

DE GELUKSWETENSCHAP

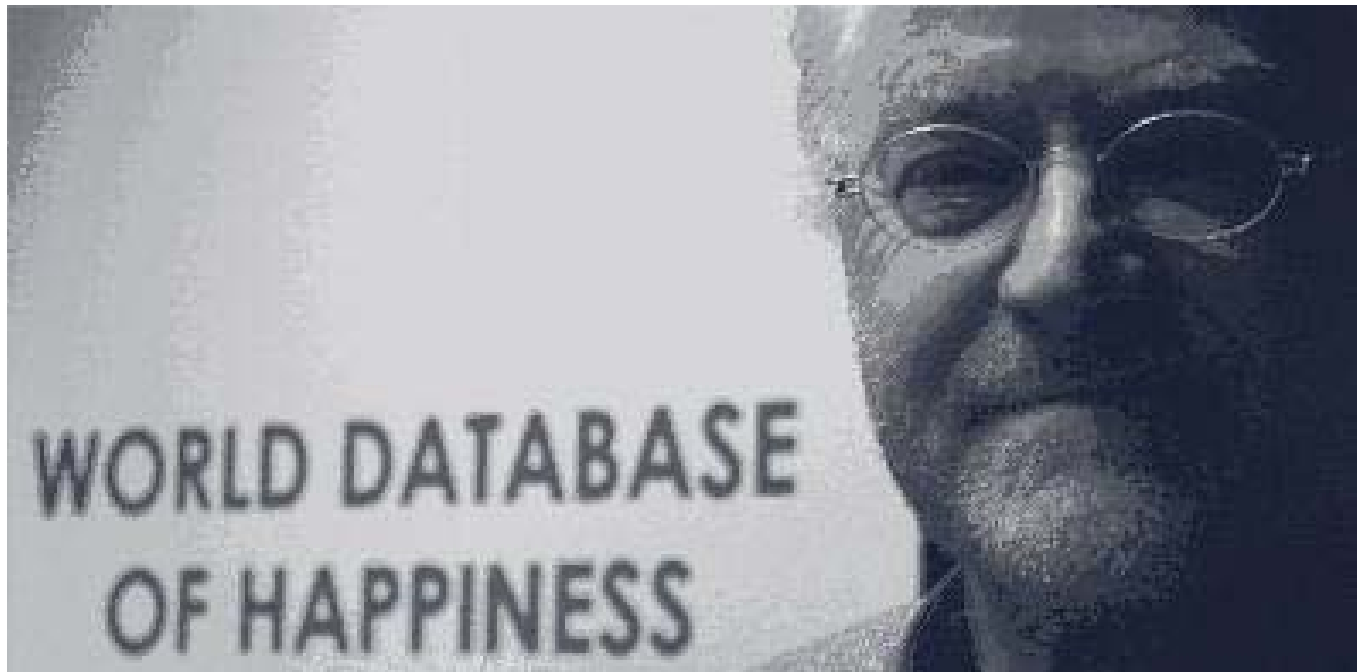
Akshaya de Groot

In e-magazine De Gelukscourant, nr. 1 Themanummer; Gelukswetenschap, februari 2013. <http://geluksdoctorandus.nl/over-deze-site/e-magazine-de-gelukscourant>

Hoe ontstaat een wetenschap? Een hoe ontwikkelt die zich verder? In dit geval: de gelukswetenschap. De levensloop van geluksprofessor Ruut Veenhoven ging gelijk op met die van de gelukswetenschap. Wij vroegen hem over beide te vertellen.

We vroegen prof. Ruut Veenhoven, als een van de pioniers in het vak, om aan de hand van zijn eigen levensloop te schetsen hoe uit 'vrijwel niets in 1970' een interdisciplinair vakgebied kon ontstaan, met onderzoekers die wereldwijd onderzoek doen naar geluk.

Geluk lijkt inmiddels een ingeburgerd onderwerp, maar dat is niet zo vanzelfsprekend als het lijkt. Zonder de gelukswetenschap zou er niet zoveel over geluk worden gesproken.





Ik wilde weten: zijn mensen ook gelukkig als ze wèl zijn?

“De opkomst van het geluksonderzoek”, zegt professor Ruut Veenhoven, “heeft alles te maken met de situatie van de jaren zestig en zeventig. We hadden de wederopbouw gehad (na de oorlog van 1940-45), we waren welvarend geworden en in brede kring ontstond de vraag ‘hoe nu verder?’. Dat kreeg vorm in het debat over ‘welzijn versus welvaart’ en door de Club van Rome, die pleitte voor een einde aan de groei.”

Toch gingen die discussies niet over geluk, blijkt uit zijn verhaal. “Ze gingen over *welzijn*. En *welzijn*, was iets waarvan je kon weten (naar men dacht) dat het goed is voor de mensen. Men dacht daarbij vooral aan ‘publieke goederen’, zoals bibliotheken, sportverenigingen, en buurthuizen. In die tijd ontstonden ook het Ministerie van Welzijn en het Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP).

Maar ondanks alle interesse voor welzijn, had men weinig boodschap aan *welbevinden*. Als je in de openbare bibliotheek zat, dan *was* je *wel*, en als je je daar niet goed bij *voelde*, dan was het je eigen schuld”, zegt hij met een twinkelen. “Ondanks die oplevende interesse voor welzijn en de groeiende twijfels aan welvaart, waar het onderwerp natuurlijk wel enigszins op meelifte, was er weinig animo om te meten of en waardoor mensen zelf gelukkig zijn.”

De muur die eerst moest vallen: “Geluk kun je niet meten”

Dat Veenhoven wél wat zag in geluk, dankt hij de colleges Sociale Filosofie van zijn onlangs overleden professor Koos de Valk. Die gingen o.a. over het utilisme en over Bentham. De utilisten meten het succes van iets af aan de mate waarin het bijdraagt aan een groter geluk voor een groter aantal mensen. “Ik vond dat een aansprekende gedachte en ben daarop doorgegaan. Zo zie je wat een paar colleges filosofie kunnen betekenen!” Waarna hij eraan toevoegt dat het feit dat die benadering enigszins tegen de draad was, hem ook wel aansprak.

