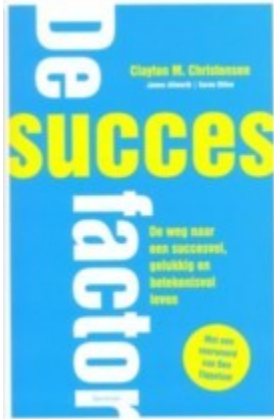


# Het werk-evangelie volgens Rana Florida

Vandaag, 12:13 | Jeroen Ansink | Nieuws



In werkverslaafd Amerika lijkt het onderwerp in populariteit te groeien: hoe vind je de juiste balans tussen werk en privé? Zo gaf Harvard-hoogleraar Clayton Christensen in zijn vorig jaar verschenen [De succesfactor](#) zijn lezers al de tools om optimale voldoening te halen uit hun carrière, persoonlijke relaties en het leven.

In haar nieuwe boek [Upgrade](#) komt Rana Florida met een meer praktische benadering aan de hand van de levensfilosofieën van onder anderen tennislegende Andre Agassi, schoenenontwerpster Tory Burch, investeerder Mark Cuban, en managementauteur Daniel H. Pink.

Een van haar stokpaardjes is het invoeren van een [vierdaagse werkweek](#) van 25 uur. Dat levert betere resultaten op dan acht uur per dag ploeteren van maandag tot vrijdag, aldus Florida, vrouw van creativiteitsgoeroe Richard Florida. Uit onderzoek blijkt dat mensen er niet op gebouwd zijn om continu te presteren. Werknemers die over meer vrije tijd beschikken zijn niet alleen productiever, maar ook gezonder en gelukkiger. Dat geldt voor alle generaties: jongere werknemers hebben meer tijd voor hun gezin, terwijl een matige werkdruk voor oudere mensen kan fungeren als een psychologische en fysieke uitlaatklep.

En wat te doen met die extra tijd? Doe waar je lol in hebt, investeer in je persoonlijke en professionele zelfontplooiing en geef terug aan de maatschappij met bijvoorbeeld vrijwilligerswerk. Zo simpel kan het leven zijn, aldus Florida: ‘Alles wat buiten die drie categorieën valt is tijdsverspilling.’

## **Google translate below:**

In workaholic America seems to grow in popularity topic: how do you find the right balance between work and private life? So gave Harvard professor Clayton Christensen in his last year published The success factor readers all the tools to make the most of their careers, personal relationships and life. Optimum satisfaction

In her new book, Upgrade Rana Florida comes with a more practical approach based on the philosophies of, among others, tennis legend Andre Agassi, shoes designer Tory Burch, investor Mark Cuban, management and author Daniel H. Pink.

One of her hobbies is entering a four-day week of 25 hours. This produces better results than slogging from Monday to Friday, eight hours a day according to Florida, wife of creativity guru Richard Florida.

Research shows that people are not designed to perform continuously. Employees who have more free time are not only productive, but also healthier and happier. This applies to all generations: younger workers have more time for their families, while a moderate workload for older people can act as a psychological and physical release.

And what to do with that extra time? Do what you have fun, invest in your personal and professional self and give back to society by volunteering for example. Life can be as simple Florida said: "Anything outside those three categories is a waste of time."