

# IS GELUK MAAKBAAR?<sup>1</sup>

Ruut Veenhoven

*In: Van Damme, S. (red.) 'Geluk', drang of dwang? Studium Generale Universiteit Gent. Academia Press, 2012, Gent, België. ISBN 978-90-382-2017-8 blz. 139-154*

## 1 INTRODUCTIE

Het idee dat geluk maakbaar is, is niet van vandaag of gisteren. Al meer dan 200 jaar geleden ging Jeremy Bentham (1789) daarvan uit. In zijn boek *On morals and legislation* stelde hij dat wij moeten streven naar groter geluk voor een groter aantal mensen, ook bij het maken van publieke keuzen, en dus ook bij wetgeving. Dat heet in het filosofenjargon 'politiek utilitarisme'. Of politieke sturing van geluk praktisch mogelijk is, was in de tijd van Jeremy Bentham nog niet duidelijk. Tegenwoordig valt daar meer over te zeggen, op basis van empirisch onderzoek van de laatste 40 jaar, waarvan de resultaten zijn opgeslagen in de World Database of Happiness (Veenhoven 2012a).

De discussie over de rol van geluk in beleid wordt geteisterd door begripsverwarring. Daarom begin ik met een definitie van geluk, en bespreek ik het verschil met verwante begrippen. Vervolgens geef ik kort aan hoe dat geluk gemeten kan worden en wat het onderzoek met die meetmethoden heeft opgeleverd. Op basis daarvan beantwoord ik dan de volgende vragen: kan de overheid bijdragen aan groter geluk voor een groter aantal burgers? Wordt dat geen dure linkse hobby? En is de roep om geluk geen voorbijgaande hype?

## 2 DE DEFINITIE VAN 'GELUK'

Het woord 'geluk' wordt vaak gebruikt als een verzamelterm voor alles wat goed is, net als de termen 'welzijn' en 'kwaliteit van leven'. Dat woordgebruik is handig in de politieke retoriek, maar onhanteerbaar bij het maken van beleid. Daarom is het nodig het begrip nader af te bakenen.

### 2.1 Vier kwaliteiten van leven

Noties over 'kwaliteit van leven' kunnen op twee manieren onderscheiden worden. Het eerste onderscheid is tussen voorwaarden voor een goed leven en de uitkomsten van het leven. In het denken van politici staan voorwaarden centraal, want hun vak draait voornamelijk om het verbeteren daarvan. Willen we weten of politici inzetten op voorwaarden die er echt toe doen, dan moeten we kijken naar de uitkomsten, want niet alle voorwaarden waarvan men denkt dat ze het leven er beter op maken, blijken dat in de praktijk ook te doen.

Een tweede onderscheid betreft de kwaliteiten van de omgeving waarin het individu functioneert en de kwaliteiten van het individu zelf. In het denken van politici en andere maatschappijverbeteraars staat het eerste voorop; het tweede staat centraal in het denken van mensverbeteraars zoals pedagogen en therapeuten.

Samen leveren deze twee tweedelingen de volgende vier kwaliteiten van leven (Veenhoven 2000a).

*Correspondence:* Prof. Dr. Ruut Veenhoven Erasmus University Rotterdam, Faculty of Social Sciences,  
P.O.B. 1738 3000 DR Rotterdam, Netherlands and North-West University in South Africa  
[www2.eur.nl/fsw/research/veenhoven](http://www2.eur.nl/fsw/research/veenhoven)

*Leefbaarheid van de omgeving.*

Het vak linksboven in **figuur 1** duidt op de voorwaarden voor een goed leven die in de omgeving besloten liggen, kortweg de ‘leefbaarheid’ van de omgeving. Daarbij zijn zeer verschillende zaken in het geding, zoals frisse lucht, zuiver water, voldoende eten, scholing, de afwezigheid van discriminatie, en veiligheid.

De politiek richt zich primair op de verbetering van de leefbaarheid. Politiek geïnspireerde metingen van kwaliteit van leven bestaan dan ook voornamelijk uit aspecten van leefbaarheid waarvan de verbetering op de agenda staat. Leefbaarheid is echter wat anders dan geluk, het is wel een van de voorwaarden voor geluk.

*Levensvaardigheid van het individu.*

Het vakje rechtsboven in **figuur 1** duidt op voorwaarden voor een goed leven die in het individu zelf besloten liggen, met andere woorden: wat je zelf in huis hebt om wat van de omstandigheden te maken. De econoom en Nobelprijswinnaar Sen (1992) spreekt in dit verband van *capability*. Levensvaardigheid wordt in eerste instantie gezien als het ontbreken van functionele stoornissen. Een stap verder is om het functioneren in een ontwikkelingsperspectief te plaatsen en om te kijken of er ook sprake is van ‘persoonlijke groei’. In dit verband wordt ook wel gesproken van ‘levenskunst’, soms in de zin van een hogere staat van reflectie (wijsheid) en soms in de zin van het vermogen om van het leven te genieten.

Hoe het ook wordt gedefinieerd, levensvaardigheid is niet hetzelfde als geluk. Levensvaardigheid draagt wel bij tot geluk, maar niet alle vaardigheden doen dat in dezelfde mate. Wijsheid maakt bijvoorbeeld niet of nauwelijks gelukkiger (Bergsma & Ardell 2011). Of levensvaardigheden bijdragen aan geluk hangt onder meer af van de eisen die de omgeving stelt.

*Nut van Leven.*

Met vak linksonder gaat over externe effecten van een leven. Bij de beoordeling daarvan kan men kijken naar de functionaliteit van zaken die buiten het individu liggen, zoals bijdragen aan de samenleving, de kunsten of de wetenschap. Moralisten kijken in dit verband vooral naar effecten op anderen, en voor eco-activisten weegt het ontbreken van milieuschade zwaar door. Een nuttig leven is niet hetzelfde als een gelukkig leven. Niet iedereen is erop gebouwd te functioneren als moeder Theresa, en ook nietsnutten kunnen gelukkig zijn.

