

GELUKSONDERZOEK en BELEID

Martijn Burger¹ en Ruut Veenhoven²

Erasmus Universiteit Rotterdam, Erasmus Happiness Economics Research Organization
EHERO

In: Samen werken aan geluk: Hoe een gemeente kan sturen op geluk. Redactie Ans Heijne, Liesbeth Koning, Muriel van Nieuwenhuizen en Nancy Peeters. Uitgave gemeente Schagen. ISBN 978 90 827494 03, blz. 20-31

‘In de toekomst zou het doel van elke overheid moeten zijn om bij te dragen aan een groter geluk voor een groter aantal mensen’. Martijn Burger en Ruut Veenhoven, Erasmus Happiness Economics Research Organisation.

Als zelfbewuste wezens hebben mensen altijd nagedacht over hun kwaliteit van leven. Deze gedachten werden steeds systematischer na de uitvinding van het schrift en de ontwikkeling van de wetenschap. Door de eeuwen heen heersten er verschillende opvattingen over het goede leven, ook wel geluk genoemd, waarbij vaak aan de orde kwam wat ‘echt geluk’ betekent. Deze verschillende opvattingen over geluk zijn beschreven en samengevat in boeken die gaan over de ‘filosofie van geluk’. Deze historische overzichten laten zien hoe men over geluk denkt en dacht, meestal beginnend met oude Griekse filosofen, zoals Aristoteles en Stoïsten, via de utilitaristen Bentham and Mills en eindigend met post-materialisten uit de 20e eeuw.³ De nadruk in deze literatuur ligt op de ideeën als zodanig en niet op de sociale krachten die deze ideeën vormgeven. Informatie is afkomstig uit geschriften die de eeuwen heen hebben geleid, wat een selectie inhoudt. Deze historiografieën beschrijven meningen over het goede leven vanuit een wetenschappelijke optiek en informeren ons niet over meningen over het goede leven onder de massa.⁴

Geluk was van oudsher een onderwerp van de filosofie en de ontwikkeling van geluk als onderwerp van sociaal wetenschappelijk onderzoek kwam pas zeer laat op gang. Pas in de loop van de 20e eeuw werd geluk ook onderwerp van de sociale wetenschappen en begon men met het meten van geluk. Vanuit verschillende hoeken kwam het onderzoek toen vrijwel gelijktijdig op gang; in de sociologie rond het thema ‘sociale indicatoren’, in de gerontologie bij studie van ‘succesvol ouder worden’, in de psychologie als uitloeijsel van denken over ‘positieve geestelijke gezondheid’, in de gezondheidswetenschappen door onderzoek naar ‘kwaliteit van leven’ en in de economische wetenschap de thema’s ‘welvaart’ en ‘nut’.

Vanaf 1990 zijn in verschillende landen centra voor onderzoek naar kwaliteit van leven ontstaan, waarin geluk een grote rol speelt. De meeste onderzoekers zijn inmiddels verenigd in een internationale vereniging, de ‘International Society for Quality of Life Studies’. Er is inmiddels een

¹ Academic director. E-mail: mburger@ese.eur.nl

² Emeritus professor. Tevens verbonden aan North-West University South Africa. Optentia Research Program. E-mail: veenhoven.ese.eur.nl

³ Zie bijvoorbeeld: McMahon, D.M. (2006) *Happiness: A History*. Atlantic Monthly Press

⁴ Voor een uitgebreid overzicht van de geschiedenis van geluk, zie: Veenhoven, R. (2015), Happiness: History of the concept, in: James Wright (Ed.) *International Encyclopedia of Social and Behavioral Sciences*, 2nd edition Vol. 10 pp 521-525,

apart tijdschrift, genaamd 'Journal of Happiness Studies' en resultaten van het empirisch onderzoek naar geluk worden bijeengebracht in de 'World Database of Happiness', gehuisvest aan de Erasmus Universiteit Rotterdam. In de afgelopen jaren is het thema geluk steeds populairder geworden onder het grote publiek en beleidsmakers en staan we wellicht aan het begin van de geluksrevolutie in het beleidsveld waarin we ook daadwerkelijk gaan sturen op geluk.

Deze bijdrage heeft als doel een inleiding te geven tot de gelukswetenschap en aanknopingspunten te geven hoe de kennis die hier uit voortvloeit bruikbaar kan zijn voor lokaal beleid. De rest van deze bijdrage is als volgt georganiseerd. In de volgende sectie, gaan we verder in op de conceptualisering van geluk, gevolgd door hoe geluk gemeten kan worden. Vervolgens kijken we naar hoe gelukkig we zijn in Nederland en wat verschillen in geluk tussen personen verklaart. Hierin gaan we ook kort in op lokale verschillen in geluk binnen Nederland en verklaringen hiervoor. Ten slotte gaan we in op het vraagstuk of lokale overheden kunnen sturen op geluk en of we dit wel moeten doen.