Maar door een filosoof tot inspiratie te nemen, ben je er nog niet. Bentham is al sinds 1832 dood en veel verder dan die algemene gedachte is hij nu ook weer niet gekomen. Veenhoven: “Voor mij als wetenschapper was het duidelijk dat je geluk moest meten. Maar de profs aan wie ik het vroeg, zeiden allemaal ‘geluk kun je niet meten.’” Gelukkig vond hij een andere (“die met iedereen gebrouilleerd was”, voegt hij er grinnikend aan toe) en die zei tegen hem “ga het maar uitzoeken”. Student Ruut ging in de wetenschappelijke literatuur op zoek naar geluk, ofwel naar het meten van *welbevinden* (in het Engels: *well-being*). We zijn dan in 1970 en het resulteert in een werkstuk van 8 kantjes. In het kader van de geschiedschrijving zocht ik het op.

Het werkstuk waar de gelukswetenschap in Nederland mee begon

Aan het begin moet hij natuurlijk uitleggen waarom geluk belangrijk is: “Het geluk is een belangrijk begrip in onze cultuur. Veel mensen meten de waarde van hun bestaan af aan de hoeveelheid geluk die het hen biedt. Het goed en kwaad van handelingen wordt in onze maatschappij dan ook vaak afgemeten aan de hoeveelheden geluk en ongeluk die ze teweegbrengen en het hoeft ook niet te verbazen dat het begrip geluk een Belangrijke plaats inneemt in veel van ons politiek en ethisch denken.” Het zijn een beetje slepende zinnen, maar wees eerlijk: *korter en duidelijker kun je het belang van*

geluk moeilijk schetsen. “Gegeven deze situatie” gaat het werkstuk verder, “is kennis over de determinanten van het geluk natuurlijk zeer wenselijk, want zonder kennis daaromtrent heeft men geen toetssteen om de adequaatheid van eigen handelen te beoordelen. Dit wettigt de verwachting dat geluk de nodige aandacht heeft genoten van de wetenschap en dat er veel onderzoek verricht is om de determinanten van het geluk bloot te leggen...” Maar nee, dus. “Na enig zoeken werden 17 publicaties gevonden”, schrijft de student. “Deze lijst is ongetwijfeld onvolledig, want omdat *voor het onderwerp geluk in vrijwel geen enkele bibliografie een aparte categorie is gereserveerd* (cursivering Gelukscourant), is het vinden van onderzoeksresultaten met betrekking tot het geluk een mogelijk nog moeilijker opgave dan het vinden van het geluk zelf.”

Geslaagd ouder worden, voelt dat ook goed?

Aanknopingspunten vond hij niettemin in diverse stroompjes van aangrenzend onderzoek, zoals dat naar ‘geslaagd ouder worden’. “Ook daar speelde de vraag: wil je alleen meten hoe lang iemand gezond blijft en doorgaat met bridgen, winkelen en sociale activiteiten? Want dat is objectief. Of wil je ook weten of (en waardoor) oudere mensen zich prettig voelen?”

Gelukkig vond een aantal onderzoekers dat laatste ook interessant, dus daar kon ik bij aansluiten.” Ook was er een boek van Norman Bradburn (“een voortrekker waaraan ik mij heb opgetrokken”). Dit heette: *‘Reports on Happiness’* en verscheen in 1965, in 1969 gevolgd door een dikker boek met de titel *‘The Structure of Psychological Wellbeing’*. “Bradburn kwam uit de hoek van de GGZ (geestelijke gezondheidszorg) in de Verenigde Staten, in de tijd dat die zich bedrijfsmatiger ging ontwikkelen en dus ook ‘marktonderzoek’ ging doen. Zo ging hij na hoeveel gekken er zijn in de VS, hoeveel depressieve mensen (allemaal potentiële klanten natuurlijk), etcetera. Maar hij keek ook naar geluk en dat was voor mij een schot in de roos! *Dit is het*, dacht ik.” “Dan had je nog Hadly Cantril. Die deed als eerste onderzoek waarbij geluk in landen werd vergeleken. Dat is een lijn van onderzoek die nu o.a. wordt voortgezet door de Gallup-opiniepeilingsorganisatie.”

‘Arbeidssatisfactie’ en ‘huwelijksgeluk’ kenden de onderzoekers wel...

De opsomming van onderzoek in het werkstuk leest door hedendaagse ogen als een enigszins curieuze en niet al te samenhangende verzameling van ‘onderzoeksuitkomsten’ over geluk. Het is dan ook de stand van onderzoek van dat moment. Ook student Veenhoven zelf was enigszins teleurgesteld: “Welbeschouwd heeft het onderzoek niet veel meer opgeleverd dan een aantal correlaten van geluk. Correlaten; want het staat geenszins vast dat de gevonden factoren ook determinanten van het geluk zijn. Heel jammer, want het is juist het vooruitzicht op het vinden van determinanten dat het onderzoek zo interessant maakt... Jammer is ook dat het zo weinig tot theorievorming gekomen is...” Maar, hoe kan het ook anders, zegt hij, want: “Het onderzoek dat tot op heden is gedaan, is met een minimum aan onderlinge coördinatie (de auteurs verwijzen zelden naar ander onderzoek over geluk) en goeddeels door enkelingen tot stand gebracht.”

Ten slotte vraagt de werkstukschrijver zich af waarom er zo weinig onderzoek naar geluk zelf is gedaan en wél naar verwante onderwerpen: “Zo weinig aandacht als er aan de studie van het geluk besteed is, zoveel meer heeft de wetenschap zich

beziggehouden met onderzoek naar arbeidssatisfactie en huwelijksgeluk. Onderzoek dat van direct belang is voor twee sterk gevestigde instituties in onze maatschappij. Een treffender demonstratie van de gebondenheid van de keuze van onderwerpen van wetenschappelijk onderzoek lijkt mij nauwelijks denkbaar.”

