

# OP JE WERK MAMA-AF?

VOORDEUR DICHT, WERKDEUR OPEN, EN HUP, JE SCHIET UIT JE MOEDERROL. TOCH? OF BEN JIJ OP JE WERK NOG STEEDS OP EN TOP MOEDER, INCLUSIEF TIENTALLEN FOTO'S OP JE BUREAU EN UITGEBREIDE VERHALEN TIJDENS DE LUNCH? EN WAT IS SLIM, CARRIÈRE-WISE?

tekst MARIETTE MIDDELBEEK illustratie ANNE VAN DEN BERG

**C**AROLINE (39, GETROUWD MET ROB, 43, MOEDER VAN SIPKE, 10, EN EVA, 8) WERKT ALS AMBTENAAR BIJ DE GEMEENTE: 'Als ik weleens aan Rob vertel hoeveel tijd er op mijn werk wordt besteed aan privédingen, valt zijn mond open. Bij hem - accountmanager bij een levensmiddelenfabrikant - wordt op maandagochtend gevraagd 'Hoe was het weekend?', en nadat iedereen 'Goed' heeft geantwoord, gaan Rob en zijn collega's aan de slag. Nee, dan bij ons... Op maandagochtend wordt ieders weekend uitgebreid doorgenomen en dat is nog maar het begin. Ik weet zo'n beetje alles over het privéleven van mijn collega's en negen van de tien keer is iemand op een dag meer dan een uur kwijt met verhalen over de kinderen. Van voetbalwed-

strijden tot ruzietjes op school: alles wordt gedeeld. Ook al ben ik zelf moeder en vertel ik ook heus weleens iets over mijn kinderen, het stoort me dat de andere moeders dat zo uitgebreid doen. We zijn op ons werk om te werken, niet om tot in detail de belevenissen van onze kids door te nemen. Tijdens de lunch, oké, maar de hele dag door? Laatst is een van mijn collega's er door onze leidinggevende op aangesproken dat ze de hele tijd over haar kinderen zit te kletsen. Hoogst verantwoordigd was ze, maar ik gaf onze chef groot gelijk. Toen een paar weken later een leuke, hogere functie niet naar mijn collega maar naar een ander ging, voelde ze zich zelfs gediscrimineerd. Omdat zij kinderen had, had zij die functie niet gekregen, beweerde ze. Dat is helemaal niet waar, want degene die het wel werd, heeft ook een zoon van zes. Alleen werkt ze een stuk harder, omdat ze niet de halve dag zit te kletsen over haar kind. Sindsdien probeer ik nog meer om mijn werk en privé te scheiden. Door de leidinggevenden wordt dat gewaardeerd, door mijn directe collega's niet. Die vinden me vaak zelfs saai omdat ik niet meepraat. Ik ben niet op mijn werk voor een theebronsje met andere moeders. Dat doe ik in mijn vrije tijd wel.'

## Wel goed/niet goed voor je imago

**Zabeth van Veen is imagodeskundige. Ze geeft mensen inzicht in welk imago ze hebben, welke belemmerende factoren daaraan bijdragen en hoe ze dit kunnen veranderen. Ze is zelf moeder van een dochter (10).**

'Of een 'moederimago' op je werk een goed idee is, hangt in de eerste plaats af van de sector waarin je werkt. In sectoren als het onderwijs, de zorg of de kinderopvang, werkt een zogenaamd moederimago juist vóór je. Je straalt zorgzaamheid uit en dat is in deze functies alleen maar goed.

Maar in veel andere bedrijfstakken geldt het omgekeerde, daar werkt zo'n imago tegen je. Denk aan sectoren als de zakelijke dienstverlening, consultancy, de financiële wereld. Hier leven in verhouding meer vooroordelen over moeders: dat hun kennis verouderd is - dit geldt vooral voor herintreders - en dat ze minder flexibel en betrokken zijn. Dit zijn vooroordelen die belemmerend werken in je carrière, zeker als je het imago van moeder zelf verder versterkt. Bijvoorbeeld door je hele bureau vol te zetten met foto's. De foto's leiden niet alleen af, ze geven ook het beeld dat je niet volledig met je werk bezig bent. Dat beeld hoeft helemaal niet te kloppen, maar het is de perceptie die je ermee oproept, ook als je bijvoorbeeld veel over je kind praat of voortdurend naar huis of de opvang belt om te vragen hoe het gaat. Je hoeft het moederschap niet weg te moffelen, maar je hoeft er ook niet elke keer zelf over te beginnen. En het kan een keer gebeuren dat je weg moet omdat je kind ziek is, maar gebeurt dit wel

>

erg vaak, dan wekt het irritatie op bij collega's. Bovendien doet het je imago geen goed, ook al haal je die uren 's avonds in. Je wilt de indruk maken dat je werk centraal staat en als je serieus wilt worden genomen, moet je dat juist onder werktijd uitstralen.

