

De eeuwige twijfelaars

Dertigers hebben het tegenwoordig maar moeilijk, zo veel is inmiddels bekend. Zij worstelen met grote levensvragen en tientallen keuzedilemma's. Wel of geen kinderen, een wereldreis maken of toch maar vrijwilligerswerk? Nienke Wijnants — zelf dertiger — bestudeerde jarenlang haar generatiegenoten en kwam tot de conclusie dat maar liefst 75% last heeft van het zogeheten dertigersdilemma oftewel de 'quarterlifecrisis'. De psycholoog en loopbaanadviseur publiceerde onlangs het boek *Het dertigersdilemma. De belangrijkste loopbaanvragen van twintigers en dertigers*.

Volgens Wijnants hebben de dertigers het extra moeilijk omdat zij nog zijn opgegroeid met een beperkt aantal keuzemogelijkheden. De huidige lawine aan keuzes die zij moeten maken omtrent banen of relaties leidt in het volwassen leven tot besluiteloosheid en frustratie. Zo willen dertigers het liefst een spannende baan, een druk sociaal leven en bijzondere reizen ondernemen en natuurlijk sporten. Het mogen dan allemaal luxeproblemen lijken, zij

zorgen wel degelijk voor stress, aldus de auteur. Steeds opnieuw moeten kiezen en maar bang zijn dat je de verkeerde keuzes maakt is tenslotte zo leuk nog niet. Want ja zeggen tegen een optie, betekent nee zeggen tegen duizenden andere mogelijkheden.

De media en maatschappij zorgen er volgens Wijnants voor dat dertigers de druk voelen van hun leven een ongekend succes te maken omdat alles tegenwoordig maakbaar is. Als wij niet gelukkig zijn is dat eigenlijk onze eigen schuld.

Dertigers krijgen ook behoorlijk wat kritiek te verduren omdat zij in welvaart zijn opgegroeid, veeleisend zouden zijn en lastig om aan te sturen. Kortom: ze zouden stinkend verwend zijn. Verwend of niet, het belangrijkste kenmerk van dertigers blijft de tegenstrijdigheid, stelt Wijnants. Jonge managers willen zowel snel carrière maken als flexibele werktijden en een goede balans tussen werk en privé. Duurzaamheid en idealisme gaan gepaard met ambitie en materialisme. Grote onzekerheid en twijfels worden afgewisseld met zelfvertrouwen, lef en



Toegankelijkheid ★★★★★

Toepasbaarheid ★★★★★

Toegevoegde waarde ★★★★★

Nienke Wijnants schreef een prettig leesbaar boek over keuzedilemma's van dertigers. Zij geeft bruibare tips en adviezen voor de doelgroep en de directe omgeving

ondernemerschap.

Wijnants adviseert om te bepalen welke keuzes echt belangrijk genoeg zijn om veel tijd en energie in te investeren. Beperk tevens de keuzemogelijkheden door bijvoorbeeld slechts met drie werkgevers te praten. Het heeft ook weinig nut om onszelf steeds met anderen te vergelijken, omdat dit vaak leidt tot ontevredenheid.

Veel dertigers zijn volgens haar bovendien steeds op zoek naar zingeving. Daarvoor zou het goed zijn om een lijst te maken van de persoonlijke talenten en te onderzoeken in hoeverre deze in het werk worden ingezet en gewaardeerd.

De auteur besteedt niet alleen aandacht aan loopbaanvragen, maar wijdt ook een heel hoofdstuk aan relaties, een onderwerp dat volgens haar veel dertigers bezighoudt. Zo zijn er meer vrijblijvende relaties, wonen dertigers vaker samen en trouwen minder. Daardoor worden relaties makkelijker beëindigd en zijn veel dertigers sneller 'gescheiden'.

De zoektocht naar perfectie vertaalt zich in een zoektocht naar de perfecte partner. Het

eisenpakket is dan ook niet mals en bovenal onrealistisch, vindt de loopbaanadviseur. 'De generatie van onze ouders gelooft haar oren niet wanneer de dochters in het weekend verzuchten dat 'de man zulke foute schoenen had, dat kon niks worden'. Happy singles bestaan volgens haar niet, maar zijn permanent op zoek naar een partner. En dat is niet verkeerd, omdat uit onderzoek blijkt dat mensen in een relatie gelukkiger, rijker en gezonder zijn dan singles, concludeert zij.

Wijnants schrijft zeer toegankelijk, beschrijft herkenbare dilemma's en geeft bruikbare tips en adviezen. Het boek is niet alleen geschikt voor de twijfelende dertiger, maar ook voor de werkgever of leidinggevende van deze generatie. Of eigenlijk voor iedereen die moeite heeft met keuzes maken.

.....
'Het dertigers dilemma. De belangrijkste loopbaan- en levensvragen van twintigers en dertigers'. Auteur: Nienke Wijnants. Uitgever: Bert Bakker. ISBN 9789035132702, €16,95.

