

Een werkende combinatie

Advies over het combineren van werken, leren en zorgen in de toekomst

Publieksversie

1

We combineren steeds meer

Werkenden combineren hun baan steeds vaker met (mantel)zorg en scholing. Die combinatie kan plezierig en verrijkend zijn, maar ook stress opleveren en soms zelfs tot een burn-out leiden.

Op verzoek van het kabinet heeft de SER onderzoek gedaan naar werken, zorg en leren in verschillende levensfasen. Het advies *Een werkende combinatie* bevat analyses, conclusies en aanbevelingen.



Over dit advies

In het advies is recent onderzoek verwerkt van het Sociaal en Cultureel Planbureau en het Centraal Bureau voor de Statistiek. Dat onderzoek gaat niet alleen over combineren in verschillende levensfasen, maar ook over de verschillen daarbij tussen sociale groepen. De SER wijst in het advies zes thema's aan die belangrijk zijn voor een toekomstgericht beleid op het gebied van werken, leren en zorgen. Het advies hangt nauw samen met de eerdere SER-adviezen ⇒ **Gelijk goed van start** (2016, over kindvoorzieningen) en ⇒ **Tijden van de samenleving** (2011, over het combineren van werk en privé).

Combineren wordt gewoner

De combinatie van een betaalde baan en de zorg voor jonge kinderen, mantelzorg voor een naaste of scholing, is heel gewoon geworden. Waar vroeger de man kostwinner was en de vrouw zorgtaken op zich nam, is het vandaag de dag gebruikelijk dat zowel mannen als vrouwen werk en zorg combineren. Daarbij komt de toenemende noodzaak om 'een leven lang' te blijven leren. Uit cijfers van het Sociaal en Cultureel Planbureau blijkt dat de combinatie van werken, zorgen en leren steeds verder toeneemt.

De verwachting is dat die ontwikkeling zich de komende jaren zal voortzetten. Dat komt deels door demografische ontwikkelingen. Het aantal ouderen en mensen met een chronische ziekte neemt de komende jaren toe. Daardoor is er meer zorg nodig. Het beleid is erop gericht dat mensen die zorg steeds meer zelf en onderling regelen. Werkenden zullen daardoor meer zorgtaken krijgen. Tegelijk neemt ook het belang van een leven lang leren toe. De snelle opkomst van nieuwe technologieën zorgt ervoor dat kennis en vaardigheden eerder verouderen. Werknemers moeten dus meer tijd steken in om- en bijscholing, willen ze aantrekkelijk blijven op de arbeidsmarkt.

Met andere woorden: werken, leren en zorgen gaan in

de toekomst nog vaker om de voorrang strijden. Dat kan leiden tot (combinatie)stress, het ervaren van tijdsdruk en soms zelfs tot een burn-out.

Werk en privéleven veranderen

Naarmate werk, zorg en scholing meer worden gecombineerd, geholpen door technologische ontwikkelingen als digitalisering, zal de grens tussen werk en privé verder vervagen. Maar ook binnen die domeinen zijn veranderingen gaande.

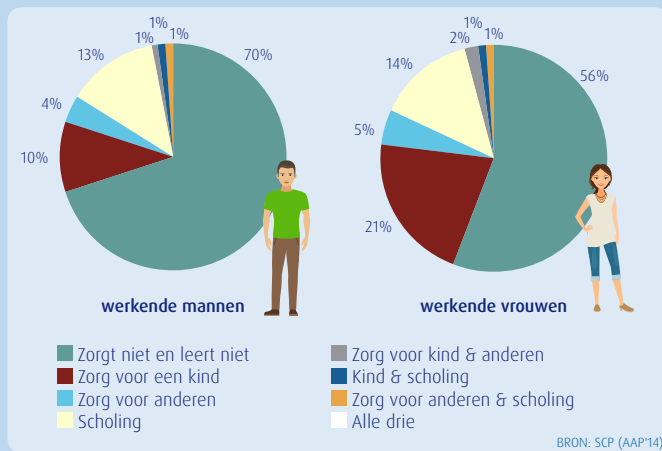
Werk wordt steeds dynamischer en meer divers. Dat blijkt uit de toekomstverkenningen van internationale instellingen als de Organisatie voor Economische Samenwerking en Ontwikkeling, de International Labour Organization en het World Economic Forum. De veranderingen worden vooral veroorzaakt door technologische ontwikkelingen als robotisering en technologisering. Werk zal vaker in de vorm van (tijdelijke) 'klussen' worden gedaan. Loopbanen en arbeidsrelaties worden daarom gevarieerder. Ook het privé-domein krijgt te maken met toenemende diversiteit. Samengestelde gezinnen en éénpersoonshuishoudens nemen toe en mensen veranderen tijdens hun leven vaker van gezinsstructuur.