*Levensvoldoening.*

Met vak rechtsonder duidt op de uitkomsten van leven voor wie dat leven leeft, oftewel de voldoening met het eigen leven. Deze kwaliteit van leven wordt aangeduid met termen als ‘voldoening’, ‘subjectief welbevinden’ en ‘geluk’. Dit is de kwaliteit van leven dat Jeremy Bentham op het oog had, namelijk subjectieve waardering van het eigen leven. Dat is ook waar dit artikel verder over gaat, en daarom is die betekenis in **figuur 1** onderstreept. Ik definieer geluk als de mate waarin een individu voldoening scheidt in het eigen leven als geheel (Veenhoven 1984, 2000a).

## 2.2 Belang van dit onderscheid voor beleid

Veel van de gangbare metingen van de kwaliteit van het leven zijn niet goed bruikbaar voor het beleid. Met zijn namelijk indexen waarin elementen uit alle vakjes van **figuur 1** bij elkaar zijn gestopt. Dat geldt bijvoorbeeld voor het beroemde 'Bruto Nationaal Geluk' uit Bhutan en de 'Human Development Index' van de UNDP. Daarbij worden dan levensvoorwaarden (bovenste rij) en levensuitkomsten (onderste rij) bij elkaar opgeteld. Als beleidsmaker moet je echter weten welke voorwaarden tot de beste uitkomsten leiden, en dan moet je die zaken juist uit elkaar houden.

Het schema helpt ook te zien dat je de leefbaarheid van de omgeving (linksboven) niet zinnig kunt optellen bij de levensvaardigheid van individuele burgers (rechtsboven). Om tot betere levensuitkomsten te komen, moet je weten welke vaardigheden het beste aansluiten op de eisen die de omgeving stelt. Het gaat dus niet om de 'som', maar om de 'fit', en om die in zicht te krijgen moeten ook deze kwaliteiten van leven uit elkaar worden gehouden.

### 3 METING VAN GELUK

Levensvoldoening kun je meten door er mensen naar te vragen. Er zijn verschillende manieren om mensen te ondervragen over hun geluk.<sup>2</sup> Dat kan met directe vragen en met indirecte vragen, met een enkele vraag of met een lijstje van meerdere vragen. In grootschalig survey-onderzoek wordt overwegend gebruikgemaakt van enkele directe vragen. Een veel gebruikte enquêtevraag luidt als volgt:  
Alles bij elkaar genomen, hoe tevreden of ontevreden bent U tegenwoordig met Uw leven als geheel?

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
buitengewoon ontevreden					buitengewoon tevreden					

#### 3.1 Geluk in België

De bovengenoemde vraag naar levensvoldoening maakt deel uit van een periodieke enquête onder een representatieve steekproef van de Nederlandse bevolking in het kader van het European Social Survey. **Figuur 2** geeft een beeld van de antwoorden in België in het jaar 2007. Deze verdeling levert een gemiddelde op van 7,3. Andere enquêtes met vergelijkbare vragen geven een gelijkaardig beeld. De resultaten van alle onderzoek naar geluk in België staan in een 'finding report' van de World Database of Happiness (Veenhoven 2012c),

#### 3.2 Geluk in andere landen

In veel andere landen van de wereld is het beeld minder rooskleurig, zoals blijkt uit de wereldkaart van geluk op **figuur 3**. In de lichtgroen gekleurde landen ligt het gemiddelde beneden de 5. In Togo is het gemiddelde zelfs niet meer dan 2,8.

#### 3.3 Verandering van geluk in landen

Er wordt nogal eens beweerd dat geluk in landen onveranderlijk is. Er zijn inderdaad landen waar het gemiddelde de laatste 50 jaar vrijwel gelijk is gebleven, onder meer de VS en Japan. Dat zijn echter uitzonderingen; in de meeste landen is het gemiddelde gestegen. In België was dat niet het geval, zoals we zien in **Figuur 4**. Opmerkelijk is ook dat in Denemarken een stijging met een half punt plaats vond, d.w.z. in het gelukkigste land ter wereld. Er is kennelijk nog veel te winnen. Het geval van Rusland toont aan dat geluk ook op korte termijn kan veranderen. De dip valt samen met de Roebel-crisis, waardoor veel Russen een groot deel van hun inkomen kwijt geraakten.

## 4 DETERMINANTEN VAN GELUK

Er bestaan grote verschillen in geluk - zowel in Nederland als tussen verschillende landen - en ook veranderingen in geluk door de tijd. Bij de verklaring daarvan dient een onderscheid te worden gemaakt tussen mentale processen en bevorderlijke condities.

### 4.1 Mentale processen

Hoe bepalen we hoe gelukkig we zijn? Daarover doen twee theorieën de ronde, die van belang zijn om de vraag te beantwoorden of de overheid iets met geluk kan of moet. Economen denken vaak dat geluk een kwestie van 'calculatie' is, d.w.z. een min of meer rationele schatting van het verschil tussen wat men wil en wat men heeft. In die visie is geluk een bedenksel en als zodanig niet erg belangrijk, want men kan ook anders tegen het leven aankijken. Geluk is dan ook evenzeer een kwestie van goede levensomstandigheden als van bescheiden verlangens. Feitelijke verbetering van levensomstandigheden kan ook een inflatie van verlangens in gang zetten, waardoor die verbetering niet tot een groter geluk leidt. De 'Easterlin paradox'<sup>3</sup> wordt vaak zo geïnterpreteerd.

