

HET GROOTSTE GELUK VOOR HET GROOTSTE AANTAL

Geluk als richtsnoer voor beleid

Ruut Veenhoven

Rede in verkorte vorm uitgesproken op vrijdag 31 mei 2002, bij aanvaarding van het ambt van bijzonder hoogleraar 'sociale condities voor menselijk geluk' aan de Faculteit der Sociale Wetenschappen van de Erasmus Universiteit Rotterdam, vanwege de Vereniging Trustfonds EUR



Inhoud

Samenvatting	3
1. De vraag: geluk geschikt als richtsnoer voor beleid?	4
2. De bron: sociaal wetenschappelijk onderzoek over geluk	5
3. Bruikbaarheid van geluk als richtpunt	6
3.1 Is geluk grijpbaar?	6
3.1.1 Valt geluk te definiëren	6
3.1.2 Valt geluk te meten?	11
3.1.3 Valt geluk te vergelijken?	14
3.2 Is geluk haalbaar?	15
3.2.1 Is duurzaam geluk mogelijk?	16
3.2.2 Is geluk voor een groot aantal mogelijk?	17
3.3 Is geluk stuurbaar?	18
3.3.1 Zijn voorwaarden voor geluk kenbaar?	19
3.3.2 Valt geluk te veranderen?	25
4. Wenselijkheid van geluk als uitkomst	28
4.1 Is geluk wel zo wenselijk?	28
4.2 Is geluk het meest wenselijk?	30
4.2.1 Positieve redenen	30
4.2.2 Negatieve redenen	32
4.3 Gaat geluk ten koste van andere waarden?	33
4.3.1 Leidt geluk tot verderf?	33
4.3.2 Leidt primaat voor geluk tot onrecht?	34
5. Naar een nieuw utilitarisme	36
5.1 Het utilitarisme van Bentham	36
5.2 Varianten van de leer	37
5.3 Een nieuw utilitarisme	37
6. Slot	40
Referenties	44
Noten	49

SAMENVATTING

Het doel van deze leeropdracht is meer te weten te komen over maatschappelijke voorwaarden voor menselijk geluk. De vraag is of dat kan helpen bij het maken politieke keuzes, zoals korten op de sociale zekerheid of invoering van een referendum. Vanouds vinden aanhangers van de 'utilitaristische' filosofie van wèl. Naar hun mening moet alle beleid gericht zijn op bevordering van het 'grootste geluk voor het grootste aantal'. Critici van die leer menen echter dat dit praktisch niet goed mogelijk is en moreel eigenlijk ook niet wenselijk. In deze intreerede worden hun bezwaren onderzocht. Daarbij wordt gebruik gemaakt van nieuwe inzichten uit sociaal wetenschappelijk onderzoek.

Sturen op geluk kan

Een bekend bezwaar luidt dat geluk ongrijpbaar is en dat er daarom geen beleid op te voeren valt. Dat geldt voor veel wat ooit geluk genoemd is, maar niet voor geluk in de zin van 'levensvoldoening'. Dit valt namelijk goed te definiëren en is meetbaar. Een andere tegenwerping is dat duurzaam geluk voor een groot aantal onhaalbaar is. Uit enquêtes blijkt echter het tegendeel. Ook het bezwaar dat geluk te persoonlijk is voor algemene maatregelen snijdt geen hout. Onderzoek toont ook duidelijke verschillen in gemiddeld geluk. Uit de resultaten kan bijvoorbeeld worden opgemaakt dat meer sociale verzekering niet zal bijdragen tot groter geluk van de gemiddelde Nederlander, maar meer directe democratie wel.

Geluk kan geen kwaad

Andere bedenkingen zijn dat geluk maar iets oppervlakkigs is en dat geluk de mensen er niet beter op maakt. Beleidsmatige bevordering van geluk zou ook nog ten koste gaan van andere waarden. De klassieke science fiction roman 'Brave New World' schetst daar een grimmig beeld van. Die bezwaren gaan misschien op voor zinnelijk genot of verstandelijke tevredenheid, maar weer niet voor levensvoldoening. Geluk in die betekenis blijkt mensen in ieder geval niet onkritisch of zelfzuchtig te maken. Bevordering van geluk kan ook moeilijk ten koste te gaan van rechtvaardigheid en zelfbeschikking, want dat blijken juist belangrijke voorwaarden voor geluk te zijn.

Nieuw utilitarisme

Het klassieke utilitarisme is nogal theoretisch en blijft onduidelijk over de vraag wat nu precies onder geluk moet worden verstaan. Aansluiting op het nieuwe onderzoek naar levensvoldoening levert een bruikbaar variant. Naast mate van geluk kan daarbij ook duurzaamheid en gelijkheid in geluk verdisconteerd worden.

1 DE VRAAG

Geluk geschikt als richtsnoer voor sociaal beleid?

Mijn leeropdracht luidt: "Sociale condities voor menselijk geluk". Achter die omschrijving zit een wereld van gedachten. Allereerst natuurlijk de gedachte dat maatschappelijke omstandigheden uitmaken voor geluk en dat geluk niet geheel vast ligt in de genen of bepaald wordt door het lot. Verder veronderstelt deze leeropdracht ook dat het nuttig is om de maatschappelijke voorwaarden voor geluk te kennen. Aan een beleidsgerichte instelling zoals deze betekent dit dat je er iets mee moet kunnen in het beleid. Met andere woorden, dat die kennis richtlijnen kan bieden voor inrichting van de samenleving en wel zodanig dat mensen er gelukkiger kunnen leven.

Daarmee sluit deze leeropdracht aan op een klassieke gedachte, namelijk de opvatting dat sociaal beleid uiteindelijk moet dienen ter bevordering van het menselijk geluk en dat de wetenschap daarbij de weg moet wijzen. Het beleid moet daarbij niet in dienst staan van een bevoorrechte elite, maar het grootst mogelijke geluk voor het grootste aantal bewerkstelligen. Filosofisch wortelt die opvatting in het verlichtingsdenken, in het bijzonder in het utilitarisme. Deze gedachte was in de 19^e eeuw een belangrijke inspiratiebron voor utopische maatschappijontwerpen en speelde in de 20^e eeuw een rol bij geplande sociale verandering, zoals de ontwikkeling van de verzorgingsstaat.

Dit idee is zeer bekend, maar ook zeer omstreden. Vanouds worden er twee soorten bezwaren tegen ingebracht. Ten eerste zijn er allerlei pragmatische bezwaren die er op neer komen dat het niet kan. Die bezwaren betreffen zaken als meetbaarheid en stuurbaarheid van geluk. Ten tweede zijn er ideologische bezwaren die zeggen dat je het ook niet moet willen. Het gaat daarbij om de waarde van geluk als zodanig en de gevaren van planmatige bevordering ervan. Als die kritiek terecht is kan ik deze leeropdracht maar beter niet aanvaarden. Uit het feit dat ik hier sta kunt u afleiden dat ik die kritiek afwijs. In deze inleidende leg ik uit waarom.

Het gaat in deze rede dus over de vraag of geluk geschikt is als richtsnoer voor sociaal beleid. De discussie daarover is tot nu toe voornamelijk vanuit de filosofische leunstoel gevoerd. Inmiddels is geluk echter onderwerp van empirisch onderzoek geworden en de resultaten daarvan kunnen nu in die discussie worden ingebracht. Ik begin daarom met een korte kenschets van het sociaal wetenschappelijk onderzoek naar geluk (§ 2). Aan de hand daarvan bespreek ik dan eerst de pragmatische bezwaren over bruikbaarheid van geluk als richtsnoer voor beleid (§ 3) en vervolgens de ideologische bezwaren tegen geluk als uitkomst (§ 4). Op grond van die bevindingen schets ik een nieuwe variant van het utilitarisme, die beter bestand is tegen de kritiek en die aansluit op empirisch gefundeerde kennis over geluk (§5).

2 DE BRON

Sociaal wetenschappelijk onderzoek naar geluk

Geluk is al lang een onderwerp van filosofische reflectie, maar pas sinds kort ook onderwerp van sociaal wetenschappelijk onderzoek. Dat komt deels omdat de sociale wetenschappen nog jong zijn, maar ook omdat sociale wetenschappers zich pas laat met geluk zijn gaan bezig houden. Voor Auguste Comte, de grondlegger van de sociologie, was geluk wel een belangrijke beweegreden, maar geen onderwerp van onderzoek¹. Net als latere sociologen was hij sterk geïnteresseerd in de sociale problemen van zijn tijd. Ook in de psychologie was aanvankelijk weinig aandacht voor geluk. Net als sociologen verdienen psychologen hun boterham ook voornamelijk aan de exploitatie van misère.

Pas in de tweede helft van de 20e eeuw werd geluk onderwerp van sociaal wetenschappelijk onderzoek. Vanuit verschillende hoeken kwam het onderzoek vrijwel gelijktijdig op gang. Binnen de sociologie ontwikkelde zich een specialisatie rond 'sociale indicatoren' waarbij geluk allengs een grotere rol ging spelen (Andrew & Withey 1976, Campbell, 1981). Vanuit de psychologie kwamen verschillende initiatieven. Geluk was een belangrijke variabele in de baanbrekende cultuurvergelijkende studie naar 'human concerns' van Cantril (1965) en vragen over geluk liepen ook mee in enkele toonaangevende epidemiologische studies over geestelijke gezondheid door Gurin, Veroff & Feld (1962) en Bradburn & Caplovitz (1965). Ook in de zich ontwikkelende gerontologie werd geluk een criterium voor 'successful ageing' (Neugarten & Havinghurst, 1961) en wat later werd geluk ook een item in medisch-psychologische vragenlijsten over 'kwaliteit van leven', zoals in de veel gebruikte SF-36 (Ware 1993). Het thema is inmiddels ook opgepikt door enkele economen, zoals Easterlin (1974), Van Praag (1993) en Oswald (1997). Er zijn inmiddels ruim 3000 publicaties over sociaal wetenschappelijk geluksonderzoek verschenen². De onderzoeksoutput neemt exponentieel toe.

De laatste jaren is het onderzoek naar geluk in rap tempo geïnstitutionaliseerd. In verschillende landen zijn centra voor onderzoek naar kwaliteit van leven ontstaan, waarin geluk een grote rol speelt. De meeste onderzoekers zijn inmiddels verenigd in een internationale researchassociatie, de 'International Society for Quality of Life Studies'³. Er is inmiddels een apart tijdschrift, genaamd 'Journal of Happiness Studies'⁴ en resultaten van onderzoek naar geluk worden bijeengebracht in de 'World Database of Happiness'⁵. Nu is ook deze leerstoel ingesteld. Naar mijn weten de eerste leerstoel over geluk ter wereld.

Dit onderzoek heeft inmiddels al behoorlijk wat kennis opgeleverd. In het navolgende zal ik daarvan gebruik maken bij beantwoording van de vraag of geluk kan dienen als richtsnoer voor sociaal beleid.

3 BRUIKBAARHEID GELUK ALS RICHTSNOER

Zoals gezegd wordt betwijfeld of geluk wel bruikbaar is als richtpunt voor beleid. Daar zijn verschillende praktische redenen voor genoemd.

De veel genoemde reden luidt dat geluk een leeg begrip is waaraan iedereen een andere inhoud geeft. Net als het begrip 'goed' zou het dus geen richting aanduiden. Iedereen wil natuurlijk dat het goed gaat met de mensen, maar de vraag is nu juist wat het beste is. In het politieke spel is het misschien soms wel handig om met loze kreten te schermen, maar als het echt op keuzes aankomt moet je toch weten wat je wilt. Hierop aansluitende bezwaren zijn dat geluk ook niet meetbaar is en zeker niet vergelijkbaar. Over gevolgen van beleid op geluk kan dan dus alleen maar gespeculeerd worden en die speculaties zullen worden ingegeven door wat men toch al vond. Het is wel zo helder dat beestje maar gewoon bij zijn naam te noemen.

Een tweede bezwaar gaat er van uit dat geluk wel te vatten is, maar dat inzicht in de aard van geluk juist leert dat duurzaam geluk voor velen onhaalbaar is. Eén reden zou zijn dat geluk vluchtig is, een andere reden dat individueel geluk niet verenigbaar is met maatschappelijke organisatie. Beide redeneringen komen er op neer dat groot geluk voor een groot aantal illusoir is.

Als geluk voor velen onverhoopt toch mogelijk zou zijn is er nog een derde bedenking, namelijk dat er aan geluk nauwelijks iets te sturen valt. Ook daar worden verschillende redenen voor aangevoerd. Eén reden is dat de determinanten van geluk veel te complex zijn, een andere reden luidt dat geluk vrijwel onveranderlijk is.

Hieronder zullen we bekijken in hoeverre deze bezwaren stand houden in het licht van de nieuwe sociaal wetenschappelijke kennis over geluk.

3.1 Is geluk grijpbaar?

Het eerste punt van kritiek was dat geluk niet grijpbaar is en dat er daarom ook niet te sturen valt op groter geluk voor een groter aantal. We moeten dus eerst nagaan of er echt geen duidelijke definitie van geluk gegeven kan worden. Als dat wèl het geval mocht zijn, komt de vraag of dat geluk ook meetbaar is en of die metingen vergeleken kunnen worden tussen personen en over grenzen.

3.1.1 Valt geluk te definiëren?

Het woord geluk heeft inderdaad verschillende betekenissen en de discussie wordt behoorlijk bemoeilijkt doordat die betekenissen vaak door elkaar worden gebruikt. Dat wil echter nog niet zeggen dat die betekenissen ieder voor zich niet te vatten zijn en dat geen van die betekenissen zich leent als richtpunt voor beleid. Om dat te beoordelen moeten we bekijken welke betekenissen in het geding zijn.

In de meest ruime zin verwijst het woord geluk naar *goed leven*, en is synoniem met 'kwaliteit van leven' en 'welzijn'. Daarbij blijft onbenoemd wat dat goede dan precies inhoudt. Het woord wordt echter ook in meer specifieke betekenissen gebruikt. Die specifieke betekenissen kunnen worden verhelderd aan de hand van de onderstaande indeling van kwaliteiten van leven.

Overzicht 1
Kwaliteiten van leven

	<i>Extern</i>	<i>Intern</i>
<i>Levenskansen</i>	Leefbaarheid	Levensbekwaamheid
<i>Levensuitkomsten</i>	Nut	<u>Satisfactie</u>

Deze classificatie berust op twee tweedelingen. Verticaal wordt onderscheid gemaakt tussen kwaliteit van de levenskansen en levensuitkomsten. Kansen kunnen namelijk verkeren, iemand met goede kansen kan uiteindelijk toch een slecht leven hebben. Horizontaal wordt onderscheid gemaakt tussen externe en interne kwaliteiten. De toestand van de omgeving moet namelijk niet verward worden met de toestand van het individu. In combinatie leveren deze tweedelingen een vierdeling op.

Leefbaarheid van de omgeving

In overzicht 1 staat het kwadrant linksboven voor de combinatie van kansen en omgeving. Het gaat hier dus om de leefbaarheid van de omgeving, wat biologen aanduiden met het woord 'biotoop'. Net als voor andere levensvormen zijn hier allerlei fysieke zaken aan de orde, zoals schone lucht en een acceptabele temperatuur. Voor groepswezens als de mens is daarnaast ook de kwaliteit van de samenleving van belang. Je zou dat de 'sociotoop' kunnen noemen.

Deze kwaliteit van leven staat voorop in het denken van maatschappijvormers en bestuurders. Politiek geïnspireerde metingen van kwaliteit van leven gaan dan ook voornamelijk over voortgang bij oplossing van sociale problemen.

In de utopische literatuur wordt het woord geluk vaak gebruikt voor het leven in een ideale samenleving. In politieke discussies verwijst het woord ook wel naar de positie in de samenleving en toegang tot schaarse goederen. In dat woordgebruik wordt geluk dus gelijkgesteld aan bepaalde sociale condities en is het eigenlijk geen vraag meer welke condities gelukkig maken.

Levensbekwaamheid van het individu

Een leefbare omgeving is geen garantie voor een goed leven. De kansen die de omgeving biedt moeten namelijk benut worden. Hiermee komen we bij de levensbekwaamheid in het kwadrant rechtsboven. Biologen spreken in dit verband van 'fitness'. Dat woord geeft goed aan dat die bekwaamheden in relatie tot omgevingseisen gezien moeten worden.

Levensbekwaamheden zijn deels van fysieke aard; je moet kunnen ademen, eten en

traplopen. Die kwaliteit van leven wordt meestal aangeduid met het woord 'gezondheid'. Daarnaast spelen ook mentale vermogens, als realisme en doorzettingsvermogen. Men spreekt in dat verband wel van 'geestelijke' gezondheid. Voor alle vermogens geldt dat ze in meerdere of mindere mate 'ontplooid' kunnen zijn, levensbekwaamheid is dus ook een kwestie van 'zelfontplooiing'. In de Platoonse traditie wordt het woord geluk (als vertaling van 'eudaimonia') vooral gebruikt om geestelijke ontwikkeling aan te duiden.

Deze kwaliteit van leven staat centraal bij mensverbeteraars, zoals onderwijzers en therapeuten. Ook de politiek filosoof Sen (1985) wijst op het belang van 'capabilities' als criterium voor kwaliteit van leven. Bij metingen van dit soort kwaliteit van leven gaat het vooral om zaken als opleiding, zelfredzaamheid en bewustzijn van de eigen situatie.

Nut van leven

Als de kwaliteit van het leven beoordeeld wordt aan de consequenties ervan voor de externe omgeving hebben we het over het 'nut' van het leven. Een ander woord voor hetzelfde is 'zinnelijkheid'. Het gaat hier om de feitelijke effecten, waarvan het individu zich niet bewust hoeft te zijn. Dit is dus wat anders dan gepercipieerd nut⁶, men kan denken een nuttig leven te leiden terwijl dat niet zo is.

De externe effecten zijn zeer divers. De effecten daarop kunnen ook aan verschillende criteria beoordeeld worden en er is geen overeenstemming over de vraag welke criteria prioriteit hebben en wie dat moet beoordelen. Ter illustratie enige voorbeelden. Net als bij andere levensvormen kan het nut van ons bestaan worden afgemeten aan de bijdrage aan het ecosysteem waarin wij leven. Leven op een te grote ecologische voet is dan niet best. Het nut van een leven kan echter ook worden afgemeten aan de bijdrage tot de menselijke beschaving. Die bijdrage kan zitten in grootse daden, zoals baanbrekende ontdekkingen of sterven voor het vaderland, maar ook in alledaags fatsoen waardoor de samenleving kan blijven functioneren.

Deze moeilijk grijpbare betekenis is favoriet bij zielenherders en idealisten. Nut van het leven wordt daarbij nogal eens afgezet tegen prettig leven, want dat je leven goed is voor iets anders, betekent niet automatisch dat het ook aangenaam is voor jezelf.

Satisfactie

Hiermee komen we bij de vierde betekenis in het kwadrant rechtsonder: de uitkomsten van het leven voor het individu zelf. We hebben het dan over de persoonlijke beleving van het bestaan, en de neerslag daarvan in een gevoel van voldoening. Het woord geluk wordt in toenemende mate in deze betekenis gebruikt, maar men spreekt ook wel van 'subjectieve levenskwaliteit' of 'subjectief welbevinden'.

