

Elsevier 19.08.09

## Reizen

# Vakantiegevoel Nederlanders snel weer verdwenen

dinsdag 18 augustus 2009 14:12

Het vakantiegevoel van Nederlanders is vaak op de eerste werkdag al weer helemaal verdwenen. De reden? We zijn weer terug bij af.



Het vakantiegevoel verdwijnt snel

Dat zegt Jessica de Bloom, wetenschapper bij de [Radboud Universiteit Nijmegen](#), die bezig is met een onderzoek naar de effecten van vakantie.

'Door vakantie zijn we gelukkiger, minder gespannen, energiever en tevreden. Kortom: vakantie maakt ons blij en gezond,' stelt ze.

### **Terug bij af**

Maar volgens haar is het logisch dat we op onze eerste werkdag het vakantiegevoel vrijwel onmiddellijk verliezen. 'Na die ontzettend prettige periode doen we weer precies hetzelfde als voor onze [vakantie](#). Feitelijk zijn we weer terug bij af.'

Om het vakantiegevoel vast te houden raadt De Bloom het af om terug te denken aan dat fijne appartement met zwembad aan de Spaanse kust. 'Het is wellicht beter om je te concentreren op de volgende vakantie en hierover alvast te dromen en plannen te maken.'

### **Stiekem**

Ze sluit af met een tip. 'Laat de automatische afwezigheidsmelding nog twee dagen extra aanstaan en ga alvast stiekem aan het werk. Zo verwacht niet iedereen meteen een antwoord op de dag van terugkomst.'

Door [Jeroen Langelaar](#)