Het is echter duidelijk dat geluk ook een kwestie van gevoel is. Als je je overwegend beroerd voelt, noem je jezelf niet gelukkig, ook al heb je alles wat je hartje begeert. Vanuit een biologisch perspectief ligt het ook meer voor de hand dat we ons geluk primair afmeten aan ons gevoel, want de voornaamste functie van ons gevoelsleven is signaleren of het goed of slecht met ons gaat (Bergsma 1995). Dat gevoelsmatige stuurmechanisme is evolutionair ook ouder dan het denkvermogen, en het denkvermogen functioneert eerder als een aanvulling op gevoelsmatige oriëntering dan als een vervanging daarvan (Damasio 1994). In deze visie hangt geluk uiteindelijk af van de mate waarin aangeboren behoeften bevredigd worden, en is geluk ook niet triviaal of relatief (Veenhoven 2008c).

Zowel de cognitieve inschatting speelt een rol in het tot stand komen van oordelen over het eigen geluk, als het gevoel, maar niet in gelijke mate. Het gevoelsmatige pad blijkt dominant (Veenhoven 2009). **Figuur 5** brengt dat in beeld. Dat betekent dat we ons bij het streven naar een groter geluk niet zozeer moeten richten op verlangens (wants), maar op behoeften (needs). Dat maakt het voor politici niet makkelijk om geluk bij te sturen, want zij functioneren vooral als makelaars in verlangens, en het is vaak moeilijk vast te stellen in hoeverre verlangens corresponderen met behoeften. In dit verband stelt Lane (2000) dat materiële verlangens sterk gearticuleerd worden in het politieke proces, maar dat sociale behoeften daarin niet aan bod komen, terwijl die toch belangrijker blijken voor geluk.

### 4.2 Bevorderlijke condities

Kijken we vervolgens naar de omstandigheden die geluk in de hand werken, dan is het nuttig een onderscheid te maken tussen condities die geluksbevorderend werken binnen landen enerzijds en macromaatschappelijke kenmerken die verschillen tussen landen in het gemiddelde geluksniveau verklaren anderzijds.

*Conditie voor geluk in België.*

**Figuur 2** toont dat niet alle Belgen even gelukkig zijn. Om die verschillen in geluk (zie het vakje rechtsonder in **figuur 1**) te verklaren, is gekeken naar de samenhang met de verschillen in levensvoorwaarden (zie de bovenste vakjes in **figuur 1**).

Anders dan verwacht worden er weinig verbanden gevonden met het verschil in leefbaarheid van de omgeving, althans niet in ontwikkelde landen zoals België. De levensomstandigheden zijn daar namelijk goed voor vrijwel iedereen. Verschillen in de sociaaleconomische positie (inkomen, opleiding, geslacht, leeftijd) verklaren er nog geen 5% van de verschillen in geluk.

Sociaal- emotionele inbedding (partner, vrienden) verklaart meer. maar toch niet meer dan 10% van de verschillen. Externe gebeurtenissen (zoals ongelukken) verklaren in landen als België ook nog eens 10%. Alles samen kan dus slechts een kwart van de verschillen in geluk worden toegeschreven aan verschillende levensomstandigheden.

Het merendeel van het verschil in geluk zit in de factor 'levensvaardigheid'. Dat is eigenlijk logisch: hoe beter de externe levensomstandigheden, hoe meer de overblijvende verschillen in geluk een kwestie van innerlijke levensvaardigheid worden. Uit tweelingonderzoek weten we inmiddels dat ruim 30% van de verschillen in geluk tussen burgers een erfelijke basis heeft (Bartels & Boomsma 2009). De schattingen over het aandeel aangeleerde vaardigheden lopen uiteen: 25% lijkt mij geen slechte gok. Dan blijft er nog ongeveer 20% over. Die zouden kunnen zitten in de levenskeuzen die men maakt. Dat mensen in ontwikkelde landen zo gelukkig zijn, komt mede doordat dit 'meer-keuze-maatschappijen' zijn, maar in een dergelijke maatschappij kun je ook foute keuzen maken, zoals een beroep dat je niet aankan, of (erger) een partner die niet bij je past.

#### *Maatschappelijke condities voor geluk.*

In **figuur 4** zagen we grote verschillen in het gemiddelde geluk in hedendaagse landen, waarbij vooral het verschil tussen West-Europa en Afrika in het oog springt. In dit geval kunnen de verschillen grotendeels aan leefbaarheid worden toegeschreven (vakje linksboven).

Op het blote oog valt al wel te zien dat er een verband is mei economische ontwikkeling. Kwantitatieve landvergelijkende analyse toont dat er ook los daarvan nog verschillende andere maatschappij kenmerken in het spel zijn (zie **figuur 6**). Opmerkelijk is het geluksbevorderende effect van een goede overheid (Ott 2010; 2011). Anders dan verwacht blijkt er vrijwel geen verband tussen inkomensongelijkheid en geluk in landen (Berg 2010), Samen verklaren deze maatschappij-kenmerken 79% van de verschillen in het gemiddelde geluk in landen.

Sociaal- emotionele inbedding (partner, vrienden) verklaart meer. maar toch niet meer dan 10% van de verschillen. Externe gebeurtenissen (zoals ongelukken) verklaren in landen als België ook nog eens 10%. Alles samen kan dus slechts een kwart van de verschillen in geluk worden toegeschreven aan verschillende levensomstandigheden.

