

**EXTRA
DIK!**

132 PAGINA'S

**de
Winter
Fair**

Margriet + libelle

NOG 4 WEKEN

**WAAROM RODDELEN
ZO GOED VOELT (en ook is)**

**Citytrip
KOPENHAGEN**

De beste
budgettips

**STAMP
POTJE
light**

Dus lekker dooreten!

**Laura's moeder
liet haar gezin in
de steek**

"Na 30 jaar stond
ze opeens voor
de deur"

**SINGLE
GEEN
KINDEREN
GEEN
CARRIÈRE**
"Het is alsof ik
de boot heb gemist"

**CADEAU VAN
DE NATUUR
WINTER
BLOEIERS**

**Daniël
Boissevain**
"Ouder worden
bevalt me prima"

OPRUIM HACKS

**15 woonideeën voor
een mooi opgeruimd huis**

**LESSEN van een
MANTELZORGER**

LES 3 Koop een stressbal
en een boksbal

**FACE
YOGA**
Zo train je
je gezichts-
spieren



Ik wil niet
RODDELEN,
maar...

We doen het toch! Gelukkig maar. Want er is niks mis met een rondje roddelen op zijn tijd. Zolang we het luchtig houden en er niemand gekwetst wordt, knappen we er zelfs van op.

Tekst MAARTJE FLEUR

Een vriendin komt langs en je hebt klaarstaan: thee, iets lekkers en een nieuwtje over jullie vriendin Margriet, die in scheiding ligt. Aan de keukentafel bespreken jullie eerst hoofdschuddend hoe slecht Margriet eraan toe is, dat ze al wekenlang niet slaapt en dat haar dochter het op school op eens ook niet goed doet. En waar moet Margriet gaan wonen? Ze kan in haar eentje de hypotheek toch nooit ophoesten. Jullie bespreken uitgebreid de woningmarkt en dan kom jij met je nieuwtje: "Hij heeft tegen Margriet gezegd dat er geen ander is, maar ik heb hem van de week op de tennisclub gezien met een vrouw. En ze hadden het erug gezellig, als je begrijpt wat ik bedoel". "Ik dacht het wel!" roept je vriendin, "Ik vond hem altijd al zó onbetrouwbaar met zijn blabla-verhalen!" Zo'n middagje kletsen over anderen is een heerlijke tijdsbesteding. Tijdens het roddelen komt in het lichaam endorfine vrij, een stof die een geluksgevoel geeft. Er zijn daarom ook maar weinig mensen die niet regelmatig over anderen praten. Toch wil niemand voor roddelaar worden uitgemaakt. Zo iemand wordt tenslotte gezien als een onbetrouwbare persoon die allerlei kwalijke leugens over anderen rondvertelt.

Tweederde van de gesprekken die we voeren gaan over andere mensen

Wetenschappers hebben een andere kijk op roddelen, vertelt Dominique Darmon. Ze is docent en onderzoeker aan de Haagse Hogeschool en schreef het boek *Roddel je naar de top*. "Roddelen is niet slecht of amoreel, het hoort bij de menselijke natuur. Het verschil tussen mensen en dieren is dat wij over elkaar kunnen praten, en dat heeft ons als soort ook zo succesvol gemaakt. Hoe moet je anders te weten komen wie ruzie heeft met wie, wie bereid is te helpen en wie je kunt vertrouwen? Wetenschappers gebruiken als definitie voor roddel dat twee mensen over een derde praten die er niet

bij is. Twee derde van de gesprekken die we voeren gaan over andere mensen. Iemand die niet roddelt, is niet geïnteresseerd in anderen."

NIET ALTIJD NEGATIEF

Vaak wordt gedacht dat roddelen draait om het verspreiden van negatieve verhalen, maar dat hoeft niet zo te zijn. Wetenschappers die geroddeld onder studenten onderzochten, ontdekten dat in hun gesprekken voor 27 procent duidelijk positief over anderen werd gepraat, voor 27 procent negatief, en de overige 46 procent was gemengd. Een ander vooroordeel is dat vrouwen veel meer roddelen dan mannen, maar daar hebben wetenschappers geen bewijs voor. Niet wetenschappelijk, maar proefondervindelijk, weet Elif (43) dat de grootste roddelaar een man op leeftijd is: de voorzitter van de volkstuinvereniging. "Ik drink weleens koffie met hem en als er dan een lid voorbij komt, vertelt hij of de persoon in kwestie is gescheiden, wat voor ziekte diegene onder de leden heeft of hoe diens tuin erbij staat. Werkelijk alles wat hij over iemand weet, vertelt hij aan iedereen door. Daarom vertel ik hem nooit iets echt persoonlijks." Roddelen doe je niet met iedereen, er moet eerst sprake zijn van onderling vertrouwen. Je wilt immers niet te boek komen te staan als iemand die de vuile was van een ander buiten hangt. Wie ervan beticht wordt een roddelaar te zijn, loopt kans te worden uitgesloten. En dus moeten roddels op de juiste manier worden uitgeserveerd. Brigit (54): "Natuurlijk praat ik over andere mensen, maar het gaat wel om de manier waarop. Een vriendin heeft een zoon die aan ketamine verslaafd is geraakt en dat bespreek ik vaak uitgebreid met een gemeenschappelijke vriendin. Na jarenlang gelieg, gesteel, slechte cijfers, tig baantjes en afgrijselijke ruzies zit die jongen in een behandeltraject. Het is echt twee stappen vooruit, en weer anderhalve stap terug. Mijn vriendin en ik praten erover hoe moeilijk zijn ouders het ermee hebben. En dat ze zo'n pech hebben dat hun zoon verslaafd is geraakt. Dat hun kind zo is afgegleden is niet hun schuld." >