Deze betekenis is niet zo duidelijk verbonden met bepaalde beroepspraktijken en vindt daarom maar moeilijk ingang in beleid. Toch is dit wel de betekenis waar ik het hier over wil hebben. Geluk in de zin van satisfactie zegt namelijk iets over de mate waarin levensvoorwaarden aansluiten op de menselijke aard, met andere woorden, of er goed mee te leven valt. Als geluk wordt gedefinieerd in termen van bepaalde levensvoorwaarden.

Overzicht 2

Varianten van satisfactie

	<i>Voorbijgaand</i>	<i>Duurzaam</i>
<i>Levensdeel</i>	Genietingen	Deelsatisfacties
<i>Leven als geheel</i>	Topervaring	<u>Levensvoldoening</u> (geluk)

(bovenste kwadranten), blijft die vraag uit beeld en verwordt het begrip tot een retorische tautologie.

Met deze toespitsing op satisfactie zijn we er nog niet. Mensen zijn namelijk in staat tot een zeer gedifferentieerde waardering van hun bestaan en die appreciaties lenen zich niet allemaal even goed als richtsnoer voor beleid⁷. Overzicht 2 brengt vier varianten van satisfactie in beeld. Deze begripsclassificatie is weer gebaseerd op twee tweedelingen, nu tussen satisfactie met levensdelen versus satisfactie met het leven als geheel, en voorbijgaande versus duurzame satisfactie.

Genietingen

Als satisfactie betrekking heeft op een deel van het leven en van voorbijgaande aard is spreken we van een ‘genieting’⁸. Genietingen kunnen van sensorische aard zijn, b.v. het smullen van een goed bord erwtensoep, maar ook geestelijk, zoals het opgaan in een verantwoorde voordracht zoals deze oratie. In de filosofie van Epicurus staat deze betekenis centraal. De leer dat men er goed aan doet zo veel mogelijk te genieten wordt ‘hedonisme’ genoemd.

Topervaring

Soms ervaren we een moment van intense satisfactie waarbij het leven als geheel in beeld is. Dat is het geval als bij topervaringen een ‘oceanisch’ gevoel optreedt en men zich voor een moment verbonden weet met het al. Als dichters over geluk spreken is het meestal in deze betekenis. In religieuze context wordt dit soort ervaring ook wel benoemd als ‘verlicht’ worden. Incidentele verlichting gaat niet altijd samen met regelmatig genieten, want de topervaringen worden vaak bewerkstelligd door stelselmatig afzien.

Deelsatisfacties

Als satisfactie betrekking heeft op een deel van het leven en van duurzame aard is spreken we van deelsatisfacties, welke veelal worden onderscheiden in ‘domein’ satisfacties en ‘aspect’ satisfacties. Bij domeinsatisfacties gaat het om de waardering van een bepaald levensterrein, bijvoorbeeld over huwelijkssatisfactie of arbeidssatisfactie. Bij aspectsatisfacties gaat het over de waardering op een bepaald criterium, zoals over de mate waarin het leven als uitdagend wordt ervaren en de gepercipieerde zinvolheid ervan⁹. Soms worden bepaalde deelsatisfacties aangeduid met het woord geluk, maar de term wordt allengs meer gereserveerd voor satisfactie met het leven als geheel.

Levensvoldoening

Als satisfactie betrekking heeft op het leven als geheel en van duurzame aard is spreken we van ‘levensvoldoening’. Zoals gezegd wordt ook het woord geluk in toenemende mate voor die betekenis gebruikt. Elders heb ik deze betekenis nog nader omschreven als de ‘overall appreciation of one's life as a whole’. Ik heb het woord gereserveerd voor de waardering van het tegenwoordige leven, en daarmee onderscheiden van herinneringen over het verleden en hoop voor de toekomst¹⁰. (Veenhoven 1984:25)

Deze betekenis acht ik de meest relevante als richtsnoer voor beleid. Ik gebruik het woord geluk verder dan ook in deze zin.

Componenten van geluk

Bij beoordeling van hun leven maken mensen gebruik van twee bronnen van informatie, namelijk van hun gevoelens en van verstandelijke vergelijkingen.

Het vermogen tot gevoelsmatige evaluatie hebben wij gemeen met andere dieren. Alle mobiele organismen kunnen zich namelijk meer of minder prettig voelen en gebruiken die informatie om een leefbare stek te vinden. Voor een boom heeft het geen zin om zich beroerd te voelen, want hij kan toch niet weg, maar voor een kat of een mens is het een signaal om het eens ergens anders te proberen. Mogelijk hebben mensen een gedifferentieerder gevoelsleven dan andere hogere dieren en kunnen ze zich door het aflezen van hun grondstemming een beter beeld vormen van hun affectieve totaalervaring. Mensen zijn zich in ieder geval meer bewust van hun gevoelens en minder gebonden aan het hier-en-nu. Dit maakt schatting van gevoel over langere periodes mogelijk. De mate waarin iemand zich doorgaans prettig voelt noem ik het ‘hedonisch gevoelsniveau’.

Anders dan dieren kunnen mensen hun leven ook verstandelijk beoordelen. Het denkvermogen stelt ons in staat vergelijkingen te maken tussen wens en werkelijkheid en maakt een inschatting mogelijk van de waarschijnlijkheid dat wensen gerealiseerd zullen worden. Ik spreek in dat verband van ‘tevredenheid’.

Gevoelsniveau en tevredenheid kunnen worden opgevat als tussenstappen in de beoordeling van het leven als geheel die ik hier ‘geluk’ noem. Als zodanig heb ik ze benoemd als ‘componenten’ van geluk (Veenhoven 1984: 25-23). Er zijn veel aanwijzingen dat affectieve dimensie sterk overheerst in het totaal oordeel (Veenhoven 1991, 1997)¹¹. Dat is een belangrijk gegeven, want het gevoelsniveau reflecteert waarschijnlijk de mate waarin algemeen menselijke basisbehoeften bevredigd worden, en is als zodanig niet al te zeer gebonden aan variabele voorstellingen van het goede leven. Ik kom hier later nog op terug¹²,

Conclusie

Als het woord geluk gebruikt wordt voor kwaliteit van leven, in brede zin, is het inderdaad niet meer dan een paraplubegrip. Als het gebruikt wordt voor individuele 'levensvoldoening' heeft het wel degelijk inhoud.

3.1.2 Valt geluk te meten?

De volgende vraag is dan of geluk in de zin van levensvoldoening meetbaar is. Ook daar zijn twijfels over geuit. Als die twijfels terecht zijn is geluk niet erg bruikbaar in beleid. Zonder meting kunnen de voorwaarden voor geluk niet in kaart worden gebracht en kan geen beleid worden uitgestippeld. Achteraf kan de effectiviteit van beleid ook niet worden vastgesteld. Geluk blijft dan niet meer dan een mooie gedachte.

Meetmethoden

Het zou mooi zijn als we geluk konden meten aan de hand van objectieve indicatoren, vergelijkbaar met een weegschaal of een bloeddrukmeter. Bij geluk in de zin van levensvoldoening is dat echter niet mogelijk. Aan de buitenkant is namelijk vaak niet goed te zien hoe iemand zijn leven innerlijk beleeft. Hierboven is al een onderscheid gemaakt tussen levenskansen en levensuitkomsten, en is opgemerkt dat het één geen garantie is voor het ander. Het is daarom niet mogelijk om de levensvoldoening af te meten aan de kwaliteit van de levenssituatie; als er een rechtstreeks verband was hadden we het begrip geluk ook niet nodig. Het blijkt vooralsnog ook niet mogelijk om levensvoldoening te meten aan lichaamsprocessen. Aan de hand van hormoonspiegels en bloeddruk kunnen we wel stress meten, maar geen levensvoldoening¹³. Omdat alle mentale ervaring uiteindelijk een fysiologisch substraat heeft zou het in principe wel mogelijk moeten zijn geluk lichamelijk te meten. De hedometer is echter nog niet uitgevonden. Daarom moeten we het voorlopig doen met zelfrapportages. Zoals zal blijken komen we daar een heel eind mee.

Manieren van ondervraging

Er bestond aanvankelijk veel reserve tegen het rechtstreeks vragen naar geluk. Er werd betwijfeld of mensen hun leven als geheel wel kunnen overzien en of ze eerlijk antwoord geven. Daarom werd in de jaren 1960 geëxperimenteerd met indirecte ondervraging. Geluk werd onder meer afgeleid uit levensverhalen, dromen en associaties. Voor het laatste werd gebruik gemaakt van projectieve methoden zoals de Rohrschach Test (interpretatie van inktvlekken) en de Thematic Apperception Test (analyse van thema's in verhaaltjes die respondenten bij plaatjes verzinnen). Dit zijn nogal bewerkelijke methoden en de validiteit blijft dubieus. Er werd ook gebruik gemaakt van multi-moment opnamen, meestal in de vorm van dagboekjes waarin de stemming genoteerd wordt. De bedoeling was hiermee de vertekening door wenselijkheid en herinnering te beperken. Ook deze methoden zijn nogal bewerkelijk. Van het begin af aan is daarom ook vaak rechtstreeks gevraagd naar de waardering van het leven als geheel. Bij een vergelijking van de verschillende methoden bleek dat vrijwel dezelfde informatie op te leveren (Wessman & Ricks 1966).

Directe ondervraging over geluk gebeurde aanvankelijk aan de hand van lijstjes met tien tot twintig vragen. Een voorbeeld is de veel gebruikte Life Satisfaction Index (Neugarten & Havinghurst 1961). Het gebruik van meerdere vragen heeft psychometrische voordelen en sluit aan bij een traditie in de psychologie, die meestal van doen heeft met eigenschappen waarvan het individu zich niet bewust is, zoals 'intelligentie'. Bij geluk gaat het echter om een oordeel, waarvan het individu zich per definitie wél bewust is. Bij psychologische testen gaat het ook vaak om eigenschappen die moeilijk afgebakend kunnen worden, en meet men het verschijnsel aan de clustering van zaken die er wel iets mee te maken moeten hebben. Een voorbeeld hiervan is de meting van 'neuroticisme'. Bij geluk gaat het echter om een helder concept, namelijk over de voldoening met het leven als geheel. Geluk kan daarom ook met een enkele vraag gemeten worden. Dat heeft als voordeel dat men aan de formulering van de vraag goed kan beoordelen of het wel gaat over geluk in de hier gehanteerde definitie. Bij meerdere vragen wordt de gezamenlijke betekenis al gauw onduidelijk en kunnen er ook items insluipen die eigenlijk over wat anders gaan¹⁴.

Gangbare enquêtevragen

Omdat geluk gemeten kan worden met een enkele directe vraag werd het een gangbaar item in grootschalige publieksenquêtes. Daarmee kan dan ook het gemiddelde geluk worden vastgesteld in de bevolking, of in aparte bevolkingsgroepen.

Ter illustratie twee voorbeelden van directe vragen over levensvoldoening. De eerste vraag is een zeer eenvoudige:

Alles bij elkaar genomen, hoe tevreden of ontevreden bent U tegenwoordig met Uw leven als geheel?

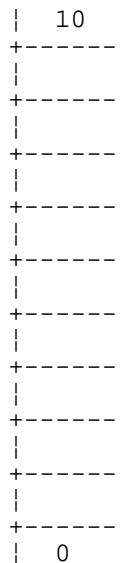
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
ontevreden									tevreden

Deze vraag maakt deel uit van een internationaal enquêteonderzoek waarbij inmiddels al meer dan zestig landen betrokken zijn¹⁵. Een mogelijk nadeel van deze vraag is dat het woord 'tevreden' niet voor iedereen precies dezelfde betekenis heeft. Deze nadelen kunnen nog eens versterkt worden bij vertaling. 'Tevreden' betekent voor de meeste Nederlanders misschien net iets anders dan 'satisfait' voor de gemiddelde Fransman.

Deze problemen worden omzeild bij de tweede vraag. Dit is de zo geheten 'zelf verankerende' schaal van Cantril (1965). Dit is eigenlijk een serie van vijf vragen, waarbij het gaat om het antwoord op de laatste. De vragen 1 en 2 zijn open vragen, en dienen ter oriëntatie van de respondent. Door omschrijving van het 'best mogelijke' en 'slechtst mogelijke leven' worden de extremen van de schaal verankerd in de eigen ervaring. Door voorafgaande vragen naar vroeger en nu (3 en 4) wordt de vraag ook gepositioneerd in de tijd. Hoewel deze tweede vraagmethode beter is dan de eerste zijn de resultaten nauwelijks anders. Kennelijk kunnen de meeste respondenten het ook wel zonder die voorbereidende stappen.

- 1 Wat stelt u zich voor als het best mogelijke leven?
- 2 Wat stelt u zich voor bij het slechtst mogelijke leven?

Hier is een plaatje van een ladder. Stel dat de bovenkant het **best mogelijke leven** voorstelt dat u zojuist beschreef, en de onderkant het **slechtst mogelijke leven**.



- 3 Waarop die ladder plaatst u uw leven van vijf jaar geleden?
- 4 Waar op die ladder denkt u dat uw leven over vijf jaar zal staan?
- 5 Waar op die ladder plaatst U Uw tegenwoordige leven?

Deze vragen naar levensvoldoening veronderstellen dat mensen een balans van hun leven hebben opgemaakt. Dat is niet vereist voor het stemmingsniveau. Men hoeft niet diep over eigen leven na te denken om toch te weten hoe prettig men zich over het algemeen voelt. Mede daarom wordt in veel enquêtes ook gevraagd naar de gangbare stemming. Daarvoor zijn verschillende vraag methoden in zwang.

De eerste vraag is weer een eenvoudige: "Hoe prettig voelt U zich in het algemeen?". Mogelijke nadelen van deze vraagmethode zijn dat het woord 'prettig' verschillend geïnterpreteerd wordt en dat respondenten een te rooskleurig antwoord geven om dat ze er niet graag voor uitkomen dat ze zich meestal beroerd voelen.

Hoe voelt U zich meestal?

- bijna altijd prettig (4 punten)
- meestal prettig (3 punten)
- even vaak prettig als onprettig (2 punten)
- meestal onprettig (1 punt)

Deze problemen worden vermeden met de 'Gevoelsbalans schaal' van Bradburn (1965). Die schaal bestaat uit tien vragen over hoe men zich in de afgelopen weken gevoeld heeft. Omdat het over recente en concrete gevoelens gaat, wordt de rapportage waarschijnlijk minder vertekend door selectieve herinnering en schaamte. Doordat de schaal tien vragen telt in plaats van één, worden mogelijke verschillen in interpretatie van woorden verdund.

Voelde U zich in de afgelopen week ooit.....

- Opgewonden, geboeid door iets? Ja/nee
- Rusteloos? Ja/nee
- Trots, omdat U een compliment kreeg? Ja/nee

- | | |
|---|--------|
| • Eenzaam, afstandelijk? | Ja/nee |
| • Blij, omdat U iets voor elkaar kreeg? | Ja/nee |
| • Verveeld? | Ja/nee |
| • Uitgelaten? | Ja/nee |
| • Depressief? | Ja/nee |
| • Lekker, omdat het op rolletjes liep? | Ja/nee |
| • Van uw stuk, door kritiek? | Ja/nee |

Gevoelsbalans schaal, ja = 1, nee = 0

Minimale score -5 (alle negatieve items 'ja', alle positieve items 'nee')

Maximale score +5 (alle positieve items 'ja', alle negatieve items 'nee')

Validiteit

Hoewel al deze vragen vrij duidelijk zijn kan er bij beantwoording toch van alles mis gaan. Respondenten kunnen zich gelukkiger voordoen dan ze zijn, of aangeven hoe gelukkig ze denken te moeten zijn in hun omstandigheden in plaats van hoe gelukkig ze zich echt voelen. Deze twijfels zijn aanleiding geweest voor veel onderzoek. Daarbij is echter niet gebleken dat de antwoorden op dit soort vragen iets anders meten dan waarvoor ze bedoeld zijn. Helemaal zeker weet je dat nooit, waar voorsnog heeft deze methode alle testen op validiteit doorstaan (Veenhoven 1998).

Betrouwbaarheid

Antwoorden op vragen naar geluk blijken wel gevoelig voor kleine variaties in de methode van bevraging, zoals voorafgaande vragen, de formulering van de antwoordopties, kenmerken van de interviewer, het weer, etc. Daardoor kan bij een zelfde persoon de ene meting een zeven opleveren en een andere een zes. Dit gebrek aan precisie bemoeilijkt analyses op individueel niveau. Bij vergelijking van groepsgegevens is het een minder groot probleem, omdat toevalsfluctuaties daar tegen elkaar wegvallen. Bij toepassing in beleid gaat het vooral om dat laatste.

Conclusie

Geluk in de zin van levensvoldoening is goed meetbaar. Individueel geluk kan worden afgeleid uit antwoorden op directe vragen, geaggregeerd geluk uit de verdeling van antwoorden in representatieve enquêtes.

3.1.3 Is geluk vergelijkbaar?

Dat antwoorden op vragen naar geluk een goed beeld geven van de werkelijke levensvoldoening van respondenten betekent nog niet dat scores zinvol vergeleken kunnen worden tussen personen. Het antwoord 'zeer gelukkig' betekent voor persoon A misschien niet hetzelfde als voor persoon B. Er zijn hier twee vragen in het geding, ten eerste of de ervaringen equivalent zijn en ten tweede of equivalente ervaringen middels taal gecommuniceerd kunnen worden. Op beide vragen zijn negatieve antwoorden gekomen.

Dat gelukservaringen equivalent zouden zijn wordt onder meer bestreden door Williams (Smart & Williams 1973). Zijn argument is dat geluk afhangt van de realisering van aspiraties en dat mensen nu eenmaal verschillende dingen willen. Geluk wordt daarbij opgevat als tevredenheid. Op soortgelijke wijze is betoogd dat genietingen niet vergelijkbaar zijn, b.v. omdat een fijnproever een gedifferentieerder smaak heeft dan een kleuter. Geluk wordt hierbij opgevat als genot. In beide redeneringen gaat het dus om wat anders dan over levensvoldoening. In het voorafgaande is al aangestipt dat levensvoldoening in belangrijke mate bepaald wordt door het stemmingsniveau en als zodanig meer zegt over de bevrediging van algemeen menselijke

behoefden dan realisering van idiosyncratische verlangens. In § 4.2 komt nog ter sprake dat geluk gezien kan worden als een adaptief signaal en dat dit biologisch perspectief aardig aansluit op de feiten. In dat licht is het niet zo aannemelijk dat de ervaring erg verschilt tussen exemplaren van de menselijke soort. Net als bij pijn en angst zal sprake zijn van een algemeen menselijk ervaringspectrum met marginale variaties daar omheen.

Dan de vraag of geluk communiceerbaar is. Ook dat is aannemelijk vanuit een biologisch adaptief perspectief, omdat dit evidente voordelen biedt in de strijd om het voortbestaan. Geluk blijkt dan ook in alle culturen herkend te worden aan dezelfde gelaatsuitdrukkingen (Ekman & Friesen 1975) en alle talen kennen ook woorden voor geluk. Weliswaar hebben de verschillende woorden die daarvoor gebruikt worden enigszins verschillende connotaties, maar bij vergelijking van antwoorden op verschillend geformuleerde enquêtevragen zien we toch steevast dezelfde rangorde tussen landen (Veenhoven 1993: 55).

