

NOG ZO VEEL LEUKS TE DOEN

**IDEAAL: HET SOCIALE LEVEN DAT JE LEIDDE ALS STUDENT
COMBINEREN MET JE EERSTE ECHTE BAAN. MAAR HOE DOE JE
DAT? OVER RACEN, EN WENNEN AAN HET WERKRITME**

Tevreden kijken drie jonge vrouwen in het Amsterdamse eettentje om zich heen. Het is ze maar mooi weer gelukt om bij elkaar te komen. Geen vanzelfsprekendheid meer sinds Nicole (24) en Alexia (23) werken en Maartje (25) bezig is met haar afstudeerstage. Hun echte namen zeggen ze even liever niet, je weet nooit of de nieuwe baas dit leest. De drie deden verschillende opleidingen aan de Hogeschool van Amsterdam, maar zijn allemaal gespecialiseerd in internettoepassingen. Nicole is webmaster van onlinewinkels, Alexia werkt bij een zoekmachinemarketingbureau en Maartje studeert binnenkort af op nieuwe media. De vriendinnen hebben zich linea recta uit hun werk naar het restaurant gespoed, want deze bijeenkomsten zijn heilig voor ze. Het is alleen een hele toer geworden om daar telkens weer tijd voor te vinden. Door het werk is hun agenda namelijk overvol geraakt.

De enige manier waarop Maartje, Nicole en Alexia elkaar geregeld kunnen blijven zien, is door hun avondjes strak te plannen. Na het hoofdgerecht nemen de dames bijvoorbeeld geen toetje, dat kost te veel tijd. In

plaats daarvan gooien ze geroutineerd wat bankbiljetten op tafel om daarna vastberaden naar hun favoriete cocktailbar te stappen. Daar drinken ze volgens planning tot tien uur drie cocktails per persoon. Anders wordt het te laat.

Zo'n uitje is voor de drie het echte leven. Het liefst zouden ze happy hours van cocktailbars blijven bezoeken, zoals ze dat in hun studententijd deden. Helaas, die zijn nu te laat. Sinds de vrouwen werken, komen ze tot hun teleurstelling veel tijd te kort voor hun sociale leven.

Alexia: 'Ik werk pas een maand, maar ik zie nu al op tegen de zomer. Dan kunnen we overdag niet meer op terrasjes zitten.' De vriendinnen vinden het bijvoorbeeld ook jammer dat ze niet meer spontaan naar pretparken kunnen. Pretparken? Nicole: 'Ja, in onze studententijd gingen we op rustige dagen soms zomaar naar Walibi om de hele dag in de achtbaan te gaan.' Maartje: 'We zijn als kind veel in pretparken geweest en dat vonden we zo leuk dat we dat nu weer met elkaar doen. Binnenkort willen we naar de Efteling, en we moeten ook nodig weer naar de dierentuin.' Andere fa-



variete tijdsbestedingen: samen naar het televisieprogramma *De Lama's* kijken, of na het werk in de trein springen om vriendinnen in andere steden te bezoeken. Dan zit Alexia nog op hiphopdansen en werkt Maartje naast haar stage van vier dagen per week ook nog eens twee dagen in een winkel om bij te verdienen. En op haar vrije zondag repeteert ze met haar bandje.

Geen wonder dat de jonge vrouwen de afgelopen maanden van alles bedachten om tijd te besparen. Zo draaien ze door de week geen wasjes meer. Alexia: 'Omdat het vaak te laat wordt om op te blijven tot de wasmachine klaar is en dan krijg je niet genoeg slaap om de volgende dag fris op je werk te verschijnen.' De veelvuldige onderlinge contacten verlopen via moderne communicatiemiddelen als Hyves, msn en sms, omdat je dan geen tijd kwijt bent aan bellen. Maar ook boodschappen doen,

DOORDEWEEKS EEN WAS DRAAIEN KOST TE VEEL TIJD. NET ALS BOODSCHAPPEN DOEN

blijkt een belangrijk punt van aandacht te zijn. Nicole: 'Als student gingen we voor elk wisselasje naar de winkel. Nu haalt mijn vriend me elke maandag met de auto van het werk en dan racen we naar de supermarkt om groot in te slaan.' Maartje koopt vaak 'gemaksproducten' op het station waar ze op weg naar huis langskomt, en Alexia heeft het geluk dat een huisgenoot inkopen doet en voor haar kookt.

Het valt niet mee om als starter in een eerste baan de balans te vinden tussen werk en privé. En dan werken de drie Amsterdamse vriendinnen nog in hun eigen stad. Hoe moeilijk moet het dan niet zijn voor een forens?

Stefan van Ee (24) is bedrijfskundestudent in Groningen, maar krijgt al een voorproefje: hij is net naar Rotterdam verhuisd voor zijn afstudeerstage. Vanuit de havenstad reist hij elk weekeinde zes uur met de trein om bij zijn vriendin in Groningen te zijn. Van Ee: 'Voor Groningers betekent het einde van hun studententijd meestal ook verhuizen, al reizen de meeste afgestudeerden in het begin nog wél naar het noorden om

hun studerende vrienden te zien.' Hoewel Van Ee praeses was van de studentenvereniging Albertus Magnus, hangt hij minder aan de vrijheid-blijheid uit die tijd dan Nicole, Alexia en Maartje. 'Ik heb alles uit het studentenleven gehaald en daarom kan ik het nu afsluiten. Ik heb echt zin om aan het werk te gaan.'