KAT UIT DE BOOM

Voordat je een roddel opdient, moet je eerst aftasten hoe de ontvanger die roddel gaat waarderen. Het is daarom verstandig om in een nieuw gezelschap de kat uit de boom te kijken. Na een poos kun je een bescheiden roddeltje vertellen om te zien hoe de ander reageert. "Om goede banden te smeden moet je roddelen, maar ook weer niet te veel", zegt onderzoeker Darmon. "Dat noem ik de *sweet spot*. Na dat punt verliezen anderen het vertrouwen in je. Ook is het van belang om niet alleen positieve roddels te vertellen. Dan word je door anderen gezien als saai of een braverik. Vergelijk het met een film: als daar alleen personages in voorkomen die van begin tot eind gelukkig zijn, heb je ook geen zin om ernaar te kijken."

"Om goede banden te smeden moet je roddelen, maar ook weer niet te veel"

Een van de belangrijkste functies van roddelen is informatie vergaren. "Op het werk hebben we daarvoor mensen nodig die we kunnen vertrouwen, die bondgenoten zijn", zegt Darmon. "Zij kunnen ons vertellen welke man vaak met vrouwelijke collega's flirt of vice versa, of dat de baas flipt wanneer je iets te laat inlevert. Op die manier loop je minder risico dat je fouten maakt op je werk. Je hebt ook bondgenoten nodig om erachter te komen wat er over jou wordt gezegd."

Ook buiten de werkplek levert roddelen nuttige informatie op. Het is fijn om te weten welke buurman spullen leent en nooit terugbrengt, of dat een nichtje ziek is. Dan kun je haar een appje sturen of langsgaan met een pan soep.

Een andere functie is dat roddelen verbreedert. Vriendschappen kunnen ontstaan wanneer mensen ontdekken dat ze op dezelfde manier over iemand denken. Rianne (39): "Over opdrachtgevers praat je niet zo snel met andere freelancers. Ik ben veel te bang dat het bij de opdrachtgever terecht komt en ik daardoor geen werk meer krijg. Op een gegeven moment vertrouwde een collega-freelancer me toe dat ze een hekel had aan een opdrachtgever. Dat was zo heerlijk om te horen. De ene na de andere anekdote haalden we over hem op, en op een gegeven moment liepen de tranen ons over de wangen van het lachen. Dat we allebei een hekel hebben aan die vent was eigenlijk het begin van onze vriendschap."

RODDELEN met BELEID

1 Probeer beter te luisteren Mensen zijn vooral bezig een goede indruk op anderen te maken. Door beter te luisteren, en met name naar roddels, creëer je sterke verbindingen en hechtere vriendschappen. Daarnaast kun je uit geroddel opmaken wat de normen en waarden zijn van een bepaalde groep.

2 Denk aan de *sweet spot* Roddel genoeg om verbindingen met anderen aan te gaan, maar niet zo veel dat anderen je niet meer vertrouwen.

3 Houd het hoofd koel Wie net een verschrikkelijke ruzie heeft gehad met de baas, heeft de neiging om daarna ongeremd tegen collega's uit de school te klappen. Doe maar niet.

4 Geloof niet alles wat je hoort Vooral als je slechte verhalen hoort over iemand die je nauwelijks kent, is het goed om die met een korrel zout te nemen. Misschien gaat het hier wel om een lelijk gerucht, dus geef die ander een kans.