Het merendeel van het verschil in geluk zit in de factor 'levensvaardigheid'. Dat is eigenlijk logisch: hoe beter de externe levensomstandigheden, hoe meer de overblijvende verschillen in geluk een kwestie van innerlijke levensvaardigheid worden. Uit tweelingonderzoek weten we inmiddels dat ruim 30% van de verschillen in geluk tussen burgers een erfelijke basis heeft (Bartels & Boomsma 2009). De schattingen over het aandeel aangeleerde vaardigheden lopen uiteen: 25% lijkt mij geen slechte gok. Dan blijft er nog ongeveer 20% over. Die zouden kunnen zitten in de levenskeuzen die men maakt. Dat mensen in ontwikkelde landen zo gelukkig zijn, komt mede doordat dit 'meer-keuze-maatschappijen' zijn, maar in een dergelijke maatschappij kun je ook foute keuzen maken, zoals een beroep dat je niet aankan, of (erger) een partner die niet bij je past.

## **5 IS GELUK MAAKBAAR?**

Nu naar de kernvraag. Is geluk maakbaar? Op het eerste gezicht zou je denken van niet, omdat geluk iets heel persoonlijks lijkt. In het bovenstaande hebben we echter gezien dat geluk afhangt van zowel de leefbaarheid van de samenleving als de levensvaardigheid van de burgers, en dat zijn allebei zaken waarin nog veel te verbeteren valt.

Niemand zal betwijfelen dat de overheid de gezondheid van haar burgers kan sturen. Dat gebeurt al sinds de 19<sup>de</sup> eeuw. En met succes, want mede daardoor leven we nu langer in goede gezondheid dan ooit. Geluk sturen is niet wezenlijk anders, en gaat ook goed samen met sturing op gezondheid (Veenhoven 2008b).

Als we kijken naar de maatschappelijke voorwaarden voor geluk in [figuur 6](#), dan zien we veel zaken waar de overheid ook al lang actief beleid op voert. Dat we in landen als België gemiddeld zo gelukkig zijn, komt niet daardoor. De overheid beperkt zich niet tot de verbetering van de leefbaarheid van het land, maar investeert ook fors in de ontwikkeling van levensvaardigheden, onder meer via onderwijs, volksontwikkeling en geestelijke gezondheidszorg (GGZ). Dat doet de overheid misschien niet in de eerste plaats om groter geluk te bewerkstelligen, maar het werkt in de praktijk wel zo. De roep om geluk te sturen zal daarom allereerst resulteren in de explicitering van wat al lang gebeurt.

Geluk sturen zal wel een verschuiving van prioriteiten met zich meebrengen. Zo zal er meer worden geïnvesteerd in geestelijke gezondheidszorg. Ieder jaar krijgt bijna een kwart van de bevolking te maken met een psychische stoornis (Bijl, Ravelli & Van Zessen 1998). Twee derden van deze groep blijken desondanks redelijk gelukkig, maar toch gaan de psychische stoornissen gepaard met een groot verlies aan gelukkige levensjaren (Bergsma 2009). Dat investering in GGZ loont, blijkt onder meer uit een sterke correlatie ( $r = +.51!$ ) tussen het gemiddelde geluk en het aandeel GGZ in het totale gezondheidsbudget in de ontwikkelde landen (Veenhoven & Touburg).

Daarnaast zijn er nieuwe mogelijkheden om een groter geluk van een groter aantal te bewerkstelligen. Een van die mogelijkheden is professionalisering van *life coaching*. In het verleden heeft de overheid bijgedragen aan de professionalisering van de geneeskunde, en mede daardoor leven we nu langer in goede gezondheid. Op eenzelfde manier kan een verbetering van de praktijk van *life coaching* resulteren in een gelukkiger leven.

Een andere mogelijkheid is het stimuleren van onderzoek naar de effecten van levenskeuzen. Een voorbeeld: als je voor de keuze staat om vroeg met pensioen te gaan, zou je willen weten hoe het voor mensen van jouw type is, die deze keuze eerder gemaakt hebben. Dan kun je namelijk een beter geïnformeerde keuze maken. We weten nu al best veel over langetermijneffecten van een bepaalde levensstijl op de gezondheid, maar nog vrijwel niets over de effecten van levenskeuzen op geluk. Door kennis daarover te omwikkelen kan de overheid bijdragen aan groter geluk, zonder paternalisme (Veenhoven 2011). Een voorbeeld van dergelijk onderzoek is het GeluksWijzer-project, een combinatie van een *self-help website* en een langlopend vervolgonderzoek ([www.gelukswijzer.nl](http://www.gelukswijzer.nl)).

## 6 IS DAT GEEN DURE LINKSE HOBBY?

In een geruchtmakend essay tekent Mare de Vos (2012) verzet aan tegen het idee dat de overheid een groter geluk centraal zou moeten stellen in plaats van de verdere groei van de materiële welvaart. Zijn belangrijkste bezwaar is dat dit idee uit de linkse hoek komt, en dat het in de praktijk zal leiden tot een ondergraving van de welvaart, en daarmee uiteindelijk tot minder geluk. Het thema is inderdaad door links op de politieke agenda gezet, in het Verenigd Koninkrijk door Richard Layard (2005) en in Nederland door Femke Halsema (2008). Dat wil echter niet zeggen dat linkse recepten ook het meeste geluk leveren.

### 6.1 Niet links

Een blik op [figuur 6](#) toont dat de maatschappelijke voorwaarden voor geluk eigenlijk beter aansluiten op de agenda van rechts dan op die van links. Geluk gaat hand in hand met zaken die rechts graag ziet, zoals economisch ontwikkeling ( $r = +.65$ ), economische vrijheid ( $r = +.50$ ) en rechtshandhaving ( $r = +.58$ ). Daarentegen blijkt er weinig verband met de hobby's van links. Er blijkt geen negatief effect van inkomensongelijkheid op geluk (Berg 2010). Op het eerste gezicht is er wel een positief effect met sociale zekerheid ( $r = +.36$ ), maar bij nadere analyse blijkt dat echter een schijnverband. Een eerste aanwijzing is dat controle voor welvaart resulteert in een licht negatieve correlatie. Een tweede aanwijzing is dat er geen verband blijkt tussen verandering in sociale zekerheid en verandering in gemiddeld geluk gedurende de laatste 30 jaar (Veenhoven 2000, 2012g).