2

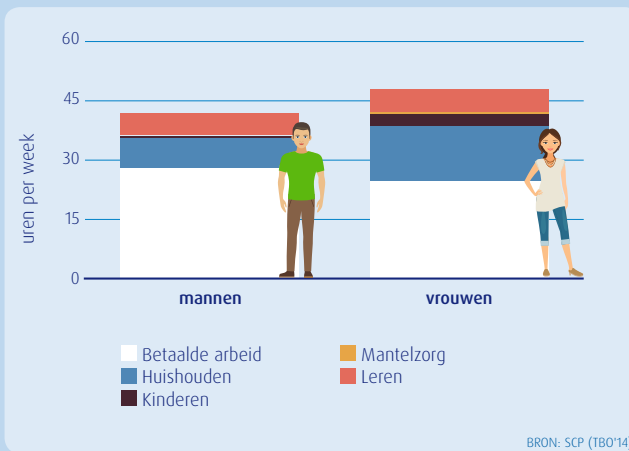
Combineren in verschillende levensfasen

In verschillende levensfasen combineren mensen verschillende taken op het gebied van werken, zorg en scholing. Die fasen zijn grofweg in te delen in leeftijdsgroepen, maar worden vooral bepaald door kantelpunten zoals beginnen met werken en het krijgen van kinderen. De vier fasen onder de loep.

TIJDBESTEDING JONGVOLWASSENHEID (20-30 JAAR)



BRON: SCP (AAP'14)

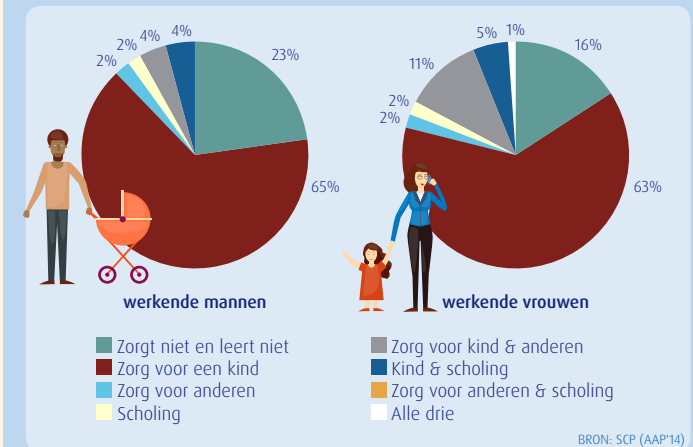


BRON: SCP (TBO'14)

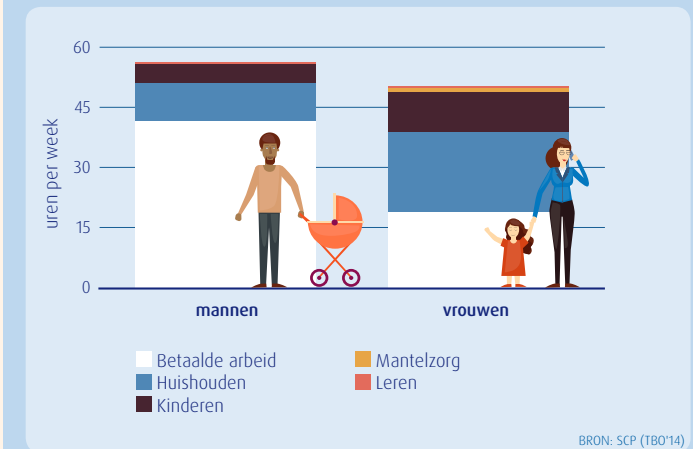
Werkende jongvolwassenen combineren relatief weinig. Ruim de helft van de vrouwen en bijna driekwart van de mannen hoeft naast het werk niet te zorgen voor een kind of iemand anders, en volgt geen scholing. Vrouwen combineren dus iets vaker dan mannen verschillende taken. Zo combineert bijna 1 op de 5 vrouwen betaald

werk met de zorg voor een kind, tegenover 1 op de 10 mannen. De combinatie van werk en studie komt in deze levensfase relatief veel voor. De som van werk, scholing en zorg vraagt in aantal uren iets minder dan de volgende twee levensfasen. Mannen besteden er wekelijks 42 uren aan, vrouwen 48.

