

Schulte, B. (2014). *Overwhelmed: Work, Love and Play when no one Has the Time*. New York: Sarah Crichton Books.

*Theun Pieter van Tienoven**¹

Het leven van Brigid Schulte is hectisch, gefragmenteerd en vermoeiend. Voortdurend moet ze proberen werk en gezin in balans te houden en voelt ze zich schuldig ten aanzien van het ene als ze tijd besteedt aan het andere. Dus wordt ze 's nachts in paniek wakker van de to-do-lijstjes die nooit korter worden. En dus dicteert haar Blackberry haar leven en kleeft haar dochttertje post-its op haar voorhoofd, om haar eraan te herinneren dat ze naar boven moet komen om een verhaaltje te vertellen. Ze noemt dit gevoel 'the overwhelm' en dat gevoel wordt er niet beter op wanneer ze terecht komt bij tijdsocioloog John P. Robinson die beweert dat vrouwen zoals zij ten minste 30 uur per week vrije tijd hebben. Hij daagt haar uit om, net zoals deelnemers aan tijdbestedingsonderzoeken, een tijddagboekje bij te houden. Een maand later analyseert Robinson de resultaten: waar Schulte haar week enkel ziet bestaan uit een verstrooiing van 'time confetti', lukt het Robinson om bijna 28 uur vrije tijd te vinden. Schulte's opmerking dat ze zich desondanks niet 'leisurely' voelt, wordt door Robinson gepareerd met "dat hij enkel tijd meet en geen chronotherapeut is".

De (bij vlagen komische) ontmoetingen met Robinson, waarvan Schulte verslag doet in het eerste hoofdstuk, illustreren duidelijk de spagaat van het tijdonderzoek in het algemeen en van het leven van Schulte in het bijzonder: het meten van tijd is heel iets anders dan het beleven van tijd. Aanleiding voor Schulte om voor in het bijzonder de werkende (alleenstaande) moeders – de groep die verondersteld wordt het meest van vrije tijd uitgesloten te zijn – te achterhalen hoe het komt dat de objectieve metingen van tijdsociologen conflicteren met 'the overwhelm'. Een beloftevolle verwachting die verder in het boek slechts deels wordt ingelost. Het boek start nog met een uitgebreid en up-to-date overzicht over onderzoek over vrije tijd, arbeid, gender en tijdsdruk, maar verwordt al snel tot een verslag van Schulte's queeste om haar eigen dagelijkse hectiek te begrijpen en onder controle te krijgen. Wat aanvankelijk nog geïnterpreteerd kan worden als onderzoeksjournalistiek of participerende observaties, worden meer en meer zelfreflecties (inclusief een niet onomwonden kritiek op haar echtgenote), die steeds storender worden. Bovendien is het boek doorspekt met individuele succesverhalen die haar bevindingen ondersteunen en individuele 'horrorverhalen'

* t.p.van.tienoven@vub.ac.be

¹ Vrije Universiteit Brussel, Vakgroep Sociologie, Onderzoeksgroep TOR

die de sociologische, op het niveau van de samenleving geaggregeerde, bevindingen onderuit (moeten) halen. Hierdoor slingert het boek herhaaldelijk heen en weer tussen wetenschap, onderzoeksjournalistiek, feministische polemieken en zelfmanagement (compleet met opsommingen van tips en 'brightspots').

Time Confetti

Toch gebiedt de eerlijkheid mij toe te geven dat ik, zelf werkzaam als tijdsocioloog en beroepshalve dus erg bekend met (het werk van) de tijdsociologen die Schulte consulteert, misschien wel net zo bevooroordeeld aan de lectuur van dit boek begon als Schulte, vanuit haar dagelijks leven, het tijdsonderzoek benaderde. Als je echter bereid bent die vooroordelen opzij te zetten, bevat het boek meer dan voldoende stof voor wie zich wel eens de vraag stelt: waarom hebben we, en werkende moeders in het bijzonder, nergens tijd voor?

In het eerste, zeer goed gedocumenteerde deel, loodst Schulte de lezer doorheen de eindeloze stroom van onderzoeken naar tijd en tijdsbeleving en hun terminologie. Werkende moeders ervaren niet enkel 'role overload' (het botsen van werk- en gezinstaken), maar ook 'task density' (de continue verwevenheid van werk- en gezinsverantwoordelijkheden), wat culmineert in 'contaminated time', zelfs ondanks de toenemende 'time androgyny' (een meer egalitaire verdeling van de gezinsarbeid). De invulling van deze gezinsarbeid blijft echter sterk gendergekleurd: moeders blijven de 'default parent' en vaders de 'fun parent'. Bovendien ervaren vaders meer ononderbroken episodes van vrije tijd, terwijl moeders hun tijd opgedeeld zien in korte episodes die bovendien altijd doelgericht zijn. Schulte contrasteert Robinsons bevinding van toenemende vrije tijd (1999) met Juliet Schors 'overworked American', die langer werkt dan vroeger (1991) en met Suzanne Bianchi's 'good mother', die meer tijd aan kinderopvang besteedt dan voorheen (2005).