Wat is geluk?

Wat is 'geluk' eigenlijk? Vandaag de dag wordt het woord 'geluk' in onze taal op verschillende wijzen gebruikt. De meest ruime betekenis van het woord is 'kwaliteit van leven', een meer beperkte betekenis is 'levensvoldoening'.⁵ In de gelukswetenschap wordt over het algemeen de laatste betekenis gebruikt en wordt geluk vaak gedefinieerd als voldoening met het leven als geheel. Volgens deze definitie gaat geluk dus hoe wat een persoon zijn of haar leven als geheel beoordeelt en is geluk iets waarvan mensen zich expliciet bewust zijn. Men kan immers niet gelukkig zijn zonder dit te weten. Bij geluk gaat het wel over hoe men zich voelt over een langere periode. De kortstondige emotie van 'geluk' waar men vaak naar verwijst in het alledaags leven, zoals een prettig gevoel tijdens het eten van een goede maaltijd of het bezoek aan het pretpark, wordt niet gezien als geluk maar als 'genieting'.

Daarnaast gaat het bij geluk om de beoordeling van het leven als geheel en niet om de beoordeling van een bepaald levensdomein.⁶ Zo kunnen we tevreden zijn met ons werk of gezinsleven, maar dit betekent niet dat we tevreden zijn met ons leven als geheel. Wel kan beargumenteerd worden dat hoe gelukkig we ons voelen afhankelijk is van hoe gelukkig we ons in bepaalde domeinen voelen. Hierbij kan het ene domein zwaarder meewegen dan het andere domein, waarbij ook het gewicht dat aan elk domein wordt toebedeeld per persoon kan verschillen.⁷ Sommige personen hechten bijvoorbeeld veel waarde aan de kwaliteit van hun sociale contacten, terwijl andere personen het werk op nummer een hebben staan. Het geluk van mensen wordt vaak ook meer bepaald door hoe zij hun algemene situatie interpreteren dan door hun daadwerkelijke en objectief waarneembare situatie. Dit betekent dat eenzelfde situatie niet noodzakelijkerwijs dezelfde impact heeft voor verschillende personen. Een inkomenssprong van 100 euro heeft bijvoorbeeld een grotere impact op het geluk van arme mensen dan het geluk van rijke mensen.

⁵ Veenhoven, R. (2000). The four qualities of life. *Journal of Happiness Studies*, 1(1), 1-39.

⁶ Michalos, A. C. (1985). Multiple discrepancies theory (MDT). *Social Indicators Research*, 16(4), 347-413; Headey, B., Veenhoven, R., & Wearing, A. (1991). Top-down versus bottom-up theories of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 24(1), 81-100.

⁷ Tiefenbach, T., & Kohlbacher, F. (2015). Individual differences in the relationship between domain satisfaction and happiness: The moderating role of domain importance. *Personality and Individual Differences*, 86(1), 82-87.