TIJDBESTEDING GEZINSFASE (30-45 JAAR)



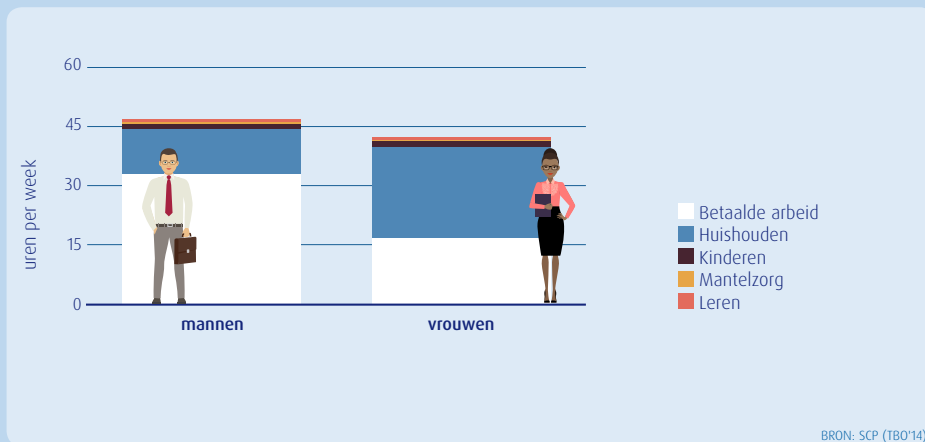
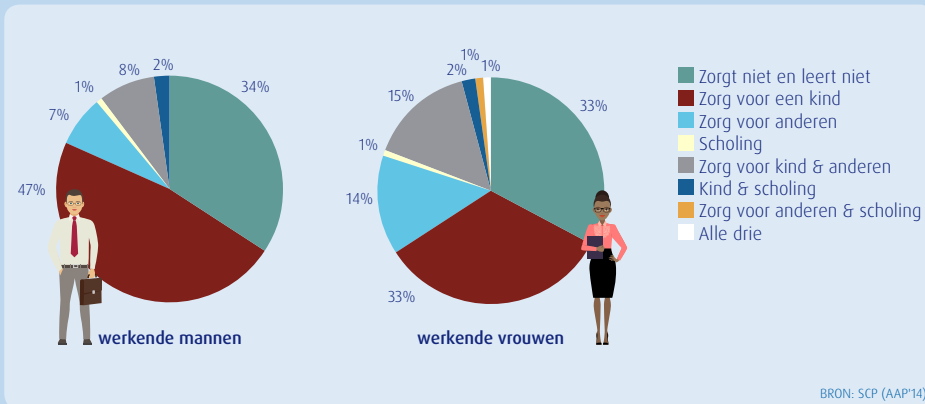
BRON: SCP (AAP'14)



BRON: SCP (TBO'14)