Veel moeders hebben de neiging om na hun werk naar huis of naar de bso te snellen om hun kind op te halen. Die borrel om vijf uur schiet er dan bij in. Mijn advies is om juist af en toe wél naar die borrel te gaan. Je ontmoet nieuwe mensen en praat anders met collega's die je al kent. Je hoort er over nieuwe projecten waaraan je misschien een bijdrage kunt leveren, of over interessante vacatures. Die kansen loop je mis als je stipt om vijf uur het pand verlaat, omdat je je kinderen moet ophalen.

Netwerken is óók werken. Bekijk het op die manier en regel iets voor je kinderen.

Door aanwezig te zijn op borrels creëer je niet alleen carrièrekansen voor jezelf, maar laat je ook zien dat je je baan belangrijk vindt. Ook hierbij draait het om beeldvorming. Meer info: [imagomatch.nl](http://imagomatch.nl)

JE HOEFT NIET  
ELKE KEER ZELF  
OVER HET  
MOEDERSCHAP  
TE BEGINNEN

## Vooroordelen

Werkende moeders zijn bij bedrijven nou niet meteen het meest populair als nieuwe werknemers. Uit onderzoek van kantoorverhuurder Regus bleek in 2011 dat wereldwijd slechts 36 procent van de bedrijven dat jaar werkende moeders wilde aannemen. In Nederland was dat percentage nog lager: 28 procent, terwijl 37 procent van de bedrijven wel van plan was dat jaar nieuw personeel aan te nemen. De redenen hiervoor bleken veelal gebaseerd op hardnekkige vooroordelen. Zo werd bij 28 procent van de Nederlandse bedrijven gedacht dat werkende moeders minder betrokken en flexibel waren en was 26 procent bang dat de kennis van de mama's niet up-to-date was.

## Mama is productief

Dat die vooroordelen niet kloppen, blijkt uit onderzoek van Microsoft onder vrouwen en werkgevers. Moeders blijken juist productiever dan hun seksegenoten zonder kinderen. Ruim 62 procent van de mama's gaf aan na de komst van junior opvallend veel beter te kunnen multitasken, 50 procent vindt zichzelf beter geworden in timemanagement en 25 procent heeft sinds het moederschap meer organisatietalent. Moeders zijn niet de enigen die deze verbeteringen in hun werkprestaties zien, ook werkgevers merken de voordelen. 57 procent zegt dat vrouwen met kinderen betere teamspelers zijn en 35 procent zegt inderdaad dat moeders sterren op multitask-gebied zijn.

## Af van je mama-imago?

Aanpassen om het aanpassen gaat je niet verder brengen. De basis is zelfkennis, zowel van je binnen- als je buitenkant, en vervolgens vertrouwen in jezelf. Heb je die basis gelegd, dan geven deze handige uiterlijk-adviezen van Zabeth van Veen je een steuntje in de rug om je mama-imago de rug toe te keren.

- Make-up doet wonderen voor je uitstraling, aldus Zabeth. 'Als je je opmaakt – en dat hoeft echt niet zwaar, liever niet zelfs want te zwaar opmaken wordt juist weer gezien als een masker – ontstaat bij een ander meteen het beeld dat je betrokken bent. In de Verenigde Staten bleek uit onderzoek zelfs dat vrouwen die zich opmaken, tien procent meer salaris kregen! Je lijkt energiever, bent representatiever en bovendien creëer je het beeld dat je *in control* bent. Je hebt 's ochtends immers tijd om je op te maken, dan zul je de boel thuis wel goed geregeld hebben.'

- Kleding is je visitekaartje. Zabeth: 'Vanaf het moment dat je terugkomt van zwangerschapsverlof, laat je met je kleding zien dat je er weer staat. Ga dus niet voor die fijne zwangerschapsbroek die zo lekker zit, omdat je je oude kleding nog niet past. Shop desnoods een nieuwe outfit, of leen kleding van een vriendin, maar kleed je juist dan bewust naar je allerhoogste 'status'. Je meest zakelijke outfit maakt dat je meteen weer serieus wordt genomen. Zeker als je moet zorgen dat je je taken terugkrijgt van collega's die je hebben vervangen, is het belangrijk om niet terug te komen met een moeder-imago, maar juist als de zakelijke werknemer.' Maar ook daarna bepaalt kleding voor een belangrijk deel je imago. 'Met nette en representatieve kleding geef je de indruk dat je alles onder controle hebt. Zit je kleding niet goed of is deze niet schoon, dan straalt je uit dat je niet *in control* bent. Niet alleen op gebied van uiterlijk, maar óók op het gebied van werk. Natuurlijk kan het gebeuren dat je kind net voor je de deur uitgaat een vlek op je kleding maakt en dat je dit niet doorhebt. Zorg daarom dat je op je werk een schone blouse hebt, of een sjaal om een vlek mee te verbergen.' Ook een goede: kies niet voor een vest, hoe lekker het ook zit. Dat is namelijk precies het probleem: in dat fijne vest laat je onbewust aan de ander zien dat je gaat voor comfortabel en makkelijk en niet voor hard werken en presteren. Zabeth: 'Er zijn ook prachtige vesten die echt iets voor je imago doen, maar een lekker makkelijk vestje werkt echt tegen je. Je krijgt geen daadkrachtig, effectief imago. Je ziet eruit alsof je met één been op het schoolplein staat, terwijl je juist wil laten zien dat je bereid bent hard te werken. Kies liever voor een colbert, daarin kom je veel