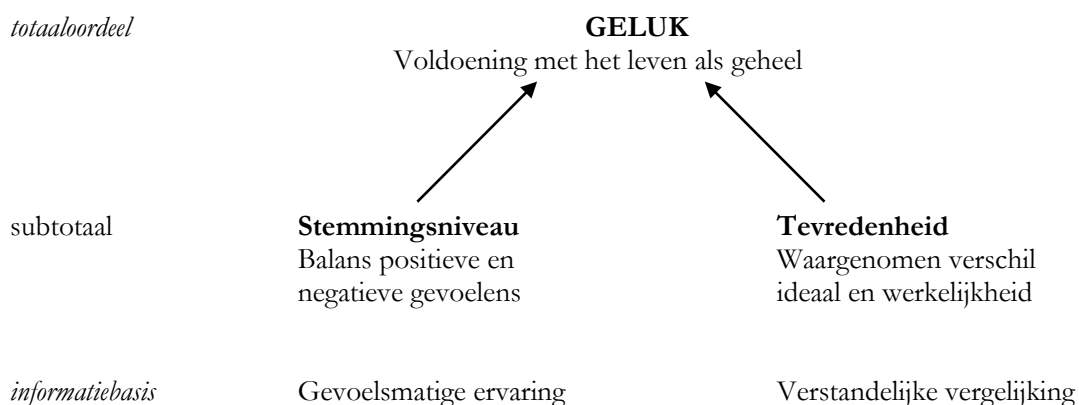
Componenten van geluk

Hoe weten we of we gelukkig zijn? Mensen maken bij het beoordelen van hoe gelukkig ze zijn gebruik van twee informatiebronnen: (1) hoe goed ze zich over het algemeen voelen en, (2) in hoeverre het leven dat ze op dit moment leiden in overeenstemming is met het ideale leven dat ze voor ogen hebben (zie Figuur A).⁸ Bij de eerste beoordeling gaat het over een gevoelsmatige ervaring, wat de affectieve component van geluk wordt genoemd. Bij de tweede beoordeling gaat het over een verstandelijke of rationele ervaring, wat de cognitieve component van geluk wordt genoemd. We gebruiken beide informatiebronnen voor verschillende doeleinden. Beoordelen we ons inkomen, dan gaan we overwegend rationeel vergelijkend te werk. Beoordelen we hoe blij we zijn met onze relatie, dan laten we zwaarder meewegen hoe we ons daarbij voelen. Het oordeel op basis van gevoel hoeft niet altijd samen te vallen met het oordeel op basis van verstand. We kunnen ons immers overwegend prettig voelen zonder helemaal tevreden te zijn. En we kunnen ons ook beroerd voelen terwijl er eigenlijk niets te klagen is.

Figuur

A:

De verschillende dimensies van geluk



Metten van geluk

Mensen hebben een redelijk goed idee van de gedachten en emoties die ze ervaren. Daardoor is het mogelijk om mensen te laten evalueren hoe gelukkig ze zijn met hun leven als geheel. Dit kan op verschillende manieren. De meest gebruikte manier is door het stellen van de simpele vraag in een enquête: “Alles bij elkaar genomen, in hoeverre voelt u zich een gelukkig mens?”. Hierbij geeft de respondent een rapportcijfer op een schaal van bijvoorbeeld 0 (zeer ongelukkig) tot 10 (zeer gelukkig). Bij de beantwoording van deze vraag wegen mensen impliciet af wat voor hen persoonlijk belangrijk is in het leven en hoe ze hun uitkomsten in deze domeinen ervaren. Gerelateerde en andere veelgebruikte vragen zijn [zie ook Box A]: “Alles bij elkaar genomen, hoe tevreden of ontevreden bent u tegenwoordig met uw leven als geheel? of “Stel je een ladder voor met 10 treden waarbij elke trede een nummer heeft met 0 op de onderste trede en 10 op de bovenste trede. De onderste trede vertegenwoordigt het slechtst mogelijke leven en de bovenste trede het best mogelijke leven. Op welke trede denk je dat je op dit moment staat?”. Verschillende

⁸ Veenhoven, R. (2000). The four qualities of life. *Journal of Happiness Studies*, 1(1), 1-39.

onderzoeken hebben aangetoond dat de genoemde vragen in deze paragraaf voldoende valide en betrouwbaar zijn.

Naast het totaaloordeel over het eigen leven is het mogelijk de affectieve en cognitieve componenten van geluk apart te meten. De affectieve inschatting staat beter bekend als gevoelsniveau, terwijl de cognitieve inschatting ook wel de mate van tevredenheid wordt genoemd. Om de affectieve component van geluk apart te meten wordt gevraagd naar de mate waarin men de vorige dag of week bepaalde positieve emoties heeft ervaren, zoals de positieve emoties blijheid, hoop, trots en ontspanning, alsmede de ervaring van negatieve emoties zoals stress, eenzaamheid, verveling, depressie en bezorgdheid. Om de cognitieve component van geluk apart te meten wordt gevraagd naar voldaanheid door middel van de volgende vraag: “Hoe voel je je over wat je hebt bereikt in het leven?”

Enquêtes zijn een goede manier om geluk te meten gezien geluk is per definitie iets wat mensen in gedachten hebben en gedachten kunnen nu eenmaal het best worden gemeten door er naar te vragen. Bovendien zijn mensen zich van geluk bewust. Wel blijken antwoorden op vragen naar geluk voor variaties in de methode van bevraging, positie van de vraag in de vragenlijst, formulering van de interviewer, het weer, enzovoort. Hierdoor kan bij eenzelfde persoon de ene meting resulteren in een acht en de andere in een zeven. Dit gebrek aan precisie reduceert de betrouwbaarheid van de data en maakt soms analyses op individueel lastig; een oplossing is dan ook eenzelfde persoon meerdere malen de geluksvraag te stellen om een goed beeld te krijgen van iemands geluksniveau. Bij de vergelijking van groepsgemiddelden is het een minder groot probleem, omdat toevalfluctuaties tegen elkaar wegvallen. Wanneer we willen sturen op geluk binnen gemeenten gaat het vooral om het laatste.