## 6.2 Niet duur

Geluk sturen betekent dus niet dat er meer geld moet worden gestopt in sociale zekerheid, en het is nog maar de vraag voor welke andere collectieve voorzieningen dat wel nuttig is.

Het hoeft ook niet te betekenen dat de overheid meer gaat uitgeven. Soms kan een verschuiving van budgetten volstaan, zoals van somatische gezondheidszorg naar geestelijke gezondheidszorg, op grond van de hierboven genoemde samenhang tussen geluk en het aandeel van de GGZ in het totale gezondheidsbudget.

Burgers zullen willen betalen voor advies van een life coach als ze erop kunnen vertrouwen dat ze daarmee een beetje gelukkiger worden. Als de overheid helpt om dat vak tot ontwikkeling te brengen, betaalt het zich op termijn ook nog eens terug via de belasting.

Ook de genoemde informatie over het effect van levenskeuzen hoeft niet duur te zijn. Onderzoek daarnaar moet wel gefinancierd worden, maar verspreiding van de resultaten zal goeddeels gedaan worden door de lifestyle-pers, die snakt naar relevante informatie. De overheid hoeft dat ook niet altijd zelf te betalen, maar kan ook stimuleren dat marktpartijen dat oppakken, zoals zorgverzekeraar VCZ het GeluksWijzer-project (Oerlemans 2011) financiert.

## 6.3 Is geluk een voorbijgaande hype?

Zoals al werd opgemerkt in de eerste regel van deze bijdrage, is het idee dat geluk maakbaar is niet nieuw. Met is een deel van het Verlichtingsdenken, dat brak met de middeleeuwse opvatting dat geluk slechts in het hiernamaals mogelijk is en dat aards geluk onwenselijk is, omdat we hier zijn om te boeten voor onze zonden. Het inzicht dat aards geluk maakbaar is, culmineerde in de ethische opvatting dat we ook moeten streven naar het grootste geluk voor het grootste aantal, een opvatting die in 1789 door Jeremy Bentham verwoord werd.

Toch was geluk tot voor kort geen thema in de politiek. Waarom niet? Een van de redenen is de concurrentie met andere Verlichtingsidealen, in het bijzonder 'vrijheid' en 'gelijkheid'. In de 19de eeuw waren de liberale dragers van het Verlichtingsdenken verwickeld in een strijd om kiesrecht. Ze lieten daarom vrijheid prevaleren boven geluk. Rond de eeuwwisseling gaven de socialisten om vergelijkbare redenen prioriteit aan gelijkheid. De wereldoorlogen in de eerste helft van de 20<sup>ste</sup> eeuw stuwden het nationalisme hoog op, en die stroming zag meer in nationale glorie dan in burgerlijk geluk. Inmiddels hebben liberalen en socialisten hun zin gekregen en is het nationalisme sterk bekoeld. Daardoor ontstaat er weer ruimte op de politieke agenda om naar groter geluk te streven.

Een tweede reden is dat maatschappelijke vooruitgang al veel grote problemen heeft opgelost, zoals honger en onderdrukking. Daardoor is het minder evident wat er nog verbeterd kan worden en rijst de vraag waarmee het geluk van de burgers eigenlijk het meest gediend is. Dat valt samen met een toenemende belangstelling voor geluk bij de burgers zelf, wat weer verband houdt met de opkomst van de meerkeuze-maatschappij en een toenemend zelfbewustzijn. Nu er meer te kiezen valt, willen mensen ook weten wat er aan hun geluk bijdraagt.

Een derde reden is dat we inmiddels meer weten over geluk, en dat nu duidelijk is dat een groter geluk mogelijk is. Ook dat besef voedt de roep om het geluk te sturen. Zo bezien is de roep om sturing van het geluk dus geen voorbijgaande bevliesing, maar iets wat in de moderne samenleving wortelt. Als zodanig zal het onderwerp waarschijnlijk in belang toenemen. Daar staat echter tegenover dat er in de politieke arena weinig vertegenwoordigers van dit belang zijn. Zoals al is opgemerkt, richten politici zich meer op verlangens dan op behoeften. Als aanbieders van levensvoorwaarden zijn zij niet altijd even geïnteresseerd in levensuitkomsten.