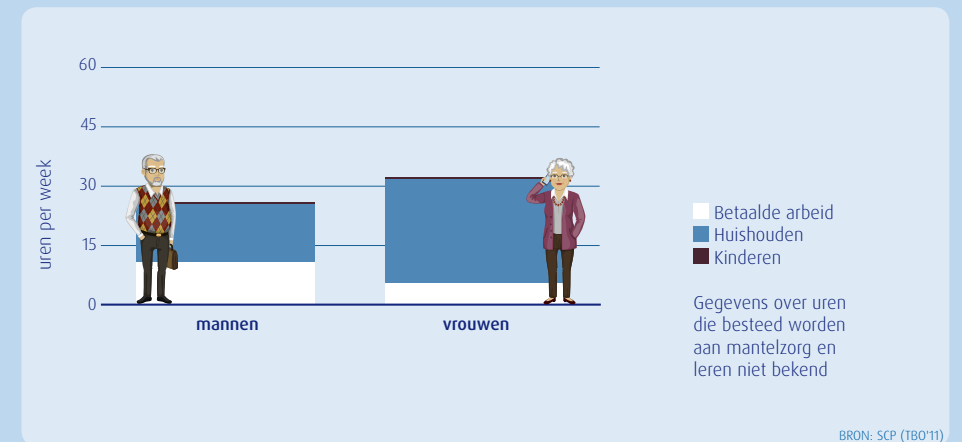
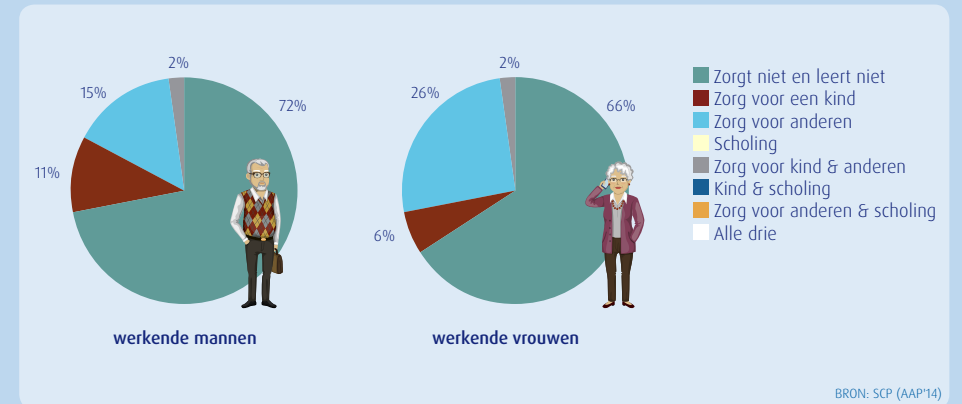
In de gezinsfase combineren veel werknemers hun baan met de zorg voor een kind. Met name vrouwen verlenen daarbij ook nog regelmatig mantelzorg. Aan scholing wordt duidelijk minder tijd besteed dan in de vorige fase. Van alle levensfasen vragen werken, zorgen en leren in deze levensfase opgeteld de meeste uren. Met name voor mannen is het verschil met de vorige fase groot. Zij zijn wekelijks 56 uren kwijt aan werk, zorg en leren; vrouwen 50. Vrouwen besteden in deze fase relatief veel uren aan huishoudelijke taken.

TIJDBESTEDING MID-CAREER (45-60 JAAR)



Als de mid-careerfase aanbreekt, begint mantelzorg (meer) tijd in beslag te nemen. In deze levensfase verleent 1 op de 3 vrouwen mantelzorg en 1 op de 7 mannen. In deze fase verlenen werkenden nog vrij veel zorg aan kinderen. De zorg voor kinderen, kleinkinderen, (schoon)ouders of partner kunnen in elkaar over lopen. De tijd die aan scholing wordt besteed, daalt nog iets verder. De gecombineerde taken vragen samen minder tijd dan in de vorige fase.

TIJDBESTEDING SENIOREN (61-67 JAAR)



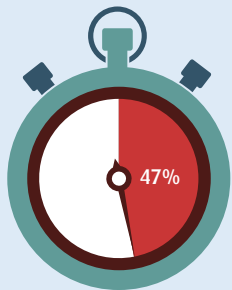
Aan het eind van hun loopbaan hebben werkenden het relatief rustig. Werk, leren en zorg vragen minder tijd dan in de andere fasen. Aan scholing wordt nog maar heel weinig tijd besteed. (Mantel)zorg voor anderen is daarentegen nog belangrijker geworden dan in de vorige fase. Van de werkende vrouwen geeft 34 procent mantelzorg (al dan niet in combinatie met de zorg voor een kind of scholing); van de mannen is dat 28 procent.

3

De gevolgen van combineren

In alle leeftijdsfasen is het druk, zij het met steeds andere combinaties van taken. De gevolgen van die drukte zijn in iedere levensfase merkbaar, onder meer in een opgejaagd gevoel of de ervaring te kort te schieten op het werk of thuis. De oorzaken van de gejaagdheid zijn divers; het kan komen doordat mensen veel ballen in de lucht moeten houden en continu verschillende rollen en taken moeten combineren, maar ook door prestatiedruk en keuzestress.