Als de bezwaren hout snijden moet dat ook blijken uit de verklarende kracht van geluismetingen. Die moet dan namelijk nihil zijn. Wanneer antwoorden op de vraag naar levensvoldoening bij iedere respondent wat anders betekenen zullen we geen statistische verbanden te zien krijgen; als je niets met iets correleert is de correlatie nul. Het onderzoek toont echter stevige verbanden, zowel tussen landen als binnen landen. Daarover meer in § 3.3

Conclusie

Zelfrapportages over levensvoldoening zijn redelijk vergelijkbaar.

3.2 Is geluk haalbaar?

Een tweede punt van twijfel is of het de mens gegeven is om veel plezier in het leven te hebben. In dat verband wordt het streven naar geluk voor een groot aantal als 'illusionair' betiteld en geassocieerd met 'utopisch' denken. Die kritiek heeft vele vaders. Een religieuze oorsprong ligt in het geloof dat de mens is verdreven uit het Paradijs en dat het aardse bestaan dient ter loutering. Wetenschappers hebben meer profane redenen aangedragen.

Freud (1929) meende dat gelukservaringen naar hun aard kortstondig zijn en dat geluk van het individu zich ook niet verdraagt met de eisen van de samenleving. De mens is daarom gedoemd tot chronisch ongeluk. In diezelfde lijn stelde Adorno dat geluk niet meer is dan een tijdelijke ontsnapping uit ongeluk, zulks vaak ten koste van gezond realiteitsbesef (Rath 2002). De psychologische gewenningstheorie is minder zwartgallig in de voorspelling dat geluk schommelt rond een neutraal niveau (Brickman & Campbell 1971), maar een overwegend positieve beleving van het bestaan zit er in die visie ook niet in.

Ook als mocht blijken dat duurzaam geluk wel binnen de menselijke mogelijkheden ligt, kan nog steeds worden betwijfeld dat dit ook voor de meeste mensen is weggelegd. Om verschillende redenen is betwijfeld dat geluk voor een groot aantal mogelijk is. Eén van die redenen sluit aan op de hierboven al gememoreerde theorie van Freud dat de menselijke samenleving onderdrukking van - in aanleg dierlijke - behoeften vereist en dat beschaving dus niet samen gaat met geluk. In die context zou de heersende klasse zich nog wel eens wat uitspattingen kunnen veroorloven, omdat die zich minder aan de regels gelegen hoeft te laten liggen. Geluk is dan alleen weggelegd voor een 'happy few'. Een andere redenering die op hetzelfde neerkomt luidt dat geluk afhangt van controle over schaarse bronnen en dat de machtigen zich daarvan nu eenmaal het merendeel plegen toe te eigenen. Ook op basis van de vergelijkingstheorie wordt wel betoogd dat massaal geluk niet mogelijk is. De redenering is dan dat geluk een kwestie van sociale vergelijking is en dat geluk van de één dus meestal ten koste van het geluk van de ander gaat. Als ook nog sprake is van 'conspicuous consumption' door een kleine maar zichtbare jetset, moet de meerderheid dus wel ongelukkig zijn..

3.2.1 Is duurzaam geluk mogelijk?

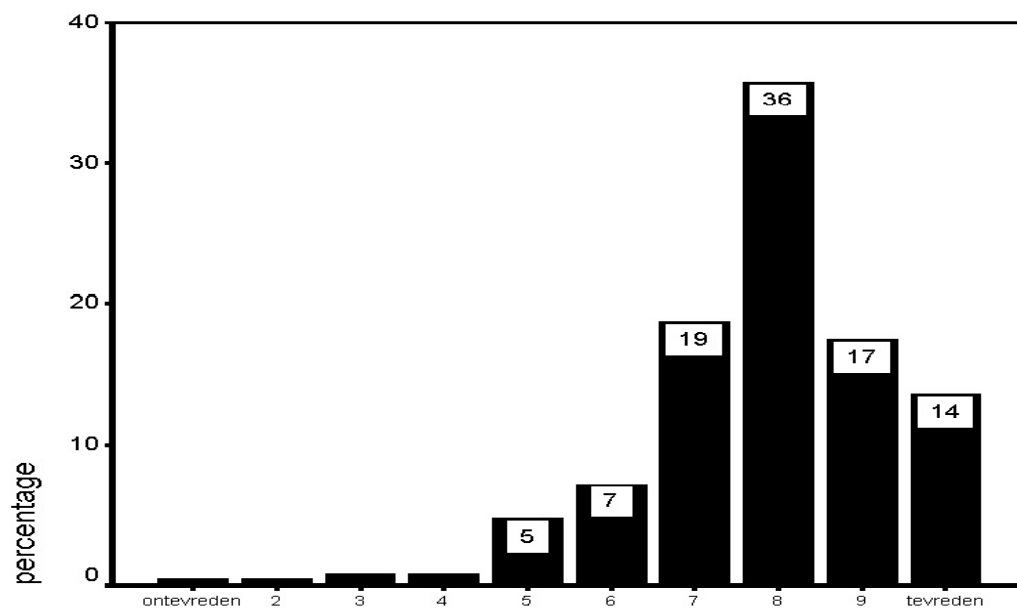
In § 2.1 is geluk gedefinieerd als duurzame voldoening met het leven. Definitie van een begrip is echter geen garantie dat er een corresponderende realiteit bestaat. Deze vraag moet dus worden beantwoord op basis van empirisch onderzoek.

Zoals gezegd bedient het empirisch onderzoek naar geluk zich van enquêtevragen. De antwoorden op die vragen blijken overwegend positief, althans in landen zoals Nederland. Een typische uitkomst is weergegeven in overzicht 3. Het gemiddelde ligt ver boven het schaal midden¹⁶. Als geluk wordt uitgedrukt in rapportcijfers van 0 tot 10 komt het gemiddelde voor Nederland op 7,5. Ruim 12% van de Nederlanders waardeert het eigen leven met een tien en minder dan 1% geeft het eigen leven een één. In absolute aantallen is dat overigens toch nog aanzienlijk. Ruim honderdduizend Nederlanders voelen zich dus doodongelukkig.

Dit betekent dat geluk geen vluchtig verschijnsel kan zijn. Als het een uitzonderlijke en voorbijgaande ervaring is kom je in een steekproef niet op zo'n hoog gemiddelde. De theorie dat geluk een tijdelijk ontsnapping uit chronisch ongeluk is blijkt in dit licht ook onjuist. De feiten wijzen eerder op het omgekeerde.

De resultaten van dit enquêteonderzoek wekten aanvankelijk veel twijfel over de validiteit van zelfrapportages. Menig kritisch denker meende dat hier sprake moest zijn van wenselijkheidvertekening in de rapportage, zo niet van massaal zelfbedrog. Die kritiek verstomde enigszins toen bleek dat er ook landen zijn waarin het merendeel van de bevolking zich ongelukkig betoont. Dat kwam pas aan het licht toen dit soort enquêtes ook in minder welvarende landen gehouden werden. Verder hebben we in § 3.1.2 gezien dat gericht onderzoek naar de validiteit van dit soort metingen ook geen grote meetfouten aan het licht heeft gebracht. Het beeld wordt ook bevestigd in onderzoek dat meer geëigend is voor deze vraagstelling.

Overzicht 3
Geluk in Nederland



Bron: World Database of Happiness, Catalog of Happiness in Nations, tabel 122C. Data 1990¹⁷

Een betere manier om deze vraag te beantwoorden is de methode van multi-moment opname, die in deze context ook wel wordt aangeduid als 'experience sampling'. Dit houdt in dat

mensen regelmatig gevraagd wordt naar hun gevoel van het moment. Dezelfde vraag wordt een aantal malen per dag gesteld gedurende een week of wat. Vaak wordt hierbij een pieper gebruikt die op willekeurige momenten afgaat. Dit levert per persoon enige honderden waarnemingen op, waarover dan een gemiddelde kan worden berekend en waaruit men variatiepatronen kan aflezen. Onderzoek met deze methode toont dat een prettige stemming regel is (Bless 1984). Ook blijkt de wisseling beperkt. Het is zeker niet zo dat geluk zich alleen in pieken voordoet (Diener e.a. 1985b)

Experience sampling richt zich op de stemming van het moment. Mensen hebben namelijk niet steeds hun leven als geheel in gedachte. Om de bestendigheid van levensvoldoening te meten moeten vragen daarover met grotere tussenpozen herhaald worden, liefst met zo grote tussenpozen dat ze het antwoord bij het vorige onderzoek vergeten zijn. Dit is gebeurd bij verschillende longitudinale onderzoeken. Daarbij blijkt steeds een behoorlijke stabiliteit. Over een periode van een jaar ligt de herhaalcorrelatie rond de $+0.75^{18}$, althans in stabiele landen zoals Duitsland. Dat betekent niet dat geluk onveranderlijk is, want op de lange duur loopt de correlatie terug tot de helft (Ehrhardt e.a. 2000).

Conclusie

In landen als Nederland blijken de meeste mensen zich overwegend prettig te voelen. Het oordeel over het leven als geheel is gemiddeld positief en blijkt behoorlijk stabiel door de tijd. Duurzaam geluk is dus kennelijk mogelijk

Overzicht 4

Levenstevredenheid in diverse landen rond 1995: rapportcijfers 0-10

• Zwitserland	7.95
• Zweden	7.52
• Nederland	7.51
• USA	7.46
• België	7.39
• Duitsland (West)	6.92
• Frankrijk	6.43
• Japan	6.36
• India	6.15
• Polen	6.03
• Hongarije	5.60
• Rusland	4.51

Bron: World Database of Happiness (WDH 2002), Catalog of Happiness in Nations, tabel 122C
Data Nederland, België en Frankrijk uit 1990

3.2.2 Is geluk voor een groot aantal mogelijk?

Met het voorafgaande is deze vraag eigenlijk al beantwoord. Grootschalige publieksenquêtes tonen dat een flink deel van de wereldbevolking momenteel redelijk to zeer gelukkig is. Niet alleen in Nederland overheersen positieve antwoorden, maar ook in veel andere landen. Zie overzicht 4. In de volgende paragraaf zullen we zien dat dit niet los staat van maatschappijkenmerken die kunnen worden beïnvloed door beleid.

Deze uitkomsten sporen op het eerste gezicht niet met wat we dagelijks in de krant lezen. Bij alle berichten over misstanden en rampen kan men zich moeilijk voorstellen dat de meeste mensen zo veel plezier in het leven hebben. Die overmaat aan alarmerende informatie zegt echter meer over de berichtgeving dan over de werkelijkheid. Dat de media onheil zo breed uitmeten heeft misschien te maken met een aangeboren belangstelling voor gevaar. We blijven alert, ook als we ons goed voelen¹⁹.

Op het eerste gezicht zijn deze onderzoeksresultaten ook niet verenigbaar met cijfers die we kennen uit de statistiek. Depressie is immers volksziekte nummer één, het RIAGG kampt met wachtlijsten en zelfdoding komt relatief veel voor in westerse landen. Bij nader beschouwing blijkt dat echter mee te vallen. Weliswaar maakt zo'n 15% van de Nederlandse bevolking ooit een depressieve periode door, maar dat betekent niet dat die mensen hun hele leven depressief zijn. Er is inderdaad veel vraag naar hulp bij psychische problemen, maar dat betekent nog niet dat al die hulpvragers chronisch ongelukkig zijn. Hulp wil bovendien nogal eens helpen. Ook zelfmoord moet niet overschat worden. Jaarlijks maken slechts 13 op de 100.000 Nederlanders zelf een eind aan het leven, en niet altijd omdat ze chronisch ongelukkig zijn (Sytema & Koopmans 1998).

Conclusie

In veel landen blijkt de overgrote meerderheid van de bevolking redelijk tot zeer gelukkig. Geluk voor een groot aantal is dus kennelijk mogelijk.

3.3 Is geluk stuurbaar?

Dat veel mensen gelukkig *zijn*, betekent nog niet dat ze middels sociaal beleid gelukkiger *gemaakt* kunnen worden. Net als de wind kan geluk een natuurverschijnsel zijn waarop we geen vat kunnen krijgen. In dit verband worden verschillende bezwaren ingebracht.

Een veel genoemd bezwaar is dat we nog onvoldoende weten over geluk en dat ook niet te weten zullen komen omdat het verschijnsel te complex is. In die lijn wordt onder meer gesteld dat condities voor geluk sterk verschillen tussen en binnen landen, dat er allerlei ingewikkelde interacties in het spel zijn en dat waarschijnlijk nooit begrepen zal worden wat zich allemaal tussen de oren afspeelt. Daar komt dan nog bij dat het onderwerp waardegeladen is en onderzoekers zelfbetrokken.

De stelling dat geluk niet maakbaar, is wordt ook beargumenteerd met een tegenovergestelde redenering, namelijk dat we inmiddels al genoeg weten over geluk om te begrijpen dat vergroting er niet in zit. Een gangbare theorie in dit verband is dat geluk berust op sociale vergelijking en dat iedere verbetering teniet wordt gedaan door verschuiving van het referentie niveau. Van Praag (1993) heeft naam gemaakt met onderzoek waaruit bleek dat inkomensstijging inderdaad 'reference drift' veroorzaakt en dat dit de winst aan inkomenssatisfactie snel neutraliseert. Veel economen nemen aan dat dit ook geldt voor levensvoldoening. Easterlin (1974) meent dat zelfs te hebben aangetoond²⁰. Een andere theorie luidt dat geluk een vrijwel onveranderbare trek is, en dat verbetering van de wereld de mensen dus niet gelukkiger maakt. Individuele varianten van die theorie veronderstellen dat geluk goeddeels erfelijk is (Lykken 1999) of dat waardering van het bestaan goeddeels bepaald wordt door vroege ervaringen (Lieberman 1970). Een collectieve versie gaat er van uit dat de waardering van het bestaan sterk gekleurd wordt door het 'volkskarakter' en dat het gemiddelde geluk in een land daarom eerder de ervaringen van vorige generaties weerspiegelt, dan de huidige levensomstandigheden (Inglehart 1990).

In deze context wordt ook vaak melding gemaakt van de beperkingen aan sociale sturing. De hele idee van 'social engineering' zou inmiddels achterhaald zijn door een geschiedenis van voortdurende mislukkingen, gewaarwording van onbedoelde effecten en groeiend inzicht in de complexiteiten van het beleidsproces.

Al die overwegingen leiden tot de conclusie dat planmatige bevordering van geluk illusoir is. Pogingen om groter geluk voor het grootste aantal te bewerkstelligen kunnen dus alleen maar op teleurstellingen uitlopen, of erger, ons van de wal in de sloot helpen.

3.3.1 Zijn voorwaarden voor geluk kenbaar?

Net als bij gezondheid het geval is, kunnen bevorderlijke condities voor geluk in kaart worden gebracht middels epidemiologisch onderzoek. We kunnen empirisch vaststellen wat voor omstandigheden kenmerkend zijn voor meer en minder gelukkige mensen en wat voor veranderingen in omstandigheden verandering in geluk ten gevolge hebben. Er is al flink wat van dat onderzoek gedaan. De resultaten daarvan zijn bijeengebracht in de reeds genoemde World Database of Happiness (WDH 2002) en samengevat in talrijke reviews, onder meer door Argyle (2002), Diener (1999) en Veenhoven (1984, 1997).

De resultaten van al dit onderzoek naar voorwaarden van geluk laten zich indelen naar de systematiek van **overzicht 1** Levenskansen werden daar onderscheiden in enerzijds de externe levenssituatie en anderzijds de innerlijke vermogens om daarmee om te gaan. Die complexen van voorwaarden voor geluk werden respectievelijk aangeduid als *leefbaarheid* van de omgeving en *levensvaardigheid* van het individu.

Naast deze min of meer stabiele voorwaarden speelt natuurlijk ook het lot een rol. Bij longitudinaal onderzoek van Headey en Wearing (1992: 139) bleek dat ongeveer 10% van de verschillen in geluk kon worden toegeschreven aan 'dom' toeval²¹. Je kunt in een prima situatie verkeren en ook veel in huis hebben, maar als je kind onder de tram komt, verliest het leven toch veel van zijn glans.

Externe voorwaarden

De leefbaarheid van de omgeving wordt allereerst bepaald door ecologische omstandigheden, zoals schoon water en frisse lucht. Dit soort factoren staat centraal in het medisch epidemiologisch onderzoek, maar in het onderzoek naar geluk zijn ze nog nauwelijks aan de orde geweest²². Het geluksonderzoek heeft zich vooral gericht op sociale condities voor geluk. Die condities zijn vooral op twee niveaus onderzocht. Op het macroniveau is gekeken naar de relatie tussen geluk en kenmerken van de samenleving als geheel, op het microniveau is gekeken naar de relatie tussen geluk en positionering in de samenleving. Op het mesoniveau is nog betrekkelijk weinig onderzoek verricht. We weten bijvoorbeeld nog weinig over het effect van arbeidsorganisatie op geluk van werkenden.

Leefbaarheid van samenleving

Geluk blijkt sterk afhankelijk van het soort maatschappij waarin men leeft. Overzicht 5 brengt correlaties met een aantal maatschappijkenmerken in beeld. In weerwil van politiek correcte gedachten over gelijkwaardigheid van culturen blijken mensen toch duidelijk gelukkiger te zijn in de westerse wereld. Kennelijk sluiten sommige samenlevingen beter aan op de menselijke aard dan anderen, net zo goed als niet iedere sloot even geschikt is voor de kikker. Dat lijkt onbegrijpelijk als men geluk opvat als vervulling van een cultureel bepaald levensplan, maar is niet zo vreemd als men aanneemt dat geluk meer te maken heeft met vervulling van algemeen menselijke behoeften. In dat verband is vermeldenswaard dat de correlaties niet veel verschillen als deze maatschappijkenmerken worden gerelateerd aan het gemiddelde stemmingsniveau, zoals gemeten met de in § 3.1.2 beschreven gevoelsbalansschaal.

De verschillen in gemiddeld geluk in landen hebben natuurlijk veel te maken met materiële welvaart. Het verband tussen welvaart en geluk is in beeld gebracht op overzicht 6.