Daarnaast is er in de geluksliteratuur altijd veel discussie geweest over de vergelijkbaarheid tussen personen. Een 7 uit 10 op de geluksschaal betekent wellicht niet voor iedereen hetzelfde, omdat geluk voor een deel afhankelijk is van de realisatie van aspiraties en niet iedereen wil dezelfde dingen uit het leven halen. verschillen tussen personen. Levensvoldoening wordt echter in belangrijke mate bepaald door het stemmingsniveau en het is niet aannemelijk dat dit erg verschilt tussen mensen.

Hoe gelukkig zijn we in Nederland?

Vragen over geluk in de zin van waardering met het leven als geheel worden als sinds de jaren zeventig in Nederland in grootschalige enquêtes gesteld. Over het algemeen zijn Nederlanders gelukkig en scoren zij tussen de zeven en acht op de 11-puntsschalen (0-10) van levenstevredenheid en geluk; ongeveer 15% scoort een 9 of hoger. Wel geeft meestal ruim 15% van de Nederlanders in enquêtes aan dat zij niet zo goed in hun vel zitten; zij scoren een zes of lager op geluk. Ondanks dat dit de minderheid van de bevolking is, is dit in absolute aantallen toch nog aanzienlijk. Het oordeel over het leven als geheel is bovendien redelijk stabiel over tijd. Desondanks behoort Nederland tot de gelukkigste landen in de wereld (zie kaart) en is het gemiddelde geluk hoog in vergelijking met andere landen. Ter vergelijking: de Afrikaanse staten Tanzania en Togo scoren lager dan een 3 gemiddeld.

Wanneer we kijken naar lokale verschillen binnen Nederland zien we dat deze over het algemeen redelijk beperkt zijn, maar er zijn wel verschillen tussen stad en platteland, waarbij het gemiddelde geluksniveau in de stad lager ligt dan in de rurale gebieden. Zo bleek uit een recent onderzoek van

Atlas van Gemeenten en de Erasmus Happiness Economics Research Organisation dat waar in niet-stedelijke gemeenten ongeveer 89% van de inwoners gelukkig is, dit percentage in stedelijke gebieden op ongeveer 85% ligt.⁹ De gelukkigste gemeenten van Nederland liggen op het platteland, terwijl de grootstedelingen het laagste scoren op geluk: in Amsterdam en Rotterdam is meer dan 18% van de inwoners niet (zo) gelukkig (zie Tabel A). Deze verschillen zijn bovendien redelijk persistent over tijd. Echter, de grootste Nederlandse steden zijn wel relatief gelukkig ten opzichte van de rest van Europa (zie Box B).

Box A: Richtlijnen voor het meten van geluk van de OESO

Gegeven de verschillende dimensies en de grote verscheidenheid aan enquêtevragen, heeft de Organisatie voor Economische Samenwerking en Ontwikkeling (OESO) in 2013 een richtlijn geschreven voor het meten van geluk onder de titel 'Guidelines on Measuring Subjective Well-Being'. Naast een set van kernvragen (zie hieronder), wordt in gespecialiseerde modules specifiek ingegaan op het meten van de affectieve en cognitieve component. Los van de affectieve en cognitieve component, introduceert de OESO tevens een derde component van geluk: zinvolheid. Deze component bouwt voort uit het werk van Aristoteles, waarin een onderscheid wordt gemaakt tussen hedonisch en eudaimonisch geluk

Kernvragen

- De volgende vraag gaat over hoe tevreden u bent op een schaal van 0 tot 10. 0 betekent dat u helemaal niet tevreden bent en 10 betekent dat u helemaal tevreden bent.

Hoe tevreden bent u vandaag de dag met uw leven als geheel?

- De volgende vraag gaat over hoe zinvol u de dingen vindt die u doet in uw leven op een schaal van 0 tot 10. 0 betekent helemaal niet zinvol en 10 betekent compleet zinvol.

Over het geheel genomen, in welke mate vindt u de dingen die u in uw leven doet zinvol?

- De volgende vragen gaan over hoe u uw gisteren voelde op een schaal van 0 tot 10. 0 betekent dat u de betreffende emotie helemaal niet ervaarde, 10 betekent dat de emotie 'de gehele tijd' ervaarde. Ik zal nu een lijst voorlezen van emoties die je gisteren had kunnen voelen?