**NOTEN**

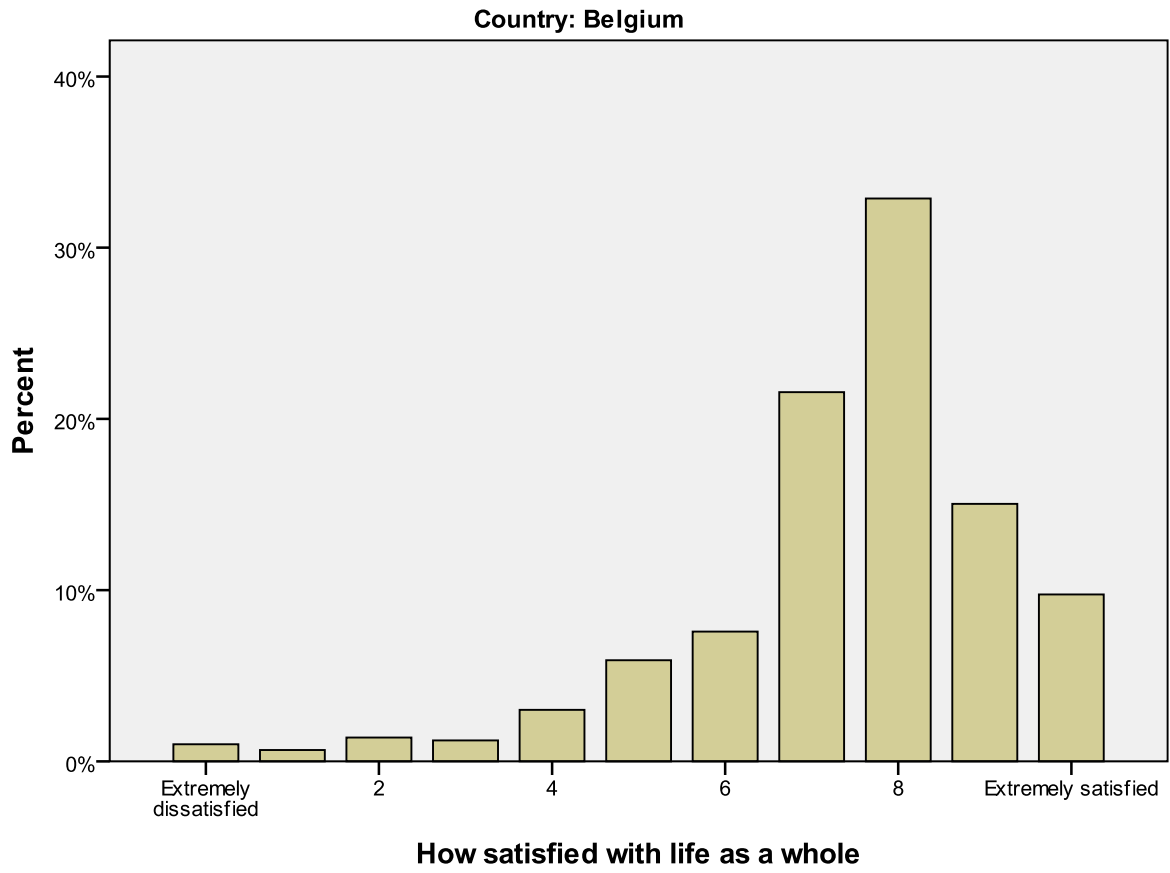
- 1 Een op Nederland toegespitste variant van dit hoofdstuk verschijnt in Bergsma e a (red.), 'Sturen op Geluk, Sociaal en Cultureel Planbureau, Den Haag, 2012.
- 2 De World Database of Happiness' bevat een compleet overzicht van alle acceptabel vragen (Veenhoven 2011b).
- 3 Het verschijnsel van gelijkblijvend geluk bij economische groei, voor het eerste beschreven door Richard Easterlin [1974], waarvan inmiddels overigens gebleken is dat het meer een uitzondering is dan een regel (Veenhoven & Vergunst].
- 4 Variabelen in datafile StatesOf Nations 2011E: Afhankelijk: HappinessLS10.112000s, Onafhankelijk; RGDP\_2005. Accident Death 1994-98, WelfareExpense1\_2006. FreeEconIndex1\_2008. DemocracyIndex1\_2006, PrivateFreedom\_1990s, IncomeInequality2000.08. GenderEqualIndex2\_2006, Tolerance\_1990s. TrustPeople\_1990s. VolunteerActive2\_2010, RuleLaw\_2006, GovEffectiveness\_2006. Corruption3\_2006
- 5 gebaseerd op variabelen met meer dan honderd landen.



**Figuur 1****Kwaliteiten van leven**

	<b>Extern</b>	<b>Intern</b>
<i>Levensvoorwaarden</i>	Leefbaarheid	Levensvaardigheid
<i>Levensuitkomsten</i>	Nut	<u>Levensvoldoening</u>

