

IS LANGER LEVEN NOG WEL LEUK?

Levensvoldoening van hoog-bejaarden in 8 EU-landen

Pietrica Okma en Ruut Veenhoven

Gepubliceerd in: Sociale wetenschappen, 1999, vol 42, nr 4, pp 38-62

ABSTRACT

Happiness of the very old in 8 EU-countries

We live ever longer, but are the extra years of life worthwhile? Some believe that life becomes less satisfying with advancing age, in particular when a natural term of life is surpassed. This paper examines that belief empirically. It inspects whether: 1) happiness declines over the lifetime, 2) dips in old age, and 3) gets negative in very old age.

Two measures of happiness are used: general life-satisfaction and mood-level. Averages are compared across age-categories. The matter is examined in 8 countries, around 1980 and 1990. Data are drawn from the Eurobarometer surveys and the European Value Studies. Samples were pooled, to obtain a sufficient number of very old subjects.

It appears that life-satisfaction differs hardly across age groups. The very old are slightly more satisfied with life than the middle aged. Mood tends to be lower in older age groups, though the decline is small and does not extend to the very old. The decline of mood does not follow a dip pattern. Both satisfaction and mood remain positive in old age. Response bias or selective sampling cannot explain these results. Some substantive reasons are explored.

1. INLEIDING

De mensen worden steeds ouder. Aan het begin van deze eeuw was de gemiddelde levensverwachting in Nederland nog 50 jaar. Inmiddels is de gemiddelde levensverwachting bij geboorte gestegen naar ruim 76 jaar. De mensen die hun pensioen gehaald hebben zullen nu naar verwachting gemiddeld 80 jaar oud worden; mannen 79 jaar en vrouwen 83 jaar. Momenteel zijn al meer dan 1000 Nederlanders ouder dan 100 jaar. Dit aantal zal in de komende decennia waarschijnlijk verdubbelen. Het einde van deze ontwikkeling is nog niet in zicht. Er wordt al gespeculeerd over een oplopen van de gemiddelde levensduur tot boven de honderd jaar (Tabeau 1997).

Toename van de levensverwachting wordt algemeen als een teken van vooruitgang gezien. Dat blijkt onder meer uit de 'Human Development Index', waarmee de Verenigde Naties de ontwikkeling van landen meten. Levensverwachting is daarin een belangrijk criterium¹. De

geleidelijke stijging van de levensduur in ontwikkelingslanden wordt dan ook begroet als een positieve ontwikkeling, terwijl de recente daling van de levensduur in Rusland gezien wordt als een achteruitgang.

Anderzijds is de groei van de levensverwachting ook aanleiding tot zorg. Doordat mensen langer meegaan, neemt de omvang van de bevolking drastisch toe. Dat probleem manifesteert zich momenteel sterk in de ontwikkelingslanden. Er treedt ook een vergrijzing van de bevolking op. Die ontwikkeling doet zich momenteel vooral in de rijke landen voelen. Naast deze bijkomstige bezwaren is er ook twijfel over de wenselijkheid van het al maar ouder worden als zodanig. De vraag is namelijk of het wel zo leuk is om heel oud te worden.

1.1 Twijfels over levenskwaliteit op hoge leeftijd

Er zijn verschillende redenen waarom verdere verlenging van het leven ten koste zou kunnen gaan van de kwaliteit ervan.

Eén reden is dat ouderdom met gebreken pleegt te komen. Dat zou kunnen betekenen dat de extra levensjaren voornamelijk kwakkelend worden doorgebracht. Volgens de laatste toekomstverkenning van het RIVM (1997) blijft het aantal gezonde levensjaren steken op ongeveer 60 jaar. Wat er bij komt zijn voornamelijk 'ongezonde levensjaren'. Gebrekkigheid is niet alleen onprettig als zodanig, maar het brengt ook ongewenste neveneffecten met zich mee, zoals onder meer afhankelijkheid en sociaal isolement.

Daarnaast wordt ook wel beweerd dat de levenslust afneemt op hoge leeftijd. Vanuit een evolutionair gezichtspunt kan men dat zien als een natuurlijk mechanisme. Prettige gevoelens hebben mede als functie om het organisme aan de gang te houden, en dat is minder nodig als men zijn kinderen heeft groot gebracht. Dalende levenslust zou tendens tot afhankelijkheid en isolement verder versterken.

Dat alles doet vermoeden dat het leven minder bevredigend wordt op hoge leeftijd; mogelijk zelfs zozeer, dat het eigenlijk niet meer de moeite waard is. Als dat zo is, kan verdere verlenging van de levensduur tot een straf worden. De 'vooruitgang' gaat zich dan tegen ons keren.

Ook over het verloop van het verval van de levenskwaliteit zijn verschillende veronderstellingen in omloop. Uitspraken hierover treft men meer in de media dan in wetenschappelijke publicaties.

Eén idee is dat we in de jeugd op ons best zijn, en dat het daarna geleidelijk steeds minder wordt. De balans van positieve- en negatieve ervaringen zou dan op een gegeven moment doorslaan naar negatief. Soms wordt de midlifecrisis als zo'n moment genoemd; vaker de pensionering.

Een meer gangbare gedachte is dat het kwaliteitsverlies zich vooral voordoet in de laatste levensfase. Die common-sense theorie kent twee varianten. De eerste is dat de kwaliteit van het leven in de ouderdom stapsgewijs daalt; bij ieder verlies leveren we een stukje in. Op hoge leeftijd is dus al veel ingeleverd, en blijft er dus weinig kwaliteit meer over. De tweede variant is dat de levenskwaliteit lang op peil blijft, maar na een kritische leeftijd scherp gaat dalen. In dit verband is wel geopperd dat de mens er niet op gebouwd is om ouder te worden dan een jaar of tachtig, en dat na die leeftijd het verval onvermijdelijk en snel toeslaat. Die natuurlijke vervaldatum zou zich manifesteren in neerwaartse 'knik' in de levenskwaliteit.

1.2 Vraagstelling

Het is natuurlijk zaak om te weten of dat allemaal wel zo is. Ten eerste, of de kwaliteit van het bestaan inderdaad afneemt met de duur ervan. Ten tweede, of die afname disproportioneel is op de

oude dag. Ten derde, of dat allemaal zo erg is dat het leven hoogbejaarden uiteindelijk tot een last wordt. Als dat echt zo is, zitten daar nogal wat consequenties aan vast. Het zou ondermeer betekenen dat er een punt is waarna we maar beter niet meer moeten investeren in verdere verlenging van de gemiddelde levensduur.

Doel van deze bijdrage is om het waarheidsgehalte van deze sombere gedachten te toetsen. Hiertoe zullen wij eerst bezien wat onder 'kwaliteit-van-leven' verstaan moet worden, en vervolgens meten hoe het daarmee staat onder hoogbejaarden.

2. KWALITEIT VAN LEVEN

Kwaliteit van leven kan op twee manieren worden bepaald. De eerste manier is bezien in hoeverre het voldoet aan gangbare opvattingen van het goede leven. De tweede manier is na te gaan hoe de mensen zich er zelf bij voelen. In het eerste geval spreekt men over 'objectieve' levenskwaliteit², in het tweede geval spreekt men van 'subjectieve' levensvoldoening. Beide benaderingen treft men aan in het onderzoek naar succesvol ouder worden.

2.1 'Objectieve' kwaliteitscriteria: ideaal van jeugdige ouderdom

Gangbare objectieveerbare maatstaven voor beoordeling kwaliteit van leven op hoge leeftijd zijn ondermeer 'gezondheid', 'zelfstandigheid' en 'maatschappelijke participatie'. Volgens die criteria is succesvol oud worden eigenlijk zo lang mogelijk jong blijven. Naarmate men minder mee kan in het patroon van de jongeren, wordt het leven minder de moeite waard. Omdat ouderdom nu eenmaal gepaard gaat met aftakeling, hulpbehoevendheid en maatschappelijke terugtrekking, betekent dat haast per definitie dat het leven op hoge leeftijd aan kwaliteit verliest. Dat maakt deze criteria minder geschikt voor de vraag die hier aan de orde is. Het antwoord is dan in ieder geval weinig verrassend.

2.2 Subjectieve waardering van het bestaan

Subjectieve levenskwaliteit wordt meestal afgemeten aan satisfactie; dwz het waarderend oordeel van de betrokkene zelf. Satisfactieoordelen kunnen betrekking hebben op afzonderlijke aspecten van het leven, zoals op werk, huwelijk of gezondheid. In dat geval spreekt men van 'domeinsatisfacties'. Satisfactie kan ook betrekking hebben op het leven als geheel. In dat laatste geval spreekt men van 'levensvoldoening' of 'geluk'.

