

Tijdelijke huurcontracten zorgen voor stress: ‘Ik voel me nooit ergens thuis’

Stress, onzekerheid en uitgestelde keuzes: dat is wat tijdelijke huurcontracten jonge Amsterdammers brengen. ‘Ik voel me nooit ergens thuis.’

Raounak Khaddari 22 oktober 2020, 18:38



Studenten protesteren bij de HVA tegen de hoge huurprijzen van studentenwoningen. BEELD JORIS VAN GENNIP

“Een huis moet een veilige basis zijn waar je jezelf kunt zijn. Waar je kunt settelen en waar je je lekker in je vel voelt. Dat kan niet als je iedere keer

moet verhuizen naar een andere omgeving”, zegt de 29-jarige Channa Selbach. Vlak na haar afstuderen verhuisde ze in één jaar noodgedwongen zeven keer. “Ik kwam nooit tot rust.”

En daarmee is de 29-jarige stewardess niet de enige. Ruim de helft van de jonge Amsterdammers heeft **een tijdelijk huurcontract**. Dat blijkt uit het proefschrift van Carla Huisman, waarover eerder deze week in *Het Parool* werd geschreven. Tijdelijke huurcontracten leiden tot veel onzekerheid en hoge huren.

De opmars van de tijdelijke contracten is het gevolg van de hervorming die toenmalig VVD-minister Stef Blok in 2016 doorvoerde op de huurmarkt. Voor die tijd waren tijdelijke huurcontracten een uitzondering, inmiddels zijn ze voor particuliere verhuurders in Amsterdam min of meer de regel. Dat zorgt behalve voor onzekerheid en hoge huren ook voor stress.

Bed & breakfast

Dat gaat ook op voor de geboren en getogen Amsterdammer Joris Ram (23). Hij is naar eigen zeggen vaak gestrest om zijn woonsituatie. “Ik reageer consequent elke dag op een woning op Woningnet, maar het lukt me maar niet om een sociale huurwoning te bemachtigen. Een woning in de particuliere sector kan ik niet betalen. Ik kom uit een kunstenaarsfamilie en ben zelf uitvoerend kunstenaar.”

Nu woont Ram tijdelijk in een bed & breakfast in Stadsdeel Oost. “De eigenaar kan door het coronavirus geen huurder vinden. Hoe lang ik hier kan blijven, weet ik niet. Eerst was het anderhalve maand, toen kreeg ik er een maand bij en daarna weer een maand. Maar als er straks huurders zijn, moet ik eruit.” Waar Ram daarna heen verhuist? “Ik heb echt geen idee.”

‘Deadlinestress’

De 23-jarige kunstenaar blijft positief: “Je neemt door het vele verhuizen genoeg met weinig en je hebt niet zo veel spullen, maar het lastigste is dat ik me nooit ergens thuis voel. Soms kan ik ergens maar twee maanden blijven, dan heb ik twee maanden ‘deadlinestress’. Want hoe vind ik binnen die tijd een nieuw onderkomen?”

Behalve de continue spanningen die het zoeken van een huis met zich meebrengt, is verhuizen an sich al een stressvolle gebeurtenis. Psycholoog Thijs Launspach, expert op het gebied van stressmanagement, burn-outs en millennials, noemt verhuizen zelfs een van de meest stressvolle levensgebeurtenissen.

Launspach legt uit dat stress op de langere termijn kan zorgen voor gezondheidsklachten, dat mensen angstig kunnen worden, piekeren en slechter beslissingen kunnen nemen. En mensen hebben nooit louter verhuis- of woonstress. “Het is een dot extra stress op die er al is.”

Zonder vastigheid

Wie zonder zekerheid door het leven gaat, maakt ook andere keuzes, weet de psycholoog. “Zonder vastigheid is het heel moeilijk om een toekomst op te bouwen. Wat er dan gebeurt, is dat jongeren vaak belangrijke beslissingen, zoals een gezin starten, voor zich uitschuiven. Als jij weet dat je over drie maanden je huis uit moet, dan is het logisch om nog even te wachten met het stichten van een gezin bijvoorbeeld.”

De psycholoog vindt het goed om de mythe de wereld uit te helpen dat jongeren het fijn vinden om vrij te zijn en niet aan een contract gebonden te zitten. “Dat is bullshit. Daar moeten we doorheen prikken. Een stabiele woonplek en baan zijn een van de basisdingen voor een goed en gezond leven.”

Zowel Ram als Selbach zou niets liever willen: een eigen huis, waar je echt kunt thuiskomen op je eigen plek en waar je niet bezig hoeft te zijn met je volgende huis. Selbach droomt er nog net niet van. Ze moet over anderhalf jaar haar huidige studio aan het Vondelpark uit. Kopen lukt haar niet alleen en particuliere huur is te duur. Maar ze is gestopt met piekeren. “Eerst was ik elke dag bezig met zoeken, nu denk ik: ik ga zolang mogelijk genieten van de tijd die ik hier nog heb.”

Parool 22 oktober 2020