GEVOLGEN & ERVARINGEN JONGVOLWASSENHEID (20-30 JAAR)



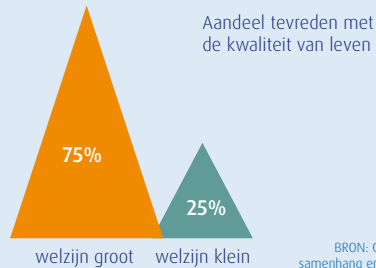
voelt zich tenminste 1 dag in de week opgejaagd

BRON: SCP (TBO'11)



ervaart burnoutklachten

BRON: CBS/TNO (NEA'14)



BRON: CBS (SSB/Sociale samenhang en Welzijn '12/'13)



32% voelt zich weleens tekort schieten op het werk



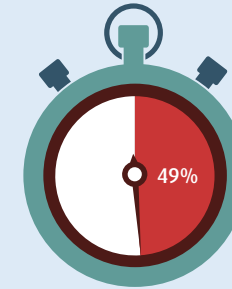
30% voelt zich thuis weleens tekort schieten

BRON: SCP (TBO'11)

De ervaringen van jongvolwassenen vormen een diffuus beeld. Bijna de helft van hen voelt zich regelmatig opgejaagd, bijna een 1 op de 3 voelt zich thuis en/of op het werk weleens tekortschieten en liefst

14 procent ervaart burn-outklachten. Tegelijk zijn drie op de vier zeer tevreden over de kwaliteit van hun leven.

GEVOLGEN & ERVARINGEN GEZINSFASE (30-45 JAAR)



voelt zich tenminste 1 dag in de week opgejaagd

BRON: SCP (TBO'11)



ervaart burnoutklachten

BRON: CBS/TNO (NEA'14)

Onder moeders van jonge kinderen wordt de combinatie van werk en kinderen door...



als **verrijkend** ervaren...



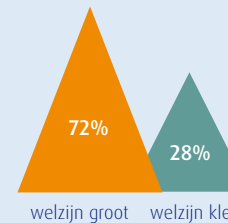
als **zwaar** ervaren



en ervaart **25%** een **gebrek aan balans**

BRON: SCP (KIK'13)

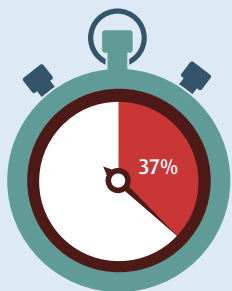
Aandeel tevreden met de kwaliteit van leven



BRON: CBS (SSB/Sociale samenhang en Welzijn '12/'13)

Werkende moeders vinden de combinatie van baan en gezin verrijkend, maar vaker nog 'zwaar'. Opgejaagde gevoelens en burn-outklachten komen (bij mannen en vrouwen samen) in deze fase iets vaker voor dan onder jongvolwassenen. Desondanks oordeelt ook deze groep over het algemeen goed over de kwaliteit van leven; het ervaren welzijn is groot.

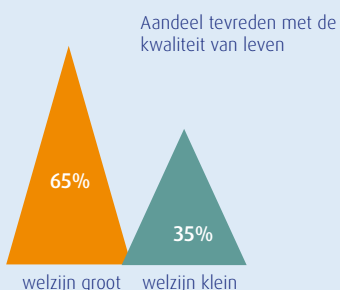
GEVOLGEN EN ERVARINGEN MID-CAREER (45-60 JAAR)



BRON: SCP (TBO'11)



BRON: CBS/TNO (NEA'14)



BRON: CBS (SSB/Sociale samenhang en Welzijn '12/'13)



BRON: SCP (TBO'11)

Bij het ouder worden neemt het gevoel van gejaagdheid iets af. Het aantal mensen met burn-outklachten blijft echter even hoog, evenals het aantal dat zich thuis en/of op het werk weleens tekort voelt schieten. De kwaliteit van leven wordt als iets minder ervaren, waarschijnlijk door de toename van gezondheidsklachten.

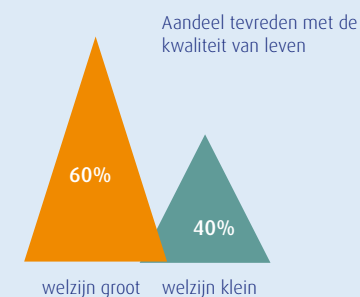
GEVOLGEN EN ERVARINGEN SENIOREN (61-67 JAAR)



BRON: SCP (TBO'11)



BRON: CBS/TNO (NEA'14)



BRON: CBS (SSB/Sociale samenhang en Welzijn '12/'13)



BRON: SCP (TBO'11)

In de laatste fase van het werkzame leven wordt de ervaren (combinatie)druk duidelijk minder. Gevoelens van gejaagdheid en tekortschieten nemen af en burn-outklachten in iets mindere mate ook. Wel ervaren steeds meer mensen een laag welzijn, waarschijnlijk door opnieuw toenemende gezondheidsklachten.