2.2.1 *Satisfactie met aspecten van het leven*

Aspectsatisfacties die in het ouderen onderzoek veel gehanteerd worden zijn 'tevredenheid met gezondheid' en 'tevredenheid met sociale contacten'. Dit zijn in feite subjectieve varianten van bovengenoemde objectieve criteria. Er zitten dan ook vergelijkbare bezwaren aan vast. Afnemende gezondheid en het wegvallen van intimi heeft natuurlijk zijn weerslag op die domeinsatisfacties, dus scoren ouderen altijd lager. Misschien wordt het effect wat getemperd door gewenning en berusting, maar beter kan het er moeilijk op worden. Het antwoord op de vraag ligt dus weer bij voorbaat besloten in de criteria.

2.2.2 *Satisfactie met het leven-als-geheel*

Dit probleem doet zich niet voor als subjectieve levenskwaliteit wordt afgemeten aan satisfactie met het leven-als-geheel. Veroudering kan gepaard gaan met verminderde levensvreugde, maar het hoeft niet. Het omgekeerde is zelf denkbaar. Ondanks afnemende gezondheid en verlies van geliefden kan

iemand toch gelukkig blijven; ondermeer door compensatie op andere vlakken. In deze bijdrage zullen wij de levenskwaliteit op de oude dag daarom afmeten aan de mate van satisfactie met het leven als geheel.

In de Nederlandse taal wordt dit criterium het best aangeduid met de term 'levensvoldoening'. Het woord 'geluk' wordt in dat verband ook wel gebruikt. Gangbare Engelse termen in zijn 'life-satisfaction', 'happiness' en 'subjective wellbeing'. Een bezwaar van de termen 'geluk' en 'happiness' is dat ze in de filosofische literatuur vaak in een bredere betekenis gehanteerd worden en dan ook verwijzen naar objectieve kwaliteiten van het bestaan. In dat woordgebruik kan een moordenaar bv niet echt gelukkig zijn, ook al scheidt hij plezier in zijn verdorven leven. Een bezwaar van de term 'subjective wellbeing' is dat deze in de psychologische literatuur ook verwijst naar geestelijke gezondheid. Die betekenissen vallen vaak samen, maar niet altijd. Iemand kan bijvoorbeeld plezier in het leven behouden door verdringing van vervelende realiteiten.

Het leven als geheel kan op twee manieren beoordeeld worden: verstandelijk en gevoelsmatig. In het eerste geval wordt het bestaan beoordeeld aan het verschil tussen realiteit en verlangens, en wordt het geluk als het ware 'gecalculeerd'. In het tweede geval wordt gezien hoe prettig we ons er bij voelen. Het geluk wordt dan in feite 'afgelezen' aan het gangbare stemmingsniveau. Begripsmatig vertaalt dit verschil in beoordelingswijze zich in twee varianten van geluk: *levenstevredenheid* en *stemmingsniveau*³.

Die twee beoordelingen van het bestaan hoeven niet noodzakelijkerwijze helemaal samen te vallen, maar in onderzoek blijken stevast sterke verbanden. De reden daarvan lijkt dat het gevoelsniveau uiteindelijk ook bij de verstandelijke beoordeling van het bestaan de doorslag geeft. 'Calculeren' van geluk is namelijk niet goed mogelijk, welke maatstaven moet je dan hanteren, met welke gewichten? Bij bepaling van tevredenheid met inkomen gaat dat nog wel omdat het object van beoordeling hier eenduidig is en de vergelijkbaarheid groot. Bij beoordeling van het leven als geheel werkt die heuristiek echter niet. Daarom wordt geluk eerder 'afgeleid' uit het stemmingsniveau. Zo van: 'ik voel mij meestal prima dus kennelijk ben ik gelukkig'. Vergelijkende beoordeling is eerder uitzondering dan regel. Deze heuristiek lijkt meer gebruikt te worden door mensen die hun gevoel niet vertrouwen, bv omdat we weten een affectieve stoornis te hebben. Wat dit betreft geluk veel op ervaren gezondheid. Het oordeel daarover komt ook tot stand op grond van innerlijke informatie; namelijk hoe fit we ons voelen. Mensen meten hun eigen gezondheid meestal niet af aan een gezondheidsideaal.

Hoewel sterk verweven, zijn de beide varianten van levensvoldoening toch niet identiek. De verschillen kunnen een rol spelen bij de vraag die hier aan de orde is.

Als we kwaliteit afmeten aan tevredenheid, kunnen cognitieve accommodatie processen het beeld vertroebelen. Ouderen die eigenlijk geen plezier meer scheppen in het leven zullen zich misschien toch niet erg ontevreden betonen, omdat zij geleerd hebben niet te zeuren en weten dat er toch niet anders opzit. Satisfactie is dan niet meer dan berusting. Ook kunnen er cohort effecten optreden. Generaties die het veel slechter gekend hebben zijn wellicht eerder tevreden.

Bij hantering van stemmingsniveau als criterium zijn die vertekeningen minder waarschijnlijk. Gevoelsmatige ervaring is intuïtief en direct. Berusting is dit geval geen automatisme, maar hoogstens resultaat van actieve verdringing van onbehagen. Gewenning treedt maar in beperkte mate op; onbehagen slijt niet vanzelf en slaat ook niet automatisch om in euforie.⁴ Misschien went stemming wel in die zin dat het bij lang aanhouden als minder frappant ervaren wordt. Wie meestal depressief is schrikt daar na verloop van tijd niet meer zo van, maar blijft zich desondanks toch wel beroerd voelen.

In dit onderzoek worden beide varianten van geluk gezien. De vraag wordt dus of bij het

ouder worden de tevredenheid met het bestaan afneemt en de stemming daalt.

3. METHODE

De vraag kan op twee manieren worden aangepakt: door het volgen van mensen door de tijd (longitudinaal) of door vergelijking van leeftijdsgroepen op één tijdstip (cross-sectie). Beide methoden hebben hun voor- en nadelen.

Voordelen van longitudinale aanpak zijn onder meer dat verandering in levensvoldoening kan worden waargenomen en dat omstandigheden grotendeels gelijk blijven. Enige nadelen zijn: kleine aantallen (i.v.m. hoge kosten), selectieve uitval en responsebeïnvloeding door herhaling.⁵

Voordelen van cross-sectionele aanpak zitten vooral in de grotere aantallen en representativiteit. Het is makkelijker een voldoende aantal hoogbejaarden bij elkaar te krijgen. Een belangrijk nadeel is dat generatieverschillen het beeld kunnen vertroebelen.

Bij beide methoden loopt men het risico gevolgen van sociale deprivatie aan te zien voor een natuurlijk effect van leeftijd. Als hoogbejaarden ongelukkig blijken te zijn kan dat meer liggen aan de maatschappij waarin zij leven dan aan hun ouderdom. Dat risico valt nooit geheel uit te sluiten, maar kan wel verminderd worden door meerdere landen te bekijken. In dit verband is het ook nuttig om meerdere perioden te bezien.

In verschillende onderzoeken zijn ouderen door de tijd gevolgd, bij een deel daarvan zelfs langer dan tien jaar. Voor zover ons bekend zijn daarbij geen levensvoldoening gemeten, althans niet op acceptabele wijze. In de gangbare gerontologische maten van 'adjustment to old age' wordt levensvoldoening vaak op een hoop geveegd met indicatoren die meer te maken hebben met autonomie en sociale participatie. Er loopt momenteel wel longitudinaal onderzoek met betere maten (o.a. Deeg 1999). De resultaten daarvan zijn echter nog niet beschikbaar.

Er is zeer veel cross-sectioneel onderzoek naar de relatie tussen levensvoldoening en leeftijd.⁶ In dit soort onderzoek zijn hoogbejaarden meestal slecht vertegenwoordigd. In West-Europa is momenteel slechts 3.5% van de bevolking ouder dan 80 jaar. In een steekproef van 1000 kan men dus slechts 35 boven tachtigjarigen trekken. Dat is te weinig om een betrouwbaar gemiddelde te berekenen. Ook in de wat grotere steekproeven (2 tot 3000) blijft het aantal hoogbejaarden te klein. Omdat de meeste studies zich typisch baseren op een bepaalde steekproef zijn we vooralsnog weinig te weten gekomen over de levensvoldoening op zeer hoge leeftijd.

Gegeven die situatie is gekozen voor een cross-sectionele vergelijking op grote schaal. Door het samenvoegen van verschillende surveys worden datasets gecreëerd met voldoende hoogbejaarden.

Beantwoording van de gestelde vragen vereist natuurlijk ook een goede meting van levensvoldoening. Omdat levensvoldoening een subjectieve bewustzijnstoestand is valt het alleen te meten door er naar te vragen. Sinds de zestiger jaren worden in veel publieksenquêtes standaardvragen over dit onderwerp gesteld. Over de validiteit van die metingen bestaan veel twijfels, maar bij nader onderzoek blijkt althans een deel van de gehanteerde items goed bruikbaar. Antwoorden op dit soort vragen blijken ook goed vergelijkbaar tussen landen (Veenhoven 1998).

3.1 Databronnen

Er zijn twee datasets die voldoen aan de vereisten van grootschaligheid, meerdere landen, meerdere perioden en acceptabele maten van levensvoldoening. Dit zijn de zogeheten 'Eurobarometer' en de 'European Value Study'. Beide survey-programma's omvatten standaardvragen over levensvoldoening.