**Figuur 2**  
**Geluk in België**



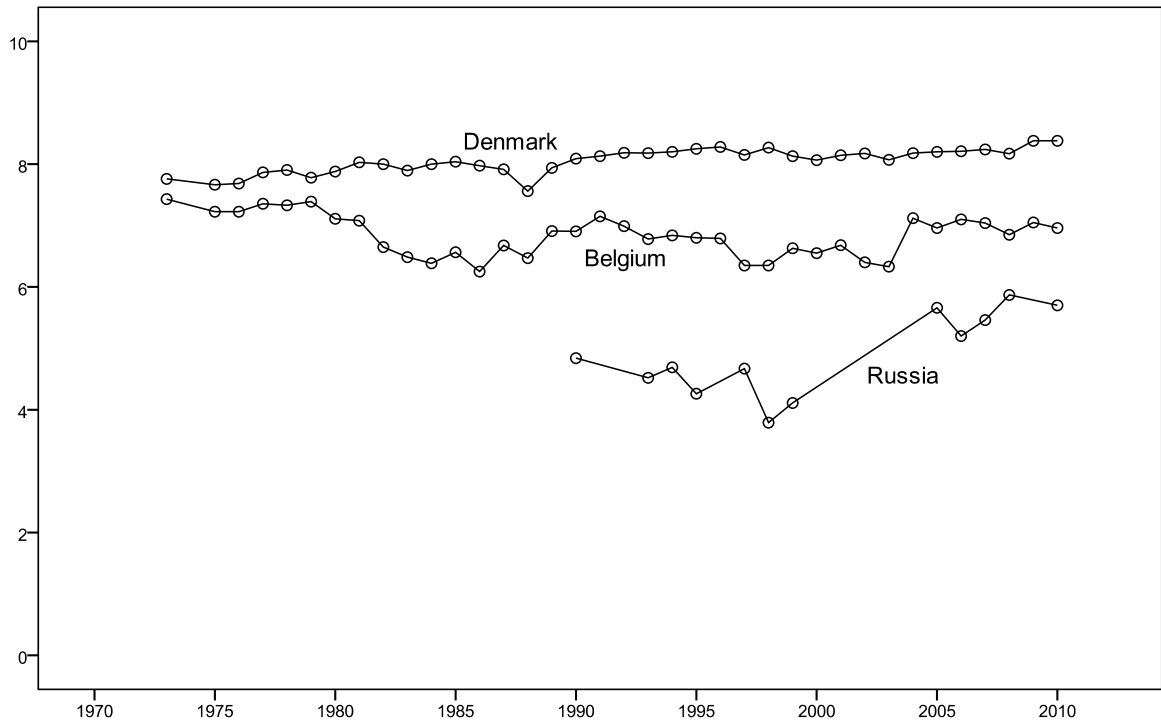
Data: European Social Survey 2007

**Figuur 3**  
**Gemiddeld geluk in landen**



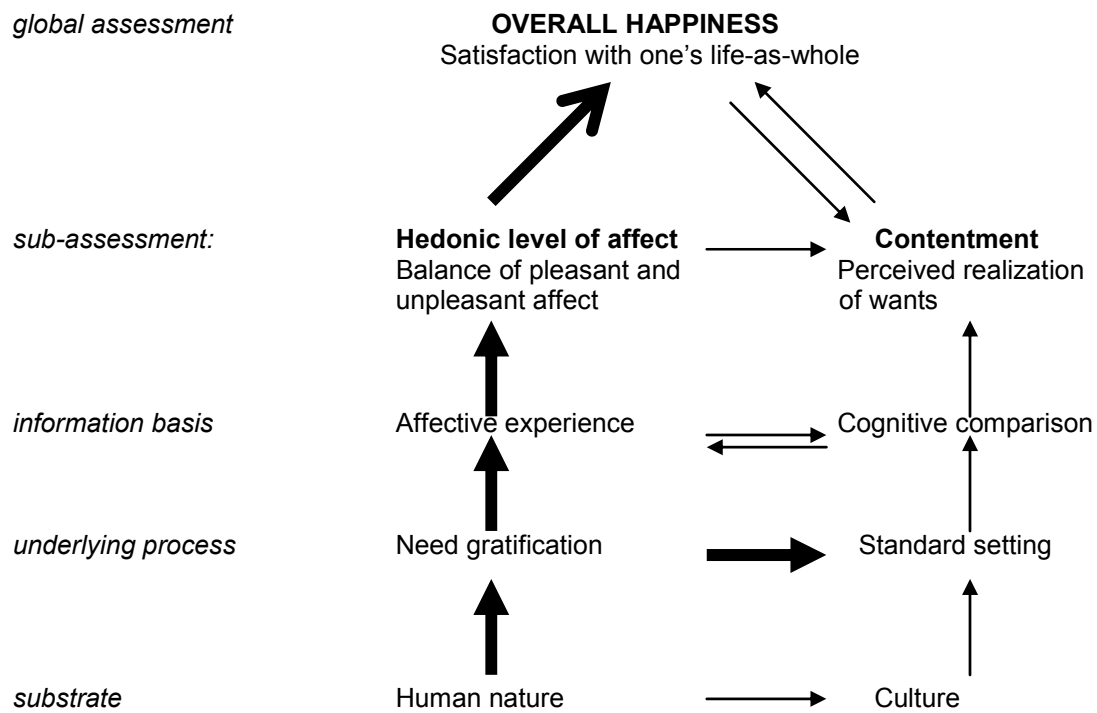
Bron: World Database of Happiness (Veenhoven 2011d)

**Figuur 4**  
**Verandering in gemiddeld geluk in drie landen**



Bron: Veenhoven 2012e

**Figuur 5**  
**Hoe wij bepalen hoe gelukkig wij zijn**



Bron: Veenhoven 2009

**Figuur 6**  
**Maatschappelijk kenmerken en geluk in landen rond 2005**

Land kenmerken <sup>4</sup>	Correlatie met gemiddeld geluk	Aantal landen
<b>Welvaart</b>		
• Koopkracht per hoofd	+0.65	140
<b>Zekerheid</b>		
• Dodelijke ongevallen	-0.36	65
• Sociale zekerheid	+0.36	77
<b>Vrijheid</b>		
• Economisch	+0.40	143
• Politiek	+0.50	146
• Privaat	+0.46	84
<b>Ongelijkheid</b>		
• In inkomens	-0.10	121
• Man/vrouw	+0.55	86
<b>Broederschap</b>		
• Tolerantie	+0.50	85
• Vertrouwen in medemens	+0.37	85
• Vrijwilligerswerk	+0.04	147
<b>Institutionele kwaliteit</b>		
• Rechtshandhaving	+0.58	147
• Kwaliteit overheid	+0.62	146
• Corruptie	-0.57	83
Verklaarde variantie: R <sup>2</sup>	79% <sup>5</sup>	

Bron: 'States of nations' (Veenhoven 2012f)