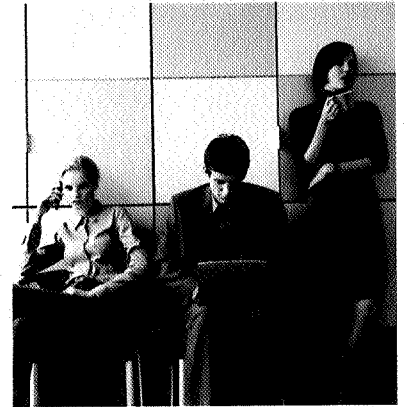
Volgens Otteline Asselbergs, die zich met haar bedrijf Young People Coaching specifiek op jonge werknemers richt, komt het zelfs voor dat starters hun baan weer opzeggen omdat ze zo met hun tijd worstelen. 'Het belangrijkste probleem is dat ze minder tijd voor vrienden hebben, en moeten wennen aan een werkritme.'

Historicus Tim Spijker (24) is een pupil van Asselbergs. Hij heeft zijn baan opgezegd omdat hij vond dat die te veel tijd kostte. Spijker: 'Als student kon je ad-hoc met vrienden afspreken, maar nu moet je agenda's trekken.' Door ontslag te nemen, heeft Spijker weer even de tijd aan zichzelf. Hij heeft een spaarpotje om van te leven, terwijl hij zoekt naar een passender functie.

Het is natuurlijk niet ideaal om voortijdig met een baan te stoppen, want werkgevers staan niet te springen om jobhoppers met gaten in hun cv. Daarom doen grote, gerenommeerde werkgevers als Shell, Rabobank, Philips, KPN, Nauta Dutilh en Twynstra Gudde er veel aan om starters te binden. Zo proberen ze te voorkomen dat hun talent de deur uit wandelt. Hoe doen ze dat?

Elly Ploumen, hoofd Management Development bij KPN, is enthousiast over de huidige generatie duizendpoten. Ploumen: 'Ze zijn verbazend goed in het combineren van activiteiten. Om hen daarin tegemoet te komen, mogen ze hun eigen werktijd indelen en thuiswerken.' Chemieconcern DSM roemt het ondernemerschap van de nieuwe generatie werknemers en adviesbureau Twynstra Gudde geeft zijn starters laptops, zodat ze overal kunnen werken.

Ook de drie Amsterdamse vriendinnen kunnen goed multitasken, maar toch vinden ze het erg vervelend dat ze zo veel tijd aan hun werk kwijt zijn. Alexia werkt nog maar vijf weken, maar vindt haar baan nu al saai. Als dat niet voor de zomer verbetert, stapt ze op. Kan ze lekker op terrasjes zitten. Nicole zou liever in deeltijd werken. Al zijn ze inmiddels sterren in plannen en organiseren, stiekem hebben ze het gevoel dat ze met die tijdrovende banen van een koude kermiss thuis komen. ●



HOE COMBINEER JE WERK EN VRIJE TIJD?

- 1) Plan je tijd strak. Werkgevers bieden soms cursussen timemanagement aan.
- 2) Bepaal je prioriteiten en pas je tijdsindeling daarop aan.
- 3) Ga op tijd slapen, zodat je de volgende dag op je werk niet duf bent.
- 4) Plan afspraken 's avonds direct uit het werk. Ga je eerst naar huis, dan wordt een afspraak vaak nachtwerk.
- 5) Plan de hoeveelheid alcohol die je wilt drinken en ga daar niet overheen.
- 6) Plan de tijd waarop je 's avonds thuis wilt zijn.
- 7) Sla boodschappen groot in.
- 8) Onderhoud sociale contacten via Hyves, e-mail, sms of msn, dat scheelt tijd.
- 9) Draai geen was door de week, dan is de wasmachine niet klaar als je wilt slapen.
- 10) Kies eventueel een werkgever die je je eigen werktijd laat indelen en van wie je thuis mag werken.
- 11) Geef je werkgever je geen laptop, koop er dan zelf een, zodat je kunt werken waar en wanneer het jou uitkomt.
- 12) Reis niet met de auto, maar met het openbaar vervoer, dan kun je tijdens de reis werken.
- 13) Zorg voor voldoende 'nette' kleren, zodat je 's morgens geen tijd kwijt bent aan bedenken wat passend is voor je werk. Koop enkele basiskledingstukken en nette schoenen, en combineer daar nieuwe outfits mee.
- 14) Als je moet verhuizen, let dan op of in je nieuwe woonplaats veel woonruimte wordt aangeboden. Is dat het geval, dan zoeken de verhuurders jou wel. Adverteren op Marktplaats volstaat dan vaak.
- 15) Geef jezelf een half jaar de tijd om aan het werkende leven te wennen en minder tijd te maken voor sociale activiteiten.