3.1.1 *Euro-barometer*

Sinds 1973 worden twee maal per jaar in alle EU landen identieke enquêtes gehouden. Het hoofddoel daarvan is registratie van de publieke opinie over de Europese eenwording. In de standaardvragenlijst zit echter ook een vraag over levens-voldoening (zie verder). Omdat ook leeftijd tot de standaard vragen behoort leent dit materiaal zich voor onze vraagstelling.

Iedere enquête omvat minstens 1000 respondenten. Per jaar dus ruim 2000 respondenten per land, en over een periode van vijf jaar 10.000 respondenten. In die steekproef moeten dan zo'n 350 hoogbejaarden zitten.

De datafiles van iedere enquête kunnen zonder al te veel moeite worden samengevoegd. Er is gekozen voor samenvoeging van enquêtes in de jaren 1980-1985⁷ en de jaren 1986-1990⁸, zulks om vergelijking met de European Value Studies uit 1981 en 1990 mogelijk te maken (zie hieronder). In het samengevoegde bestand bevinden zich 1605 respondenten van 83 jaar en ouder. Daarvan zijn 488 ouder dan 88 jaar en 95 ouder dan 93 jaar.

3.1.2 *European Value Study*

Sinds het begin van de tachtiger jaren loopt een landvergelijkend onderzoek naar geloof en waardeopvattingen. Het project begon in 1981 in een aantal West-Europese landen. De tweede ronde was in 1991, de derde volgde in 1996. Het project is inmiddels uitgegroeid tot meer dan 60 landen en heet nu "World Value Survey".

De standaard vragenlijst van dit onderzoek bevat verschillende vragen over levensvoldoening. Twee enkelvoudige vragen over 'geluk' en 'levenstevredenheid' en tien items over positieve- en negatieve gevoelens in de laatste weken, die samen de 'Gevoelsbalans schaal' vormen.

De steekproeven variëren in grootte tussen 1000 en 2000, en zijn als zodanig te klein om voldoende hoogbejaarden te trekken. Samenvoeging van datasets per land helpt in dit geval niet veel, omdat in ieder land nog slechts twee enquêtes zijn uitgevoerd. Het is wel mogelijk om verschillende landen samen te voegen. In het samengevoegde bestand bevinden zich 178 personen van 83 jaar en ouder, waarvan 57 88 jaar of ouder zijn. Het aantal boven 93 jarigen is slechts 11 en daarom te klein.

3.2 Indicatoren van levens-voldoening

Levens-voldoening is een ervaringstoestand en kan als zodanig eigenlijk alleen maar worden gemeten door er naar te vragen. Er zijn veel twijfels over de waarde van antwoorden op enquêtevragen naar levensvoldoening, maar die twijfels worden niet bevestigd in onderzoek naar validiteit en betrouwbaarheid.⁹ Er zijn beproefde vragen voor zowel levenstevredenheid als stemmingsniveau. De Euro-barometer bevat een bruikbare vraag over levenstevredenheid, de European Value Study daarnaast ook een goede serie voor het meten van stemmingsniveau.

3.2.1 *Levenstevredenheid*

De mate waarin mensen tevreden zijn met hun leven-als-geheel wordt in de Euro-barometer enquêtes gemeten aan het antwoord op de volgende vraag:

"Alles bij elkaar genomen, hoe tevreden bent u met het leven dat u leidt?"

- | | |
|---------------------|-----|
| * zeer tevreden | (4) |
| * redelijk tevreden | (3) |
| * niet zo tevreden | (2) |
| * ontevreden | (1) |
| * weet niet | |

De gemiddelden zijn bepaald aan de hand van de achter iedere antwoordcategorie genoemde gewichten; uiteraard alleen over de respondenten die deze vraag beantwoord hebben.

3.2.2 Gevoelsbalans

De mate waarin mensen zich prettig voelen is in de World Value Surveys gemeten met Bradburn's (1969) Affect Balance Scale. Deze omvat tien vragen over het voorkomen van prettige en onprettige gevoelens gedurende de laatste weken. De vraagstelling is als volgt:

"Welke van onderstaande gevoelens heeft u in de afgelopen week ervaren?"

- | | | |
|---|--------|-----|
| * enthousiast over iets | ja/nee | (P) |
| * rusteloos, niet stil kunnen zitten | ja/nee | (N) |
| * trots, omdat u een compliment kreeg | ja/nee | (P) |
| * eenzaam en afstandelijk | ja/nee | (N) |
| * blij, omdat u iets voor elkaar had gekregen | ja/nee | (P) |
| * verveeld | ja/nee | (N) |
| * uitgelaten | ja/nee | (P) |
| * neerslachtig | ja/nee | (N) |
| * dat het op rolletjes liep | ja/nee | (P) |
| * van slag, omdat u kritiek kreeg | ja/nee | (N) |

Voor iedere melding van een positieve ervaring wordt een punt toegekend; maximaal dus 5 punten voor positieve gevoelens. Voor iedere negatieve ervaring wordt een punt afgetrokken. De totale gevoelsbalans kan dus variëren tussen -5 (alle negatieve ervaringen zijn voorgekomen, geen positieve) en +5 (alle positieve ervaringen gemeld, geen negatieve ervaringen). Wie evenveel positieve als negatieve ervaringen meldt heeft dus een balansscore van 0, ongeacht het aantal ervaringen aan weerszijde van de balans. Voor het gemak zijn alle scores vermeerderd met 5. De balans score kan daardoor variëren tussen 0 en 10, met 5 als evenwichtspunt.

3.3 Analyse

Allereerst zijn gemiddelden berekend per leeftijdscategorie. Hiertoe werden respondenten ingedeeld in categorieën van vijf opeenvolgende jaren: 18 tot 23, 23 tot 28, enz. De hoogste leeftijdscategorie is 88 tot 93. Als minimum werd het aantal van 45 respondenten aangehouden.

De leeftijdsgemiddelden zijn uitgezet in lijndiagrammen. Het verloop van de levensvoldoening kan op het oog worden afgelezen. Dit is gedaan voor gemiddelde levenstevredenheid en voor gemiddeld stemmingsniveau apart. Omdat levensduur nogal verschilt naar geslacht, zijn de gegevens voor mannen en vrouwen apart bekeken. Als er een natuurlijke knik is, zal die zich bij mannen waarschijnlijk op jongere leeftijd voordoen dan bij vrouwen.

Deze analyse is uitgevoerd voor ieder land apart en voor alle landen gecombineerd. Dit alles is gedaan voor de jaren rond 1980 en 1990. De leeftijdsverschillen in stemming zijn ook per item

bekeken, om na te gaan of veranderingen hierin kunnen worden toegeschreven aan specifieke leeftijdsgevoelige vragen.

4. RESULTATEN

De voornaamste uitkomsten zijn samengevat in de **figuren 1** en **2**. Daaruit blijkt bepaald niet dat het leven een last wordt op hoge leeftijd. De tevredenheid met het leven is vrijwel gelijk in alle leeftijdscategorieën, en zeker niet lager onder hoog-bejaarden. Het stemmingsniveau blijkt wat lager naar mate de leeftijd stijgt, maar is niet opvallend laag onder hoogbejaarden.

Hieronder zullen we de resultaten in meer detail bekijken. We doen dat aan de hand van de drie eerder genoemde onderzoeksvragen.

4.1 Wordt het leven minder de moeite waard bij het ouder worden?

4.1.1 *Levenstevredenheid stijgt*

Op het eerste gezicht is er vrijwel geen verband tussen leeftijd en leventevredenheid. De lijn in **figuur 1a** lijkt vrijwel horizontaal. Bij nader beschouwing wordt toch een flauw U patroon zichtbaar. De gemiddelden liggen iets hoger bij de jongste en de oudste respondenten. In de middelbare leeftijden is de tevredenheid wat minder, met een dieptepunt rond de 53 jaar. De verschillen zijn overigens klein. Het grootste verschil in gemiddelden is 0.16 op de gehanteerde 1-4 schaal (tussen 53-58 en 88-93). Dat is slechts 5% van de mogelijke variatiebreedte.

Deze uitkomst spoort niet met de theorie dat maatschappelijke participatie de tevredenheid bevordert. Het ziet er eerder naar uit dat mensen zich lekkerder voelen in de marge. In dat verband is het opmerkelijk dat de tevredenheid onder adolescenten hoog is, maar zich een daling aftekent na het 18e levensjaar. Dat zou kunnen betekenen dat het leven wat minder prettig wordt bij intrede in de volwassen wereld van huwelijk en beroep. Vanaf het dertigste levensjaar daalt de levenstevredenheid nog een stukje. Rond die leeftijd krijgt men meestal kinderen. Vanaf 60 neemt de tevredenheid echter weer toe. Dat doet vermoeden dat men de arbeid goed kan missen. Gedurende de oude dag blijft de levenstevredenheid hoog; hoger in ieder geval dan onder jong volwassenen. De levenstevredenheid onder hoogbejaarden is zelfs hoger dan die onder 18 jarigen.