**BIBLIOGRAFIE**

- Bartels, M. & D.I. Boomsma (2009)  
*"Born to be happy?"*, in: The etiology of subjective wellbeing.  
Behavior genetics, 30, 605-617.
- Bentham, J. (1789)  
*Introduction to the Principles of Morals and Legislatio*,  
London: s.n.
- Berg, M. & R. Veenhoven (2010)  
*"Income inequality and happiness in 119 nations"*,  
in: B. Creve led.). Social Policy and Happiness in Europe.  
Cheltenham; Edgar Elgar. 174-194.
- Bergsma, A. (1995)  
*Emoties en kwaliteit van het bestaan*,  
Utrecht: Spectrum.
- Bergsma, A. (2009)  
*"De meeste mensen met psychische stoornissen zijn gelukkig"*,  
in: Psychologie en Gezondheid, 37, 152-61.
- Bergsma, A. & M, Ardeli (2011)  
*"Selfreported wisdom and happiness; An empirical investigation"*,  
in: Journal of Happiness Studies, online since 26-05-2011.
- Bijl, R.V., A. Ravelli & G. Van Zessen (1998)  
*"Prevalence of psychiatric disorder in the general population: results of the Netherlands Mental Health Survey and Incidence Study (NEMESIS) "*,  
in: Social Psychiatry Psychiatric Epidemiology, 33. 587-595.
- Damasio, A.R. (1994)  
*Descartes' error*.  
London: Penguin.
- Easterlin, R.A. (1974)  
*"Does economic growth improve the human lot? Some empirical evidence"*,  
in: P.A. David & P.R. Melvin teds.). Nations and households in economic growth.  
New York: Academic Press, 89-125,
- Halsema, F. (2008)  
*"Geluk! Voorbij hyperconsumptie, haast en hufterigheid"*,  
Amsterdam: Boom,
- Lane, R.E. (2000)  
*"The loss of happiness in market democracies"*,  
New Haven: Yale University Press.
- Layard, R. (2005)  
*"Happiness: Lessons of a new science"*,  
New York: Penguin.



Oerlemans, W., A. Bakker & R. Veenhoven (2011)  
 "GeluksWijzer: Gereedschap voor het werken aan je geluk",  
<http://www.gelukswijzer.nl>

Ott, J.C. (2010)  
 " Good governance and happiness in nations: Technical quality precedes democracy and quality heals size",  
 in: Journal of Happiness Studies, 11. 353-368.

Ott, J.C. (2011)  
 " Government and happiness in 130 nations: Good governance fosters higher level and more equality of happiness",  
 in: Social Indicators Research, 102. 3-22

Sen. A. (1992)  
 "Capability and wellbeing",  
 in: A. Sen A M. Nussbaum (eds.) The quality of life. Oxford: Clarendon Press, 30-53.

Veenhoven, R. 1984.  
*Conditions of Happiness.*  
 Dordrecht-Boston: Kluwer Academic.

Veenhoven, R. 2000a.  
 "The four qualities of life. Ordering concepts and measures of the good life",  
 in: Journal Of Happiness Studies, 1, 1-39.

Veenhoven. R. 2000b.  
 "Well-being in the welfare state: Level not higher, distribution not more equitable",  
 in: Journal of Comparative Policy Analysis, 2, 91-125.

Veenhoven R. 2008a.  
 "Meten van Bruto Nationaal Geluk",  
 in: TPEdigitaal, nummer over 'Brede Welvaart', 2:3, 10-35.

Veenhoven, R. 2008b.  
 "Healthy happiness: Effects of happiness on physical health and the consequences for preventive health care",  
 in: Journal of Happiness Studies, 9: 449-464.

Veenhoven, R. 2008c.  
 "Sociological theories of subjective well-being",  
 in: M, Eid & R. Larsen (eds.) The Science of Subjective Well-being: A tribute to Ed Diener, New York: Guilford Publications, 44-61.

Veenhoven, R. 2009.  
 "How do we assess how happy we are?",  
 in: Dutt, A.K. & B, Radcliff [eds.], Happiness, Economics and Politics: Towards a multi-disciplinary approach, Cheltenham: Edward Eiger Publishers, 45-69.

Veenhoven, R. 2011.  
 "Greater happiness for a greater number: Is that possible? If so, how? ",  
 in: K.M. Sheldon, T.B. Kashdan & M.F. Steger (eds.), Designing Positive Psychology: Taking Stock and Moving Forward, New York: Oxford University Press, 396-409.

Veenhoven, R. 2012a

*World Database of Happiness: Continuous register of scientific research on subjective enjoyment of life.*  
Rotterdam: Erasmus Universiteit. <http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl>

Veenhoven, R. 2012b

"Measures of happiness", in: *World Database of Happiness.*  
[http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/hap\\_quer/hqi\\_fp.htm](http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/hap_quer/hqi_fp.htm)

Veenhoven, R. 2012c.

"Happiness in Belgium", in: *World Database of Happiness.*  
[http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/hap\\_nat/nat\\_fp.php?cntry = 15&name = Belgium&mode = 3](http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/hap_nat/nat_fp.php?cntry = 15&name = Belgium&mode = 3)

Veenhoven, R. 2012d

"World map of average happiness", in: *World Database of Happiness,*  
[http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/hap\\_nat/maps/Map\\_AverageHappiness.php](http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/hap_nat/maps/Map_AverageHappiness.php).

Veenhoven, R. 2012e. "Trends in nations: Dataset for the cross temporal analysis of happiness",  
in: *World Database of Happiness,*

<http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/trendnat/framepage.htm>.

Veenhoven, R. 2012f

"States of nations: dataset for the cross national analysis of happiness",  
in: *World Database of Happiness,*  
<http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/statnat/statnat.fp.htm>.

Veenhoven, R. 2012g

*"Happiness and society"*,  
in: *Soziale Sicherheit, CHSS 9, 298-302.*

Veenhoven, R. & G. Touburg (in voorbereiding)

*"Mental health care and happiness in nations"*,  
Rotterdam: Erasmus Universiteit.

Veenhoven, R. & F. Vergunst (in voorbereiding).

*"The Easterlin Illusion"*,  
Rotterdam: Erasmus Universiteit Rotterdam.

De Vos, M. 2012

*"Bevrijd het geluk van de politiek"*,  
Brussel: Iterena Instituut.  
[http://www.itinerainstitute.org/nl/bibliotheek/\\_paper/reclaiming-happiness-from-politics/](http://www.itinerainstitute.org/nl/bibliotheek/_paper/reclaiming-happiness-from-politics/)