Die 'overworked American' is het gevolg van een verschuiving naar een norm die 'busyness' heet. Culturele normen zijn vaak sterker dan individuen en dus spiegelen we ons constant aan anderen en worden we gesanctioneerd als we niet aan de culturele verwachtingen voldoen. Keynes' *Economic Possibilities for our Grandchildren* (1931) en Russells *In Praise of the Idleness* (1935) ten spijt, leven we in een samenleving die werk waardevoller acht dan vrije tijd.

Schulte baant zich niet alleen een weg door sociologische onderzoeken. Ook de domeinen van de psychologie en zelfs neurologie worden aangedaan, met als meest intrigerende bevindingen dat tijdsdruk ertoe leidt dat de prefrontale cortex *krimpt* en dat de amygdala hyperactief wordt. (De amygdala is verantwoordelijk voor negatieve emoties als angst en onrust, wat verklaart waarom Schulte in paniek wakker wordt van haar to-do-lijstjes.) Bovendien is het nog erger dan het al lijkt, want die krimpende prefrontale cortex is nu net ook het gebied in de hersenen dat in staat is de overreagerende amygdala te kalmeren. Het gevoel van tijdsdruk is dus al voldoende om voor stress en andere gezondheidsproblemen te zorgen, los van wat objectieve tijdmetin-

gen beweren. Tijd, zo beweert Schulte, is macht, en wie niet in staat is de elementen te controleren of te voorspellen die zijn of haar tijd beïnvloeden, is machteloos of 'overwhelmed'.

Work, Love and Play

De drie belangrijkste sferen van het leven waarin we de controle over en de voorspelling van onze tijd hebben verloren zijn *werk*, *liefde* (lees: gezin) en *spel*. In de volgende drie delen van haar boek zoekt Schulte het antwoord op de vraag waarom de inrichting van deze sferen is zoals ze is en hoe het beter kan. Op dit punt wordt het boek meer journalistiek van aard en minder wetenschappelijk. Hoewel Schulte zich als observerende participant mengt in de hectische levens van overwerkte ouders, die gebukt gaan onder de culturele imperatieven van de ideale werknemer, de goede moeder en de betrokken vader, blijft het boek voor een socioloog soms te veel hangen op het niveau van individuele anekdotes. Hierdoor is het vaak zoeken naar de vertaalslag van Schulte's observaties naar de heersende, normerende krachten in de samenleving, zoals Arli Hochschild dat zo mooi heeft gedaan (1990). Het zoeken wordt echter deels beloond.

De sfeer van werk wordt – toch zeker in Amerika – gedomineerd door de 'ideal worker', een perfect 'kapitalistisch machineonderdeel', dat nooit ziek is, nooit afwezig om voor een kind te zorgen, altijd bereid om overuren te maken, en 24/7 paraat staat. De 'ideal worker' is een product van de industriële revolutie, toen mannen het zichtbare, betaalde werk leverden en vrouwen het onzichtbare, onbetaalde werk. Dat product heeft zich – mede onder invloed van Gary Beckers specialisatie en efficiënte inrichting van gezinnen (1981) – nooit aangepast aan de tijd. Vrouwen die uit werken gaan, worden geconfronteerd met een werkomgeving waarin 'presenteïsme' (de idee dat productiviteit en aanwezigheid op het werk perfect correleren) domineert en het presteren van 'ideal-worker'-genormeerde uren bijna een must is. In zo'n macho-mannelijke werkomgeving is voor vrouwen, laat staan voor moeders, nauwelijks plaats. (Dat geldt overigens ook voor vaders.)

De kracht van de 'ideal worker' is zo groot dat die bijna tot een religie is geworden. 'Total work devotion' is het hoogste goed en wie werk niet voor het gezin plaatst is 'verdacht, lui en onbetrouwbaar'. De 'ideal worker' is en blijft overigens nog altijd een man. Dat blijkt ook uit het feit dat Amerika nog altijd de gevolgen draagt van president Nixons veto tegen de 'Comprehensive Child Development Act' uit 1971: Amerika laat kinderopvang volledig over aan de markt. Het gevolg: kinderopvang is duur, niet overal toegankelijk en nauwelijks onderworpen aan kwaliteitscontrole.

De gevolgen hiervan laten zich vooral voelen in de tweede belangrijke sfeer van het leven: de zorg voor het gezin. Hier domineert een tweede culturele norm, die van de 'ideal mother'. Deze 'everymoms' willen het beste voor hun kind, zeker in een samenleving waarin competitiviteit een groot goed is. Dat verklaart volgens Schulte ook waarom tijdsociologen vinden dat de tijd die we besteden aan kinderopvang zo is

toegenomen over de jaren. Goede moeders doen er alles aan om het maximale uit het potentieel van hun kind te halen. Het schoolsysteem wordt vaak niet goed genoeg bevonden en dus moet er thuis ‘gecompenseerd’ worden. Deze ‘ideal mother’-norm wordt nog versterkt doordat vaders deze norm ook volgen. ‘New dads’ zijn nog (lang) geen gemeengoed.