4.1.2 *Stemming daalt*

Het verband tussen leeftijd en stemmingsniveau is anders, en meer in overeenstemming met de gangbare opinie. In **figuur 2** is een geleidelijke daling zichtbaar. Eerst een kleine daling bij het betreden van de volwassenheid, vervolgens een beduidende daling rond de middelbare leeftijd en tenslotte nog eens zo'n daling rond de pensionering. Ook hier zijn de verschillen niet erg groot. Het grootste verschil in gemiddelde stemming tussen leeftijdscategorieën is ongeveer 1 punt op een 10 punt schaal (18-23: 6,8; 83-88: 5,4). Dat is toch niet meer dan 10% van de mogelijke variatiebreedte.

De eerste twee stappen in dit patroon zijn overeenkomstig het verloop van de tevredenheid: kleine dalingen na de 18 en rond de 35 jaar. De laatste stappen zijn echter anders. De tevredenheid blijft constant tot de 55 en stijgt daarna, maar het stemmingsniveau daalt beduidend rond de 50 en de 65. Het verschil zit dus vooral in de latere levensfasen.

4.1.3 *Weinig verschil in patroon tussen landen*

In **figuur 1b** is de gemiddelde tevredenheid uitgesplitst naar land. We zien daar allereerst de bekende

verschillen in gemiddelde levensvoldoening tussen landen. Denen en Nederlanders scheppen aanzienlijk meer plezier in het leven dan Italianen en Fransen. De oorzaken van deze landverschillen is hier echter niet aan de orde.¹⁰ Zie daarvoor o.a. Veenhoven (1992, 1998).

Hier is het de vraag of het patroon van relatieve verschillen in levensvoldoening tussen leeftijdscategorieën verschilt per land. Dat blijkt nauwelijks het geval. In **figuur 1b** lopen de lijnen van levenstevredenheid voor alle landen vrijwel horizontaal, in **figuur 2b** tekent zich steeds dezelfde daling af.

Toch zien we wel enige kleine verschillen. In **figuur 1b** zien we dat de levenstevredenheid niet overal gelijk blijft. In Engeland en Ierland is sprake van een bescheiden toename vanaf 60 jaar, maar in de andere landen niet. In **figuur 2b** zien we dat in België, Frankrijk, Groot-Brittannië en Italië het stemmingsniveau van hoogbejaarden relatief hoog is, in Duitsland, Ierland en Nederland relatief laag. De patroonverschillen per land in levenstevredenheid (**figuur 1b**) zijn niet identiek met de patroonverschillen in stemmingsniveau (**figuur 2b**).

4.1.4 *Geen verschil in patroon naar periode*

Vergelijking tussen 1981 en 1990 toont geen verschil, noch in tevredenheid, noch in stemmingsniveau (figuren niet getoond). Als cohort verschillen spelen, zijn die in ieder geval op het oog niet zichtbaar.

4.1.5 *Geen verschil naar geslacht*

Bij uitsplitsing van mannen en vrouwen komen geen grote verschillen aan het licht. Op de gevoelsbalans scoren mannen iets hoger dan vrouwen. Het leeftijdsverloop is gelijk.

4.2 **Daalt levensvreugde disproportioneel vanaf een natuurlijke eindleeftijd?**

De theorie dat de levensvoldoening vanaf een natuurlijke eindtijd scherp gaat dalen impliceert dat zich een neerwaartse knik moet aftekenen. Die knik moet zich op een bepaalde leeftijd openbaren en in alle landen in alle tijden zichtbaar zijn.

4.2.1 *Geen 'oudedags-knik'*

Figuur 1a biedt geen bevestiging van die veronderstelling. Er is zelfs helemaal geen sprake van een daling van de levenstevredenheid op de oude dag. Zoals al opgemerkt zien we eerder een kleine toenames van de tevredenheid tussen de 63 en 83 jaar.

Figuur 2a laat wel stapsgewijze achteruitgang van het stemmingsniveau zien, maar niet speciaal een oudedags-knik. Er is zeker geen sprake van een disproportionele daling op hoge leeftijd. Vanaf de 78 jaar blijft het stemmingsniveau constant.

4.2.2 *Patroon verschillen naar land onduidelijk*

Als de gegevens worden uitgesplitst naar land vallen de aller oudsten af, omdat er per land te weinig respondenten boven de 83 jaar zijn. **Figuur 1b** presenteert de gemiddelden in levenstevredenheid naar leeftijd, **figuur 2b** de gemiddelden in stemmingsniveau.

In **figuur 1b** zien we drie lijnen naar beneden afbuigen vanaf 73 jaar. Het betreft België, Duitsland en Nederland. Van een scherpe dip is echter geen sprake. In de andere landen doet dat patroon zich echter niet voor. In Engeland en Denemarken zien wij bij de oudsten juist een wat hogere levenstevredenheid. De verschillen aan het eind van de lijnen worden waarschijnlijk veroorzaakt door de geringe aantallen. Statistisch zijn de verschillen dan ook niet significant.

In **figuur 2b** zien eveneens een wisselend patroon. Hier zien we een dip na de 73 in Denemarken, en soortgelijke veranderingen na de 68 in Duitsland en Noord-Ierland. In de andere landen volgt de daling een gelijkmatiger patroon. In België scoren de oudsten zelfs weer wat hoger.¹¹

Het is dus duidelijk dat er geen sprake is van een universele oudedags-knik na een bepaalde leeftijd. Zelfs binnen landen is zoiets niet zichtbaar; de landen waar zich een oudedags-dip in tevredenheid aftekent (**figuur 1b**) zijn niet dezelfde als waar zich een dip in het stemmingsniveau lijkt voor te doen (**figuur 2b**).

4.2.3 *Geen verschil tussen mannen en vrouwen*

Omdat mannen en vrouwen hier zijn samengevoegd wordt zo'n knik mogelijk verhuld; de knik zou bij vrouwen op hoger leeftijd kunnen vallen. Hiertoe zijn de lijnen voor mannen en vrouwen apart bezien. Er bleek geen verschil van betekenis (figuren niet getoond).

4.2.4 *Geen verschil naar periode*

Het is ook denkbaar dat generatieverschillen een oudedags-knik verhullen. Daarom zijn de perioden 1980 en 1990 apart bekeken. Daarbij bleek zich in Denemarken rond 1980 een knik te hebben voorgedaan, die in het volgende decennium omsloeg in een stijging van de tevredenheid onder hoogbejaarden. In alle overige landen was het patroon in beide perioden vrijwel identiek. (figuren niet getoond)

4.3 **Wordt het leven op hoge leeftijd tot een last?**

De vrees dat het leven op (te) hoge leeftijd tot een last wordt blijkt ook niet juist. De gemiddelden liggen ver boven neutraal, ook onder hoogbejaarden. Het neutrale punt van de schaal voor levenstevredenheid blijkt niet duidelijk uit de bewoording van de antwoordcategorieën; het kan worden gesitueerd tussen 'redelijk tevreden' (3) en 'niet zo tevreden' (2). De gemiddelde score van boven 88 jarigen is 3.14, dus ruim daarboven. De gevoelsbalans schaal heeft wél een neutraal punt, namelijk score 5, tussen 0 en 10. De gemiddelde balans score onder boven 88 jarigen is 7. Positieve ervaringen overwegen dus ook hier.

Dit niveau van levensvoldoening misschien niet bijzonder in het welvarende West-Europa, maar het is wel beduidend hoger dan in de rest van de wereld. In Oost-Europa ligt de score op een vergelijkbare vraag naar levenstevredenheid bv rond de 2 en ligt de score op de gevoelsbalans-schaal rond de 6. Historisch is deze mate van levensvoldoening waarschijnlijk ook ongekend. Het ziet er dus niet naar uit dat verkeerde vooruitgang ons naar een langer maar slechter leven heeft geleid.

5. **DISCUSSIE**

De drie onderzoeksvragen lijken hiermee beantwoord. De eerste vraag werd half bevestigd; de levenstevredenheid bleek niet lager onder bejaarden, maar het stemmingsniveau wel enigszins. Deze uitkomst sluit aan bij resultaten van eerder onderzoek (overzicht daarvan in Veenhoven 1999). De twee andere vragen werden ontkennend beantwoord: er is geen sprake van een oudedagsknik in de levensvoldoening, en onder hoog-bejaarden wordt het bestaan nog steeds positief beoordeeld. Dit zijn nieuwe gegevens.

Men kan zich echter afvragen of dit onderzoek wel een juist beeld van de werkelijkheid geeft. Wordt het beeld niet bepaald door imperfecties in de steekproef en in de meting van geluk?

We zullen dat hieronder nader bezien.