Overzicht 5

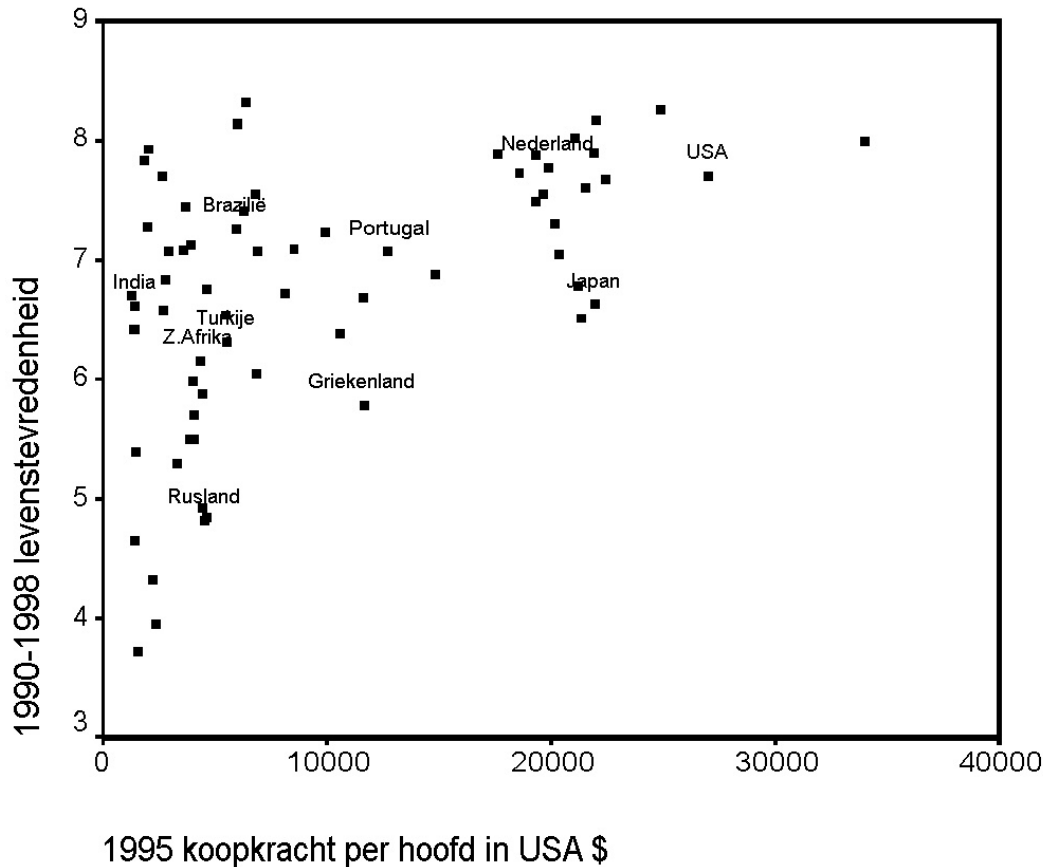
Geluk en samenleving in 65 landen 1995

<i>Landkenmerken</i>	<i>correlatie met geluk</i> ²³	<i>N</i>
Koopkracht ²⁴	+ .64	60
Rechtszekerheid		
• effectieve burgerrechten ²⁵	+ .36	62
• afwezigheid corruptie ²⁶	+ .54	40
• moord ²⁷	- .66	52
Vrijheid		
• economisch ²⁸	+ .62	54
• politiek ²⁹	+ .30	62
• privaat ³⁰	+ .34	49
Gelijkheid		
• in inkomens ³¹	- .00	45
• tussen man/vrouw ³²	+ .16	46
Burgerschap		
• actief in verenigingen ³³	+ .50	60
• voorkeur voor participatief leiderschap ³⁴	+ .39	57
Pluriformiteit		
• % migranten ³⁵	+ .32	43
• tolerantie van minderheden ³⁶	+ .57	61
Moderniteit		
• opleiding ³⁷	+ .32	60
• informatisering ³⁸	+ .66	51
• urbanisering ³⁹	+ .31	60
verklaarde variantie (R ²)	83%	

De oplettende lezer kan in de puntenwolk ook een patroon van afnemende meeropbrengst ontwaren. Boven een inkomen van \$10.000 per hoofd van de bevolking voegt verdere welvaartsgroei nauwelijks meer toe aan het gemiddelde geluk.

Soortgelijke analyses laten zien dat mensen ook meer voldoening in het leven scheppen naarmate het land waar zij wonen meer rechtszekerheid biedt en de vrijheid er groter is. Anders dan in het geval van materiële welvaart is daar echter geen patroon van afnemende meeropbrengst te zien. **Overzicht 7** brengt het verband met (afwezigheid van) corruptie in beeld. In deze puntenwolk tekent zich en lineair verband af.

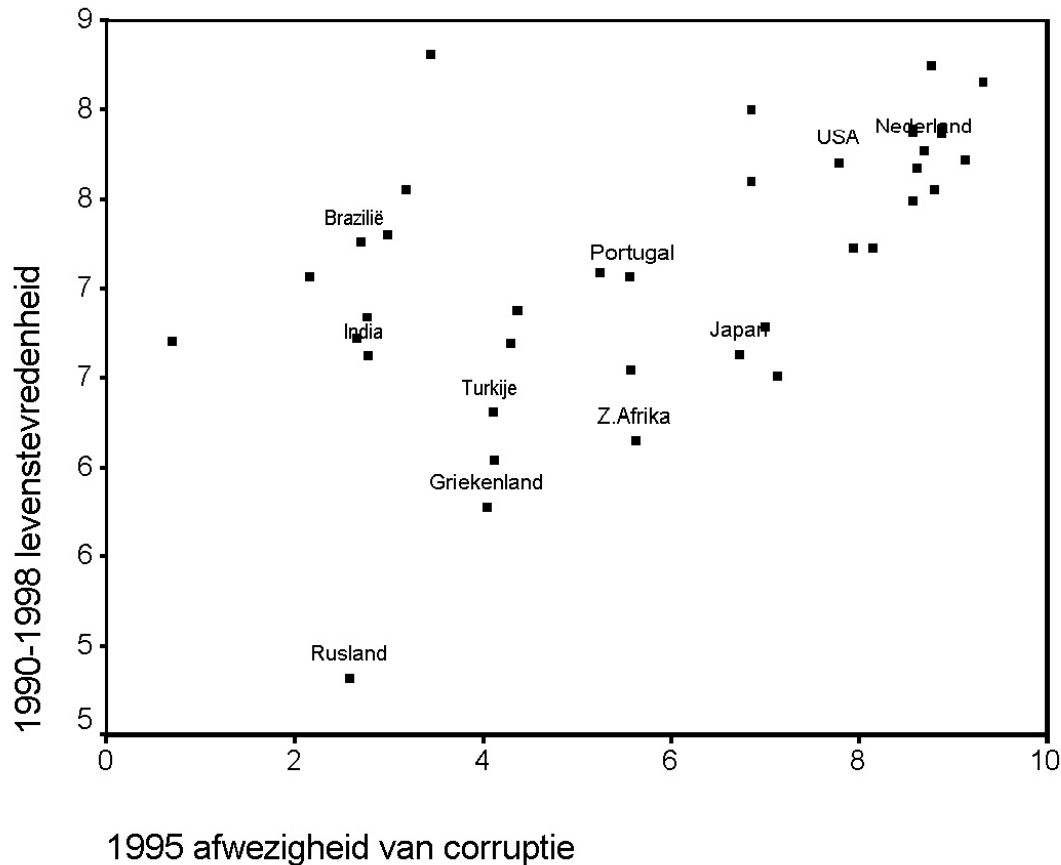
Overzicht 6

Welvaart⁴⁰ en geluk⁴¹ in 60 landen rond 1995

De correlaties hoeven niet te betekenen dat welvaart, rechtszekerheid en vrijheid oorzaken van geluk zijn. Mogelijk zijn ze eerder een gevolg van geluk en zijn de verschillen in geluk tussen landen een kwestie van nationaal karakter. Die verklaring sluit echter niet aan op het feit dat gemiddeld geluk in landen toch vrij veranderlijk blijkt. In overzicht 10 zullen we zien dat aansluiting bij de Europese Unie een sterke toename van geluk inluide in Spanje, terwijl de ineenstorting van de Sovjet Unie gepaard ging met een dramatische achteruitgang in geluk. Het geobserveerde patroon van verminderende meeropbrengst van materiële welvaart valt ook niet goed te verklaren in termen van volkskarakter.

Het feit dat mensen gelukkiger blijken in de meest rijke en individualistische landen is in tegenspraak met theorieën over toenemende vervreemding in de moderne samenleving en met nostalgische beelden over pastoraal geluk. Ook in tegenspraak met het gangbare beeld is dat mensen niet gelukkiger blijken in landen met een sterk ontwikkelde verzorgingsstaat. Elders heb ik dat in detail uitgezocht (Veenhoven 2000b). Nader onderzoek leert zelfs dat ook werklozen niet gelukkiger zijn in de landen waar relatief veel wordt uitgegeven aan sociale verzekeringen (Ouweneel 2002). Het is ook opmerkelijk dat er geen verband blijkt tussen gemiddeld geluk en inkomensgelijkheid in het land. Kennelijk valt wel te leven met relatieve inkomensverschillen, maar niet met absolute armoede. Ook bij gelijkheid in maatschappelijke participatie tussen mannen en vrouwen zagen we geen

Overzicht 7

Afwezigheid van corruptie⁴² en geluk⁴³ in 40 landen

duidelijk verband met geluk. Dit doet vermoeden dat er tegenover de evidente voordelen van vrouwenemancipatie ongeveer evenveel nadelen staan. Of dat een overgangsverschijnsel is zal moeten blijken.

Die tegen-intuïtieve uitkomsten zullen voor menigeen reden zijn om dit onderzoek ter zijde te schuiven, maar het feit dat er soms wat anders uitkomt dan men verwacht markeert juist het belang ervan.

In **overzicht 5** bleek dat geluk het sterkst correleert met materiële welvaart. Dat heeft natuurlijk zijn weerslag op het verband met de andere maatschappelijke condities, want rechtszekerheid en vrijheid zijn typisch groter in rijke landen. Als het effect van welvaart wordt weg gefilterd worden de correlaties dan ook een stuk kleiner⁴⁴. De relaties met moderniteit en pluriformiteit worden tot nul gereduceerd. De relaties met vrijheid en rechtszekerheid blijven positief.

Overzicht 8 Geluk en sociale positie

	<i>correlatie binnen westerse landen</i>	<i>overeenstemming tussen alle landen</i>
Stand		
• inkomen	+	-
• opleiding	±	-
• beroepsaanzien	+	+
Sociale participatie		
• werk	±	?
• verenigingsdeelname	+	+
Primair netwerk		
• levenspartner	++	+
• kinderen	0	?
• vrienden	+	+
++ = sterk positief verband + = matig positief verband 0 = geen verband - = negatief verband ? = nog niet onderzocht ± = wisselend verband		
+ = overeenkomstig - = verschillend ? = geen gegevens		

Bron: World Database of Happiness (WDH 2002), Catalog of Correlational Findings

Positie in samenleving

Het empirisch onderzoek naar geluk was aanvankelijk sterk gericht op sociaal-economische verschillen binnen landen. Onderzoek van het eerste uur werd geïnstigeerd door aanbieders van sociale voorzieningen en zocht legitimatie voor verdere verbreding van diensten aan achtergestelden. Groot was de teleurstelling toen bleek dat er maar weinig verband is tussen geluk en 'deprivatie'.

Meer dan de sociaal-economische positie bleek de sociaal-emotionele positie van belang. Mensen zonder vaste partner en weinig vrienden zijn gemiddeld minder gelukkig⁴⁵. Zelfgekozen intieme relaties blijken hierbij belangrijker dan inbedding in de lokale 'gemeenschap'.

Deze effecten op geluk zijn niet in alle landen hetzelfde. Inkomen maakt heel wat meer uit in arme landen dan in rijke landen. Dat sluit aan bij de gesignaleerde afnemende meer opbrengst van welvaart (cf. **overzicht 6**) Anderzijds blijkt het verschil in geluk tussen gehuwden en ongehuwden overal ter wereld ongeveer even groot. Kennelijk is de behoefte aan een partner universeel. **Overzicht 8** vat enige bevindingen samen.

Overzicht 9

Geluk en persoonlijke eigenschappen

<i>eigenschap</i>	<i>correlatie binnen westerse landen</i>	<i>overeenkomst tussen alle landen</i>
Bekwaamheden		
• Lichamelijke gezondheid	+	++
• Geestelijke gezondheid	++	++
• IQ	0	?
Persoonlijkheid		
• Interne controle oriëntatie	++	?
• Extraversie	+	?
• Agressie	-	+
Waarden		
• Lustaanvaarding	+	?
• Materialisme	-	?
• Sociaal	++	?
	++ = sterk verband	
	+ = matig verband	+ = overeenkomstig
	0 = geen verband	
	- = negatief verband	- = verschillend
	? = nog niet onderzocht	? = geen gegevens

Bron: World Database of Happiness (WDH 2002), Catalog of Correlational Findings

Interne voorwaarden

Geluk wordt ook bepaald door de mate waarin omgevingskansen benut kunnen worden. Bij het ontbreken van essentiële levensvaardigheden kan men zelfs in het Paradijs nog ongelukkig zijn.

Gezondheid

Bij de levensvaardigheden gaat het allereerst om 'storingsvrij' functioneren, dwz dat er niet iets mis is met lichaam of geest. Er is dan ook een duidelijk verband tussen geluk en lichamelijke gezondheid, waarbij echter opvalt dat mensen toch redelijk gelukkig kunnen zijn ondanks ernstige beperkingen. Het verband met psychische gezondheid is sterker. Relatief kleine psychische stoornissen kunnen het geluk al heel nadelig beïnvloeden. Dat effect lijkt zich met name voor te doen in individualistische landen. In die landen is het effect op levenskeuzen en relaties ook groter.

Autonomie

Dit sluit aan bij allerlei bevindingen die duiden op een positief effect van psychologische autonomie. Gelukkige mensen onderscheiden zich door een duidelijk en positief zelfbeeld. Ze zijn ook assertief en kunnen tegen een stootje. Ze gaan er van uit dat ze greep hebben op het eigen bestaan (interne controle oriëntatie) en handelen daar ook naar. Dat zijn natuurlijk weer eigenschappen die goed van pas komen in een individualistische samenleving. Het verband met geluk blijkt dan ook minder sterk in collectivistische landen zoals Japan.

Levenskunst

Ongetwijfeld spelen ook verschillen in persoonlijke levenskunst een rol, maar dat aspect laat zich vooralsnog minder makkelijk documenteren. Toch zijn er wel aanwijzingen dat bepaalde levensstijlen niet erg bevredigend zijn. Exclusief materialistisch georiënteerde mensen blijken gemiddeld minder plezier in het leven te scheppen. Voor mensen die het steeds in kicks zoeken geldt hetzelfde. Een leven van gematigde en gevarieerde genoegens lijkt op den duur het meest bevredigd. Epicurus wordt daarmee in het gelijk gesteld.

Het blijft nog goeddeels gissen hoe al die omstandigheden zich uiteindelijk in levensvoldoening vertalen. Er zijn wel modellen in omloop (Veenhoven 1997: 46) maar het onderzoek naar causale processen staat nog in de kinderschoenen. Voor toepassing in beleid is dat overigens geen overwegend bezwaar. We moeten weten *wat* werkt, maar niet noodzakelijk precies *hoe* het werkt. Van veel geneesmiddelen is de werking ook nog onbekend terwijl ze toch onmiskenbaar bijdragen tot een betere gezondheid.

Conclusie

Voorwaarden voor geluk kunnen in kaart worden gebracht met empirisch onderzoek. Het verrichte onderzoek geeft al een aardig beeld.

3.3.2 Valt geluk te vergroten?

Het voorafgaande doet vermoeden dat geluk wel degelijk vergroot kan worden. Op macroniveau onder meer door uitbanning van echte armoede, corruptie en onderdrukking en op microniveau door het bevorderen van intieme netwerken. Dit zal weinigen van u verbazen. Hoogstens verbaast het U, dat sommige interventies geen groter geluk opleveren, zoals de gememoreerde sociale verzekering van staatswege.

Theorie die het voor onmogelijk houdt klopt niet

Hoe zit het dan met de bovengenoemde theorie volgens welke geluk onveranderlijk is? Toetsing aan de inmiddels beschikbare feiten heeft daar weinig van overleefd gelaten.

Geluk geen kwestie van vergelijking Als geluk zit in het beter af zijn dan de burens, moeten er in een land ongeveer evenveel gelukkige als ongelukkige mensen zijn, en moet - op een schaal van 0 tot 10 - het gemiddelde rond de 5 liggen. In **overzicht 3** hebben we echter gezien dat het gemiddelde ver boven neutraal ligt. Als geluk een kwestie van vergelijking is zou relatieve welvaart er ook meer toe moeten doen dan absolute welvaart, maar hierboven bleek het omgekeerde. Verder blijkt voorspoed niet altijd geneutraliseerd te worden door inflatie van verwachtingen. Een goed huwelijk is bijvoorbeeld een blijvende bron van geluk. Een ellendig verleden blijkt ook niet bevorderlijk voor geluk in het heden. Overlevenden van de holocaust bleken twintig jaar later b.v. minder gelukkig dan voor het overige vergelijkbare Israëliërs aan wie deze beker voorbij was gegaan. Elders heb ik nog meer van dit soort toetsingen gerapporteerd (Veenhoven 1991, 1995). Ook daarbij werd de vergelijkingstheorie van geluk niet bevestigd.

Sommige deelsatisfacties berusten wèl in belangrijke mate op vergelijking, omdat er over het object geen gevoelsmatige informatie beschikbaar is. Dat is onder meer het geval bij inkomensvredenheid. Dat is echter anders bij seksuele satisfactie, waarbij we het voornamelijk van affectieve ervaring moeten hebben. Ook bij levensvoldoening is er een belangrijke bron van affectieve informatie, namelijk ons stemmingsniveau. Zoals al opgemerkt blijkt affectieve informatie te domineren in het totaal oordeel over het bestaan.

Geluk geen vaste trek Geluk verandert niet van vandaag op morgen, maar blijft ook niet altijd hetzelfde. Bij een langlopend vervolg onderzoek in een steekproef uit de Duitse bevolking bleek na tien jaar nog maar 38% van de oorspronkelijke volgorde terug te vinden (Ehrhardt e.a. 2000). De mate waarin iemand voldoening in het leven schept hangt deels af van stabiele bronnen, zoals persoonlijkheid en sociale positie, maar wordt ook bepaald door wisselende ervaringen van alle dag. Grote levensgebeurtenissen kunnen de balans van prettige en onprettige ervaringen structureel veranderen en daarmee dus ook het geluk. Bijvoorbeeld, het overlijden van een partner doet de levensvoldoening gemiddeld met twee punten dalen, waarvan één punt blijvend.

Geluk blijkt ook geen kwestie van een cultureel bepaalde visie op het leven. De verschillen in gemiddeld geluk in landen kunnen grotendeels verklaard worden uit variatie in kwaliteit van levensomstandigheden. De maatschappijenmerken in **overzicht 3** verklaren te samen ruim 80%⁴⁶ van de verschillen in gemiddeld geluk tussen die 65 landen. Voorts blijken migranten qua geluk snel de kleur van het land van vestiging aan te nemen. Griekse migranten in Australië zijn bijvoorbeeld aanmerkelijk gelukkiger dan de gemiddelde Griek in Griekenland en vrijwel even gelukkig als de gemiddelde Australiër (Veenhoven 1994: 142/3). Dat duidt er niet op dat geluk bepaald wordt door een basisattitude die vanuit het land van herkomst wordt meegenomen.