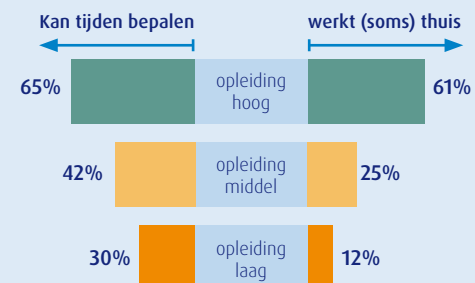
Opvallende uitkomsten

Uit diverse onderzoeksgegevens zijn een aantal opvallende conclusies te trekken:

- Niet alleen vrouwen, maar ook mannen hebben het druk met de combinatie van werk en zorg. Dat geldt vooral voor hoopopgeleide mannen.
- In steeds meer verschillende levensfasen hebben werknemers zorgtaken.
- In alle levensfasen heeft zo'n 15 procent van de werknemers burn-outklachten.

- Scholing neemt in de loop van het arbeidzame leven een steeds kleinere plek in, ondanks alle inspanningen voor 'een leven lang leren'.
- De (beperkte) openingstijden van scholen, kinderdagverblijven en openbare voorzieningen kunnen zorgen voor combinatiedruk.
- De kwaliteit van de vrije tijd kan een rol spelen bij de ervaren tijdsdruk; met name vrouwen steken veel tijd in onbetaald werk thuis en 'vrijwillige' taken op school.

FLEXIBILITEIT IN TIJDEN EN WERKPLEK NAAR OPLEIDINGSNIVEAU



BRON: CBS/TNO (NEA'14)



Verschillen tussen sociale groepen

De combinatie van werk en zorg komt in alle sociale groepen voor. In de beleving daarvan en de kwaliteit van leven bestaan wel grote verschillen:

- Hoogopgeleiden besteden meer tijd aan werken, leren en zorgen dan lager opgeleiden.
- Hoogopgeleiden voelen zich het vaakst gejaagd, maar hebben ook meer middelen en mogelijkheden om te combineren, zoals thuiswerken.
- Hoogopgeleiden ervaren hun kwaliteit van leven aanzienlijk hoger dan laagopgeleiden.
- Onderzoek laat zien dat alleenstaanden een grotere kans hebben op een burn-out en dat zzp'ers gemiddeld meer combinatiedruk ervaren dan werknemers in loondienst.

4

Kansen en risico's

De trend dat we werken, zorgen en leren steeds meer combineren, zet door. De SER ziet kansen om die ontwikkeling in goede banen te leiden. Daarnaast zijn er ook risicofactoren.



Kansen

Technologische en digitale ontwikkelingen maken het combineren van taken makkelijker. Op de arbeidsmarkt zorgt technologisering voor meer productiviteit en meer communicatiemogelijkheden. In de privésituatie kunnen werkenden van nieuwe technieken profiteren in de vorm van bijvoorbeeld robotstofzuigers of alarmeringssystemen die mantelzorgers ondersteunen. De opkomst van digitale platforms en de deeleconomie kan ook voor taakverlichting zorgen, al is die ontwikkeling nog maar in een beginfase. Digitale platforms kunnen bijvoorbeeld de markt voor persoonlijke en huishoudelijke dienstverlening stimuleren. Dat zorgt voor meer werkgelegenheid. De SER vindt het wel belangrijk dat er bij het uitbesteden van diensten – bijvoorbeeld klussen in en rondom huis – sprake is van ‘fatsoenlijk’ werk. Dat wil zeggen: goede arbeidsomstandigheden en arbeidsvoorwaarden. Technologisering zal ervoor zorgen dat de grens tussen werk en privé verder vervaagt. Het is nog niet te zeggen of die flexibiliteit leidt tot een betere balans, of juist tot een grotere kans op burn-out.

Risico's

Vooral vrouwen kiezen vaak voor een deeltijdbaan, om de zorgtaken en andere taken die ze naast hun werk hebben, ook goed te kunnen doen. Doordat we in de toekomst alleen maar meer gaan combineren, bestaat de kans dat vrouwen voor (kleine) deeltijdbanen blijven kiezen, terwijl ze wel meer zouden kunnen of willen werken. In Nederland zijn er relatief veel laagopgeleide vrouwen zonder betaalde baan. De vrouwen die wel een baan hebben, maken, vergeleken met vrouwen in andere Europese landen, in verhouding weinig uren. Werken in deeltijd zit verankerd in de Nederlandse cultuur en ook veel regelingen zijn erop gericht. De SER signaleert dat het moeilijk is om uit die ‘klem’ te komen. Toch is het belangrijk dat vrouwen gestimuleerd worden (meer) te gaan werken. Juist daarom moet

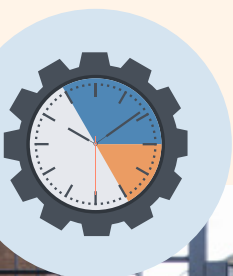
de combinatie van werk, zorg en scholing aantrekkelijk worden gemaakt.