Als de uitkomsten niet aan meetfouten kunnen worden toegeschreven rijzen natuurlijk inhoudelijke vragen. Hoe kan het dan dat hoogbejaarden nog zoveel plezier in het leven scheppen? Wat is er dan mis met de idee dat het leven op hoge leeftijd tot een last wordt? Hieronder zullen we een aantal antwoorden aanstippen.

Verder roept dit onderzoek ook weer nieuwe vragen op. Met name de vraag waarom de levenstevredenheid constant blijft terwijl de stemming daalt. Met dat punt zullen wij afsluiten.

5.1 Mogelijke bronnen van vertekening

Bij samenstelling van de onderzoeksgroep kan vertekening optreden; onder meer door leeftijds-specifieke selectiviteit in de steekproef en leeftijds-specifieke selectiviteit in de non-response. Daarnaast kan ook leeftijds-specifieke vertekening van beantwoording plaats vinden.

5.1.1 Ongelukkige hoogbejaarden minder vertegenwoordigd in steekproef?

Een deel van de hoogbejaarden is er slecht aan toe en verblijft in zorginrichtingen. Deze mensen ontbreken vaak in representatieve surveys. Hierdoor zou het beeld over hoogbejaarden onevenredig bepaald kunnen worden door de meest vitale mensen die nog zelfstandig wonen.

In dit verband is het goed te weten hoe de selectie van respondenten tot stand kwam.¹² Deze gaat op basis van adressen. Als op een adres een verzorgingshuis is gevestigd wordt daar gewoon aangebeld en wordt elke kamer als een apart huishouden beschouwd. Navraag bij het Nederlandse enquêtebureau (NIPO) leert dat verzorgingstehuizen meestal medewerking verlenen. Feit blijft natuurlijk dat sommige bewoners niet meer aanspreekbaar zijn.

Zelfs als niet zelfstandig wonende ouderen ondervertegenwoordigd zijn in de steekproef, is effect daarvan op de gemiddelde tevredenheid onder hoogbejaarden waarschijnlijk maar klein. Om de mogelijke omvang van zulke vertekening in te schatten is het goed te bedenken dat van de 80-plussers in deze landen maar ongeveer 11% in een zorginrichting verblijft. Die mensen blijken inderdaad wat minder plezier in het leven te scheppen, maar ze zijn ook weer niet doodongelukkig. Uit onderzoek kan worden opgemaakt dat de gevoelsbalans bij ouderen in zorginstellingen ongeveer 1 punt lager ligt dan thuiswonende leeftijdsgenoten, dwz 10% van de variatiebreedte (Davies & Knapp 1981:207). Door gerekend leidt dat tot een maximale bijstelling van het gemiddelde met 0,1 punt. De werkelijke waarde van de gevoelsbalans zou dan dus 6,9 zijn ipv 7.

5.1.2 Ongeluk bij hoogbejaarden vaker reden om niet mee te doen?

Naast selectieve selectie kan ook selectieve non-response het beeld vertekenen. Hoogbejaarden die ziekelijk thuis zitten zijn wellicht minder geneigd om een interviewer te woord te staan. Dit is zeker mogelijk, maar soort gelijke vertekeningen doen zich ook in andere leeftijdscategorieën voor. Bovendien zijn er compenserende effecten. Bejaarden zijn bv vaker thuis en wellicht meer verlegen om een praatje. Bij onderzoek bleek dan ook dat de non-response onder hoogbejaarden nauwelijks groter is dan onder jongeren. Wel bleek er verschil in genoemde reden om niet mee te werken. Hoogbejaarden beroepen zich vaker op hun gezondheid, jongeren zeggen eerder geen zin te hebben (Lundberg & Torslung 1996:169).

In dit verband wordt ook wel opgemerkt dat ongelukkigen minder geneigd zijn om mee te werken aan enquêtes. Hierdoor kan de mate van welbevinden systematisch overschat worden; met name bij studies met een hoge non-response. Dit blijkt echter nauwelijks het geval. Ten eerste is de non-response bij deze studies niet zo hoog.¹³ Ten tweede is het niet zo zeker dat ongelukkigen vaker medewerking weigeren.¹⁴ In het kader van deze studie is selectieve non-response ook geen probleem

zolang de non-response maar even selectief is in alle leeftijdsgroepen. Er is weinig reden om aan te nemen dat ongelukkige bejaarden vaker nee zeggen tegen een interviewer dan ongelukkige jongeren.

5.1.3 *Grotere wenselijkheids-vertekening bij ouderen?*

Bij beantwoording van enquêtevragen treden allerlei vertekeningen op, onder meer wenselijkheids-vertekening. Het is mogelijk dat de mate van vertekening verschilt naar leeftijd.

In dat verband is wel geopperd dat ouderen wat meer geneigd zijn de schone schijn op te houden dan jongeren, en dat zij zich daarom tevredener betonen met van alles en nog wat. In die interpretatie zou de levenstevredenheid dus eigenlijk toch afnemen met de leeftijd. Het feit dat afname wel zichtbaar is bij het stemmingsniveau kan dan verklaard worden uit de geringere gevoeligheid voor wenselijkheids-vertekening van die indicator. (De vragen naar gevoelens in de laatste weken sluiten directer aan op ervaring, en het is ook minder erg om te melden dat men zich in de afgelopen weken niet zo tof gevoeld heeft.)

Hier kan tegen worden ingebracht dat het voor hoogbejaarden juist makkelijker is om te erkennen dat zij niet zo gelukkig zijn, omdat de algemene verwachting is dat het leven steeds minder leuk wordt aan het eind van de rit. In die interpretatie zou de meetfout vooral bij jongeren optreden, en zouden de hoogbejaarden dus relatief nog gelukkiger zijn dan al is gebleken.

5.1.4 *Meting stemming niet leeftijdneutraal?*

Het stemmingsniveau zoals hier gemeten is een balans van het voorkomen van vijf positieve- en vijf negatieve gevoelens. Die gevoelens zijn betrekkelijk willekeurig gekozen, ze vormen als het ware een steekproef uit alle mogelijke ervaringen. Het is mogelijk dat de items niet allemaal even leeftijdneutraal zijn. Bij hoogbejaarden ligt het bv minder voor de hand dat ze in de afgelopen weken 'blij' zijn geweest in verband met een 'prestatie' (item 5) omdat men op die leeftijd nu eenmaal minder prestaties levert en minder prestatiegericht is. Omgekeerd zullen hoogbejaarden wel vaker eenzaamheid ervaren (item 4) omdat men in die levensfase nu eenmaal weinig intimi meer overhoudt.

Er is nagegaan in hoeverre zulke verschillen optreden. Hiertoe zijn de tien items ieder apart afgezet tegen leeftijd. Wat betreft de negatieve gevoelens blijken eenzaamheid en verveling inderdaad frequenter onder ouderen, maar niet disproportioneel frequenter onder hoogbejaarden. Wat betreft de positieve gevoelens zien we ook wat lagere scores van 'opwinding' en 'trots' na de jongvolwassenheid, maar toch ook weer hogere scores op die items onder hoogbejaarden. Dat duidt er niet op dat de items erg leeftijdspecifiek zijn.

Een ander probleem kan zijn dat mensen bij het ouder worden minder uitbundig worden en daarom minder vaak 'ja' antwoorden op de vraag of zij 'enthousiast' geweest zijn over iets of 'uitgelaten'. Met andere woorden: dat lagere 'intensiteit' van gevoelens de meting van het gevoelsniveau drukt. Er zijn inderdaad aanwijzingen dat de intensiteit van het gevoelsleven pleegt te dalen met de leeftijd. Dat hoeft de gevoelsbalans echter niet te beïnvloeden. De vermindering van intensiteit betreft namelijk niet alleen positieve gevoelens, maar ook negatieve gevoelens. Oudere mensen zullen dan ook minder vaak zeggen zich 'rusteloos' te voelen of 'verveeld'. De hier gehanteerde maat meet de balans van positieve- en negatieve gevoelens en is als zodanig ongevoelig voor verschillen in heftigheid van gevoelsleven.

Vergelijking met ander onderzoek biedt ook geen reden om deze uitkomst te betwijfelen. Er is ook onderzoek naar de relatie tussen stemming en leeftijd waarbij het stemmingsniveau gemeten werd met globale vragen in de trant van: 'Hoe prettig voelt u zich meestal?'. Die indicatoren tonen een zelfde patroon van geleidelijke daling met leeftijd (Veenhoven, 1999, onderwerp 'Age').

Al met al is het dus niet aannemelijk dat de waargenomen daling van het stemmingsniveau een artefact is van de hier gehanteerde meetmethode. Helemaal uitsluiten kunnen we die mogelijkheid echter niet.

5.2 Verklaringen voor de uitkomsten

Laten we aannemen dat de resultaten van dit onderzoek inderdaad een redelijke afspiegeling van de werkelijkheid bieden. De vraag is dat hoe de uitkomsten inhoudelijk verklaard kunnen worden. Ten eerste waarom hoogbejaarden even tevreden zijn als jongeren, terwijl hun situatie in veel opzichten toch evident slechter is. Ten tweede waarom de tevredenheid gelijk blijft met het ouder worden, terwijl de stemming daalt.