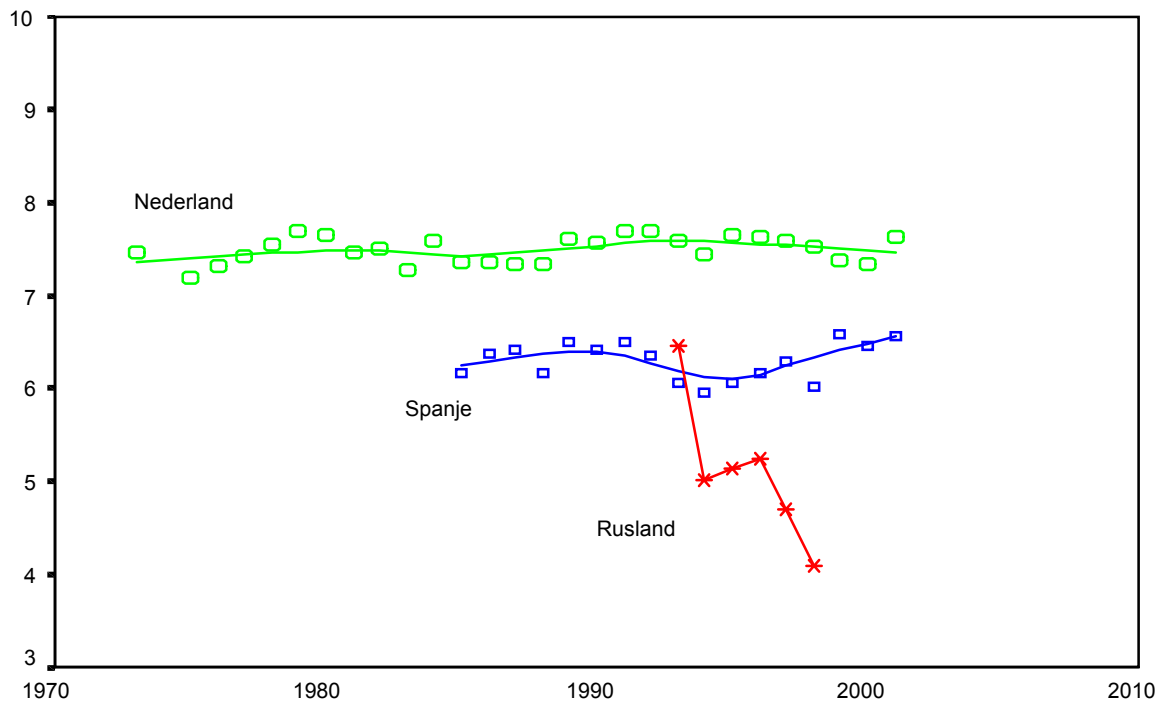
Dat geluk geen vaste trek is blijkt ook uit verandering in gemiddeld geluk in landen. In **overzicht 10** zien we dat het gemiddeld geluk sterk steeg in Spanje en dramatisch daalde in Rusland. In Nederland was de verandering minder spectaculair, maar steeg het geluk sinds 1973 toch met 0,05% per jaar. Als geluk verankerd is in genen of volkskarakter zouden we in alle drie de gevallen horizontale lijnen hebben moeten zien.

Goede redenen om aan te nemen dat het wel kan

Welbeschouwd is het ook nogal wereldvreemd om te denken dat geluk onveranderlijk is. Allereerst leidt het weinig twijfel dat het mogelijk is om mensen *ongelukkig* te maken. Er wordt vaak gewaarschuwd dat goedbedoelde pogingen om mensen gelukkiger te maken wel eens een omgekeerd effect kunnen sorteren. Geluk is dan dus kennelijk wél veranderlijk.

Vanuit een functionalistisch gezichtspunt is het ook niet aannemelijk dat geluk in wezen onveranderlijk is. Zoals al aangestipt kan men geluk zien als deel van onze adaptieve uitrusting. In die visie reflecteert geluk de mate waarin behoeften bevredigd worden en informeert daarmee over de leefbaarheid van de omgeving en over de adequaatheid van eigen gedrag daarbinnen. Anders dan de zogeheten 'emoties' is geluk geen probleemspecifiek signaal, maar meer een globaal achtergrondsignaal waarmee de algehele toestand van het organisme in het oog wordt gehouden. Als zodanig zijn gewaarwordingen van ongeluk en geluk vergelijkbaar met rode en groene signaallichtjes op sommige machines. Rode lichtjes signaleren *dat* er iets aan de hand is, maar niet *wat*. Groen betekent

Overzicht 10

Trend in gemiddeld geluk in landen

Bron: World Database of Happiness (WDH 2002), Catalog of Happiness in Nations

dat de machine naar behoren draait. Zo gezien zou het wel vreemd zijn als aan de menselijke machine steeds hetzelfde lichtje bleef branden. Als geluk een vaste karaktertrek is valt ook niet te begrijpen waarom het besef ervan überhaupt in het menselijk repertoire is gekomen en waarom de ervaring zo indringend is.

Conclusie

Het geluk van de burger kan in principe vergroot worden, net als de volksgezondheid. Hoogstens is er een bovengrens aan het menselijk geluk.

4 WENSELIJKHEID GELUK ALS UITKOMST

Dat geluk bevordert *kan* worden betekent nog niet dat het ook *moet*. Dat is alleen het geval als we het eens zijn over de wenselijkheid van het grootst mogelijke geluk voor het grootste aantal. Dat is bepaald niet het geval.

Allereerst wordt betwijfeld of geluk wel zo'n zegen is. Ten tweede wordt betwist dat geluk boven alle andere waarden gesteld kan worden. Ten derde wordt gesteld dat de beleidsmatige bevordering van geluk kan leiden tot evident onwenselijke uitkomsten, zoals onrecht en onzelfstandigheid.

Over deze vragen is al een uitgebreide filosofische discussie gevoerd. Goede overzichten daarvan zijn te vinden bij Smart & Williams (1973) en Sen & Williams (1982). In het bestek van deze oratie kan ik dat niet allemaal uit de doeken doen. Ik beperk me daarom tot die punten van de discussie waaraan het moderne geluksonderzoek iets kan toevoegen.

4.1 Is geluk wel zo wenselijk?

Er is op verschillende manieren betoogd dat geluk eigenlijk helemaal niet zo'n groot goed vertegenwoordigt. Daarbij wordt steeds uitgegaan van een bepaalde visie op geluk.

Oppervlakkig genot?

Geluk wordt vaak afgedaan als sensorisch genot; het streven naar maximalisering ervan wordt daarmee dan gediskwalificeerd als plat hedonisme. Deze argumentatie treffen we onder meer in de science fiction roman 'Brave New World' (Huxley 1932), waar de onderdanen van een utilitaristische heilsstaat zich verlekken aan seks en soma, maar niet ontvankelijk zijn voor hogere genoegens en zich ook niet bewust zijn van hun situatie.

Dat is inderdaad maar een beperkt genot, maar dit noem ik ook geen geluk. Het gaat hier om wat ik eerder benoemd heb als 'genoegens', de betekenis in het linksboven kwadrant van **overzicht 2**. Eigenlijk gaat het om een nog beperkter betekenis daarvan, namelijk alleen sensorische genoegens. Hier gaat het echter om geluk in de zin van levensvoldoening, de betekenis rechtsonder in **overzicht 2**. Dat is een veel breder concept, waarin hogere genoegens en existentieel besef ook een plaats hebben.

Voorts is het een misverstand om te denken dat mensen alleen maar plezier beleven aan passieve consumptie. Net als andere dieren ontlenen wij ook voldoening aan het oplossen van problemen en de ontwikkeling van onze vermogens. Dat is biologisch ook uiterst functioneel. Maslow (1954) spreekt in dit verband van 'groeibehoeften'⁴⁷.

Escapistische kick?

Op soortgelijke wijze is geluk voorgesteld als een extatische zinsbegoocheling waarmee men zich even onttrekt aan de grauwe realiteit van alledag. Het bevorderen van geluk wordt daarmee dan gediskwalificeerd als een aanzet tot escapisme. Deze voorstelling treffen we onder meer bij Adorno (Rath 2002). In dit geval gaat het eigenlijk over de betekenis die ik met het woord 'topervaring' heb aangeduid en die in **overzicht 2** in het kwadrant linksonder geplaatst is. Dat is heel wat anders dan geluk in de betekenis van levensvoldoening. Hoezeer die zaken verschillen blijkt ook uit empirisch onderzoek. Mensen die veel topervaringen rapporteren, blijken gemiddeld minder voldoening in het leven als geheel te scheppen (Diener 1985b)⁴⁸.

Dubieus 'succes'?

Geluk wordt ook wel gelijk gesteld met het gevoel 'het gemaakt te hebben'. Geluk wordt daarmee dan gediskwalificeerd als sociaal conformisme, of erger, als asociaal ellebogen succes in een verderfelijke prestatie maatschappij. In de meest eenvoudige variant van deze redenering wordt het woord geluk gebruikt voor satisfactie met een bepaald levensgebied, namelijk de carrière en verwijst dan naar de betekenis rechtsboven in **overzicht 2**. Dat is weer niet hetzelfde als waar het hier om gaat, namelijk de voldoening met het leven als geheel die in het overzicht in het rechts onder kwadrant is geplaatst. Tevredenheid met maatschappelijk succes voegt meestal wel toe aan de voldoening met het leven als geheel, maar het effect is niet zo sterk. Empirisch onderzoek toont correlaties in de orde van +.30.

Arbitraire vergelijking?

De gelijkstelling van geluk aan maatschappelijk succes maakt soms ook deel uit van een bredere argumentatie waarin geluk slechts een kwestie van sociale vergelijking is. In die visie wordt geluk bepaald door de mate waarin men denkt beter af te zijn dan mensen met wie men zich vergelijkt. Geluk zegt dan weinig over de kwaliteit van de samenleving. Men kan dan immers gelukkig zijn in erbarmelijke omstandigheden, zolang men het maar beter heeft dan de burens. Ook kan geluk dan vergroot worden door het leed in andere landen flink onder de aandacht te brengen.

In deze redenering wordt geluk gelijkgesteld aan een bepaald soort 'tevredenheid'. Dat is weer niet precies hetzelfde als levensvoldoening. In § 3.1.1 is tevredenheid geplaatst als een cognitieve 'component' van geluk, naast de affectieve component van het stemmingsniveau. De voldoening met het leven als geheel wordt maar gedeeltelijk bepaald door verstandelijke vergelijking en bij die vergelijkingen gaat het ook niet alleen om sociale vergelijking. Zoals al opgemerkt wordt geluk voornamelijk bepaald door het stemmingsniveau, d.w.z. de affectieve component. In § 3.3.2 hebben we dan ook gezien dat de sociale vergelijkingstheorie van geluk niet houdbaar is gebleken.

Cultuur relatief?

In deze lijn van kritiek wordt geluk ook wel gezien als uitvloeisel van een sociaal bepaalde visie op het goede leven. De achterliggende cognitieve theorie is dan ruimer en ziet geluk als het gepercipieerd verschil tussen wens en werkelijkheid, waarbij zowel wensen als werkelijkheid percepties gezien worden als sociale constructies. In die visie biedt geluk geen universeel criterium voor beoordeling van sociaal beleid omdat die constructies cultuurrelatief zijn. Geluk is dan ook geen onafhankelijk criterium omdat die constructies immers ook product zijn van het beleid dat er mee beoordeeld moet worden.

Ook in deze redenering wordt geluk gereduceerd tot de cognitieve dimensie ervan en wordt voorbijgegaan aan het feit dat levensvoldoening in belangrijke mate bepaald wordt door het hedonisch gevoelsniveau.

De cultuur relativistische theorie van geluk vindt weinig steun in de beschikbare onderzoeksresultaten. Op grond van die theorie zou men namelijk niet verwachten dat geluk zo sterk gerelateerd is met landkenmerken als welvaart en vrijheid (cf. **overzicht 5**). Als geluk afhangt van realisering van lokale waarden zou corruptie geen afbreuk aan het geluk moeten doen in landen waarin dit tot de 'goede gewoonten' behoort. In de data tekent zich echter een universele trend af. Dat geldt ook voor mensenrechten. Hoewel die lang niet overal aanvaard worden zien we toch een universeel verband.

Vanuit een cultuurrelativistisch gezichtspunt is ook niet goed begrijpelijk dat er zoveel overeenstemming is in correlaten van geluk binnen landen (overzicht 8 en 9). Het is bekend dat opvattingen over het huwelijk sterk verschillen tussen landen, maar hierboven hebben we

gezien dat het verschil in geluk tussen gehuwden en ongehuwden overal vrijwel gelijk is (cf. § 3.3.1).

De feiten sluiten beter aan op de theorie dat er universele menselijke behoeften zijn en dat geluk afhangt van de mate waarin sociale condities bevrediging van die behoeften mogelijk maken. In de cultuurrelativistische theorie bestaan geen aangeboren behoeften maar alleen sociaal geconstrueerde verlangens. Qua motivatie zou de mens dus als een onbeschreven blad ter wereld komen. Het is moeilijk voorstelbaar hoe de evolutie dat voor elkaar zou kunnen krijgen⁴⁹.

Dit punt laat zich illustreren met een analogie. Op het vlak van voeding bestaan voorkeuren, deels van persoonlijke aard en deels cultureel bepaald. In sommige culturen is varkensvlees bijvoorbeeld taboe. Die voorkeuren zijn analoog aan de 'verlangens' uit de relativistische theorie. Los van die voorkeuren hebben wij natuurlijk bepaalde voedingsstoffen nodig, zoals eiwitten en vitamines. Dat zijn werkelijke 'behoeften'. Vervulling van die voedingsbehoeften is bepalend voor onze gezondheid en niet het volgen van een culinaire voorkeur. *Hoe* men zijn voedingsstoffen binnen krijgt is niet zo belangrijk; het gaat om *dat* het gebeurt. Dat geldt ook voor psychologische behoeften in relatie tot geluk. Ook bij geluk gaat het erom dat behoeften bevredigd worden en niet zozeer hoe⁵⁰.

Conclusie

Er zijn geen goede redenen om geluk af te doen als onbetekenend.

4.2 Is geluk het meest wenselijk?

Dat geluk wenselijk is, betekent nog niet dat het als *meest* wenselijk moet worden beschouwd. Dat is echter wel de gedachte in het radicale utilitarisme van Bentham, waarover meer in § 5.1. Die ideologie wordt op twee gronden bestreden. Allereerst wordt betwist dat één enkele waarde voorop gesteld kan worden. Ten tweede is betoogd dat er betere kandidaten zijn om als ultieme waarde te fungeren. Het eerste punt betreft een klassieke discussie tussen waarde-monisten en waarde-pluralisten. Monisten (waaronder utilitaristen) menen dat het stellen van een heldere prioriteit noodzakelijk is om tot een hanteerbare moraal te komen. Pluralisten betogen dat dit tot absurditeiten leidt en strijdigheid met morele intuïties (b.v. Rawls 1971). Aan die discussie kan ik op grond van het geluksonderzoek niets toevoegen. Ik beperk me daarom tot de vraag of geluk *primaat* verdient *indien* men het er over eens zou zijn dat één bepaalde waarde voorop gesteld moet worden. Bij bespreking van die vraag onderscheid ik twee argumentaties, ten eerste redenen waarom geluk de meest geschikte eindwaarde is en ten tweede waarom andere waarden zich daar minder voor lenen.

4.2.1 Positieve redenen

Vanouds is het *primaat* van geluk verdedigd met de klassieke argumenten van Bentham en Mill. Inmiddels kan dit standpunt ook verdedigd worden vanuit een biologisch adaptief perspectief.

Natuurlijke drang

Bentham (1789) meende dat het streven naar geluk de mens is aangeboren en dat een realistische moraal op die menselijke natuur moet aansluiten. Dit blijkt uit zijn bekende uitspraak "Nature has placed mankind under the governance of two sovereign masters, pain and pleasure" (p. 17). Dat iets natuurlijk is, betekent echter nog niet zonder meer dat het ook als wenselijk beschouwd moet worden. Verder blijkt de menselijke motivatie toch wat complexer dan Bentham dacht. Geluk is eerder een secundaire motivatie dan een primaire

drijfveer en mensen kunnen ook besluiten hun geluk op te offeren aan iets wat ze mooier vinden (Wentholt 1975). Dat neemt niet weg dat geluk wel iets is dat de meeste mensen aanspreekt.

Enig doel in zichzelf

Mill (1861) beargumenteerde het primaat van geluk op een andere manier. Hij stelde dat men zich bij waarden als vrijheid en gelijkheid kan voorstellen dat ze instrumenteel zijn voor iets anders, maar dat dit bij geluk niet het geval is en dat geluk dus de enige waarde is die puur om zichzelf wordt nagestreefd (Walton 2002). Daarover kan men echter met hem van mening verschillen. Menig idealist vindt zijn ideaal belangrijker dan het geluk dat het oplevert en men kan geluk ook bevorderen omdat het goed is voor wat anders.

Signaal waarde

Het nieuwe inzicht in de adaptieve functie van geluk verschaft een steviger legitimatie. Zoals hierboven aangegeven kan geluk gezien worden als een psycho-biologisch signaal dat ons informeert over de leefbaarheid van de omgeving waarin wij verblijven en over de adequaatheid van ons handelen daarin. Die functionaliteit van geluk is moeilijk aantoonbaar als zodanig, maar veel van de inmiddels bekende feiten over geluk sluiten er wel op aan.

Geluk betekent dan meer dan dat iemand zich prettig voelt, maar duidt ook op goed functioneren. Goed functioneren betekent niet alleen vervulling van gebreksbehoeften, maar ook vervulling van groeibehoeften (Maslow 1954). In dit verband breng ik **overzicht 1** in herinnering; geluk (rechtsonder) reflecteert de mate waarin de combinatie van externe levensomstandigheden (linksboven) en innerlijke levensvaardigheden (rechtsboven) menselijk functioneren mogelijk maken.

Zo bezien is geluk dus een indicator voor de kwaliteit van de gehele leefsituatie, d.w.z. voor de bovenste kwadranten. Geluk zegt daarover meer dan de gangbare welzijnsindexen, zoals de welzijnsindex van het SCP (Boelhouwer 1999). Die geven namelijk een tamelijk willekeurige optelling van een handvol aspecten. De uitkomst in termen van geluk indiceert in hoeverre de noodzakelijke *minima gehaald* zijn en of de *mix consistent* is; bijvoorbeeld, of de samenleving wel voldoende keuze biedt en of gelegenheid tot kiezen aansluit op het vermogen om keuzes te maken. Geluk is daarom de meest omvattende indicator van levenskwaliteit waarover wij kunnen beschikken. Elders heb ik dat in meer detail onderbouwd (Veenhoven 2000a).

Deze visie op geluk sluit aan op het groeiend inzicht in de functies van gevoelsmatige ervaringen. Vanuit een evolutionair psychologisch ⁵¹ perspectief is het begrijpelijk dat gevoelsmatige signalen gedrag sturen in richtingen die in de evolutie gunstig zijn gebleken (Wielers & De Vos 1999: 25).

Een beperking is wel dat geluk een antropocentrische indicator is. Groot geluk voor een groot aantal betekent dat mensen goed gedijen, maar zegt niets over de natuur, althans niet over natuur die mensen niet echt nodig hebben. Geluk zegt dus niet alles, maar wel veel.

Geluk is ook geen onfeilbare indicator. Net als bij signaallampjes aan een machine kunnen er defecten in optreden. Ongegronde depressie is daar een voorbeeld van. Op individueel niveau stelt dat beperkingen aan de betrouwbaarheid van de indicator. Het beleid werkt echter primair met groepsgemiddelden waarin toevalsstoringen tegen elkaar wegvallen.

