

VRAAG & ANTWOORD

door Edith van Schie

Beeldschermbril: wie gaat die betalen?

Vraag: Afgelopen donderdag kreeg ik van een van mijn thuiswerkende medewerkers een factuur onder mijn neus van een beeldschermbril van 800 euro. Hij zegt dat ik die moet betalen. Klopt dat?

Antwoord: In principe wel, maar niet zomaar zonder meer. Als een werknemer die beeldschermwerk doet zijn beeldscherm met zijn eigen bril niet kan lezen, dan zal de werknemer eerst moeten laten onderzoeken of hij een beeldschermbril nodig heeft. Dat onderzoek wordt normaal gesproken uitgevoerd door een opticien. De werkgever mag eisen stellen aan het soort opticien waar de werknemer het onderzoek laat doen, bijvoorbeeld dat dit bij een bij de Nederlandse Unie van Optiekbedrijven aangesloten opticien gebeurt.

Als uit het onderzoek blijkt dat de werknemer een beeldschermbril nodig heeft en dat andere oplossingen, zoals bijvoorbeeld zorgen voor de juiste afstand tussen ogen en beeldscherm of het voorkomen van schittering op het beeldscherm, de klachten niet kunnen verhelpen, dan moet de werkgever de glazen en het montuur vergoeden.

Eventuele extra's zoals ontspiegelde- of gekleurde glazen of een kraswerende coating hoeft de werkgever niet te vergoeden. De werkgever mag bepalen welk bedrag maximaal wordt vergoed. Voor dat maximumbedrag moet de bril natuurlijk wel aangeschaft kunnen worden, maar als de werknemer per se een Chanel montuur wil, dan is de werkgever niet verplicht om die te vergoeden. De werkgever mag ook bepalen dat de werknemer niet elk jaar een nieuwe beeldschermbril vergoed krijgt, maar bijvoorbeeld eens in de twee- of drie jaar.

Edith van Schie is arbeidsrechtjurist bij XpertHR



Loonkloof niet kleiner

Vrouwen blijven structureel minder per uur verdienen dan mannen, ook als voor allerlei verklarende factoren wordt gecontroleerd. Tussen 2016 en 2018 is die loonkloof niet kleiner geworden. Dat blijkt uit cijfers van het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS). „De loonkloof werd langzaam kleiner, maar de laatste jaren stagneert het”, zegt CBS-hoofdconoom Peter Hein van Mulligen. Vrouwen die bij de overheid werken, verdienen in 2018 gemiddeld 26 euro per uur. Hun mannelijke collega's verdienen 28 euro per uur: 8 procent meer. In het bedrijfsleven - van de schoonmaaksector tot de financiële wereld - zijn de verschillen groter. Vrouwen verdienen daar gemiddeld 18 euro per uur, en mannen 22 euro, dit is maar liefst 19 procent meer. Die verschillen worden sinds 2008 wel langzaam kleiner, maar sinds 2016 staat de trend dus stil.

Het CBS heeft de cijfers ook gecontroleerd voor onderwijsniveau, functieniveau, werkervaring en leeftijd. De loonverschillen worden dan minder groot, maar blijven wel bestaan. Bij de overheid verdienen vrouwen dan 4 procent minder (in 2016 5 procent), en in het bedrijfsleven 7 procent, net als in 2016.

Bij de twintigers verdienen de vrouwen juist nog meer dan de mannen: zij zijn vaak hoger opgeleid. Die hogere opleiding zorgt vooral aan het begin van de carrière nog voor een hoger salaris. „Als vrouwen kinderen krijgen komt de carrière vaak op een tweede spoor. Zij gaan meestal minder uren werken. Zo werkt het nou eenmaal, en ik zie daar ook geen veranderingen”, zegt Van Mulligen. De loonkloof kan deels worden verklaard door het feit dat er meer mannen in - beter betaalde - leidinggevende functies zijn.

PERSOONLIJK LEIDERSCHAP De leiding nemen over

Haal eruit

Soms blijkt het leven minder maakbaar dan gedacht. Daar kun je op stuklopen met een burn-out tot gevolg. Of je weet tijdig bij te sturen en neemt de leiding over jezelf. Hoe? Door te leren schipperen, legt Marret Kramer uit in haar boek over persoonlijk leiderschap in roerige tijden.

In haar werk als coach en begeleider van leiderschaps- en ontwikkeltrajecten binnen bedrijven zag Marret Kramer uit Haarlem het regelmatig: jonge professionals en veertigplussers die vastlopen. „Je rolt ergens in en gaat door”, schetst ze overeenkomende patronen. „Je leven wordt voller en drukker. Met steeds meer moeten dan willen. Mettertijd of door veranderende, moeilijke omstandigheden zoals bijvoorbeeld nu corona, komt het reflecteren: is dit het? Er moet toch meer zijn?”

Vage onvrede en sluimerende verlangens kunnen de prikkel zijn om de leiding over jezelf (terug) te nemen. „Niet anderen laten beslissen”, verduidelijkt Kramer, „maar zelf bepalen wat je met je leven wilt en hoe je daar vorm aangeeft.” Als professional heeft ze veel kennis en jarenlange ervaring op het gebied van persoonlijk leiderschap. Toch ontkwam ze ook zelf niet aan een persoonlijke inzinking. „Een nekhernia en de overgang waren bij mij de aanleiding”, vertelt ze openhartig. Die crisis te boven gekomen, bundelde Kramer haar professionele en doorleefde expertise in een compact boek.