5.2.1 *Waarom zijn hoogbejaarden niet ontevreden?*

Er zijn minstens vier antwoorden op deze vraag: Eén antwoord is dat de levenskwaliteit van hoogbejaarden niet wezenlijk slechter is. Een tweede antwoord is dat het leven wel slechter wordt op hoge leeftijd, maar dat dit verhuld wordt door de bovengemiddelde kwaliteiten van de mensen die die leeftijd halen. Het derde antwoord gaat er ook vanuit dat het leven slechter wordt op hoge leeftijd, maar stelt dat dit niet tot uiting komt in lagere tevredenheid. Het vierde antwoord is dat vooral de huidige generaties van bejaarden bovenmatig tevreden zijn, omdat zij het zoveel slechter gekend hebben.

Leven niet slechter op hoge leeftijd? Allereerst een kanttekening bij de in de inleiding genoemde opvatting dat extra levensjaren vooral ongezonde levensjaren zijn. Het lijkt er meer op dat het aantal gezonde levensjaren blijft toenemen, en dat de fase van kwakkelen ongeveer gelijk blijft (Nusselder & Mackenbach 1996). Veel hangt af van wat men als 'on gezond' definieert.

Toch valt niet te ontkennen dat op hoge leeftijd veel dingen in het leven wegvallen waar men vroeger veel genoeg aan beleefd heeft. Dollen op de schaatsbaan is er in ieder geval niet meer bij. Dat betekent echter niet noodzakelijkerwijs dat het leven ook minder bevredigd wordt. Men gaat zich meer richten op dingen die men nog wel kan. Dit wordt wel 'selectieve optimisation' genoemd (Cerrato & Troconic 1998). Als het waar is dat het gevoel van voldoening vooral optreedt bij een optimaal gebruik van de eigen vermogens (Csikszentmihayli 1990), dan zal men ook voldoening voelen bij complete benutting van de restvermogens. Daarbij weten die hoog-bejaarden natuurlijk wel dat ze vroeger veel meer aankonden, maar genereert het lagere belastingsniveau toch dezelfde gevoelsmatige reacties.

We moeten ons ook niet blindstaren op de nadelen van de ouderdom. Er zijn ook voordelen die de bezwaren van het ouder worden kunnen compenseren. Eén van die voordelen is al genoemd, de verlossing van tamelijk belastende verplichtingen. Een daarmee samenhangende winstpunt is de vrijheid om het eigen leven in te richten zoals men wil. Vrijheid lijkt een tamelijk doorslaggevende factor voor geluk te zijn, zeker in combinatie met een goede levensstandaard en een behoorlijk ontwikkeld vermogen om keuzen te maken (Veenhoven 2000). Met een goed ouderdomspensioen en merendeels zelfstandig wonend, genieten de bejaarden in het West-Europa van vandaag een historisch ongeken de onafhankelijkheid. De hoogbejaarden van nu zijn overwegend ook redelijk ontwikkeld.

Selectieve overleving? Een andere verklaring is dat de levenskwaliteit wel achteruit gaat, maar dat gelukkige mensen ouder worden, waardoor het gemiddelde in de categorie hoogbejaarden toch op peil blijft. Er zijn inderdaad aanwijzingen dat gelukkige mensen een grotere kans hebben om oud te

worden. Bij een follow-up onderzoek in Nederland bleek dat mannen die zich op hun 65^{ste} gelukkig noemden uiteindelijk meer dan een jaar langer leefden dan hun ongelukkige leeftijdsgenoten (Deeg 1989). Dit zou betekenen dat de mensen in de hoogste leeftijdscategorie (88+) vroeger bovengemiddeld gelukkig waren, maar nu tot het gemiddelde zijn afgezakt. Toetsing van die verklaring vereist langdurig follow-up onderzoek.

Met minder tevreden? Een derde verklaring is dat mensen bij het ouder worden anders gaan oordelen over het bestaan. Hierbij kunnen verschillende effecten spelen.

Een van de mogelijke effecten in dat verband is dat mensen allengs afstand nemen van onhaalbare jeugdromen. Als dit effect optreedt gebeurt dat waarschijnlijk vrij geleidelijk vanaf de middelbare leeftijd.

Het lijkt ook wel aannemelijk dat men het leven hoger gaat waarderen naarmate het eind ervan meer in zicht komt. Als dit effect optreedt is dat waarschijnlijk pas op hogere leeftijd.

Verder is ook denkbaar dat de sociale vergelijking in gunstige zin veranderen. Vitale bejaarden die leeftijdsgenoten zien aftakelen en sterven kunnen zichzelf gelukkig prijzen. Dit laatste effect zal waarschijnlijk het sterkst bij hoogbejaarden optreden.

Bij al deze verklaringen wordt achteruitgang in de reële kwaliteit van het bestaan gecompenseerd door een positiever beoordeling van de restkwaliteit.

Cohort-effect? Hierboven noemden wij enige algemene redenen waarom mensen bij het ouder worden positiever kunnen gaan oordelen over hun bestaan. Het is ook mogelijk dat er hier specifieke cohort-effecten in het geding zijn.

Eén zo'n effect zou kunnen zijn dat de hoogbejaarden in dit onderzoek in hun jeugd minder luxe hebben gekend dan nu gebruikelijk is, en ook nog eens twee wereldoorlogen en de grote recessie hebben meegemaakt. Omdat ze het toen zoveel slechter gekend hebben zouden ze nu tevredener zijn dan jongeren. Volgens deze verklaring is de relatieve tevredenheid van ouderen een voorbijgaand verschijnsel, en derhalve niet van belang voor de vraag of het wel zo gunstig is dat we steeds langer gaan leven.

Vanuit dit perspectief kan niet alleen de relatief grote tevredenheid van bejaarden verklaard worden, maar ook de wat lagere tevredenheid onder 30 tot 50-jarigen. Deze zijn namelijk opgegroeid in de naoorlogse periode van welvaart en stabiliteit. De milde recessies van de jaren 80 en 90 betekenen voor deze generaties een onverwachte tegenvaller.

Op basis van de beschikbare gegevens kan wel iets gezegd worden over de houdbaarheid van deze interpretatie. Als er zoiets aan de hand is kunnen wij onder meer verwachten dat het verschil in tevredenheid tussen oud en jong wat geprononceerder is in die landen waar het contrast tussen vroeger en nu het grootst is geweest. Dat zou onder meer moeten blijken uit een groter verschil in het zwaar getroffen Duitsland, dat zich de jaren 1960 zo opmerkelijk heeft hersteld, dan in Denemarken en Nederland die deze eeuw relatief ongeschonden doorkwamen. In **figuur 1b** zien we wel dat het bij alle leeftijden het niveau van tevredenheid lager ligt in Duitsland dan in Denemarken en Nederland. Het verschil tussen jong en oud is echter in alle landen vrijwel gelijk.

Volgens deze verklaring zou zich bij de dwarsdoorsnede in de 80-er jaren ook een wat geprononceerder leeftijdsverschil moeten aftekenen dan in de 90-er jaren, omdat de ouderen van de 80-er jaren meer ellende gezien hebben en die ellende toen ook nog verser in het geheugen lag. We hebben echter gezien dat het patroon in beide periode gelijk is. Mogelijk wordt er later nog zoiets zichtbaar als vergeleken kan worden over langere periode.

Er zijn nog wel meer cohort-effecten denkbaar. Het is bijvoorbeeld ook mogelijk dat de grotere kerkelijkheid in deze generatie de levensvoldoening enigszins verhoogd. In cross-sectioneel

onderzoek kunnen die effecten maar ten dele worden uitgesloten. Het wachten is op de resultaten van lopend panel onderzoek.

5.2.2 *Waarom blijft de tevredenheid gelijk terwijl de stemming daalt?*

De antwoorden op deze laatste vraag staan niet los van de antwoorden op de vorige.

Als we teruggaan naar de eerste verklaring voor de hoge tevredenheid onder ouderen, moet worden vastgesteld dat daarmee moeilijk te rijmen valt dat het stemmingsniveau wel daalt. Als de werkelijke levenskwaliteit per saldo gelijk blijft moet de gevoelsbalans ook gelijk blijven. Dat is duidelijk niet het geval.

Ook de tweede verklaring is niet goed toepasbaar op dit verschijnsel. Als selectieve overleving de gemiddelde tevredenheid op pijn houdt zou dat ook voor het stemmingsniveau moeten gelden.

De derde verklaring past beter: de cognitieve aanpassingen die de tevredenheid met het leven op pijn houden hebben waarschijnlijk weinig of geen effect op de stroom van affectieve ervaringen. Achteruitgang van de kwaliteit van het leven weerspiegelt zich dan wel in de gevoelsbalans. Dit zal vooral op het gebied van de gezondheid spelen. Hoewel hoogbejaarden zich misschien vaak tevreden prijzen, zullen ze toch wel veel gezondheidsklachten hebben, waardoor ze meer negatieve gevoelens ervaren en minder positieve.