Terwijl hij realistisch concludeert dat verandering nog wel enige tijd zal vergen, vindt hij die toch onvermijdelijk: “Want als men metterdaad gevolg wil gaan geven aan de nu alom klinkende roep om een welzijnspolitiek, dan zal wetenschappelijk onderzoek naar de determinanten van het geluk onontbeerlijk blijken. Zonder wetenschappelijk getoetste inzichten omtrent de factoren die het geluk van mensen beïnvloeden, is ieder welzijnsbeleid gedoemd een uitvoering van ideologische preoccupaties te blijven, of op zijn hoogst een bestrijding van symptomen van ongeluk.” *Was getekend: Ruut Veenhoven, student-assistent Empirische sociologie, eind jaren zestig (en gepubliceerd in 1970).*

Wat we hier zien, is hoe ‘geluk’ als nieuw interdisciplinair vakgebied als het ware wordt opgebouwd uit kleine stukjes onderzoek op allerlei andere gebieden, zoals ouderen, geestelijke gezondheidszorg, ontwikkelingsbeleid, huwelijk en arbeid. Uiteraard passen die verschillende stukjes nauwelijks bij elkaar en Veenhoven wijst er terecht op dat een algemene invalshoek via geluk (dat je op al deze terreinen terugvindt) tot een veel systematischer benadering leidt. Waar zowel Veenhoven als bijvoorbeeld ook Ed Diener (en talloze anderen) Tegen op liepen, was daarnaast het aan de universiteit wijdverbreide vooroordeel: geluk kun je niet meten.

Een eerste succes...

Hoewel zijn benadering van geluk buiten de hoofdstroom valt, wekt deze wel belangstelling. Veenhovens werkstuk wordt gepubliceerd in De Sociologische Gids, in Intermediair, en tevens opgenomen in de bundel ‘Anatomie van het welzijn’ onder redactie van de eerste directeur van het SCP (Sociaal-Cultureel Planbureau) Van Tienen.

...maar zonder direct vervolg

Vooralsnog ziet Veenhoven echter geen brood in het onderwerp. Hij studeert af als bestuurssocioloog, en is al aangenomen bij Binnenlandse Zaken, wanneer hij zich alsnog laat overhalen assistent-hoogleraar in de Sociale Psychologie te worden. Als promotie-onderwerp zweeft hem dan voor ogen: het imago van de overheid.

Maar het loopt anders. Hij raakt betrokken bij de strijd voor vrije abortus en wordt lid van het bestuur van de Stichting voor Medisch Verantwoorde Zwangerschaps Onderbreking (Stimezo) die in Rotterdam een abortuskliniek wil beginnen. Hij mobiliseert maatschappelijke steun voor dit initiatief; dankzij zijn studie sociologie heeft hij leren begrijpen hoe een lobby in zijn werk gaat. In 1971 wordt de eerste abortuskliniek geopend en spoedig volgen er meer. Die klinieken verenigen zich in Stimezo-Nederland, waarvan Veenhoven voorzitter wordt. Dan volgt er nog 10 jaar politieke strijd over aanpassing van de wet.

Zijn empirisch onderzoek laat hij bij deze thema's aansluiten. Hij doet en begeleidt veel onderzoek naar abortus, om de discussie hierover zoveel mogelijk op

basis van feiten te kunnen voeren. Ook het thema vrijwillige kinderloosheid heeft zijn interesse: "Als 'kinderen krijgen' een natuurlijk behoefte is, zouden mensen zonder kinderen een stuk ongelukkiger moeten zijn. Dit bleek niet het geval."

"Impliciet had ik daarbij mijzelf voor ogen."

Begin jaren '80 keert Veenhovens interesse terug naar het geluk. Hij heeft zich dan ook in de psychologie ingewerkt en moet nog steeds zijn promotieonderzoek doen, wil hij ooit hoogleraar worden. Zijn leidende gedachte is dat mensen met duidelijke levensdoelen beter functioneren en dus gelukkiger zullen zijn. "Impliciet", geeft hij toe, "had ik daarbij natuurlijk mijzelf voor ogen." Hij doet uitvoerig psychologisch onderzoek om dit te toetsen, maar de uitkomsten zijn teleurstellend. "Erger nog, ik concludeerde dat de onderzoeksmethode verkeerd in elkaar zat. Een thema als dit had ik niet moeten onderzoeken door mensen met elkaar te vergelijken, maar door de tijd heen. Wellicht hadden de uitkomsten dan ook dichterbij mijn verwachting gelegen."

"Het ging mij om de feiten, de data. Wat weten we nu eigenlijk?"

Het onderzoek gaat na een paar jaar noeste arbeid de kast in en Veenhoven begint opnieuw. Net als bij zijn eerste werkstuk besluit hij nog eens te kijken naar wat er door anderen over geluk is geschreven. Het aantal artikelen over geluk is dan al flink gegroeid en hij kan terugvallen op 500 onderzoeksrapporten.

Wat hij doet, is echter niet weer een literatuurbespreking (zoals in zijn werkstuk). Veenhoven stript de rapporten van alle specifieke interpretaties door hun auteurs. Het is hem louter te doen om de onderzoeksuitkomsten over geluk. "Het ging mij om de feiten, de data. Wat weten we nu eigenlijk?" Die data moeten natuurlijk wel uit een overeenkomstige definitie van geluk voortkomen, dus daarop heeft hij ze eerst geselecteerd. Uiteindelijk blijven er dan zo'n 245 rapporten met ongeveer 4000 'uitkomsten' (*findings*) over. Al deze gegevens brengt hij bij elkaar in het *Databook of Happiness* (oneerbiedig gezegd, een soort telefoonboek met grafieken en cijfers). Die bespreekt hij vervolgens in *Conditions of Happiness*, zijn eigenlijke proefschrift (1984). "Wat ik daarmee deed, lijkt op wat we tegenwoordig een meta-analyse noemen." Het was de meest grondige analyse van al het empirische geluksonderzoek tot dan toe.