Naast het algemene risico van de ‘deeltijdklem’ zijn er in alle levensfasen specifieke risicofactoren. In de gezinsfase is bijvoorbeeld het gevoel van gejaagdheid groot en bij jongvolwassenen komen relatief veel burn-outklachten voor. Daarom is het belangrijk dat het combineren van taken vergemakkelijkt wordt. Drie combinaties verdienen bijzondere aandacht: werk en jonge kinderen, werk en mantelzorg en werk en scholing. De zorg voor jonge kinderen of andere naasten leidt tot combinatiedruk, terwijl professionele ontwikkeling vaak het eerste is dat sneuvelt wanneer werknemers (te) veel taken combineren. Groepen die bijzondere aandacht verdienen zijn mensen met een lagere opleiding of een laag inkomen, alleenstaanden en zzp'ers.

5

Mogelijke oplossingen

De SER ziet mogelijkheden om werknemers te ondersteunen bij de combinatie van hun werk met andere rollen en taken. Om kansen te benutten en risico's te beperken, stelt de raad een breed palet aan oplossingsrichtingen voor, verdeeld over zes thema's.



1 Slimmer organiseren van tijden

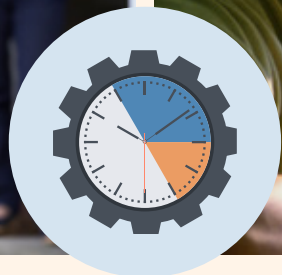
Op een aantal punten is de afgelopen jaren vooruitgang geboekt in het slimmer organiseren van tijden. De openingstijden van voorzieningen als winkels en bibliotheken maar ook gezondheidsinstanties en gemeenten, zijn verruimd. Hetzelfde geldt voor de mogelijkheden voor digitale dienstverlening, zoals elektronische belastingaangifte. Ook heeft de overheid de regelingen voor flexibel werken verbeterd. Op andere punten is verbetering nodig. Zo is de opvang van schoolgaande kinderen ('sluitende dagarrangementen') nog altijd niet optimaal (zie ook thema 2). Daarnaast moet meer geïnvesteerd worden in het doorbreken van het deeltijdmodel. Ook de zeggenschap van werknemers over hun werktijden, bijvoorbeeld door zelfroosteren, kan beter. Bij het ontwikkelen van oplossingen moet rekening worden gehouden met de verschillende behoeften van diverse sociale groepen.

2 Sluitende dagarrangementen voor schoolgaande kinderen

De SER vindt dat het hoog tijd is om werk te maken van een goede opvang van schoolgaande kinderen (4-12 jaar) gedurende de hele dag. Dat kan onder meer door vroegere en betere samenwerking tussen de school en opvanginstanties, meer regelmaat in de schooltijden, inzetten op gezamenlijke huisvesting van school en opvang en meer aandacht voor volwaardige arbeidscontracten in de opvangsector. Meer rust en kwaliteit in de voor-, tussen- en naschoolse opvang komt zowel de kinderen als hun ouders ten goede.

3 Optimaliseren van verlof(opname) na de geboorte van een kind

Ouders hebben in het eerste jaar na de geboorte van hun kind baat bij meer keuzemogelijkheden voor het combineren van werk en zorg. Dat eerste jaar is namelijk een cruciale fase, niet alleen voor de ontwikkeling van het kind, maar ook voor het arbeidsmarktperspectief van ouders. Zij maken in dat jaar keuzes voor arbeid- en zorgpatronen die ze veelal in het vervolg van hun loopbaan handhaven. Overheidsbeleid moet gericht zijn op kwalitatief goede en betaalbare kinderopvang – uitbestede zorg – en op het faciliteren van zorg door de ouders zelf, vindt de SER. Ook met verlofregelingen houden jonge ouders hun band met de arbeidsmarkt in stand. Veel werknemers maken echter beperkt gebruik van verlofregelingen na de geboorte van hun kind. De SER pleit voor nader onderzoek naar verlofregelingen. Verlof zou meer moeten kunnen worden opgenomen en geconcentreerd in het eerste levensjaar van het kind. Er kan onderzoek gedaan worden naar de (gedeeltelijke) compensatie van inkomsten bij onbetaald verlof, bijvoorbeeld door fiscaal-vriendelijke spaarregelingen. Bij het aanpassen van verlofregelingen is het wel belangrijk de aantrekkelijkheid van jonge werknemers op de arbeidsmarkt in de gaten te houden. Met name in het mkb zouden ruimere verlofregelingen werkgevers ervan kunnen weerhouden jongere werknemers aan te nemen.