zakelijker over. Overigens hoeft een colbert helemaal niet minder lekker te zitten. Een exemplaar van tricot zit als een vest, maar ziet eruit als een jasje. Zorg in elk geval voor een kraag: daardoor straalt je autoriteit uit.'

- Kleuren kunnen je goed helpen om je imago te sturen of een *boost* te geven, volgens Zabeth. 'Als je moe bent, kom je niet over als een alerte werknemer. Belangrijk dus om te voorkomen dat je vermoeidheid je aan te zien is. Naast make-up is kleur een belangrijk wapen. In grijs en beige lijkt je veel vermoeider dan in vrolijke, energieke kleuren. Afhankelijk van welk kleurtype je bent, kun je bijvoorbeeld kiezen voor rood. Dat hoeft niet felrood te zijn; oranje of bordeaux kunnen net zo goed, als je maar een kleur rood kiest die bij je past. Rood maakt energiever en valt op. Iemand die rood draagt, kun je simpelweg niet negeren. Ook al ben je bekaf, in rood laat je jezelf zien, je ziet eruit alsof je mee wilt doen en daardoor straalt je betrokkenheid uit. En kleur kan nog meer voor je doen. Turkoois staat iedereen en geeft een vriendelijke uitstraling. Mensen die deze kleur dragen, worden gezien als innovatiever en betrouwbaar. En dat wil je natuurlijk, als werknemer.'
- Draag hakken, voor extra power. Zabeth: 'Het hoeven echt geen superhoge hakken te zijn, ook een laag hakje geeft je al een rechttere houding en een mooier loopje. Je straalt zelfvertrouwen uit en valt meer op.

## Mama doet mee

Steeds meer moeders doen mee op de arbeidsmarkt. Van de 1,4 moeders met jonge kinderen had in 2012 76 procent een baan voor ten minste twaalf uur per week, of was daarvoor op zoek. Tien jaar eerder was dat nog 60 procent. Deeltijdwerk is het meest populair: 86 procent van de werkende moeders heeft een baan van tussen de 12 en 35 uur per week. (bron: CBS)

## NANDA (38, RELATIE MET HUGO, 40, MOEDER VAN LIEKE, 11, OLIVIER, 8, EN MEES, 5) WERKT OP DE FINANCIËLE ADMINISTRATIE:

'Moeder ben je altijd en overal, vind ik. Dus als ik op mijn werk ben, ben ik óók moeder. Ik ben super trots op mijn kinderen, en dat laat ik merken ook. Op mijn bureau staat een foto van ze en elke dag vertel ik wel iets over mijn kinderen. Er gebeurt genoeg en er is altijd wel iets grappigs of ontroerends om te delen. Ik heb een aantal directe collega's, sommigen hebben wel kinderen, anderen niet. Als degenen zonder kinderen zich eraan storen dat ik over mijn kinderen praat, dan luisteren ze maar niet. Zij hebben het toch ook weleens over zaken waar ik niet zoveel mee heb? En waarom zou ik niet mogen laten merken dat ik moeder ben? Ik vind ook dat ik van mijn werkgever een bepaalde flexibiliteit mag verwachten. Ik loop echt niet de kantjes eraf, maar ik ben wél elke dag om half vijf weg. Anders red ik het niet met het halen van de kinderen. Meestal lukt het me om om acht uur 's ochtends op mijn werk te zijn, dus haal ik precies mijn uren. En gaat dat een keer niet, dan doe ik 's avonds thuis nog wat werk. Dat geldt ook als ik eens eerder weg moet of niet kan komen omdat er een kind ziek is. Ik begrijp dat dat vervelend is voor mijn werkgever en collega's, maar ja, er is niks aan te doen. Ik ben nou eenmaal moeder en dan ben je soms op een andere plek harder nodig dan op je werk. Ik denk dat ik een prima werknemer ben

en met wat begrip van beide kanten is mijn werk goed met het moederschap te combineren. Op een incidentele opmerking na krijg ik geen klachten, dus volgens mij is dit voor iedereen een werkbaar situatie.' ♦

'WAAROM  
ZOU IK NIET  
LATEN MERKEN  
DAT IK OOK  
MOEDER BEN?'

