangrijk vond, en dat is mijn gezin en familie. Daar maak ik nu meer tijd voor.”

Ragna: “Mensen zéppen wel vaak dat hun gezin het allerbelangrijkste is, maar ze handelen daar niet naar. Als het erop aankomt, gaat het werk voor en moet hun partner maar thuisblijven bij het zieke kind. Je moet de oplossingen die je samen bedenkt ook daadwerkelijk toepassen.”

Samuel: “Dit pleidooi is niet enkel voor koppels bedoeld, maar ook voor beleidsmakers en werkgevers. Vroeger had ik weinig begrip voor mijn compagnon met kinderen die niet in het weekend wilde werken, nu is dat anders: als iemand bij ons een dag minder wil werken, dan zorgen we ervoor dat dat kan. Ik geloof dat werknemers die ontspannen zijn en zich niet voortdurend schuldig voelen omdat ze te weinig werken of te weinig thuis zijn, ook beter presteren.”