Het begin van de World Database of Happiness

Veenhovens proefschrift en de bijbehorende dataverzameling worden gaandeweg de basis voor zijn paradepaardje, de *World Database of Happiness*. Begin jaren negentig doet hij een update. Inmiddels zijn de *findings* uitgegroeid tot 'drie telefoonboeken'. Daarnaast bevat deze update een bibliografie (met alle wetenschappelijke publicaties over geluk) en het boek *Happiness in Nations* (met gegevens over hoe gelukkig mensen in verschillende landen zijn en in hoeverre dat door de tijd heen is veranderd). Eind jaren '90 zal ten slotte de hele gegevenscollectie worden opgenomen in een elektronische database. Nu, in 2013, telt deze zo'n 3600 onderzoekspublicaties over geluk met meer dan 20.000 'uitkomsten'. De *World Database of Happiness* is voor iedereen online toegankelijk. Je kunt er vrijelijk in rondsnuffelen. Veel van de publicaties

waaruit de uitkomsten afkomstig zijn, kan men downloaden, zij het dat sommige artikelen achter een betaalmuur van een grote uitgever zitten.

Steeds meer onderzoek naar geluk

“Na die begintijd heb ik ook steeds meer collega’s in het buitenland leren kennen. Zoals Bradburn, die ik al in mijn werkstuk citeerde, en die ik een paar jaar geleden opnieuw tegenkwam als een krasse oude baas.” Ook via zijn onderzoek zocht Veenhoven contact. “Ik schreef dan: ik heb dit en dat uit jouw werk gehaald, klopt dat? Daaruit ontstonden vanzelf langer durende relaties.” Zo kende hij bijvoorbeeld Mihali Csikszentmihalyi al geruime tijd voordat deze beroemd werd. “Die had in 1975 al *Beyond Boredom and Anxiety* geschreven. Maar pas met *Flow* in 1990 werd hij echt bekend. Ik vermoed dat hij dat samen met een hele goede tekstschrijver heeft geschreven.” Nederlandse collega’s waren er de eerste tijd echter nauwelijks. Netzomin was er een wetenschappelijk tijdschrift over geluk. Dit was tot op zekere hoogte overkomelijk, want empirisch geluksonderzoek was bijvoorbeeld welkom in het Social Indicators Research. “Toch vonden we dat het een eigen plaats nodig had. Daarom hebben de toenmalige hoofdredacteur Alex Michalos, Ed Diener en ik samen het Journal of Happiness Studies opgericht (in 2000). Dat verscheen bij dezelfde uitgever, toen Kluwer Academic, nu Springer, en is dus een afsplitsing van Social Indicators Research.”

Je hebt ‘levenskunst’ en ‘empirisch geluksonderzoek’

In 1995, dus 25 jaar na dat eerste werkstuk, wordt Ruut Veenhoven bijzonder hoogleraar in de Humanistiek aan de Universiteit van Utrecht. Dat is een aanstelling vanuit de Stichting Socrates. “Dus niet bij de Universiteit voor Humanistiek uit Utrecht.” Hij zegt het om misverstanden te voorkomen, maar het verschil blijkt illustratief voor twee benaderingen van geluk. De Universiteit voor de Humanistiek, waar hoogleraar Joep Dohmen zijn tegenhanger is, gaat het om levenskunst. “Vanuit een postmodern moreel verantwoordelijkheidsbesef enerzijds en vanuit het streven naar authenticiteit anderzijds”, licht Veenhoven toe. “Daar is niets mis mee”, zegt hij, maar “zij geven weinig om onderzoek”. De Stichting Socrates daarentegen vond een focus op welbevinden, en hoe je dit volgens onderzoek kunt bereiken, wel bij de humanistische kijk op de mens passen. Als Joep Dohmen in 2002 een boek publiceert (‘Over levenskunst. De grote filosofen over het goede leven’, 2002), vraagt hij overigens Veenhoven wel om een hoofdstuk te schrijven. Verschillen hoeven samenwerking niet uit te sluiten.

‘Empirisch onderzoek naar geluk’ was beide keren net iets anders

Dit voorbeeld brengt hem tot een vergelijking met de opname van zijn werkstuk in dat eerdere boek van SCP-directeur Van Tienen (‘Anatomie van het Welzijn’, 1970): “In beide gevallen mocht ik meedoen, ook al deed ik het net iets anders.” “In 1970 was de tendens ‘we moeten kijken naar de objectieve factoren van welzijn’, zoals het aantal bibliotheekbezoeken, de mate waarin mensen van gezondheidsvoorzieningen gebruik maakten, enzovoort. Terwijl ik keek naar de subjectieve factor: wat maakt mensen

gelukkig?” “In relatie tot levenskunst zie je weer zoiets. Talloze mensen willen nu graag op hun eigen manier met levenskunst en zelfhulpboeken gelukkig worden, terwijl ik vraag: wat kun je over geluk leren uit onderzoek?” Waarna hij verheugd constateert dat het SCP onlangs na al die jaren weer op het onderwerp ‘geluk’ is teruggekomen. “Zo organiseerden ze vorig jaar samen met anderen de conferentie ‘Sturen op geluk’, waarin het subjectief welbevinden (en de vraag in hoeverre je dat als richtsnoer in de politiek kunt gebruiken) centraal stond.”

Erkend als hoogleraar, toch een beetje aan de zijlijn

Van de Universiteit van Utrecht gaat Veenhoven in 2001 weer terug naar die in Rotterdam, opnieuw als bijzonder hoogleraar (“De klassieke post, wanneer je goed werk doet, maar het niet binnen de hoofdstroom past”). Ditmaal wordt hij aangesteld vanuit het Universiteitsfonds met als leeropdracht ‘Sociale voorwaarden voor menselijk geluk’.