De laatste verklaring zou ook passen. Het contrast tussen vroeger en nu heeft natuurlijk meer effect op het cognitieve oordeel dan op de affectieve ervaring.

Dit lijkt er op te duiden dat het leven dus wel degelijk wat minder wordt, maar dat dit beter tot uiting komt in het stemmingsniveau dan in de levenstevredenheid. De levenstevredenheid zou op peil blijven door vergelijkingsprocessen, die deels van tijdelijke aard zijn. Er is veel voor die verklaring te zeggen, maar er ook een belangrijk argument tegen.

Die verklaring legt het primaat namelijk bij cognitieve vergelijking, terwijl allengs duidelijker wordt dat mensen hun geluk meestal niet vergelijkenderwijs bepalen. Eerder in dit artikel is al gememoreerd dat mensen bij beoordeling van hun bestaan meestal niet 'calculerend' te werk gaan, maar het eerder 'afleiden' uit hoe ze zich meestal voelen. Verschillende voorspellingen van de vergelijkingstheorie blijken dan ook niet uit te komen (o.a. Veenhoven 1991 en Diener & Fujita 1997).

Als de verklaring toch in deze richting moet worden gezocht zou men denken dat de zwakke neiging tot een vergelijkende beoordeling van het leven sterker wordt op de oude dag. Een reden daarvoor zou kunnen zijn dat vergelijking makkelijker wordt omdat de criteria voor het goede leven aan het eind van de rit wat eenduidiger worden. Een andere reden kan zijn dat men minder betekenis gaat hechten aan gevoelsmatige signalen. Het is goed denkbaar dat minder zwaar getild wordt aan negatieve gevoelens als eenzaamheid, omdat die als normaal gezien worden en geen dreiging voor de toekomst inhouden. Mogelijk gaan ouderen ook meer differentiëren in hun waarderings van het leven en komt satisfactie ook daardoor lossier te staan van stemming. Onderzoek van Shmotkin (1998) bevat aanwijzingen in die richting. Deze verklaring past in de 'evaluatie-theorie' van geluk, volgens welke de oordeelsvorming gevoelig is voor beschikbaarheid van informatie (Diener & Lucas 2000)

5.3 **Vragen voor verder onderzoek**

Bij interpretatie van deze gegevens moesten we op verschillende vragen het antwoord schuldig blijven. Voor die antwoorden zullen we het vooral moeten hebben van follow-up onderzoek, liefst onderzoek waarbij dezelfde mensen tientallen jaren gevolgd worden. Met dat soort gegevens kunnen

cohort verschillen worden uitgesloten en kunnen selectie-effecten in kaart worden gebracht. Follow-up onderzoek maakt het ook mogelijk om na te gaan in hoeverre tevredenheid en stemming zich differentieel ontwikkelen. Er is al veel van dat onderzoek in gang, maar het duurt nog wel zo'n tien jaar voor de tijdreeksen echt interessant worden voor deze vraagstelling.

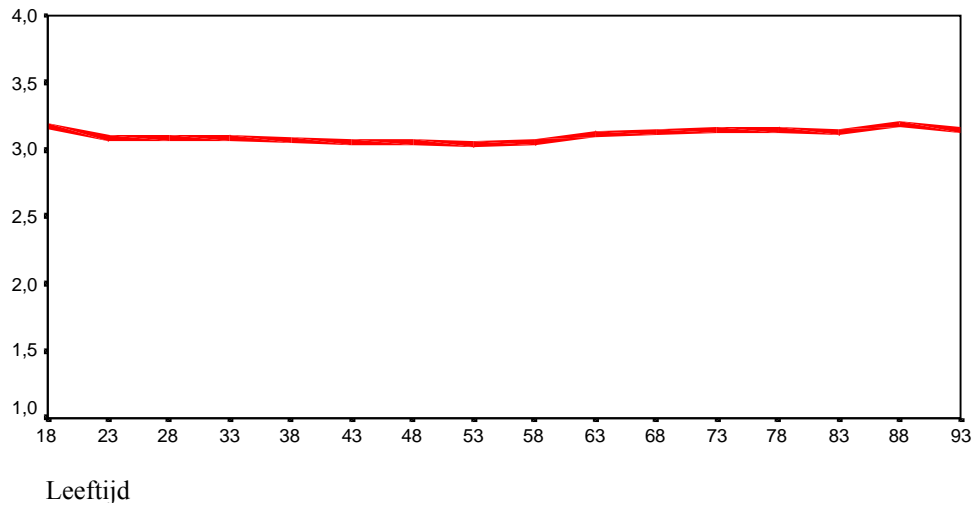
Op korte termijn zou het al nuttig zijn deze cross-sectionele analyses te repliceren met een andere indicator van stemmingsniveau. Het is namelijk niet helemaal uitgesloten dat de geobserveerde daling van de stemming veroorzaakt wordt door de items in de gevoelsbalans-schaal en wellicht is er toch sprake van enige leeftijdsspecifieke vertekening in de antwoorden op globale stemmingsvragen. Die problemen kunnen vermeden worden met de in zwang komende methode van experience-sampling, waarbij respondenten gedurende enige weken een paar maal per dag hun stemmingsniveau van dat moment noteren. De meting zit dan pal op de ervaring en fouten bij schatting van het gemiddelde worden uitgesloten.

6. CONCLUSIE

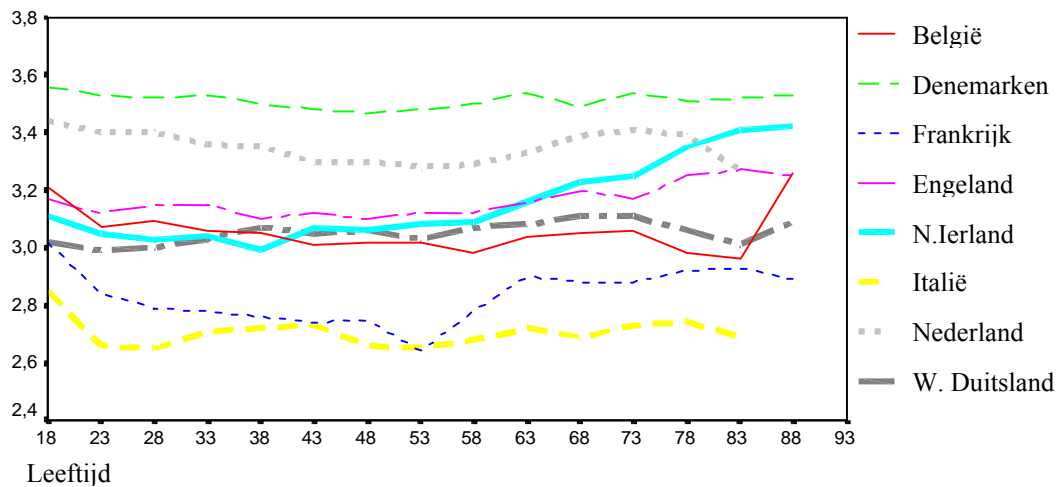
Verlenging van de levensduur heeft er voorsnog niet toe geleid dat het leven in de laatste fase tot een last wordt. Momenteel is de tevredenheid met het leven onder hoogbejaarden zelfs iets hoger dan gemiddeld onder de bevolking. Het stemmingsniveau onder ouderen is wat lager dan onder jongeren, maar nog steeds positief. Hoog-bejaarden voelen zich even goed als jong-bejaarden.