Hoe zit het met gelukkig?

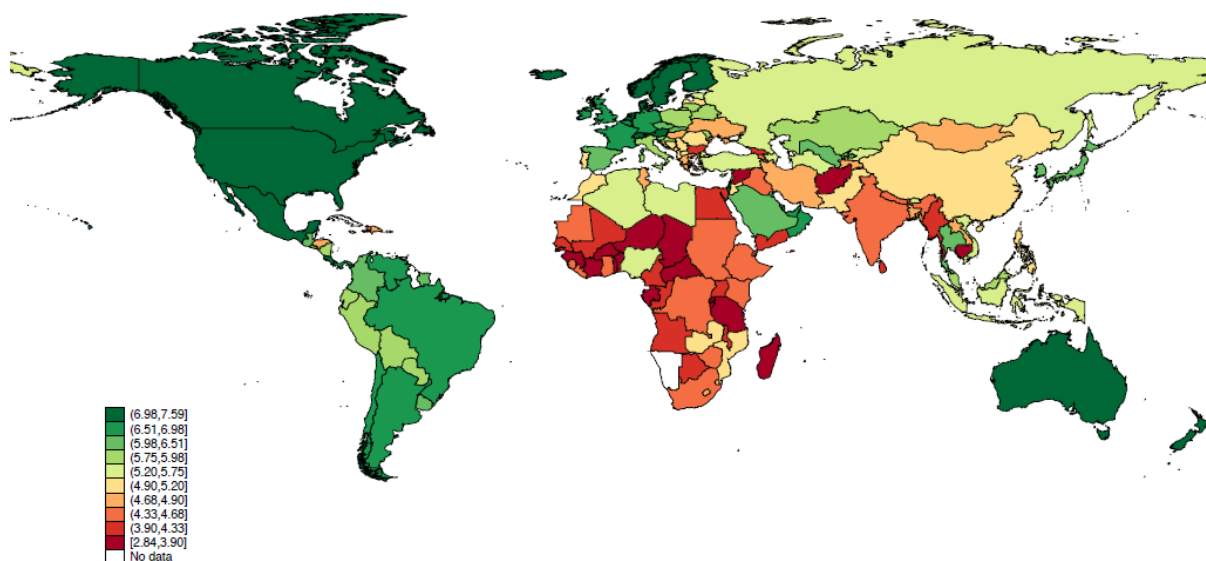
Hoe zit het met bezorgd?

Hoe zit het met terneergeslagen?

⁹ Burger, M., Hendriks, M., Marlet, G., Van Oort, F., Ponds, R., & Van Woerkens, C. (2017), De geluksatlas, in: *Atlas voor Gemeenten 2017*, Hoofdstuk 1. Nijmegen: VOC Uitgevers.

Figuur
Geluk in de Wereld rond 2011

B:



Bron: World Database of Happiness (2016)