In dit artikel slaan we zijn talloze publicaties, ook met eigen onderzoek, over. Die zijn allemaal te vinden via, je raadt het inmiddels al, de World Database of Happiness. In plaats daarvan gaan we verder over de inbedding van het geluksonderzoek in de bredere wetenschap. Hoewel hij zelf socioloog is, blijkt uitgerekend deze beroepsgroep de grootste moeite te hebben met Veenhovens onderzoeksconclusies.

/

Is ‘geluk’ misschien een blinde vlek voor sociologen?

In 2006 besluit hij dan ook maar om zijn collega’s eens rechtstreeks op de korrel te nemen op het Wereldcongres van de Sociologie in Durban (Zuid-Afrika) met een paper getiteld *Sociology’s Blind Eye for Happiness*. Het ontmoette instemming bij de aanwezigen op het congres, maar als onderdeel van de sessie ‘Social Indicators’ was het dan ook een thuiswedstrijd. De redactie van de *European Journal of Sociology* was minder enthousiast en wees het artikel verontwaardigd af.

Opnieuw is het verleidelijk een stukje rechtstreeks te citeren: “Empirisch onderzoek naar geluk heeft ontdekt dat:

- a. de meeste mensen in moderne samenlevingen gelukkig zijn,
- b. gemiddeld het geluk in landen toeneemt
- c. de ongelijkheid in geluk afneemt
- d. geluk sterk afhangt van de aard van de samenleving, waarin men leeft
- e. geluk maar weinig afhangt van de plaats die men in die samenleving heeft.

Deze opmerkelijke ontdekkingen worden op grote schaal genegeerd, of zelfs ontkend, in de sociologie”. Veenhoven vraagt zich af waardoor dit komt en suggereert drie redenen:

1. Sociologen verdienen hun brood met (het oplossen van) sociale problemen en zijn daardoor weinig geneigd te zien wanneer het mensen goed gaat.
2. Veel sociologen hebben morele kritiek op de moderne samenleving en kunnen zich daardoor niet voorstellen dat mensen daarin gelukkig zijn.

3. Veel sociologen hanteren simplistische psychologische theorieën, waarvan allang gebleken is dat ze verschillen in geluk niet kunnen verklaren. Een kenmerkend voorbeeld is de zogeheten theorie van 'sociale vergelijking'.

“Heb jij betere seks als je het vergelijkt met de buurman?”

Dit voorbeeld, de sociale vergelijkingstheorie van geluk, is interessant, want het is weer zo'n merkwaardig geval van de hardnekkige intellectuele blindheid, waar geluksonderzoekers nog steeds regelmatig tegen aanlopen. Heel in het kort, zegt deze theorie dat iemand gelukkiger is, naarmate hij of zij het beter doet in vergelijking met andere mensen. 'Geluk' zou dus voortkomen uit een soort rekenkundige gedachteoperatie, waarin mensen hun leven vergelijken met dat van anderen. Theoretisch is dit al verdacht, want het betekent dat geluk vooral met denken en oordelen te maken heeft, en niets met stemming en gevoel. Empirisch klopt het ook niet, laat Veenhoven in zijn presentatie zien. Tijdens het interview houdt hij het echter kort. "Hangt jouw plezier in seks ervan af hoe je buurman het doet?" vraagt hij met een kwinkslag. "Of voel je minder pijn als iemand anders zich ook op zijn duim slaat?" Nee. "Dan komt je geluk of je ongeluk dus niet voort uit sociale vergelijking! Je buurman heeft er maar heel weinig mee te maken."

Geluk draait om vervulling van fundamentele behoeften

In Veenhovens optiek ben ik gelukkiger of ongelukkiger naarmate mijn aangeboren behoeften beter of slechter worden vervuld. "Op die manier kun je ook verklaren waarom de meeste mensen zich in een moderne Westerse samenleving gelukkiger voelen dan in andere. Die voldoet gewoon beter aan onze basisbehoeften, inclusief die aan zaken als persoonlijke vrijheid."

Op zoek naar geld, ict-kennis en vrijwilligers

Veenhovens positie, weliswaar erkend, maar aan de rand van de gevestigde wetenschap, maakt het vaak niet makkelijk om geld voor onderzoek te krijgen. "Om een voorbeeld te noemen. De manier waarop ik onderzoek inventariseerde, zag men bij NWO (de Nederlandse Organisatie voor Wetenschappelijk Onderzoek en de grootste landelijke subsidieverdeler) destijds slecht als 'voorbereidend onderzoek'."

Bij gebrek aan geld betreft Veenhoven vrijwilligers bij het in stand houden van de *World Database of Happiness*. Aanvankelijk zijn het vooral goede studenten, die naast hun studie nog wel wat tijd over hebben. Maar het aantal studenten waar hij een beroep op kan doen, droogt op door de studieduurverkorting van 5 naar 4 jaar. Met hulp van zijn oude vriend Henk de Heer (inmiddels overleden) kan hij zelfs in de digitale revolutie meegaan en de database via internet toegankelijk maken. "Nadat Henk met een gouden handdruk bij IBM was vertrokken, heeft hij het project gigantisch geholpen. Alles wat eerst in boeken stond, zit nu in een database, die overal ter wereld toegankelijk is. Terwijl ik in het begin al die boeken per post verspreidde – we hebben ze over de hele wereld naar nationale bibliotheken gestuurd (en dat heeft zich terugverdiend) – hebben we nu via het web zo'n 100.000 hits per jaar." Daarnaast

besluit Veenhoven medewerkers te zoeken via vrijwilligersvacaturebanken en doet een oproep bij het HOVO (Hoger Onderwijs voor Ouderen). “Daar zijn hele goede en kundige mensen op af gekomen, die tot op de dag van vandaag de database draaiende houden!”