Meer lezen: Roddel je naar de top – De ultieme kantoorgids door Dominique J. Darmon (Amsterdam University Press)

RODE OORTJES

Wie goed naar geroddel luistert, kan erachter komen wat de normen zijn in een bepaalde groep. Wordt er gekletst dat een collega tijdens vergaderingen te lang van stof is? Dan weet je dat het niet wordt gewaardeerd als je daar uitvoerig je punt gaat maken. Gaan er roddels rond over een buurvrouw die te veel had gedronken tijdens het buurtfeest? Beter om op het volgende feest kalm aan met de drank te doen. Vooral roddels over vreemdgaan of open relaties worden met rode oortjes doorverteld. Dat komt omdat in onze samenleving monogamie nog steeds de norm is, en wie zich

Het is fijn om te weten welke buurman spullen leent en NOOIT TERUGBRENGT



daar niet aan houdt is een dankbaar onderwerp om over te kletsen.

Op het werk wordt vooral veel geroddeld over leidinggevendenden. “Wow, wat wordt over hen veel gekletst”, zegt Darmon. “Vaak is er een grote hang naar negatief nieuws over mensen die hogerop in de organisatie zitten. Dat kan gaan over hun bekwaamheid, wat ze de hele dag doen of de besluiten die ze hebben genomen. Vooral rond reorganisaties wordt er veel over managers gepraat. Dat komt doordat werknemers dan bang zijn voor hun positie. Roddel is het wapen van de zwakkeren, en dat zetten werknemers dan tegen leidinggevendenden in. Daarom moeten managers zo transparant mogelijk zijn over hun handelen, zo smoren ze geroddel in de kiem. Maar als er op het werk helemaal niet wordt geroddeld, is dat ook geen goed teken. Dat betekent dat werknemers geen nauwe banden met elkaar hebben en elkaar niets durven toevertrouwen.”

KLETSEN UIT AFGUNST

Afgunst is ook een reden om over anderen te praten, weet Nienke (52). “Laatst gingen mijn man en ik naar een housewarming van een bevriend echtpaar. Ze hadden een huis gekocht, er alles uit laten slopen en een binnenhuisarchitect gevraagd om het opnieuw in te richten. Het thema was Ibiza en het was ingericht in zandkleuren, met hout, riet en design. In de luister- en leeshoek stond een Eames-loungechair, er was een speciale koelkast voor wijn en het zwembad werd geflankeerd door twee palmbomen. Het enige wat detoneerde was de hamsterkooi van hun dochter: een knaloranje geval. Toen mijn man en ik naar huis fietsten hebben we heel hard gelachen om die kooi. Vervolgens vroegen we ons af hoeveel geld die verbouwing had gekost, en we zeiden dat het een prachtig huis was, maar ook erg onpersoonlijk. Tevreden stelden we vast dat ons huis dan wel een stuk kleiner was, maar ook veel gezelliger. Natuurlijk roddelden we ook omdat we best een beetje jaloers waren op hun paleis.”

En verder roddelen we ook graag om elkaar te vermaken. Een saaie kantoormiddag knapt enorm op van een praatje over wie met wie heeft gezoend op de vrijmibo. Een suffe verjaardag wordt een feest als er kan worden gekletst over de scheiding van de burens. Ligt dat te gevoelig, dan kan er ook worden gepraat over bekende Nederlanders. Heerlijk om te speculeren over de rechtszaak van Marco Borsato, de verslavingen van de zoons van Dries Roelvink of de relatie van Linda de Mol. En daarmee komen we op het terrein van geruchten.

KWALIJKE GERUCHTEN

Het verschil tussen een roddel en een gerucht is dat degene die roddelt het verhaal zelf heeft gehoord van diegene die het is overkomen, of het zelf heeft gezien. Een gerucht heeft geen duidelijke bron en daardoor is er alle ruimte voor speculatie. En dat kan behoorlijk uit de hand lopen. Gaat er een gerucht rond over jezelf, dan is dat ongelooflijk vervelend. Het kan zelfs schadelijk zijn voor je carrière, je huwelijk of je reputatie. Ook al twijfelen mensen aan de waarachtigheid van het gerucht, toch denken ze dat er wel iets van waar moet zijn. Waar rook is, is immers vuur. Een van de bekendste geruchten is dat de vrouw van de Franse president Macron eigenlijk een man zou zijn. In juli heeft het echtpaar een aanklacht ingediend wegens smaad tegen de Amerikaanse influencer Candace Owens, die op internet de roddels verspreidde. Het echtpaar Macron zegt dat de vrouw tegen hen een haatcampagne voert van wereldwijde vernedering en onophoudelijk pesten. Dominique Darmon is het eens met deze strategie. “Het enige wat tegen geruchten helpt, is erover praten. Vertel aan je collega's dat het niet waar is dat je in de parkeergarage hebt staan zoenen met de stagiair. Geef er desnoods een alibi bij. Zeg tegen de leden van de golfclub dat je echt niet valsspeelt. Nog beter is om de bron van het gerucht aan te spreken om zo verdere verspreiding de kop in te drukken. Zwijgen en wachten tot het overgaat is geen goede strategie. Geruchten gedijen uitstekend zonder weerwoord.” □