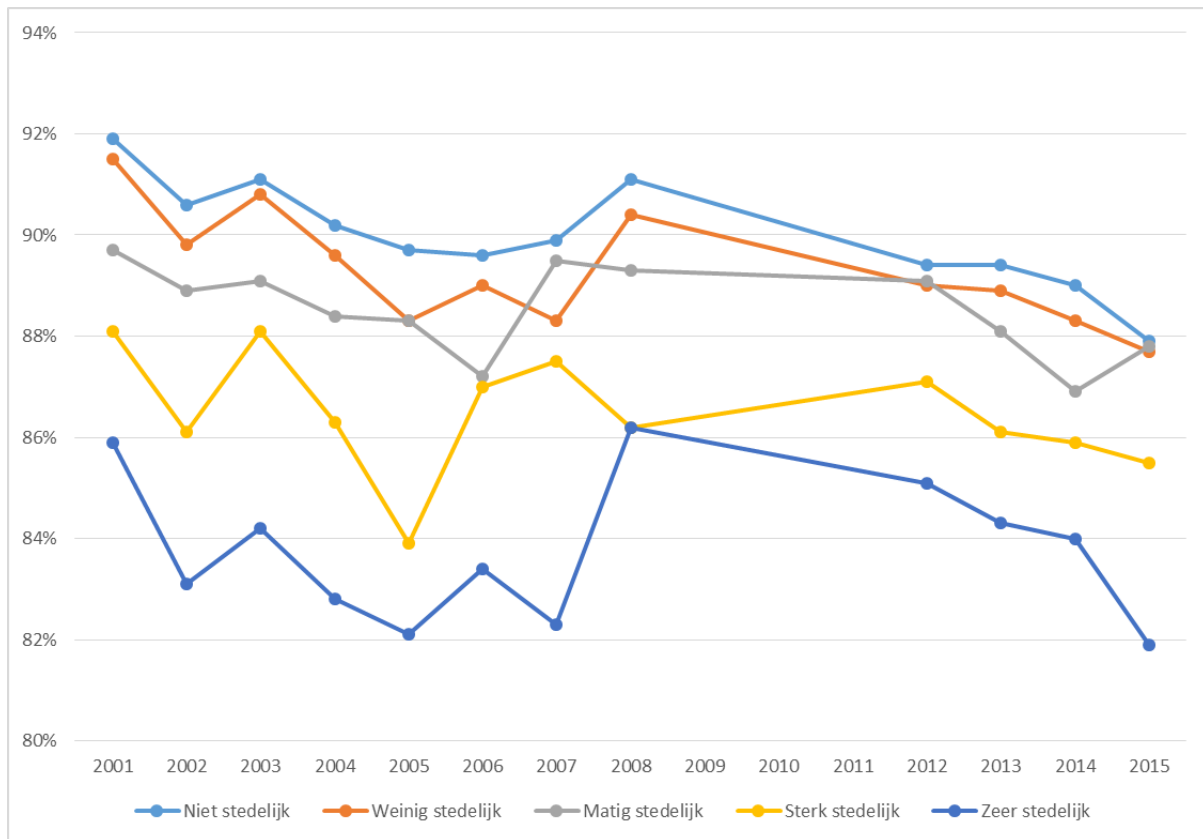
Tabel A: Gelukkigste en ongelukkigste gemeenten in Nederland

Gelukkigste gemeenten		Ongelukkigste gemeenten	
Gemeente	Percentage inwoners gelukkig	Gemeente	Percentage inwoners niet (zo) gelukkig
Hellendoorn	94,4%	Rotterdam	18,4%
Dongen	94,2%	Amsterdam	18,1%
Grootegast	94,0%	Vaals	17,9%
Alphen-Chaam	93,6%	Arnhem	17,3%
Oudewater	93,6%	Den Haag	17,3%
Westvoorne	93,4%	Kerkrade	17,1%
Voorst	93,4%	Sittard-Geleen	16,6%
Urk	93,3%	Laren	16,5%
Strijen	93,3%	Ridderkerk	16,3%
Landerd	93,3%	Heerlen	16,3%

Bron: EHERO en Atlas voor Gemeenten (2017); Noot: Steden met minder dan 100 waarnemingen niet opgenomen in tabel; Noot: de waarden in de tabel geven het percentage inwoners weer dat gelukkig of niet (zo) gelukkig is. Een gelukkige inwoner scoort (gemiddeld) een 7 of hoger op de 11-puntsschaal van levenstevredenheid en/of geluk en een 4 of hoger op de 6-puntsschaal voor stemmingsniveau.¹⁰

¹⁰ Burger, M., Hendriks, M., Marlet, G., Van Oort, F., Ponds, R., & Van Woerkens, C. (2017), De geluksatlast, in: *Atlas voor Gemeenten 2017*, Hoofdstuk 1. Nijmegen: VOC Uitgevers.

Figuur B:
Verschillen in geluk tussen stad en platteland in Nederland



Noot: de verticale as geeft het percentage inwoners weer dat gelukkig is. Zij scoren (gemiddeld) een 7 of hoger op de 11-puntsschaal van levenstevredenheid en/of geluk en een 4 of hoger op de 6-puntsschaal voor stemmingsniveau.¹¹

Wat maakt ons gelukkig?

Hoe gelukkig mensen zijn, is afhankelijk van een groot aantal factoren. Wanneer we kijken naar verschillen in geluk tussen landen dan verklaren factoren als democratie, kwaliteit van de overheid, welvaart, onderwijs, gelijkheid, vrijheid, veiligheid en kwaliteit van de zorg bijna driekwart van de verschillen tussen landen.¹² De hoge scores op deze dimensies verklaren ook waarom Nederland wereldwijd zo hoog scoort.