De media zien het onderwerp geluk wél zitten

Anders dan de universitaire wereld, hebben de media regelmatig belangstelling voor het geluksonderzoek, vooral de vrouwen- en lifestyle-bladen. Al verschijnt er nu en dan ook wel eens een gedegen artikel in een blad als de NRC. Veenhoven krijgt van journalisten al snel de bijnaam geluksprofessor, een titel die hij zich graag laat aanleunen. Het doet hem deugd dat langs die weg toch veel kennis over geluk bij een breed publiek aankomt.

Hoeveel geluksonderzoekers telt Nederland in 2013?

Het gesprek met Ruut Veenhoven nadert zijn einde. We besluiten samen de World Database of Happiness te raadplegen met één specifieke vraag: *hoeveel geluksonderzoekers zijn er nu, ruim 40 jaar na zijn eerste werkstuk in 1970, in Nederland?* Al met al vinden we ongeveer 300 Nederlandse namen van mensen die iets wetenschappelijks over geluk hebben gepubliceerd. Dat kan een werkstuk of een scriptie zijn (ook daar gaat vaak veel interesse en inzet achter schuil), maar we komen eveneens de nodige hoogleraren en universitaire onderzoekers tegen: van de bekende econoom Bernard van Praag tot medisch psycholoog Mirjam Sprangers. Dan zijn er gespecialiseerde medewerkers van het CBS (Centraal Bureau voor de Statistiek) en het SCP, de directeur van het Trimbos-instituut (dat onderzoek doet naar de geestelijke gezondheidszorg, inclusief depressie en de preventie daarvan) Jan Auke Walburg en diverse van zijn medewerkers. Ook de naam van Jan Stapel, voormalig eigenaar van het NIPO (opiniepeiling) komen we tegen, evenals die van mensen die (met Veenhoven zelf) bij het onderzoeksproject gelukswijzer.nl betrokken zijn. En dan zijn er nog een flink aantal van zijn promovendi. Die schreven over onderwerpen variërend van ‘geluk en toerisme’ (Jeroen Nawijn) tot ‘statistische methoden om ongelijkheid in geluk te meten’ (Wim Kalmijn), en van ‘imperfect geluk’ (Ad Bergsma) tot ‘geluk en de kwaliteit van de overheid’ (Jan Ott). En het aantal Nederlandse namen in de database is uiteraard nog steeds groeiende.

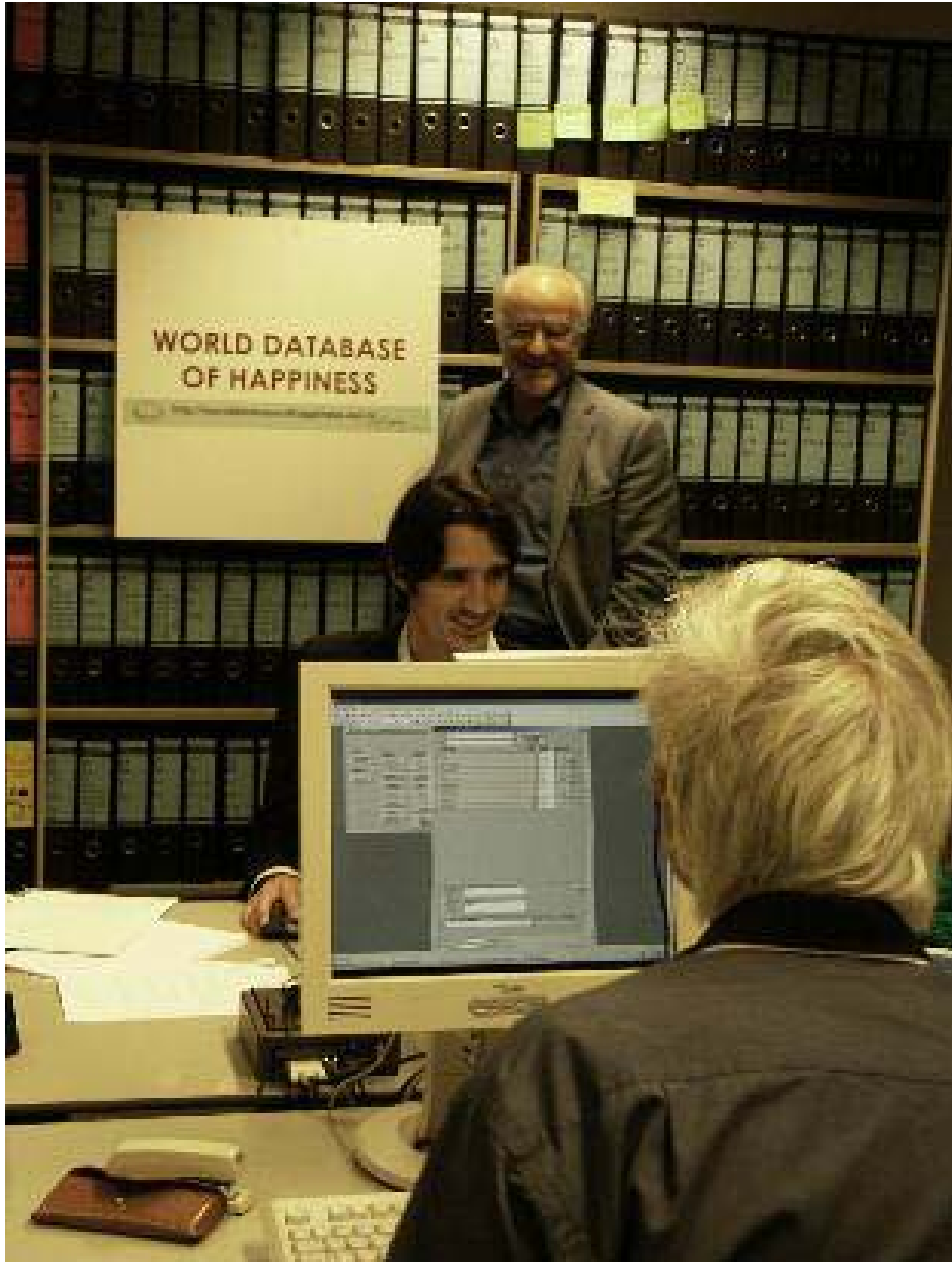
Bijna overigens, was de World Database of Happiness er niet meer geweest. In 2007 gaat Veenhoven met emeritaat. Een ooit beoogde opvolger heeft dan reeds lang een ander pad gekozen. Hij wordt niet vervangen en zijn leerstoel verdwijnt. Niet zonder strijd weet hij een aantal werkruimtes aan de universiteit te behouden, waar hij, met zijn vrijwilligers en promovendi kan blijven werken. In Veenhovens dagelijkse routine verandert er weinig. Tot op de dag van vandaag is hij fulltime geluksprofessor. Maar de toezegging geldt slechts voor een aantal jaren. Het einde daarvan nadert...