De gevolgen hiervan laten zich dan weer voelen in de derde belangrijke sfeer van het leven: het spel. Het meningsverschil tussen Robinson en Schulte in het begin van het boek over wat vrije tijd is en hoe vrije tijd voelt, wordt hier een stuk duidelijker. Het productiviteitsideaal van de ‘ideal worker’ en het perfectioneringsideaal van de ‘ideal mother’ maken dat de vrije tijd altijd doelgericht wordt ingevuld (‘purposeful leisure’). Van Huizinga’s *homo ludens*, de mens die speelt om het spelen, is geen sprake meer (2008 [orig. 1935]). Bijna met weemoed schrijft Schulte over haar bezoek aan Denemarken, het schoolvoorbeeld van een samenleving waarin men niet leeft om te werken, waarin vakantiedagen daadwerkelijk worden opgenomen, waarin mannen vrijwel gelijk delen in het huishoudelijk werk, waarin ‘spel’ gestimuleerd wordt, en waarin moeders zich niet schuldig voelen als ze tijd voor zichzelf nemen.

Towards Time Serenity

Het laatste deel van het boek eindigt met de vraag hoe deze culturele imperatieven die onze tijd ‘vervuilen’ plaats kunnen maken voor ‘serene’ tijd. Dat deel neemt sterk de vorm aan van een zelfhulpboek. Dat is jammer, want veel van de ‘tips’ die Schulte de lezer geeft, tonen opnieuw in wat voor moordend tempo wij veelal doelloos door onze samenleving rennen en hoe sterk we nood hebben aan enige vorm van stabiliteit. Tijd verandert niet en dus kunnen we tijd ook niet managen of controleren. Waar het om gaat is controle te houden over *wat* we doen in de tijd en ons niet te laten leiden door ‘ideal workers’ of ‘ideal mothers’. Opscheppen (of gewoonweg spreken) over hoeveel uren we werken en hoe vaak we nog ‘s avonds (laat) aan het werk zijn, noemt Schulte terecht mannelijk machogedrag dat enkel gericht is op het verkrijgen van aanzien, want geen enkel onderzoek heeft overtuigend aangetoond dat lange werkdagen leiden tot verhoogde productiviteit. Integendeel: ritmen en wisselingen tussen het besteden van energie en het terugwinnen van energie, zoals het lichaam pathofysiologisch werkt, leiden ook in de werksfeer tot veel efficiënter en productiever tijdgebruik dan het simpelweg presteren van veel uren.

Evenzeer heeft geen enkel onderzoek overtuigend aangetoond dat kinderen op latere leeftijd gelukkiger worden wanneer ze in hun kindertijd gepusht worden om toegelaten te worden tot de beste scholen of ‘elite colleges’. Integendeel: net het vermogen van kinderen om zich vast te bijten in iets en niet op te geven als het tegenvalt – onderzoekers noemen dit ‘grit’ – is een belangrijke voorspeller van succes en geluk. Belangrijker nog dan SAT- of IQ-scores.

The Overwhelm

De ‘overwhelm’ is het gevolg van opleven tegen onrealistische verwachtingen en ons onvermogen om deze verwachtingen in vraag te stellen wanneer we hier niet aan kunnen voldoen, waardoor we telkens enkel ons eigen handelen in vraag stellen. Dat geldt ook voor dit boek en dat is een mooie reflectie die Schulte zelf maakt. Ze compenseert haar onrealistische verwachting van het schrijven van het perfecte boek door te schrijven over alles, omdat wat zij zelf schrijft misschien niet goed genoeg is. Het gevolg: de lezer is ‘overwhelmed’ en dus bevat deze bespreking slechts een tipje van de sluier van wat de lezer (socioloog of niet) uit het boek kan halen. Het is de moeite, maar het is soms goed zoeken en het lezen ervan getuigt zeker van ‘grit’!

Bibliografie

- Becker, G. S. (1981). *A Treatise on the Family*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Bianchi, S., Wight, V. & Raley, S. (2005). Maternal Employment and Family Caregiving: Rethinking Time with Children in the ATUS. *Paper Prepared for the ATUS Early Results Conference Bethesda, MD December 9, 2005*.
- Hochschild, A. R. (1990). *The Second Shift. Working Parents and the Revolution at Home*. New York: Avon Books.
- Huizinga, J. (2008 [orig. 1935]). *Homo Ludens. Proeve eener bepaling van het spel-element der cultuur*. Amsterdam: Athenaeum Boekhandel Canon.
- Keynes, J. M. (1931). Economic Possibilities for our Grandchildren. In J. M. Keynes (Ed.), *Essays in Persuasion* (pp. 358-73). London: Macmillan.
- Robinson, J. P. & Godbey, G. (1999). *Time for Life. The Surprising Ways Americans Use Their Time*. Pennsylvania: The Pennsylvania State University Press.
- Russell, B. (1935). *In Praise of the Idleness and other Essays*. London: George Allen & Unwin.
- Schor, J. (1991). *The Overworked American. The Unexpected Decline of Leisure*. New York: BasicBooks.