Maar hoe kunnen we verschillen binnen Nederland verklaren? In geluksonderzoek wordt doorgaans aangenomen dat de verschillen in geluk tussen personen *binnen* een Westers land voor een groot deel worden verklaard door drie ‘groepen factoren’. Allereerst bepalen genen en aangeboren eigenschappen zoals persoonlijkheid ongeveer 40-50% van de variatie. Omgevingsfactoren, zoals de plek waar iemand woont, burgerlijke staat en inkomen verklaren daarnaast ongeveer slechts 10%-20% van de verschillen. De resterende ongeveer 30-40% van de

¹¹ Burger, M., Hendriks, M., Marlet, G., Van Oort, F., Ponds, R., & Van Woerkens, C. (2017), De geluksatlas, in: *Atlas voor Gemeenten 2017*, Hoofdstuk 1. Nijmegen: VOC Uitgevers.

¹² Veenhoven, R., & Berg, M. (2013). Has modernisation gone too far? Modernity and happiness in 141 contemporary nations. *International Journal of Happiness and Development*, 1(2), 172-195; Veenhoven, R. (2015). Social conditions for human happiness: A review of research. *International Journal of Psychology*, 50(5), 379-391.

variatie in geluk kan worden toegeschreven aan bewuste handelingen zoals levenskeuzes en aangeleerd gedrag en mentale aspecten zoals levensvisie, referentiekader, zelfbeeld enzovoort.¹³

Box B: Geluk in Europese Steden

Ondanks dat Amsterdam en Rotterdam tot de ongelukkigste gemeenten van Nederland behoren, scoren deze steden wel hoog in wereldwijde en Europese geluksranglijsten. In een recent onderzoek (2015) naar de ervaren kwaliteit van leven in 79 Europese steden dat werd gehouden onder meer dan 40000 respondenten vielen de drie Nederlandse steden net buiten de top 10 van gelukkigste steden. Deze hoge positie is niet verwonderlijk gezien Nederland steevast in de top 10 van de gelukkigste landen ter wereld te vinden is in het World Happiness Report.

Gelukkigste Steden % Zeer Tevreden			Ongelukkigste Steden % Niet tevreden		
1	Aalborg (DK)	72%	1	Athene (EL)	37%
2	Kopenhagen (DK)	67%	2	Iraklion (EL)	33%
3	Reykjavik (IS)	66%	3	Miskolc (HU)	32%
4	Zürich (CH)	64%	4	Budapest (HU)	26%
	Graz (AT)	64%	5	Palermo (IT)	24%
6	Malmö (SE)	60%		Istanbul (TR)	24%
	Oslo (NO)	60%		Ankara (TR)	24%
8	München (DE)	57%	8	Napels (IT)	23%
9	Wenen (AT)	56%	9	Lissabon (PT)	22%
	Newcastle (GB)	56%		Boekarest (RO)	22%
11	Rotterdam	55%			
13	Groningen	53%			
15	Amsterdam	52%			

Bron: Quality of Life in European Cities 2015, Eurobarometer Flash 419

Gebaseerd op vraag: 'Bent u over het geheel genomen zeer tevreden, tamelijk tevreden, niet zo tevreden of helemaal niet tevreden met het leven dat u leidt?' In bovenstaande tabel is het percentage niet tevreden inwoners gebaseerd op het percentage van de respondenten dat aangaf niet zo tevreden of helemaal niet tevreden te zijn.

Genetische aanleg lijkt dus een belangrijke voorspeller van geluk te zijn.¹⁴ Eigenschappen die vaak samen gaan een hoog geluksniveau zijn bijvoorbeeld extraversie en optimisme, terwijl materialisme en neuroticisme juist samengaan met minder geluk.¹⁵ Over het algemeen blijkt dat een goed sociaal netwerk één van de beste voorspellers van geluk is. Eigenschappen die sociaal contact

¹³ Deze schattingen zijn gebaseerd op het werk van Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: the architecture of sustainable change. *Review of general psychology*, 9(2), 111-131 en Veenhoven, R. (2000)

¹⁴ Bartels, M. (2015). Genetics of wellbeing and its components satisfaction with life, happiness, and quality of life: A review and meta-analysis of heritability studies. *Behavior Genetics*, 45(2), 137-156.