De hand van het Opperwezen

“Op dat moment”, moet hij als humanist ootmoedig bekennen, “heeft God persoonlijk ingegrepen en sprak ‘Er zij een Happiness Instituut’.” En inderdaad, halverwege 2012 wordt, aan zijn eigen universiteit nog wel, het EHERO opgericht: de *Erasmus Happiness Economics Research Organisation*, een interdisciplinair instituut met het accent op economisch onderzoek. Veenhoven wordt lid van het start-up team, is inmiddels research associate, en vindt er een gegarandeerd onderdak voor de World Database of Happiness. “Net op tijd voor ik naar de bejaardensoos ga”, zegt hij met een glimlach over deze goddelijke list. Maar deze ene keer geloof ik hem niet, want ik denk dat hij, als hij de kans krijgt, gewoon weigert bejaard te worden en liever in het harnas zal sterven.

Een laatste blik

Als ik klaar denk te zijn met het interview, maak ik een paar foto's op zijn werkkamer. Dan voert hij mij mee naar een andere ruimte: muren vol ordners met geluksonderzoek en vier geconcentreerde medewerkers aan de *World Database of Happiness*. Het is een week voor de verhuizing naar het EHERO en de laatste keer dat ik de oorspronkelijke ruimte op de fotografische plaat kan vastleggen.





Een nieuw vakgebied: uiterlijke tekenen

Ook aan uiterlijke tekenen valt de opkomst van 'geluk' als een nieuw wetenschapsgebied waar te nemen:

- Steeds meer onderzoek. Het begint natuurlijk, zoals we zagen, met onderzoek. Aanvankelijk kent dit onderzoek nog niet eens een eigen categorie of trefwoord. Inmiddels zal zoeken op 'well-being' of 'happiness' al snel duizenden artikelen opleveren.
- Na een tijdje ontstaan er eigen vaktijdschriften. Naast het Journal of Happiness Studies zijn dat bijvoorbeeld The Journal of Positive Psychology (vanaf 2006) en het International Journal of Well-Being (vanaf 2011). Het laatste is Open Source, zodat alle artikelen voor iedereen beschikbaar zijn. Bij elkaar zijn er inmiddels 7 vaktijdschriften over geluk. Of zelfs 11, wanneer je tijdschriften als Social Indicators Research en het meer geneeskundig georiënteerde Quality of Life Research meetelt. (Met dank natuurlijk aan de World Database of Happiness voor deze link.)
- Er verschijnen populair-wetenschappelijke bestsellers, zoals: Flow (Mihaly Csikszentmihalyi, 1990), Gelukkig zijn kun je leren (Martin Seligman, 2002), Waarom zijn we niet gelukkig? (Richard Layard, 2005), Stuiten op Geluk (Daniel Gilbert, 2006), De maakbaarheid van het geluk (Sonya Lyubomirsky, 2007) en, meest recentelijk, Ons feilbare denken (door Daniël Kahneman, 2011).
- Er komen universitaire leerboeken. Meer dan de populaire bestsellers is dit het teken dat er inmiddels een algemeen erkende body of knowledge is ontstaan. Kenmerkend voorbeeld is het boek Positive Psychology. The Science of Happiness and Human Strengths (Alan Carr, 2004), al is ook het beknopte Positive Psychology in a Nutshell van Ilona Boniwell (2006) zeer de moeite waard. Inmiddels zijn er alweer meer. Nederlandse voorbeelden of vertalingen zijn er echter nog niet, of het moest zijn (specifiek over geestelijke gezondheid en de levensloop) het behartenswaardige Psychologie van de Levenskunst (Gerben Westerhof en Ernst Bohlmeijer, 2010).
- Er ontstaan leerstoelen en studierichtingen. Zoals de studie Applied Positive Psychology aan de universiteit van East London en enkele studies in de VS. Deze stap is nog niet zo ver, wellicht mede omdat 'geluk' een interdisciplinair onderwerp is. Met deze laatste twee voorbeelden zien we ook waar de groei van de gelukswetenschap in ons land blijft steken. Er zijn slechts vertaalde bestsellers.
- Er zijn tot nu toe (begin 2013) nog geen studieboeken, en al evenminspecifieke afstudeerrichtingen — terwijl je daar toch zonder veel moeite de inhoud voor kan bedenken.

Ter vergelijking: Ed Diener



Naast Ruut Veenhoven is de Amerikaan Ed Diener een van de grote voortrekkers van het empirisch onderzoek naar geluk geweest. Ook hij wilde als student al onderzoek doen naar geluk, en wel dat van boerderijhulpen. Zijn vader had namelijk een grote boerderij, de jonge Ed had al vroeg meegeholpen en daarbij vaak veel pret met de hulpen gehad. Zijn professor verwierp het idee meteen: “Ten eerste weet ik dat boerderijhulpen niet gelukkig zijn. Ten tweede is geluk op geen enkele manier te meten.”

In plaats daarvan specialiseerde Ed zich toen maar in wat anders, en dat werd of all things .. het onderwerp *de-individuatie*. Dit is het kwijtraken van het besef dat je moreel verantwoordelijk bent, wat kan optreden in de anonimiteit van een groep. De tijd wees uit dat hij daar niet echt gelukkig van werd. Al toonde hij wel dat hij aanleg had om onderzoek te doen.