Deze adaptieve visie op geluk verschaft ook een antwoord op de kritiek van Nozick (1989), die met een gedachte-experiment probeerde te bewijzen dat geluk niet kwalificeert als hoogste waarde. Dat experiment houdt in dat men zich voor moet stellen om blijvend in een geluksmachine te kunnen stappen waarin men zich volmaakt gelukkig zal voelen. Nozick

voorspelt dat maar weinigen dat zullen doen, omdat een weldenkend mens het echte leven verkiest boven artificieel geluk. Nozick demonstreert daarmee inderdaad de beperkte betekenis van geluk als zodanig, maar verliest datgene wat geluk indiceert uit het oog. Bij het signaallampje op de machine gaat het ook niet primair om het prettige groene licht, maar om de betekenis daarvan. Voor het beleid is die indicatieve betekenis ook de belangrijkste boodschap.

4.2.2 Negatieve redenen

Men kan de zaak ook anders benaderen en nagaan of geluk beter kwalificeert als hoogste waarde dan concurrerende eindwaarden. In de loop der tijden zijn heel andere eindwaarden aangeprezen. In de Christelijke traditie worden godsvrucht en naastenliefde vaak voorop gesteld en vanuit de Verlichting vrijheid, gelijkheid en zelfontplooiing. Dat zijn allemaal goede zaken, maar een probleem is dat er teveel van dat goede kan zijn. Vrijheid kan bijvoorbeeld ontaarden in chaos en gelijkheid kan leiden tot stagnatie. Zelfs zoiets moois als 'ontplooiing' heeft zijn grenzen. Wij hebben meer mogelijkheden dan wij allemaal kunnen ontwikkelen en al te veel investering in ontwikkeling gaat ten koste van productiviteit.

Al die waarden hebben dus een optimum, en de moeilijkheid is dat we meestal niet weten waar dat optimum ligt. Een extra complicatie is dat die optima niet overal en altijd hetzelfde zijn, maar variëren met omstandigheden. Het optimum voor vrijheid ligt b.v. lager in landen waar de scholingsgraad laag is dan in hooggeschoolde landen (Veenhoven 1999). Waar die optima liggen kan niet vooraf berekend worden, maar wel achteraf worden afgeleid aan de consequenties voor geluk. Als mensen er massaal ongelukkig van worden past het ideaal kennelijk niet meer op de menselijke maat. Van geluk kan ik mij minder goed voorstellen dat het teveel wordt, zeker niet als ik denk in termen van gelukkige levensjaren.

Verder lijkt geluk ook de meest zelfcorrigerende waarde. Als geluk disfunctioneel wordt gaat dat al snel ten koste van zichzelf. Beleid dat zich richt op het grootst mogelijke geluk zal het optimum dus scherp in het oog moeten houden. Bij waarden als 'gelijkheid' en 'ontplooiing' is die correctie minder vanzelfsprekend.

Publieke opinie

Los van de vraag naar de intellectuele fundering voor een primaat van geluk, kan worden vastgesteld dat de publieke steun voor deze waarde groot is. Dit blijkt onder meer uit enquêteonderzoek waarbij respondenten gevraagd werd wat zij het meest nastrevenswaardig vinden. In Nederland komt geluk daarbij op de tweede plaats, na 'gezondheid' (Goddijn 1979: 62) en ook in de USA scoort geluk hoog (Inglehart 1985:110). Er zijn goede redenen om aan te nemen dat die steun in de toekomst zal toenemen. Nu problemen als armoede en onrecht minder dringend zijn geworden in moderne landen, verschuiven waarden in positieve richting en worden allengs abstracter. De voortschrijdende individualisering draagt ook bij tot een grotere nadruk op de persoonlijke waardering van het bestaan. Geluk zou dus wel eens de meest gevierde waarde kunnen worden. Deze werkelijkheid zal misschien weinig indruk maken in de ivoren toren van de moraalfilosofie maar voor beleidsvoerders is het toch wel iets om rekening mee te houden.

Conclusie

Als men kiest voor een ultieme waarde, is geluk een goede optie.

4.3 Gaat maximalisering van geluk ten koste van andere waarden?

Ook als met geluk op zich niets mis is, kan maximalisering ervan wel negatieve consequenties hebben op andere hoog gewaardeerde zaken. In dat verband wordt wel gezegd dat groter geluk voor een groter aantal wel eens ten koste zou kunnen gaan van de menselijke waardigheid en de moraal. De al eerder gememoreerde science fiction roman 'Brave New World' schetst daar een somber beeld van. Die bedenkingen betreffen in de eerste plaats mogelijke negatieve effecten van *geluk als zodanig*. Tevredenheid zou decadentie in de hand werken en daarom op de lange termijn slecht uitpakken voor mens en maatschappij. Deze argumentatie treft men onder meer bij boetepredikers die menen dat het aards bestaan moet dienen ter loutering van de mens. Daarnaast wordt ook gewezen op mogelijke negatieve consequenties van het beleidsmatig *bevorderen van geluk*, in het bijzonder als geluk primaat krijgt boven alle andere waarden. Dat is de grootste zorg van critici van het utilitarisme.

4.3.1 Leidt geluk tot verderf?

De mate waarin mensen voldoening scheppen in hun leven kan van invloed zijn op hun denken en hun gedrag en mogelijk zelfs op hun gezondheid. Hierover doen verschillende verwachtingen de ronde, zowel negatieve als positieve. Elders heb ik daarover meer gezegd dan ik hier kwijt kan (Veenhoven 1988,1989).

Genoemde negatieve consequenties

Wat betreft negatieve consequenties is een gangbare veronderstelling dat geluk mensen onkritisch en zelfgenoegzaam maakt, en daarmee initiatief en creativiteit fnuikt. Maatschappelijk zou dat tot stagnatie leiden en uiteindelijk tot verval. In die visie is het eigenlijk maar beter ook dat mensen ietwat ongelukkig door het leven gaan, omdat dit ze scherp houdt. Dit gedachtegoed leeft onder meer in kringen van 'kritische' wetenschappers, waarvan menigeen eigenlijk ook vindt dat het geen pas geeft om gelukkig te zijn in een samenleving waaraan zoveel mankeert.

Een andere negatieve consequentie die veel genoemd wordt is dat geluk egoïsme in de hand werkt. De gedachte daarbij is dat ongeluk bindt en dat geluk zelfgenoegzaamheid in de hand werkt. Empathie met de minder fortuinlijke medemens zou afnemen en de aandacht voor eigen genoegens toenemen. Ook dat zou uiteindelijk zijn weerslag hebben op de samenleving. Gemeenschapsbanden zouden er door verzwakken en de tendens tot een atomistische consumptiemaatschappij zou versterkt worden.

In deze lijn wordt ook wel voorspeld dat geluk een genotzuchtige levenshouding in de hand zal werken. Dat zou niet alleen ten koste gaan van arbeidzaamheid en diepgang, maar ook leiden tot uitspattingen en verslavingen. Geluk wordt dan geassocieerd met hedonisme.

Al deze bezwaren betreffen vooral de korte termijn. Als ze hout snijden, zou geluk zich op de lange termijn teniet doen en zouden wij daarmee vanzelf tot een heilzame toestand van ongeluk moeten terugkeren.

Genoemde positieve gevolgen

Anderzijds worden ook positieve effecten genoemd. Een positieve beleving van het bestaan zou juist het goede in de mens versterken: het zou een activerende uitwerking hebben en openheid voor anderen bevorderen. Met minder persoonlijke frustraties zou de maatschappij ook beter functioneren, conflicten zouden minder snel uit de hand lopen en de publieke meningsvorming zou realistischer zijn. Ook op het vlak van intieme relaties worden wel positieve effecten van geluk verwacht. Deze opvatting leeft vooral in de humanistische psychologie en in de recentere 'positieve' psychologie.

Naast gevolgen op gedrag worden ook effecten op de gezondheid genoemd. Plezier in het leven zou mensen minder vatbaar maken voor stress en zou een gezonde levensstijl in de hand

werken. Mede daardoor zou geluk beschermen tegen ziekte en herstel bevorderen. Deze gedachte is gangbaar in de populaire gezondheidspsychologie.

Geobserveerde gevolgen van geluk

Al weer enige tijd geleden heb ik een overzicht gegeven van het toen beschikbare onderzoek ter zake (Veenhoven 1988, 1989). Momenteel komen er ook nieuwe bevindingen uit de hoek van de 'positieve psychologie' (Aspinwall 2002). Dat onderzoek biedt geen bevestiging van het beeld dat geluk mensen tot tevreden koeien maakt. Gelukkige mensen staan juist meer open voor bedreigende informatie. Ze zijn ook geïnteresseerder in de buitenwereld en doen meer voor verbetering daarvan. Gelukkige mensen geven b.v. meer aan goede doelen en maken vaker gebruik van hun stemrecht. Het blijkt ook dat geluk inderdaad een activerende werking heeft. Dat betekent echter niet dat gelukkige mensen altijd harder werken voor de baas. De extra drive wordt ook in andere zaken geïnvesteerd zoals deelname in verenigingsleven.

Geluk blijkt mensen ook wat socialer te maken. Wie plezier in het leven schept, gaat daardoor meestal makkelijker om met partner en kinderen. Gelukkige mensen hebben ook meer succes op de huwelijksmarkt. Er is op dit gebied longitudinaal en experimenteel onderzoek dat de causaliteit van geluk bevestigt.

Er zijn geen aanwijzingen dat geluk genotzucht in de hand werkt. Het gebruik van genotsmiddelen is typisch gematigd onder gelukkige mensen (Veenhoven 2002c) en hun hoge activiteitsniveau getuigt niet van passieve zinnelijkheid.

Een opvallende uitkomst is ook dat geluk bevorderlijk is voor de levensduur. Gelukkige mensen leven langer. Het effect van al dan niet gelukkig zijn is vergelijkbaar met al dan niet roken. Ook hier is duidelijk sprake van een causaal effect, niet alleen is gezondheid bevorderlijk voor geluk, maar geluk bevordert ook de gezondheid.

Over de gevolgen van geluk op de samenleving bestaat minder zekerheid. Zoals al vermeld is het geluk gemiddeld hoger in landen die gekenmerkt worden door welvaart, vrijheid en tolerantie. Het is aannemelijk dat dit deels komt doordat gelukkige burgers zich constructiever gedragen, maar het overtuigend bewijs daarvoor ontbreekt nog.

Conclusie

Geluk maakt mensen er eerder beter op, dan slechter.

4.3.2 Leidt primaat voor geluk tot onrecht?

Aanvaardt men geluk als ultieme waarde, dan is de consequentie dat andere waarden ondergeschikt worden. In geval van strijdigheid moeten andere waarden dus wijken. Het is dan legitiem om zaken als vrijheid en gelijkheid te offeren op het altaar van geluk.

Die mogelijke consequentie staat centraal in de filosofische discussie over het utilitarisme. Voor tegenstanders is dit de belangrijkste reden om die leer af te wijzen (Smart & Williams 1973, Sen & Williams 1982). Als alternatief wordt dan veelal gekozen voor basisrechten, zoals door Rawls (1971) of bevordering van weerbaarheid (b.v. Sen 1985a). Rechtljnige verdedigers van het utilitarisme brengen daar tegen in dat dit allemaal niet veel waard is als je er niet gelukkig van wordt (Barrow 1991), maar revisionisten pleiten voor een zodanig aanpassing van de leer dat dit niet kan gebeuren, onder meer door aanvaarding van minimum grondrechten en door prioriteit te geven aan het bestrijden van ongeluk.

Het sociaal wetenschappelijk geluksonderzoek werpt geen nieuw licht op de vraag wat de beste keuze is bij zulke morele dilemma's, maar informeert ons wel over de mate waarin die zich in de werkelijkheid voordoen. Dat is geen overbodige luxe, want de filosofische discussie over dit onderwerp wordt voornamelijk gevoerd aan de hand van 'gedachten-experimenten'.

Strijdig met mensenrechten?

Zoals gezegd wordt gevreesd dat het sturen op geluk kan leiden tot aantasting van mensenrechten. Het recht op vrijheid van meningsuiting zou beperkt kunnen worden met een beroep op de gemoedsrust van het grootste aantal en hinderlijke minderheden kunnen worden uitgesloten omdat de meerderheid daarvan gelukkiger wordt. Dat zou allemaal kunnen, maar gebeurt het ook? Het landvergelijkend onderzoek geeft een ander beeld.

In **overzicht 5** hebben we gezien dat burgers gemiddeld gelukkiger zijn in landen waarin mensenrechten gerespecteerd worden. We zagen soortgelijke verbanden met afwezigheid van corruptie en het functioneren van de democratie. De statistische verbanden zijn sterk en kunnen niet herleid worden tot effecten van materiële welvaart. Over de richting van de oorzakelijkheid bestaat nog enige onduidelijkheid, maar voor deze vraag maakt dat eigenlijk niet uit. Er is in ieder geval ook geen spoor van het negatieve verband dat geïmpliceerd is in de bezwaren. Bij gelijkheid in inkomen zagen we geen verband, evenmin als bij gelijkheid in arbeidsparticipatie tussen mannen en vrouwen. Geen verband is echter nog geen negatief verband.

Zo gezien is er dus geen strijdigheid met geluk. Kennelijk zitten mensen zo in elkaar dat ze zich prettiger voelen als dit minimum aan rechten en vrijheden verzekerd is. Dat is niet zo verwonderlijk als men in aanmerking neemt dat de mensheid geëvolueerd is in de tamelijk vrije condities van het bestaan als jager-verzamelaar. Meer daarover in (Mariansky & Turner 1992).

Strijdig met persoonlijke autonomie?

Er is ook gewaarschuwd dat bevordering van geluk kan ontaarden in een al bedillende verzorgingstaat die de burgers alle initiatief uit handen neemt en hen daarmee onzelfstandig maakt (Van Asperen 1981). In naam van het geluk zou ook een politiek van brood en spelen gevoerd kunnen worden, waardoor het kritisch vermogen ondermijnd wordt. Dit zou allemaal kunnen leiden tot aantasting van de persoonlijke zelfbeschikking en daarmee van een stuk menselijke waardigheid. Ook dit doemscenario is mooi beschreven in 'Brave New World'.

Weer blijkt de werkelijkheid anders. Geluk gaat juist samen met persoonlijke autonomie. Bij vergelijking tussen landen zagen we een sterk verband met vrijheid en met opleidingsgraad (**overzicht 5**). Binnen landen bleken de psychologisch meest autonome individuen het meest gelukkig (**overzicht 9**). Ook in dit geval leidt sturing op geluk dus niet tot evident onwenselijke consequenties.

Dit alles sluit niet uit dat er ooit strijdigheid kan ontstaan tussen geluk en andere waarden. Het is bijvoorbeeld goed denkbaar dat er een grens is aan autonomie, waarboven het niet leuk meer is. Dan hebben we het echter over de maximalisering van andere waarden en niet over de vraag of minimale vervulling daarvan in het gedrang komt.

Conclusie

De vrees dat maximalisering van geluk zal leiden tot aantasting van mensenrechten en autonomie is ongegrond. Een minimum daarvan blijkt vereist voor geluk.

5 NAAR EEN NIEUW UTILITARISME

In het voorafgaande is de filosofie van het utilitarisme al een paar maal zijdelings ter sprake geweest. Ik wil daar nu wat langer bij stil staan en bezien wat de verworven inzichten voor die leer kunnen betekenen. Daartoe geef ik eerst een kort overzicht van deze klassieke filosofie en schets ik vervolgens hoe aansluiting op het nieuwe sociaal wetenschappelijk onderzoek mogelijk is.

5.1 Het utilitarisme van Bentham

Het idee dat de samenleving moet bijdragen tot het geluk van de burgers is niet van vandaag of gisteren. Die opvatting leefde in ieder geval al bij de oude Grieken en met veel ander klassiek gedachtegoed herleefde het idee in de Renaissance (Mauzi 1960). Aan het begin van de moderne tijd werd deze opvatting helder uitgewerkt door de Engelsman Jeremy Bentham (1789).

Bentham was van huis uit jurist en zocht naar rechtsgronden. Anders dan zijn tijdgenoten zocht hij die gronden niet in goddelijke principes, maar in het praktisch 'nut'. Dat nut vatte hij op als de bijdrage tot het menselijk geluk. Wetten moeten dus beoordeeld worden op hun consequenties voor dat geluk. De beste wet is de wet die uiteindelijk het meeste geluk levert. In Bentham's woorden: "the greatest happiness for the greatest number". Geluk vatte Bentham op als "the sum of pleasures and pains". "Greatest happiness" betekent in dit verband een zo positief mogelijke balans van deze ervaringen en met "greatest number" doelde hij op de gemiddelde burger.

Bentham heeft dit idee uitgewerkt tot een complete moraalfilosofie, die hij ook toepaste op individueel handelen. Die leer staat bekend als het 'utilisme' of 'utilitarisme'. Die naam komt van zijn nadruk op nut, dwz de feitelijke consequenties van handelen. 'Happyisme' zou een betere naam zijn, omdat daarmee ook benoemd wordt over wat voor consequenties het gaat.

Deze leer is met gemengde gevoelens ontvangen. Voor de kerken was het überhaupt al ketterij om de moraal te stoelen op menselijk geluk in plaats van op goddelijke openbaring en het streven naar groter geluk paste ook niet best bij de Christelijke verheerlijking van lijden. In het virulente nationalisme van die dagen was ook weinig belangstelling voor individueel geluk; opoffering voor het vaderland vond men veel mooier. Ook bij de oppositiebewegingen van die tijd was de receptie koel. De opkomende arbeidersbeweging zag bijvoorbeeld meer in gelijkheid dan in geluk. Anderzijds sloot de leer wel aan bij het liberalisme, in het bijzonder onder de aanname dat het individu zelf het beste weet wat bijdraagt tot zijn geluk. Later is de leer ook gebruikt voor legitimering van de verzorgingstaat. Nut werd daarbij ingevuld als 'welzijn'. Vandaag de dag is het utilitarisme nog steeds zeer omstreden. Spraakmakende politieke filosofen als Rawls (1971) en Sen (1985) wijzen het uiteindelijk af.

5.2 Varianten van de leer

Uit de discussie van de afgelopen tweehonderd jaar hebben zich een aantal varianten ontwikkeld. Zo wordt inmiddels onderscheid gemaakt tussen 'handelingsutilitarisme' en 'regel-utilitarisme'. Bij *handelingsutilitarisme* gaat het om toepassing van het geluksprincipe op individueel handelen, bijvoorbeeld als men bij de keuze om al dan niet vreemd te gaan de verwachte geluksopbrengsten voor betrokkenen tegen elkaar afweegt. De daarvoor benodigde berekening (felicity calculus) is niet altijd haalbaar. Bij *regel-utilitarisme* gaat het om voorschriften of praktijken die in het algemeen bevorderlijk zijn voor het geluk, zoals de norm dat je niet vreemd moet gaan. Men spreekt in dit verband ook wel van *indirect utilitarisme*. Soms gaat het daarbij om het volgen van zulke regels (Brandt 1963), maar soms om de keuze van die regels zelf (Braybrooke 1968: 39-43). Bij toepassing van het geluks criterium in beleid gaat het om dat laatste.