Figuur 1
Levenstevredenheid naar leeftijd in 8 EU-landen 1980-90

1a Landen samengevoegd



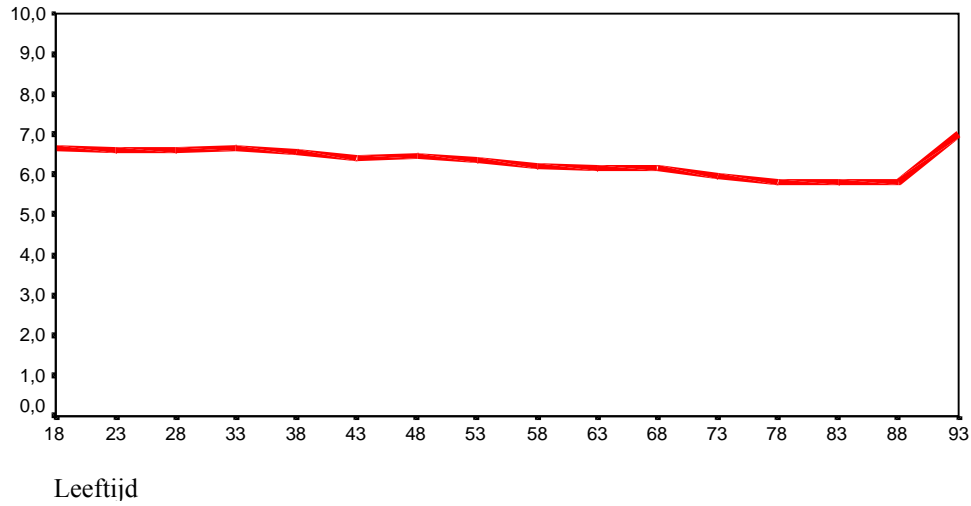
1b Landen apart



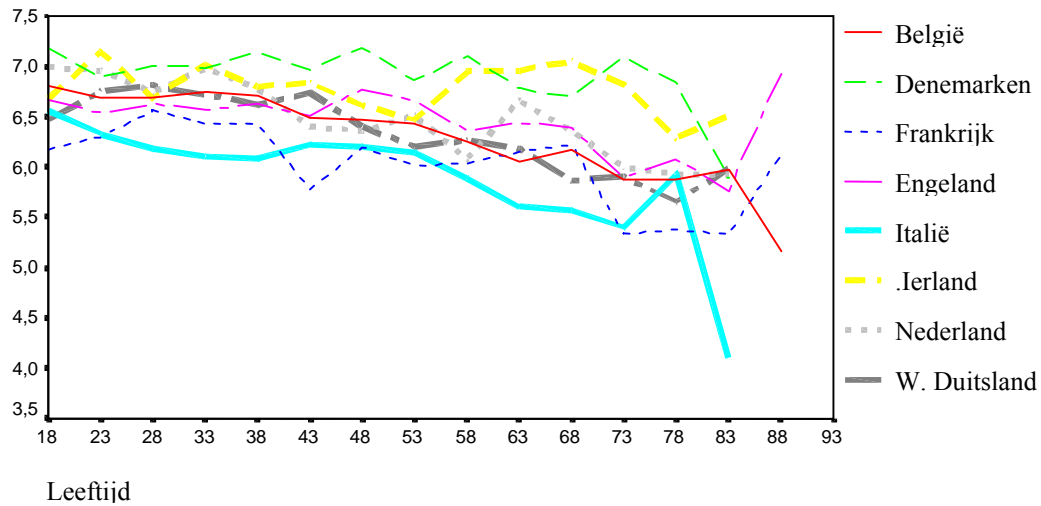
Data: Eurobarometer surveys 13-24 + 25-34 N = 166.500

Figuur 2
Stemmingsniveau naar leeftijd in 8 EU landen 1980-90

2a Landen samengevoegd



2b Landen apart



Data: European Value Surveys 1980 en 1990, N = 16.000

LITERATUUR

- Cerrato, I.M. & Fernandez de Trocinez, M.I. (1998)
Successful aging: But why don't the elderly get more depressed?
Psychology in Spain, vol 2, 27-42
- Csikszentmihalyi, M. (1990)
Flow. The psychology of optimal experience
Harper & Row, New York
- Davies, B. & Knapp, M (1981)
Old peoples homes and the production of welfare
Routledge, London
- Deeg, D. , Beekman, A.T.F., Kriegsman, D.M. & Westendorp-de Seriere, M. (eds) (1999)
Autonomy and wellbeing in the aging population II. Report from the Longitudinal Aging Study Amsterdam 1992-1996
VU University Press, Amsterdam
- Deeg, D & Van Zonneveld, R. (1989)
Does happiness lengthen life?
In: Veenhoven, R. (ed) 'How harmful is happiness? Consequences of enjoying life or not'
Universitaire pers Rotterdam, Den Haag
- Diener, E., Larsen, R.J., Levine, S. & Emmons, R.A. (1985)
Intensity and frequency: dimensions underlying positive and negative affect
Journal of Personality and Social Psychology, vol 48, pp 1253-1265
- Diener, E. & Fujita, F. (1997)
Social comparison and subjective wellbeing
in: Buunk, B & Gibbons, R. (eds) 'Health, coping and social comparison', Erlbaum, NY pp 329-357
- Diener, E. & Lucas, R.E. (2000)
Psychological explanations of societal happiness. Evaluation theory
In: Journal of happiness Studies, vol 1 (in druk)
- Landua, D (1993)
Die Auswirkungen von Panelstudien auf die Antwortmustern von Zufriedenheitsangaben
German Institut for Economic Research, paper 67, Berlin
- Lundberg, O. & Thorslund, M. (1996)
Fieldwork and measurement considerations in surveys of the oldest old.
Social Indicators Research, vol 37, 165-187.
- Nusselder, W.J. & Mackenbach, J.P. (1996)
Langer leven in goede gezondheid of een ouderdom met gebreken?
Demos, vol 12, pp 49-52

RIVM (1997)

Volksgezondheid Toekomst Verkenning

Rijks Instituut voor Volksgezondheid en Milieu-hygiene, Bilthoven

Shmotkin, D. (1998)

Declarative and differential aspects of subjective wellbeing and its implications for mental health in later life.

In: Lomranz, J. (ed): Handbook of aging and mental health: an integrative approach, Plenum Press, New York

Tabeau, E. (1997)

Grenzen aan de ouderdom. Maximale levensduur van de mens verkend.

Demos, vol 13, nr 9, pp 73-76

UNDP (United Nations Development Programme) (1998)

Human Development Report 1998

Oxford University Press, Oxford

Veenhoven, R. (1984a)

Conditions of happiness

Kluwer, Dordrecht

Veenhoven, R. (1991a)

Is happiness relative?

Social Indicators Research, vol 24, pp 1-34

Veenhoven, R (1993a)

Happiness in nations

Risbo, Rotterdam

Veenhoven, R. (1998b)

Vergelijken van geluk in landen

Sociale Wetenschappen, vol 41, pp 58-84

Veenhoven, R. (1999a)

World Database of Happiness, Catalog of Correlates, versie 1999

<http://www.eur.nl/fsw/research/happiness>

Veenhoven, R. (1999b)

Welzijn in de verzorgingstaat: niveau niet hoger, ongelijkheid niet kleiner

In: Brinkgreve, C & Van Lieshout, P. (reds) 'Zorg en Welzijn', Elsevier, Amsterdam

Veenhoven, R. (2000)

Freedom and happiness

In: Diener, E. & Suh, E. (eds) 'Subjective wellbeing across cultures', MIT press, Boston

Noten

- 1 De verdere criteria voor sociale vooruitgang in de HDI zijn: materiele welvaart en opleiding (UDP 1998).
- 2 Dergelijke criteria zijn 'objectief' in de zin dat ze door een goed geïnstrueerde buitenstaander kunnen worden waargenomen. Ze zijn echter niet objectief in de zin van waarde vrij. Of men een geïnvolveerd leven beter vindt dan een geïsoleerd leven is uiteindelijk een kwestie van smaak.
- 3 Dit onderscheid is nader uitgewerkt bij Veenhoven 1984, hoofdstuk 2 en 3.
- 4 Volgens de opponent-processing theorie van Solomon doet zich dit wel voor. Die theorie is echter meer van toepassing op intense ervaringen dan op gemiddeld gevoelsniveau. Meer detail bij Diener et. al. (1985).
- 5 Bij jaarlijkse herhaling van dezelfde vraag naar levenstevredenheid werd een daling van het gemiddelde geconstateerd. Dit kan gevolg zijn van een andere interpretatie van de vraag. Mogelijk zijn nog andere leereffecten in het geding (Landua 1993).
- 6 Veel van dat onderzoek is samengebracht in de 'World Database of Happiness' (Veenhoven 1999).
7. Euro-barometers 13 t/m 24, april 1980 - oktober 1985.
8. Euro-barometer 25 t/m 34, april 1986 - oktober 1990.
9. Zie Veenhoven 1984, chapter 3 'Can happiness be measured?'
10. De verschillen in gemiddelde levensvoldoening tussen Europese landen worden voornamelijk veroorzaakt door het cultureel klimaat. In de egalitaire en individualistische Noord -Westelijke landen van de EU scheppen mensen meer plezier in het leven dan in de wat autoritairdere en collectivistische Mediterane landen. De verschillen hangen niet samen met welvaart en sociale zekerheid (Veenhoven 1999b).
11. Het beeld in figuur 2b is chaotischer dan in figuur 1b, omdat de gemiddelden berusten op minder van 83 tot 88 jarigen in beeld.
12. In dit geval enqueteurs voor de Euro-barometer surveys. De twijfel over de werkelijke tevredenheid onder bejaarden betreft namelijk dat onderzoek.
13. Het percentage geselecteerden dat een interview weigert varieert bij de Nederlandse Eurobarometer enquetes tussen de 30 en 35%. Dat is niet zoveel, zeker niet als men in aanmerking neemt dat veel van die mensen echt niet in de gelegenheid zijn. Het percentage respondenten dat 'geen antwoord' geeft op vragen naar levenstevredenheid en stemming ligt rond de 1 %.
14. De vraag of ongelukkigen minder geneigd zijn om mee te werken aan onderzoek kan alleen maar beantwoord worden aan de hand van follow-up onderzoek, waarbij althans één maal is meegewerkt. Bradburn (1969: 244) vond daarbij geen grotere uitval onder ongelukkigen.