4 **Betere combinatie van werk en mantelzorg**

Ruim vier miljoen Nederlanders, meest vrouwen, verlenen mantelzorg. Onder werknemers zijn het vooral de 45- tot 67-jarigen die die taak op zich nemen, maar er is ook een vrij grote groep jonge mantelzorgers. Alles bij elkaar verleent 1 op de 20 werknemers mantelzorg. De diversiteit in mantelzorgverleners, mantelzorgontvangers en vormen van mantelzorg is groot. Dat vraagt om maatwerk en een palet aan oplossingen. Om de combinatie van werk en mantelzorg mogelijk te maken, is flexibiliteit van zowel de werkgever als de werknemer nodig. Inspraak in de eigen werktijden en begrip van de werkomgeving kunnen uitkomst bieden. Verder hebben mantelzorgers behoefte aan informatie en advies over bestaande regelingen, die vaak onbekend zijn. Bovendien pleit de SER voor nader onderzoek naar verschillende financieringsvarianten. Daarbij kan specifiek worden gekeken naar kredietfaciliteiten en (fiscaalvriendelijke) spaarregelingen in tijd en geld. Technologische ontwikkelingen en een verder ontwikkelde markt voor persoonlijke dienstverlening kunnen de taken van mantelzorgers verlichten.

5 **Bevorderen van een leven lang leren**

Om tot het einde van hun loopbaan actief en aantrekkelijk te blijven op de arbeidsmarkt, is het belangrijk dat werknemers ‘een leven lang’ blijven leren. In combinatie met andere taken en rollen, komt scholing echter nogal eens in het geding. Dat is met name het geval bij laagopgeleiden, ouderen en flexwerkers. Aan de andere kant zijn scholingsmogelijkheden niet genoeg gericht op mensen die al een baan hebben. De SER vindt dat de bestaande infrastructuur voor scholing beter kan worden gebruikt voor volwassen deelnemers. In het adviestraject *Leren in de toekomst*, dat momenteel loopt, gaat de raad daar verder op in.

6 **Ontwikkelen van de markt voor persoonlijke dienstverlening**

Het combineren van taken wordt op dit moment vooral gefaciliteerd met tijd en/of geld. Daarnaast kan de markt voor persoonlijk dienstverlening een belangrijke rol spelen. Die markt is in opkomst en zal naar verwachting de komende jaren verder groeien. De SER pleit voor verder onderzoek naar dit fenomeen.

Persoonlijke dienstverlening biedt belangrijke kansen: de combinatie van werkenden kan ermeer verlicht worden en de werkgelegenheid kan erdoor groeien. Aan de andere kant zijn er ook risico's, die vooral gaan over de kwaliteit van de werkgelegenheid. Zo zijn goede arbeidsvoorwaarden niet bij voorbaat gegarandeerd. In deze opkomende markt moet daarom specifieke aandacht zijn voor fatsoenlijk werk ('decent work'). De SER doet de komende tijd verder onderzoek naar de markt voor persoonlijke dienstverlening, ook in internationaal perspectief.

Meer weten?

Lees het volledige advies ⇒ [Een werkende combinatie](#) en de ⇒ [kabinetsreactie](#) daarop

SER

Sociaal-Economische Raad
Bezuidenhoutseweg 60
Postbus 90405
2509 LK Den Haag
T 070 3499 525
communicatie@ser.nl

© 2017, Sociaal-Economische Raad

UITGAVE Sociaal-Economische Raad, Den Haag, november 2016
ONTWERP EN OPMAAK Sheila Kok, grafische vormgeving
TEKST Berber Bijma
FOTO'S Shutterstock en Hollandse Hoogte; pagina 3: David Rozing/HH,
pagina 9: Olaf Kraak/HH, pagina 10: Sabine Joosten/HH