Een andere verschil zit in de maximalisatie van geluk. In de filosofie van Bentham gaat het om het hoogst mogelijke gemiddelde, wat niet uitsluit dat een kleine minderheid erg ongelukkig is. In de variant van het *negatief utilitarisme* staat beperking van leed voorop, wat noopt tot grotere aandacht voor de minst gelukkigen. Primaat voor bestrijding van ongeluk wordt ook bepleit met het argument dat negatieve ervaringen beter vergelijkbaar zijn (Goodin 1982:17)

Zoals reeds vermeld zijn er ook verschillen in opvatting over de mate waarin geluk prioriteit verdient. Voor Bentham is geluk de hoogste waarde en voor Barrow (1991) zelfs de enige waarde. Er zijn echter ook rekkelijken die er genoeg mee nemen dat er serieus naar gevolgen voor geluk gekeken wordt.

De grootste verschillen zitten in de invulling van het begrip 'nut'. Zoals al opgemerkt vatte Bentham dat op als 'the sum of pleasures and pains'. Het is duidelijk dat hij daarmee doelde op subjectieve satisfactie (de betekenis rechtsonder in **overzicht 1**), maar het is niet zo duidelijk wat voor satisfactie hij voor ogen had. Zijn formulering kan betrekking hebben op genoegens (linksboven in **overzicht 2**) of op levensvoldoening (rechtsonder in **overzicht 2**).

Mill maakte de zaak er niet duidelijker op door een groter gewicht toe te kennen aan 'hogere' satisfacties. Daarmee raakte het begrip beladen met noties over persoonlijke ontwikkeling (rechtsboven in **overzicht 1**) en maatschappelijk nut (linksonder in **overzicht 1**). Bij het zogeheten *ideaalutilitarisme* verdwijnt de subjectieve waardering geheel uit beeld en wordt nut geheel opgevat in termen van wenselijk geachte levensvoorwaarden (bovenste kwadranten van **overzicht 1**). Daarmee gaat de essentie van de leer verloren.

Voor zover nut wordt opgevat als algemene satisfactie, wordt het vaak verengd tot tevredenheid, dwz tot de cognitieve component van geluk. Nut is dan gepercipieerde vervulling van verlangens. Door economen wordt dat dan vaak nog verder verengd tot realisering van 'getoonde' verlangens, waarmee alle koopgedrag per definitie nuttig wordt. Zoals we gezien hebben, maakt die toespitsing op bewuste verlangens de leer uiteindelijk onverdedigbaar.

5.3 Een Nieuw Utilitarisme

Deze veelheid aan varianten maakt het moeilijk om te zeggen hoe de nieuwe inzichten aansluiten op dit klassieke gedachtegoed. *Het utilitarisme bestaat niet*. In plaats daarvan geef ik aan *wat voor utilitarisme aansluit op de nieuwe kennis en wat we daarmee kunnen*.

Klassieke uitgangspunten

In deze oratie heb ik onderzocht of geluk kan dienen als richtsnoer voor beleid. Het antwoord was positief: sturen op geluk is praktisch haalbaar en ideologisch goed verdedigbaar. We

kunnen dus vasthouden aan het uitgangspunt dat geluk gemaximaliseerd dient te worden, met andere woorden aan het streven naar 'het grootst mogelijke geluk voor het grootst mogelijke aantal'.

De beschikbare kennis leent zich voor beoordeling van generieke maatregelen, zoals wetten en subsidieregelingen. Statistische verbanden met geluk geven een beeld van de balans van voor- en nadelen voor de gemiddelde burger. De nieuwe kennis sluit dus aan op een *regel-utilisme*. Voor toepassing op individuele handelingen schiet de kennis voorlopig tekort.

Toespitsing op levensvoldoening

Niet alles wat ooit 'geluk' genoemd is, is geschikt als richtsnoer voor sociaal beleid. In deze oratie heb ik aangetoond dat geluk in de zin van 'levensvoldoening' zich daar wel voor leent. Het nieuwe (regel)utilisme zal zich dus moeten richten op de grootst mogelijke levensvoldoening voor de gemiddelde burger.

Met aandacht voor gelijkheid in geluk In het voorafgaande heb ik voornamelijk gesproken over gemiddeld geluk. In het gemiddelde komt de verdeling van geluk niet goed tot uiting. In een land met een gemiddeld rapportcijfer van 5, kan iedereen matig gelukkig zijn, maar kan ook een tweedeling bestaan van extreem gelukkige en extreem ongelukkige mensen. De omvang van zulke verschillen in geluk komt tot uitdrukking in de standaarddeviatie. De gegevens lenen zich dus ook voor het meten van gelijkheid in geluk. Eerste verkenningen met die maat toonden systematische verschillen tussen landen en een afnemende trend door de tijd (Veenhoven 2002a).

Combinatie van deze gegevens levert een hanteerbaar criterium. Als we het gemiddelde delen door de standaarddeviatie krijgen we een getal dat aangeeft in hoeverre het geluk voor het grootste aantal ook eerlijk verdeeld is. Omdat extreem ongelukkigen relatief zwaar tellen in de standaarddeviatie van een overwegend positieve geluksverdeling, dwingt deze maatstaf tot prioriteit voor de minst gelukkigen. Deze methode leidt dus tot een vorm van 'negatief' utilitarisme, wat men ook *egalitair utilitarisme* zou kunnen noemen.

Combinatie met levensduur Zoals al aangestipt in § 3.1.2 kan geluk ook worden uitgedrukt in 'gelukkige levensjaren'. Het aantal jaren dat iemand leeft wordt dan gewogen met de mate van voldoening in die tijd. Ik heb die methode al eens toegepast op landniveau door informatie over geluk uit publieksenquêtes te combineren met gegevens over levensduur uit bevolkingsregistraties (Veenhoven 1996a, 1996b). Toepassing binnen landen is ook mogelijk, maar vereist dan herhaalde metingen. Zo kan bijvoorbeeld worden nagegaan hoeveel gelukkige levensjaren een bejaardenhuis produceert door bewoners met gepaste regelmaat te vragen hoe gelukkig ze zich op dat moment voelen en na hun overlijden over die perioden een gewogen som te berekenen⁵². In de medische wereld wordt levensduur op vergelijkbare wijze gecorrigeerd voor gezondheid. Men spreekt in dat verband van QALY's (Quality Adjusted Life Years) of DALY's (Disability Adjusted Life Years). Analooft kan men hier spreken van HALY's, dwz Happiness Adjusted Life Years⁵³.

Deze methode geeft inhoud aan de klassieke opvatting dat ook de duur van geluk in beschouwing moet worden genomen. Het effect van beleid op lange termijn komt daarmee beter in beeld. Een technisch voordeel is verder dat de invloed van toevalsfluctuaties in de meting van geluk verkleind wordt.

Deze methodiek sluit ook goed aan op het reeds eerder genoemde idee dat succesvolle aanpassing zich bij hogere diersoorten manifesteert in zowel 'overleven' als 'prettig' leven. Deze uitkomstmaat past daarom ook in biologisch georiënteerd denken over kwaliteit van leven en sluit aan bij een reeds bestaande traditie in de epidemiologie. Elders heb ik daarover meer gezegd (Veenhoven 1996a/b, 2000a)

Deze uitkomstmaat is niet allen theoretisch zinnig, maar ook goed communiceerbaar naar het publiek. Iedereen kent de combinatie van geluk en levensduur uit de vele sprookjes die eindigen met de woorden '...en ze leefden nog lang en gelukkig'.

Empirische fundering

Het utilitarisme heeft tot nu toe vooral gefungeerd als een theoretische legitiematiegrond. Ongehinderd door kennis over de realiteit kon men er lustig op los fantaseren en daarbij subjectieve voorkeuren de schijn van objectiviteit verlenen. Toespitsing op levensvoldoening maakt werkelijke empirische fundering mogelijk. Zoals we gezien hebben kan levensvoldoening worden gemeten middels ondervraging en kan het geluk van de gemiddelde burger dus gevolgd worden middels publieksenquêtes

Op grond van de reeds bekende gegevens kan nu soms al enigszins worden ingeschat wat een beleidslijn zal opleveren. Er is bijvoorbeeld geen gelukswinst te verwachten van verdere uitbouw van de sociale zekerheid (Veenhoven 2000b), maar wel van versterking van de directe democratie (Frey & Sutter 2000⁵⁴).

Met nieuw onderzoek kan ook achteraf worden geëvalueerd wat het beleid heeft opgeleverd. Dat zal vaak een kwestie van lange adem zijn, want geluk is een traag uitslaand instrument. Het zal vaak ook niet eenvoudig zijn om effecten van bepaalde maatregelen goed zichtbaar te maken. Goede evaluatie vereist veel vergelijkbare gevallen en follow-up door de tijd⁵⁵.

Zonder de aanname dat alleen geluk telt

Het lijkt mij niet realistisch om vast te houden aan het idee van geluk als ultieme waarde, of zelfs als enige waarde. Dat verschaft wel een heldere filosofie, maar in de maatschappelijke praktijk wordt die toch nooit algemeen aanvaard en zult je dus steeds moeten uitleggen waarom geluk bevorderd dient te worden.

Bovendien biedt het geluiscriterium ook geen antwoord op alle vragen. Bij gelijke geluksopbrengsten moet de keuze toch op grond van andere criteria gemaakt worden. Dat is bijvoorbeeld het geval bij de vraag naar de meest wenselijke omvang van sociale verzekeringen, omdat dit voor het gemiddelde geluk van de bevolking niet blijkt uit te maken⁵⁶ (Veenhoven 2002b). Verder zal ook vaak de informatie ontbreken om effecten op geluk te beoordelen.

Voor rechtzinnige utilitaristen meld ik dat deze rekkelijkheid wellicht utilitaristisch gefundeerd kan worden. Als alle beleidskeuzen worden overgelaten aan utilitaristische rekenmeesters zou dat wel eens ten koste kunnen gaan van het geluk van een flink aantal.

In de komende tijd zal ik die mogelijkheden van dit Nieuwe Utilitarisme nader verkennen. Een programma van onderzoek is heb ik elders uiteengezet⁵⁷. Bij mijn afscheid hoop ik te kunnen vertellen wat dat heeft opgeleverd.

6 SLOT

Hiermee ben ik aan het eind gekomen van deze oratie. Rest mij dank uit te spreken aan degenen die deze benoeming mogelijk hebben gemaakt.

Wat dat betreft gaat mijn dank in de allereerste plaats uit naar de 'goede ouwe universiteit' die mij in de gelegenheid heeft gesteld dit thema op de kaart te zetten. Ik heb de tijd gekregen om mij te ontwikkelen en om doodlopende wegen te verkennen. Het heeft vijftien jaar geduurd tot ik gepromoveerd was. Daarna heb ik dit onderwerp gestaag kunnen uitbouwen; weliswaar op een schoen en een slof, maar toch. Ik denk niet dat mij dat gelukt zou zijn in het onderzoeksklimaat van vandaag⁵⁸.

Ook nu is het onderwerp bepaald nog niet algemeen geaccepteerd. Ik merk dat aan lacherige reacties op mijn werk, en helaas ook nog al eens bij subsidieaanvragen. Ik dank de Vereniging Trustfonds EUR dan ook voor de moed om toch voor dit onderwerp een leerstoel in te stellen en voor het in mij gestelde vertrouwen.

Ik ben ook dank verschuldigd aan mijn collega Percy Lehning, niet alleen voor zijn bemoeiingen bij de vestiging van deze leerstoel, maar ook voor de vruchtbare gedachtewisseling over deze oratie.

Tenslotte dank ik de vele vrijwilligers die sinds 1985 hebben meegewerkt aan het opbouwen van de World Database of Happiness. Zonder hun inspanning was veel van het empirisch onderzoek naar geluk verdwenen in het stof van bibliotheken en zou ik nu niet hebben kunnen zeggen wat ik hier heb gezegd.

Literatuur

Andrews, F.M. & Withey, S.B. (1976)
Social Indicators of Well-being. Americans Perceptions of Life Quality.
Plenum, New York, USA.

Argyle, M. (2002)
The Psychology of Happiness.
Methuen, London, UK. 3rd revised edition

Aspinwall, L.G. (2002)
Something's coming, something good: a self-regulatory approach to understanding optimism. Positive affect and other psychological resources
Paper presented at the 4th Dutch conference on Psychology and Health, Rolduc 2002, Netherlands

Barrow, R. (1991)
Utilitarianism, a contemporary statement
Edward Pelger Publishers, UK

Bentham, J. (1789)
Introduction to the Principles of Morals and Legislation.
London, UK.

- Bless, H. & Schwartz, N. (1984)
Ist Schlechte Stimmung die Ausnahme? Eine Meta-analyse von Stimmungsuntersuchungen
University Heidelberg, West Germany, 1984
- Boelhouwer, J. & Stoop, I. (1999)
Measuring wellbeing in the Netherlands.
Social Indicators Research, 1999, vol. 48, 51-75
- Bradburn, N.M. & Caplovitz, D. (1965)
Reports on Happiness: A Pilot Study of Behavior Related to Mental Health.
Aldine, Chicago, USA.
- Brandt, R.B. (1963)
Towards a credible form of utilitarianism
In: Castaneda, H-N, & Nakhninian, G, Eds, 'Morality and the language of conduct', Wayne State University Press, pp. 107-143
- Braybrooke, D. (1968)
Three tests for democracy: Personal rights, human welfare and collective preference
Random House, New York
- Brickman, P. & Campbell, DT (1971)
Hedonic relativism and planning the good society
In: Appley, Ed, 'Adaptation level theory, a symposion', Academic Press, London
- Campbell, A. (1981)
The Sense of Well-being in America.
McGraw Hill, New York, USA.
- Cantril, H. (1965)
The Pattern of Human Concern.
Rutgers University Press, New Brunswick, USA.
- Den Hartog, D.N., House, R.J., Hanges, P.J., Ruiz-Quintanilla, S. & Dorfman, P.W. (1999)
Culture specific and cross culturally generalizable implicit leadership theories: are attributes of charismatic/transformational leadership universally endorsed?
Leadership Quarterly, vol 10, pp. 219-256
- Diener, E. & Larsen, R.J. (1984)
Temporal Stability and Cross-Situational Consistence of Affective, Behavioral and Cognitive Responses.
Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 4, 871 - 883.
- Diener, E.;Emmons, R.A.;Larsen, R.J. & Griffin, S. (1985a)
The Satisfaction With Life Scale.
Journal of Personality Assessment, Vol. 49, Nr. 1, 71 - 75.

- Diener, E., Larsen, R.J., Levine, S. & Emmons, R.A. (1985b)
Intensity and Frequency: Dimensions Underlying Positive and Negative Affect.
Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 48, Nr. 5, 1253 - 1265.
- Diener, E. (1994)
Assessing Subjective Well-being: Progress and Opportunities.
Social Indicators Research, Vol. 31, 103 - 157.
- Diener, E., Suh, E.M. Lucas, R.E., Smith, H.L. (1999)
Subjective Well-being: Three Decades of Progress.
Psychological Bulletin, Vol. 125, Nr. 2, 276 - 301.
- Dijkstra, G. (2000)
A larger pie through a fair share? Gender equality and economic performance
Institute of Social Studies, working paper 315, The Hague, The Netherlands
- Easterlin, R.A. (1974)
Does Economic Growth Improve the Human Lot? Some Empirical Evidence.
David, P.A. & Melvin W.R., Eds. "Nations and Households in Economic Growth",
Stanford University Press, Palo Alto, USA, 98 - 125.
- Ehrhardt, J., Veenhoven, R. & Saris, W. (2000)
Stability of life-satisfaction over time. Analysis of change in ranks in a national population.
Journal Of Happiness Studies, vol.1, pp. 177-205
- Ekman, P. & Friesen, P.W. (1975)
Unmasking the face
Prentice Hall, Englewood Cliffs, USA
- Freedom House
Freedom in the world 2000
www.freedomhouse.org/research
- Frey, B.S., & Sutter, A (2000)
Happiness prospers in democracy
Journal of happiness Studies, vol. 1, pp. 79-102
- Freud, S. (1929)
Das Unbehagen mit der Kultur
Gesammte werke aus den Jahren 1925-1931, Fisher Verlag, 1948, Duitsland.
- Goddijn, W., Smets, H. & Van Tillo, G. (1979)
Opnieuw: God in Nederland
De Tijd, Amsterdam
- Goodin, R.E. (1982)
Political theory and public policy
The University of Chicago Press, Chicago, USA

Gurin, G., Veroff, J. & Feld, S. (1960)
Americans View Their Mental Health.
Basic Books, New York, USA.

Gwartney, J.D. & Lawson, R.A. (2000)
Economic Freedom in the world 1975-2000
www.fraserinstitute.ca/publications

Headey, B. & Wearing, A. (1992)
Understanding happiness. A theory of subjective wellbeing
Longman Cheshire, Melbourne, Australia

Human development Report
Zie UNDP

Huxley, A. (1932)
Brave New World.
Continental Book, Stockholm, Sweden.
Inglehart, R. (1990)
Culture Shift in Advanced Industrial Society.
Princeton University Press, New Jersey, USA.

Inglehart, R. & Rabier, J.R.(1984)
Du Bonheur Les Aspirations s'Adaptent aux Situations: Analyse Interculturelle de la Qualité Subjective de la Vie.
Futuribles, September, 29 - 58.

Inglehart, R. (1985)
Aggregate stability and individual level flux in mass belief systems: the level of analysis paradox
American political science review, vol 79, pp. 97-

Kahneman, D. (1999)
Objective Happiness.
In: Kahneman, D., Diener, E., Schwarz, N., Eds: "well-being: The Foundations of Hedonic Psychology", Russell Sage Foundation, New York, USA, 3 - 25

Kapteyn, A., Van Praag, B.M. & Van Herwaarden, F. (1978)
Individual Welfare Functions and Social Reference Spaces
Economics Letters, vol. 1, pp. 173-178

Lieberman, L.R. (1970)
Life-satisfaction in the young and the old
Psychological Reports, vol. 27, pp.75-79

Lykken, D.T. (1999)
Happiness. What studies on twins show us about nature, nurture, and the happiness set point.
Golden Books, New York, USA.

Maryanski, A. & Turner, J.H. (1992)
Human nature and the evolution of society
Stanford University Press, California, USA

Maslow, A.H. (1954)
Motivation and personality
Harper & Row, New York, USA

Mauzi, R. (1960)
L'ideologie du bonheur dans la littérature et la pensée du 18e siecle
Librairie Armand Colin, Paris, France

Mill, J.S. (1861)
Utilitarianism

Collins, London, UK

Neugarten, B.L., Havighurst, R.J. & Tobin, S.S. (1961)
The measurement of life satisfaction.
Journal of Gerontology, Vol. 16, 134 - 143.

Nozick, R. (1989)
The Examined Life.
Simon & Schuster, New York, USA, 99 - 117.

Oswald, A.J. (1997)
Happiness and Economic Performance.
Economic Journal, 107, 1815-1831.

