

‘Vaders gelukkiger als ze minder werken’

Door: [redactie](#) 21 jun 2018 [Ouders](#)

Vaders zouden gelukkiger zijn als ze minder zouden werken en daardoor minder financiële verantwoordelijkheden hebben. Ook heeft het minder werken een positieve invloed op het gezin, op de partners én zelfs op de samenleving.

Dit beweert Hanna Harthoorn van de stichting Emancipator, een stichting die zich inzet voor mannenemancipatie.

Positief voor vader en moeder

Uit een recent Amerikaans [onderzoek](#) van de Universiteit van Connecticut blijkt namelijk dat mannen die kostwinner zijn, minder gelukkig zijn door hun financiële verantwoordelijkheden. Dit onderzoek werd onder ruim 3.000 getrouwde mannen en vrouwen tussen de 18 en 35 jaar gehouden. Het onderzoek wees uit dat mannen die als enige kostwinner in het gezin zijn, gemiddeld een 5 procent lagere geluksscore hebben. Uit ditzelfde onderzoek bleek dat vrouwen juist wel gelukkiger worden als ze méér werken. Op die manier stellen de onderzoekers dat het voor zowel vaders als moeders beter zou zijn als de werkverhouding tussen gelijk wordt

getrokken.

De maatschappelijke drempels

Maar waarom gaan vaders dan niet gewoon minder werken? Komt het puur door de financiën? Volgens Harthoorn zijn er verschillende maatschappelijke drempels. Allereerst heerst er volgens haar nog steeds een taboe rondom mannen die minder willen werken. “Vaak willen werkgevers bijvoorbeeld niet meewerken”, legt Harthoorn uit. Daarnaast doet de overheid weinig om de zorg voor het gezin onder mannen te stimuleren. “Nederland loopt vergeleken met andere landen nog steeds ontzettend achter wat betreft vaderschapsverlof. Daarmee ontstaat er van het begin af aan al een kloof tussen vader en moeder”. Volgens haar wordt de traditionele opvatting over mannelijkheid en carrière maken in stand gehouden.

Positief voor het kind

Maar Harthoorn denkt dat het ook voor kinderen beter is als de verhouding tussen vaders en moeders gelijk wordt getrokken. Uit [onderzoek](#) van *Men Care* blijkt dat kinderen gezonder en gelukkiger opgroeien als de vader meer bij de opvoeding betrokken is. “Een vader die een belangrijk aandeel heeft in de opvoeding, zorgt voor minder depressies, angsten en een beter zelfbeeld bij kinderen. Daarnaast kunnen zij gemakkelijker positieve relaties aangaan met anderen,” aldus Harthoorn.

Positief voor de samenleving

En dit is niet alleen beter voor het gezin en het huwelijk, maar ook voor de samenleving. Omdat de man over het algemeen meer verdient, wordt er nu vaak gekozen om de man meer te laten werken. “Maar als steeds meer mannen minder gaan werken en vrouwen juist meer, zal het inkomensverschil ook verminderen”, zegt Harthoorn.

Bron: RTL Nieuws

Sponsored

5 x Snelle snacks voor drukke mama's

De dag is nog niet begonnen of de kinderen staan al naast je bed te springen om aandacht en ontbijt. Je doucht, kleedt iedereen aan, voert de kids, neemt zelf een paar happen en vliegt de deur uit. Voor je het weet ben je druk in de weer en is de ochtend alweer bijna voorbij.

Voor drukke mama's kan het lastig zijn om de tijd nemen voor een gezonde maaltijd, maar als je maag eenmaal begint te knorren weet je dat het hoog tijd wordt voor een snack. Maar wat kun je nou eten als je weinig tijd hebt maar toch een verantwoorde keuze wilt maken? Wij zetten vijf tips voor je op een rij.



1. Maaltijdreep

Maaltijdrepen zijn ontzettend handig. Vaak als je het te druk hebt pak je snel maar even iets, waar je later misschien weer spijt van krijgt. Als je in zo'n geval een maaltijdreep neemt, heb je toch op een makkelijke manier iets voedzaams binnen, zonder dat het veel moeite kost. Goed nieuws: ze zijn er in verschillende smaken. Atkins heeft maaltijdrepen boordevol vezels, vitamines en mineralen, in onder andere de [Seasalt-Caramel smaak](#). Daar mag je van genieten! Benieuwd naar de andere Atkins harvest smaken? [Check ze hier allemaal](#).

2. Fruit

Altijd lekker. Fruit bevat veel vitamines, mineralen en antioxidanten. Neem bijvoorbeeld een mandarijntje, wat ook nog eens je stresshormoon verlaagt. Je kunt ook een bakje frambozen nemen, want naast dat het gewoon lekker is, bevatten ze ook een grote hoeveelheid antioxidanten die je beschermen tegen veroudering.

3. Maaltijdshake

Naast maaltijdrepen zijn maaltijdshakes ook mega handig! Je kunt eindeloos variëren, want maaltijdshakes zijn er in veel verschillende smaken. De shake mixes bestaan uit een shake poeder die gemengd moet worden met water. Atkins heeft naast deze shakes in de smaken [Vanille](#) en [Chocola](#), ook nog ready-to-drink shakes: die je direct kunt drinken zonder te shaken. De suikerarme ready-to-drink shakes van Atkins zijn ook handig voor als je onderweg bent én verkrijgbaar in de smaken [Chocolate](#) of [Strawberry](#).

4. Rauwkost

Rauwkost bevat veel vezels die ervoor zorgen dat je snel een vol gevoel hebt. Denk aan wortels, paprika, komkommer, tomaatjes of bleekselderij. Breng rauwkost op smaak met kruiden of combineer het met hummus, yoghurt of tzatziki.v

5. Griekse yoghurt

Griekse yoghurt lijkt op kwark (wat eigenlijk een hele jonge kaas is, die veel eiwitten, calcium en weinig koolhydraten bevat), maar is romiger en milder van smaak. Griekse yoghurt is een vullend tussendoortje én houdt de

Ook interessant



6 Redenen waarom het voor vaders belangrijk is om met hun kinderen te spelen

28 jul 2018 [Ouders](#)



Te lief! Vader gaat het podium op en helpt zijn dochtertje die last heeft va...

28 jul 2018 [Ouders](#)



Onderzoek: ouders zijn oververmoeid door het ouderschap (en dit kun je eraan...

21 jul 2018 [Ouders](#)



25 dingen waar je als ouder geduld voor moet hebben

20 jul 2018 [Ouders](#)



Zo zag het ouderschap eruit voordat het internet alle antwoorden gaf

18 jul 2018 [Ouders](#)

Meest gelezen



1

Prachtig filmpje: meisje (5) met autisme zegt haar allereerste woordje

4 aug 2018 [Gedrag](#)



2

Deze fotoserie van kinderen met hun favoriete speelgoed zet je aan het denke...

3 aug 2018 [Vrije Tijd](#)



3

De 8 leukste kinderfilms met een boodschap

4 aug 2018 [Vrije Tijd](#)



4

Onderzoek: ouders hebben 2000 ruzies met hun kind per jaar

2 aug 2018 [Ruzie maken](#)



5

Onderzoek: smartphonegebruik onder jongeren zorgt voor afname breinmassa

3 aug 2018 [Gezondheid](#)

Voorwaarden

Notice & Takedown