Pas jaren later, als ervaren onderzoeker, keert Diener terug tot het thema geluk. In 1980 krijgt hij genoeg van het thema ‘de-individuatie’ en vindt het tijd voor een sabbatsjaar. Met zijn gezin trekt hij zich terug aan het strand op de Virgin Islands. Daar leest hij de 18 boeken en 220 artikelen over geluk die hij op dat moment kan vinden.

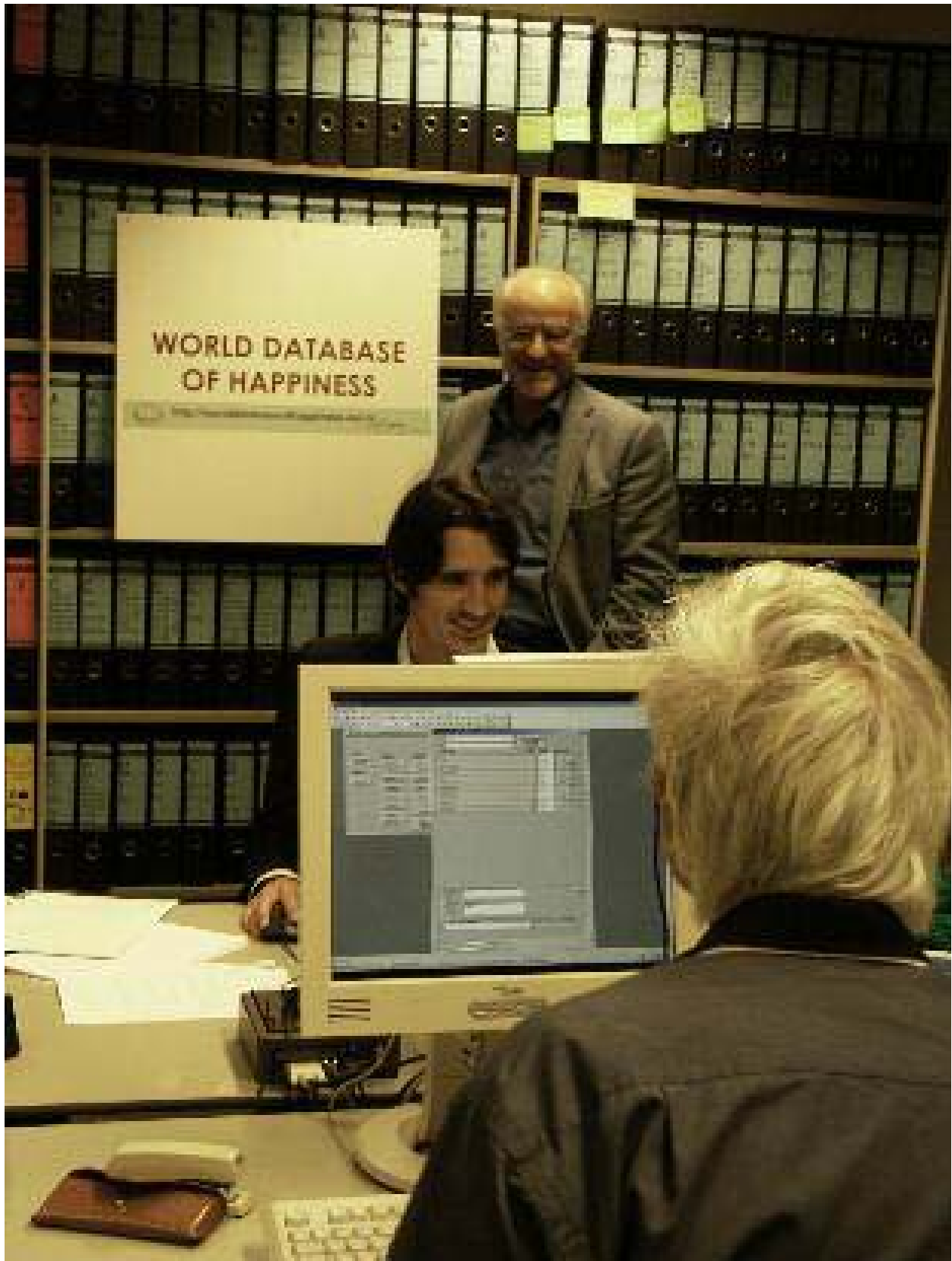
Terug op de universiteit wordt hij, gezien het ‘twijfelachtige’ onderzoeksthema dat hij nu heeft gekozen, twee jaar later dan gebruikelijk tot hoogleraar bevorderd.

“Deze scepsis binnen mijn eigen faculteit was een microcosmos van de scepsis in de bredere wereld van de wetenschappelijke psychologie”, vertelt hij, “Onderzoekers die een artikel schreven over hoe moeilijk het wel niet was om welbevinden te meten, werden met enthousiasme bejegend. Terwijl mijn artikelen die lieten zien hoe valide zulke metingen konden zijn, vaak werden genegeerd.”

Het meten van geluk (ofwel subjectief welzijn) is volgens Diener helemaal niet moeilijker dan van andere psychologische fenomenen. Zijn grootste uitdaging, zegt hij in zijn levensbeschrijving *One happy autobiography*, “was om het onderwerp academisch respectabel te maken”.

Terwijl psychologen het onderwerp links lieten liggen, reageerden economen er zelfs uitgesproken vijandig op. Hoewel Diener, met een kleine groep collega’s en onderzoekers die bij hem promoveerden, gestaag bleef publiceren, duurde het tot in de late jaren negentig voordat hun onderzoek erkenning kreeg. ‘Uitgerekend doordat een econoom er zich mee ging bemoeien’ (Daniel Kahneman, die met zijn onderzoek de Nobelprijs won), zegt Diener, “won het gebied uiteindelijk respect”







**WORLD DATABASE
OF HAPPINESS**