Schipbreuk

In zeven hoofdstukken neemt ze de lezer mee in haar eigen verhaal en zoektocht. Ze gebruikt talloze voorbeelden en biedt praktische handvatten. Na elk hoofdstuk volgen vragen om te reflecteren en 'bronnen van inspiratie' om jezelf te coachen in de levenskunst van 'schipperen'. Want dat is Kramers les en boodschap, die ze met anderen wil delen: oefenen met schipperen helpt je om een schipbreuk, zoals een burn-out, te voorkomen en de bakens te verzetten.

Kramers woorden in het boek en in het gesprek zijn doorspekt met nautisch jargon. Haar grootvader was visser en schipper op de Zuiderzee. Ze werd geboren als dochter van een Noordzeevervisser op Urk, waar ze opgroeide. „Ik krijg hele mooie reacties uit Urk, vooral van vrouwen, die zich erin herkennen”, vertelt ze. „In zo'n gemeenschap moet je met het konvooi meevaren. Als je dan in de vaargeul zit, in een vast patroon, dan is het moeilijk om je eigen koers uit te zetten. Het boek is bedoeld om je in beweging te krijgen. Een kleine koerswijziging kan een groot verschil maken.”

Niet Insta-perfect

Als schipper moet je wel koers kunnen uitzetten. „Als je weet aan welke waarden je hecht, wat voor jou het leven zin- en vreugdevol maakt”, weet Kramer hoe, „dan helpt dat om je doel te bepalen en keuzes te maken.” In het boek deelt ze hoe ze dat voor haarzelf uitzocht. Dan is het - simpel gezegd - een kwestie van bijsturen en laven. Soms gaat het voor de wind, dan weer zigzagsgewijs tegen de wind van het leven in. Kortom schipperen. „Want het leven is geen Insta-perfectpicture”, weet Kramer, „maar 'een gedoe'tje', zoals de Denker des Vaderlands René Gude mooi verwoordde.”

Kramer gebruikt in het boek het beeld van een roer met vier levensgebieden. Zingeving is het middelpunt met daaromheen fysieke, sociale en mentale aspecten. „Ze vormen een dynamisch evenwicht, dat je in samenhang bekijkt en bewaakt”, duidt Kramer haar kijk op persoonlijk leiderschap. „Ben ik niet te

Tips

- Leef vanuit waarden, die je gedrag sturen
- Bepaal je doel
- Vind balans in de vier genoemde levensgebieden
- Help jezelf naar goede gewoonten (maak een glijbaan)
- Leer accepteren, ook de omstandigheden, en stuur bij
- Oefen het schipperen



eenzijdig bezig? Waar kan ik nu wat extra aandacht gebruiken?” Ze noemt de term work-lifebalance 'belachelijk', alsof het tegenstellingen zijn. „Werk en privé zijn allebei onderdeel van hetzelfde leven.” Kramer spreekt van 'balancerend leven': de kunst van het meebewegen met het doel voor ogen.

Meebewegen

Zeker in uitdagende omstandigheden is koers houden niet makkelijk. Goede gewoonten helpen daarbij, weet Kramer. „Als die een nieuwe routine zijn geworden, dan kost dat gedrag geen energie meer.” Daarom besteedt ze er in haar boek een hoofdstuk aan en wijst op een onlinetest om inzicht te krijgen en welk type je bent qua gedragsverandering. „Dan kun je op basis daarvan als het ware een glijbaan voor jezelf creëren om die nieuwe gewoonte in te zetten.” Kramers hing haar yoga-outfit aan de badkamerdeur. „Zo trek ik die 's ochtends automatisch aan om mediterend de dag te beginnen. Een kleine koerswijziging”, glimlacht ze, „die voor mij een groot verschil maakt.”

Het boek is in juni uitgekomen en voor de derde keer gedrukt. „Het is bewust dun (112 pagina's) om de inhoud laagdrempelig te maken”, legt Kramer uit. „Daarom gebruik ik ook mijn eigen ervaring. Het is geen dik managementboek of succesrecept, maar een

jezelf, legt Marret Kramer uit in haar boek 'Schipperen is levenskunst'

wat je aanspreekt



Marret Kramer.

FOTO RAMON PHILIPPO

„ Een kleine koerswijziging kan een groot verschil maken

meerkeuzemenu: je haalt eruit wat je aanspreekt, waar je wat mee kunt.” Zoals die jonge medisch specialist, geeft ze een voorbeeld, met een drukke baan, een jong gezin en daarnaast een waaier aan activiteiten. „De zin 'soms moet je nee zeggen voor een groter ja' heeft hem geholpen keuzes te maken.”

Raken

„Het gedachtegoed van schipper zijn en kunnen schipperen raakt mensen”, merkt Kramer aan de reacties die ze krijgt. Daarom gaat ze er vanuit haar praktijk ook meer doen en ontwikkelde onder andere een tweedaagse workshop en een onlineprogramma met de zeven hoofdstukken in zeven avondsessies. Dat ze met haar boek mensen in beweging brengt, blijkt ook letterlijk wanneer de deur bij haar thuis gaat. „Stond er een vrouw voor de deur, die zei: Jouw boek is life changing voor mij”, vertelt Kramer met een nog verbaasde lach. „Ze gaf me bloemen en een sleutelhanger met een kompas.”

Miriam Vijge

'Schipperen is levenskunst' van Marret Kramer (uitgeverij Studio Kers) kost 15 euro. Kramer doneert haar deel van de opbrengst aan een project van Edukans voor meisjes en vrouwen. Meer informatie over hulp bij het leren schipperen via www.purposeandpleasure.nl.