

Grip op de tijd

Van al onze ervaringen is de tijd misschien wel de meest ongrijpbare. Elke dag heeft evenveel uren, toch is de ene dag sneller voorbij dan de andere. Naarmate je ouder wordt, lijkt de tijd sneller te gaan. Een klok in beweging tikt langzamer dan een klok die stilstaat.



Als de tijd drukt, hebben we er te weinig van om de dingen te doen die we willen of moeten. Het voortschrijden van de tijd lijkt steeds sneller te gaan en wordt een last. Elke seconde die wegtikt, vergroot het risico dat we moeten toegeven dat we hebben gefaald omdat we tijd tekortkwamen. Taak niet gedaan, belofte niet waargemaakt, ambitie niet gerealiseerd. Er staat veel op het spel, de klok tikt niet alleen harder maar ook luider.

Van te veel tijd hebben we ook last. Dan wil je bijvoorbeeld dat de tijd sneller gaat, zodat iets onprettigs gauw voorbijgaat (in de tandartsstoel; met niessende mensen in de lift). Of je weet je geen raad met de zeeën van tijd die je overhoudt omdat school of werk te makkelijk is voor je, of omdat je geen grip hebt op die eindeloos lange vakantiedag die zich leeg voor je uitstrekt. Dan hebben we last van horror vacui, van verveling, van gebrek aan uitdaging. Voor het tegenovergestelde van tijdsdruk bestaat geen goed woord: tijds····???

Tijdsdruk is onaangenaam, we krijgen er stress van. Hoe krijgen we grip op de tijd die ons bedrukt doordat we er te weinig van hebben? In een vliegtuig springen of op het laagste punt van Nederland werken, helpt me niks – het tempo van mijn tijd verandert alleen maar ten opzichte van die van een ander. In *Waar blijft mijn tijd?* reikt hoogleraar sociologie Tanja van der Lippe een aantal strategieën aan om meer uit de tijd te halen, zoals multitasken (tv-kijken en mail checken) en tijdrovende activiteiten inruilen voor tijdsbesparende (thuis sporten in plaats van bij de sportvereniging).

De oplossing van auteur A.F.Th. van der Heijden is het 'leven in de breedte', waar alle gebeurtenissen zich gelijktijdig afspelen, '····in plaats van elkaar tijdrovend op te volgen'. Het is een remedie die we allerwegen enthousiast toepassen. We vermeerderen onze tijd door die van anderen in te kopen: van de hulp die ons huis schoonmaakt, de medewerker die onze kinderen opvangt, de bezorger die onze pakketjes brengt. Om er grip op te krijgen, maken we tijd verhandelbaar en daarmee introduceren we een race to the bottom: de uren die we van anderen inkopen, moeten minder kosten dan de onze, want anders kan het niet uit. Per saldo verleggen we de tijdsdruk. Ons leven in de breedte versmalt dat van anderen. Ergens houdt het op – veel (schijn)zelfstandigen en nulurencontractanten kunnen ervan meepraten. In zijn recente advies *Zekerheid voor mensen····* speelt de SER daarop in met een normtarief van 30 à 35 euro per uur. Het benadrukt wat mij betreft dat grip krijgen op tijd(sdruk) niet alleen een persoonlijke maar ook maatschappelijke kwestie is. «

Gert van der Kolk | vennoot OIO (bureau voor Organisaties in Ontwikkeling), traint, adviseert en schrijft over samenwerkingsvragen.