Ouweneel, P. (2002)
Social security and wellbeing in 42 nations
Journal of Happiness Studies, vol 3, in druk

Plé, B. (2000)
Auguste Comte on positivism and happiness
Journal of Happiness Studies, vol 1, pp. 423-445

Pommer, E.J., & VanPraag, C. (1978)
Satisfactie en leefsituatie
Sociaal en Cultureel Planbureau, Den Haag

Rath, N. (2002)
The concept of happiness in Adorno's critical theory
Journal of happiness studies, vol. 3 in press

Rawls, J. (1971)
A theory of justice
Harvard University Press, Cambridge, Mass, USA

Saris, W.E., VanWijk, T. & Scherpenzeel, A. (1998)
Validity and Reliability of Subjective Social Indicators.
Social Indicators Research, Vol. 45, Nr. 1 -3, 173

Sen, A. (1985a)

Wellbeing, agency and freedom

Journal of Philosophy, vol 82, pp. 169-221

Sen, A. (1985b)

Commodities and capabilities

North Holland, Amsterdam

Sen, A. & Williams, B.: Eds. (1982)

Utilitarianism and Beyond.

Cambridge University Press, London, UK.

Smart, J.J.C. & Williams, B. (1973)

Utilitarianism, for and against

Cambridge University Press, London

Sytema, S. & Koopmans, P. (1998)

Psychische stoornissen in de volwassen bevolking

SDU, Den Haag

Transparency International (1997)

TI-Corruption Perception Index 1997

Transparency International, Berlin, Germany

UN-DP (2000)

Human Development Report 2000

United nations Development Program, Oxford University Press, New York, USA

UN-DY (1998)

United Nations Demographic Yearbook

United Nations, New York

Van Asperen, G.M. (1981)

Met de beste bedoelingen...: over de ideologie van de verzorgingsstaat

Filosofie en Praktijk, vol. 2, pp. 167-180

Van der Vliert, J. & Wong, Y (1999)

Cold and Hot Climates Minimize Happiness in Poor Nations but Maximize Happiness in Rich Nations.

Paper, University of Groningen, 1999, Netherlands

Van Praag, B.M., Kapteyn, A & Van Herwaarden, (1989)

Income: Facts, Perceptions and Their Interconnections.

Oxford University Press, Oxford, UK.

Van Praag, B.M. (1993)

The Relativity of Welfare

Nussbaum, M. & Sen, A., Eds: "The Quality of Life",

Clarendon Press, Oxford, UK, 362 - 385.

- Veenhoven, R. (1984a)
Conditions of happiness
Kluwer Academic, Dordrecht
- Veenhoven, R. (1988a)
The utility of happiness
Social Indicators Research, 1988, Vol. 20, 333-354
- Veenhoven, R., red (1989a)
How harmful is happiness? Consequences of enjoying life or not
Universitaire Pers Rotterdam, Den Haag
- Veenhoven, R (1989f)
Is happiness relative?
Social Indicators Research. 1991, Vol.24, 1-34
- Veenhoven, R. & Van Schoonhoven R.(1991e)
Levensvoldoening van alleenstaanden: achterstand op samenwoners in 11 EG-landen 1974-1986
Gezin, vol 3, pp. 15-25
- Veenhoven, R. (1993)
Happiness in nations, subjective appreciation of life in 56 nations 1946-1992
RISBO, Erasmus Universiteit Rotterdam
- Veenhoven, R. (1994a)
Is happiness a trait? Test of the theory that a better society does not make people any happier
Social Indicators Research, vol 32, pp. 101-160
- Veenhoven, R. & Ehrhardt, J. (1995b)
The cross-national pattern of happiness. Test of predictions implied in three theories of happiness
Social Indicators Research, vol 43, pp. 33-86
- Veenhoven, R. (1996h)
Leefbaarheid van landen
Oratie Universiteit Utrecht, ASWB research papers 96/2
- Veenhoven, R. (1996b)
Happy life-expectancy. A comprehensive measure of quality-of-life in nations
Social Indicators research, vol. 39, pp. 1-58
- Veenhoven, R. (1997c)
Progrès dans la compréhension du bonheur
Revue québécoise de psychologie, vol 18, nr 2, pp 29-74
- Veenhoven, R. (1998b)
Vergelijken van geluk in landen
Sociale Wetenschappen, vol 42, pp 58-84

- Veenhoven, R. (1997a)
Quality-of-life in individualistic society. A comparison of 43 nations in the early 1990's
Social Indicators research, vol. 48, pp. 157-186
- Veenhoven, R. (2000c)
The four qualities of life. Ordering concepts and measures of the good life.
Journal of happiness studies, 2000, vol 1, pp. 1-39
- Veenhoven, R. (2000b)
Wellbeing in the welfare state: Level not higher, distribution not more equitable
Journal of Comparative Policy Analysis, vol 2, pp. 91-125
- Veenhoven, R. (2001b)
Happiness in society
In: Allmendiger, J. (red), 'Gute Gesellschaft?' Verhandlung des 30en Kongresses der
Deutsche Gesellschaft für Soziologie 2000
Leske & Bundrich, Opladen Deutschland, pp.1265-1314
- Veenhoven, R. (2001c)
*Are the Russians as unhappy as they say they are? Comparability of self-reports across
nations'*
Journal of Happiness Studies, vol 2, pp.111-136
- Veenhoven, R. (2002a)
*Rückkehr der Ungleichheit in die moderne Gesellschaft? Die Verteilung der
Lebenszufriedenheit in den E-Ländern von 1973 bis 1996*
in: Glatzer, W., Habich, R. & Mayer, K-U. (Hrsg) Sozialer Wandel und gesellschaftliche
Dauerbeobachtung, Leske + Bundrich, Opladen, Deutschland
- Veenhoven, R (2002b)
The units of utility, commentary to Oswald and Clark
International Journal of Epidemiology, in press
- Veenhoven, R. (2003k)
Happiness and hedonism
Paper presented at ARISE conference, October 2001, Nice
- Veroff, J; Feld, S. & Gurin, G. (1962)
Dimensions of Subjective Adjustment.
Journal of Abnormal and Social Psychology, Vol. 64, 192 - 205.
- Walton, S. (2002)
The nature of happiness
Practical Philosophy, in press
- Ware, J.E. (1993)
SF-36 Health Survey. Manual and interpretation
The Health Institute, Boston, MA, USA

Wentholt, R. (1975)

Map motivatieleer

Erasmus Universiteit Rotterdam, Faculteit Sociale Wetenschappen

Wessman, A.E. & Ricks, D.F. (1966)

Mood and personality

Holt, Rhinehart & Winston, New York

WDH (2002)

World Database of Happiness, ongoing register of scientific research on subjective appreciation of life

Website: www.eur.nl/fsw/research/happiness

Wielers, R. & De Vos, H. (1999)

Sociale wetenschappen in ontwikkeling. Waarom sociologen zich moeten open stellen voor de biologie

Psychologie en Maatschappij, 86, pp. 19-43

World Culture Report (1998)

UNESCO, Paris, France

Noten

- * Bij het opstellen van deze tekst heb ik dankbaar gebruik gemaakt van de commentaren van ir. Joop Erhardt, ir. Hans Mieras, prof. Dr. Percy Lehning, en mr. drs. Jan Ott.
- ¹ Auguste Comte (1798-1857) meende dat ontdekking van de wetten van het collectieve leven zou bijdragen tot het menselijk geluk, vooral als die kennis van de sociale werkelijkheid geïntegreerd wordt in een spiritueel kader waarin de mens zich verbonden kan weten (Plé 2000)
- ² Deze publicaties zijn samengebracht in de Bibliography of Happiness, die onderdeel vormt van de 'World database of Happiness' (WDH 2002)
- ³ Internet adres: ISQOLS, www.cob.vt.edu/market/isqols
- ⁴ De Journal of happiness studies is een uitgave van Kluwer Academic. Website: www.wkap.nl/journals/johs
- ⁵ De World Database of Happiness is een doorlopend archief van wetenschappelijk onderzoek van subjectieve levensvoldoening. De database omvat vijf bestanden: 1) een bibliografie van publicaties over geluk, 2) een inventarisatie van geaccepteerde meetmethoden, 3) een statistiek van gemiddeld geluk in landen, 4) een inventarisatie van bevindingen van correlatieel onderzoek, 5) een adreslijst van onderzoekers. De database is kosteloos toegankelijk op het internet: www.eur.nl/fsw/research/happiness
- ⁶ Het 'nut' van een leven wordt hier dus onderscheiden van 'satisfactie' met dat leven. In de utilitaristische filosofie wordt het woord nut echter vaak gehanteerd als synoniem voor satisfactie met het leven.
- ⁷ Een eerdere studie van het SCP naar de bruikbaarheid van 'satisfactie' als richtsnoer voor beleid (Pommer & Van Praag 1973) maakte te weinig onderscheid tussen verschillende vormen van satisfactie en zag daarom de hier besproken voordelen van levenssatisfactie over het hoofd.
- ⁸ Kahneman (2000) spreekt in dit verband van 'instant –utilities'.
- ⁹ Gepercipieerde zinvolheid wordt hier dus gezien als een variant van satisfactie en dient dus geplaatst te worden in het rechtsonder kwadrant van schema 1. Dit is dus niet hetzelfde als de feitelijke zin van het leven in het kwadrant linksonder.
- ¹⁰ Herinneringen en verwachtingen kunnen van invloed zijn op de tegenwoordige beleving van het bestaan.
- ¹¹ Het feit dat gevoelsmatige informatie domineert in het overall oordeel sluit aan op de theorie dat mensen net als dieren voor een belangrijk deel gestuurd worden door gevoelens, die in de loop van de evolutie verbonden zijn geraakt met functionele gedragingen. Bij mensen verschaffen gevoelens de intelligentie onder meer informatie over wat belangrijk is om over na te denken (Wielers & De Vos 1999: 25). Ratio zonder gevoel is blind.
- ¹² Zie § 3.1.3, § 3.3.2 en § 4.2.1
- ¹³ Stress is een staat van verhoogde paraatheid van het organisme, die min of meer automatisch optreedt bij bedreigingen. Een ander woord is 'General Adaptation Syndrome'. Stress gaat meestal gepaard met onprettige gewaarwordingen, maar afwezigheid van stress is nog geen garantie voor positieve gevoelens. Als er voldoende positieve ervaringen tegenoverstaan blijkt ondanks stress toch een behoorlijke mate van levensvoldoening mogelijk (Headey & Wearing 1992: 120).
- ¹⁴ Dit probleem doet zich bij voorbeeld voor bij de veel gebruikte 'Satisfaction With Life Scale' (SWLS) van Diener e.a. (1985a). Het laatste item in deze schaal luidt: 'If I could live my life over again, I would not change anything'. Een bevestigend antwoord op die vraag betekent echter niet noodzakelijkerwijs dat het leven nu niet bevredigend is.
- ¹⁵ World Value Survey (WVS)

-
- ¹⁶ Bij deze vraag is het midden van de schaal (5,5) niet duidelijk gedefinieerd. Daar ligt het echter niet aan. We zien overeenkomstige antwoordpatronen bij antwoordschalen waarbij het midden is aangegeven met termen als 'neutraal' of 'even gelukkig als ongelukkig'.
- ¹⁷ Er zijn recentere gegevens over geluk in Nederland, maar niet met deze vraag (zie **overzicht 2**). Deze vraag leent zich beter tot vergelijking met een groot aantal andere landen. Het antwoordpatroon zal nu niet veel anders zijn dan in 1990.
- ¹⁸ Na correctie voor meetfouten. De ongecorrigeerde herhaal correlatie ligt rond +.60.
- ¹⁹ Recent onderzoek in de lijn van de 'positieve psychologie' weerspreekt de gangbare opvatting dat gelukkige mensen onwelkome informatie naast zich neerleggen. Een positieve beleving van het eigen bestaan lijkt ze juist de kracht te geven om bedreigende informatie op te nemen (Aspinwall 2002).
- ²⁰ Elders heb ik zijn bewijsvoering weerlegd (Veenhoven 1991: 10-12)
- ²¹ Dit is de invloed van levensgebeurtenissen voor zover die niet kunnen worden toegeschreven aan persoonlijkheid. Omdat dit onderzoek niet alle gebeurtenissen dekte en maar een beperkte periode omvatte is dit een minimum schatting.
- ²² Een uitzondering is het onderzoek naar de relatie tussen geluk en klimaat door VanderVliert (1999)
- ²³ Geluk: World Database of Happiness, Catalog of Happiness in Nations, vraagtype 111b.
- ²⁴ Inkomen per hoofd van de bevolking in US \$, gecorrigeerd voor verschillen in lokale koopkracht van geld. Human development Report 1998, tabel 1.
- ²⁵ Freedom House (2000) Index burgerrechten.
- ²⁶ Transparency International (1995) Expert rating van het voorkomen van corruptie.
- ²⁷ Medische registratie van moord als doodsoorzaak, in percent van alle sterfgevallen. UN-DY 1998, tabel 21
- ²⁸ Fraser Institute (1995) Index van economische vrijheid. Gwartney & Lawson (2001)
- ²⁹ Freedom House (1996) Index politieke rechten
- ³⁰ Index samengesteld uit wettelijk gegarandeerde vrijheden op het leven naar eigen smaak in te richten (vestiging, huwelijks keuze, gezinsplanning) en publieke acceptatie daarvan (echtscheiding, homoseksualiteit, zelfdoding). Deze gegevens henen betrekking op het jaar 1990.
- ³¹ Ratio aandeel in het nationale inkomen van de armste 20% en de rijkste 20%. World Cultural Report 1998, tabel 12.
- ³² Dijkstra (2000). Index op basis van man/vrouw verschillen in: 1) opleiding, 2) levensduur, 3) arbeidsmarkt participatie, 4) leiding gevende posities, 5) parlamentszetels.
- ³³ Actieve deelname in verenigingen. Participatie in 16 soorten verenigingen, kerken, sportverenigingen, vakbonden, etc. World value Surveys items 19-52 (WVS2) en 28-36 (WVS3)
- ³⁴ Opvattingen middel managers. Den Hartog 1999, tabel 5
- ³⁵ Percentage allochtonen in de bevolking. World Culture Report tabel 6
- ³⁶ Aantal soorten mensen dat men liever niet als burens zegt te willen hebben. World Value Survey items 69-82 (WVS2) en 51-60 (WVS3)

-
- ³⁷ Onderwijsdeelname. Human Development Report 1998, tabel 1
- ³⁸ Aantal PC's per 100.000 inwoners. Human Development Report 1998, tabel 34
- ³⁹ Percentage van de bevolking dat in stedelijke omgeving woont. Human Development Report 1998, tabel 21
- ⁴⁰ Inkomen per hoofd van de bevolking, gecorrigeerd voor lokale verschillen in koopkracht van geld. Human Development Report 1998, tabel 1.
- ⁴¹ World Database of Happiness (WDH 2002), Catalog of happiness in Nations, vraagtype 121b.
- ⁴² Transparency International (1995) Expert ratings.
- ⁴³ World Database of Happiness (WDH 2002), Catalog of Happiness in Nations, vraagtype 121b.
- ⁴⁴ Deze methode is eigenlijk te rigoureuus omdat alle gezamenlijke variantie wordt toegeschreven aan materiele welvaart. Rechtszekerheid kan geluk echter ook beïnvloeden via het effect daarvan op de welvaartsontwikkeling.
- ⁴⁵ Dit laatste blijkt geen kwestie van sociale etikettering. Het verschil was kleiner in de tijd dat alleenstaanden nog als zielige muurbloemen werden aangezien (Veenhoven 1991: 17).
- ⁴⁶ Het werkelijke percentage ligt hoger, omdat een deel van de onverklaarde variantie aan meetfouten moet worden toegeschreven.
- ⁴⁷ Wentholt (1975) spreekt van 'vermogens motivatie'. Dat woord drukt goed uit dat wij van nature geneigd zijn om de mogelijkheden die wij hebben te benutten en te ontwikkelen. Bij ons mensen geldt dat in het bijzonder de grote verstandelijke mogelijkheden.
- ⁴⁸ Eén verklaring voor dit verschijnsel is dat ongelukkige mensen meer openstaan voor topervaringen, onder meer omdat zij meer geneigd zijn om troost te zoeken in escapisme. Een andere verklaring is dat momentane topervaringen afbreuk doen aan de levensvoldoening op langer termijn, onder meer door contrast effecten en verminderde realiteitscontrole.
- ⁴⁹ Menselijke behoeften vormen een blinde vlek in de sociologie, in het bijzonder in de rationele keuzetheorie (Wielers & De Vos 1999: 25-26).
- ⁵⁰ In dit verband is het weer goed om de verschillende vormen van satisfactie uit elkaar te houden (cf. **overzicht 2**). Als een bepaald verlangen niet gerealiseerd wordt levert dat dissatisfactie in een bepaald domein; een promotie die niet doorgaat kan b.v. de arbeidssatisfactie een tijdje drukken. Dat wil echter nog niet zeggen dat daarmee ook de levensvoldoening wordt aangetast. Het is zelfs denkbaar dat blokkering van het verlangen om hoger op te komen uiteindelijk positief uitwerkt op de satisfactie met het leven als geheel.
- ⁵¹ In de sociologie is dat perspectief bekend onder de naam 'sociobiologie'.
- ⁵² Een eenvoudige methode is geluk uitdrukken in een getal van 0 tot 1 en de gemiddelde gelukswaarde te vermenigvuldigen met het aantal geleefde jaren. Iemand die zijn leven gemiddeld met een zesje beoordeelt en 10 jaar meegaat heeft dan 6 gelukkige levensjaren ($0,6 \times 10$).
- ⁵³ Eerder heb ik de term 'Happy Life-Expentancy' (HLE) voorgesteld (Veenhoven 1996). Die term is echter alleen van toepassing op de daarbij gehanteerde methode op landniveau, waar de gemiddelde levensduur in het land geschat wordt aan de hand van de statistisch bepaalde levensverwachting van de gemiddelde burger. Een ander nadeel van de term is dat het woord 'verwachting' ook kan worden geïnterpreteerd als subjectieve inschatting van het aantal jaren dat men nog te leven heeft.
- ⁵⁴ Frey & Sutter (2000) vergeleken gemiddeld geluk in Zwitserse kantons. Die kantons verschillen enigszins in de voorwaarden die ze stellen aan referenda. In de kantons waar de mogelijkheden voor volksraadpleging het grootst waren bleek het gemiddelde geluk het hoogst, ook nadat verschillen in welvaart en bevolkingssamenstelling waren verdisconteerd.

⁵⁵ Die lange duur is minder problematisch als men zich bedenkt dat ook het beleid op de lange termijn beoordeeld moet worden. Het probleem is vaak dat beleid in de eerste fase wel zoden aan de dijk zet, maar dat de belanghebbende uitvoeringsinstellingen er te lang mee door gaan of de doeleinden verschuiven. Langlopend geluksonderzoek kan dit aan het licht brengen.

⁵⁶ Omvang van de sociale verzekering blijkt ook niet uit te maken voor gelijkheid in geluk binnen landen (Veenhoven 2000b).

⁵⁷ www.eur.nl/fsw/research/veenhoven (zie onder research)

⁵⁸ Dit geldt voor andere onderzoekers op dit terrein zoals Ed Diener in de USA en Bruce Headey in Australië. Vooralnog berust het geluksonderzoek sterk op éénmans initiatieven aan universiteiten.