¹⁵ Diener, E. & Lucas, R.(1999). Personality and subjective well-being. In: Kahneman, D., Diener, E. & Schwarz, N. (eds.) *Well-being: Foundations of Hedonomic Psychology*. New York: Russel Sage Foundation; Hudders, L. & Pandelaere, M. (2011). The silver lining of materialism: the impact of luxury consumption on subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 13(3): 411-437..

vergemakkelijken gaan dan ook doorgaans samen met meer geluk. Hoe bepaalde persoonlijkheidskenmerken bijdragen aan geluk verschilt echter ook tussen landen. Waar in sommige landen extraversie wordt gewaardeerd als een goede eigenschap, wordt netheid meer gezien als een goede kwaliteit in andere landen.¹⁶ Daarnaast wordt de geluksbeleving van mensen bepaald door de keuzes die ze maken en door hun gedrag. Het is cruciaal voor een gelukkig leven om te voorzien in basisbehoeften zoals voldoende voedsel, onderdak, een veilige omgeving, goede sociale contacten, zekerheid en een positief zelfbeeld.¹⁷ Wel zijn we soms ongelukkig in het maken van de juiste keuze – bijvoorbeeld in termen van werk of partner – mede doordat we niet goed weten wat ons gelukkig maakt. Ten slotte zijn er factoren in onze leefomgeving die beïnvloeden hoe gelukkig we zijn. Men kan hier bijvoorbeeld de kwaliteit van de fysieke woonomgeving en sociale cohesie in een buurt.¹⁸ Opvallend genoeg blijkt economische groei slechts een beperkte invloed te hebben op ons geluk. Zoals beschreven in de *Easterlin Paradox*, worden mensen nauwelijks gelukkiger naarmate zij meer inkomen hebben, zolang zij tenminste in al hun basisbehoeften kunnen voorzien.¹⁹ Bovendien is inkomen onderhevig aan zogenoemde adaptatie-effecten. Dit betekent dat we in eerste aanleg wel een beetje gelukkiger van meer inkomen, maar dat na verloop van tijd we aan dit inkomen wennen

Hierbij moet tevens worden opgemerkt dat de leefomgeving een grotere rol speelt wanneer men verschillen tussen landen probeert te verklaren dan wanneer men verschillen binnen landen wil verklaren. Zo kunnen de verschillen in geluk tussen gemeenten in Nederland voornamelijk worden verklaard aan de hand van een selectie van ongelukkige mensen in steden.²⁰ Zo hebben grote steden disproportioneel veel alleenstaanden, armen, werklozen en migranten binnen hun gemeentegrenzen wonen en deze groepen zijn gemiddeld genomen minder gelukkig (zie Figuur C).

Figuur C:
Geluk naar groep in de samenleving

	Percentage gelukkig		Percentage gelukkig
<i>Jonger dan 35</i>	90,4%	<i>Betaald werk</i>	90,2%
<i>36-50</i>	86,8%	<i>Werkloos</i>	71,7%
<i>51-65</i>	85,7%	<i>Vrijwilligerswerk</i>	86,0%
<i>65+</i>	84,7%	<i>Arbeidsongeschikt</i>	57,8%
		<i>Student</i>	92,0%
<i>Man</i>	88,4%	<i>Huisman/vrouw</i>	83,7%
<i>Vrouw</i>	86,5%	<i>Gepensioneerd</i>	85,1%

¹⁶ Diener, E., Oishi, S. & Lucas, R. (2003). Personality, culture and subjective well-being: emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54(1): 403-425.

¹⁷ Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370-396.

¹⁸ Ott, J. (2001). Government and happiness in 130 Nations: good governance fosters higher level and more equality of happiness. *Social Indicators Research*, 102(1), 3-22; Helliwell, J. F., & Putnam, R. D. (2004). The social context of well-being. *Philosophical Transactions: Biological Sciences*, 1435-1446.

¹⁹ Easterlin, R. (1974). Does economic growth improve the human lot? Some empirical evidence. In P.A. David and M.W. Reder (eds.) Nations and Households in Economic Growth. New York: Academic Press, pp. 89-125.

²⁰ Burger, M., Hendriks, M., Marlet, G., Van Oort, F., Ponds, R., & Van Woerkens, C. (2017), De geluksatlast, in: Atlas voor Gemeenten 2017, Hoofdstuk 1. Nijmegen: VOC Uitgevers; M.M. Hoogerbrugge & M.J. Burger, 2017: The urban happiness paradox: evidence from migration patterns in Great Britain. Werkdocument, Erasmus University Rotterdam..

<i>Alleenstaand</i>	75,6%	<i>Laagste inkomenskwartiel</i>	75,4%
<i>Stel</i>	90,1%	<i>2e inkomenskwartiel</i>	82,9%
<i>Stel met kind(eren)</i>	91,3%	<i>3e inkomenskwartiel</i>	89,1%
<i>Alleenstaand met kind</i>	76,8%	<i>Hoogste inkomenskwartiel</i>	91,7%
<i>Gebuid</i>	90,0%	<i>Autochtoon</i>	88,5%
<i>Gescheiden</i>	74,4%	<i>Westerse allochtoon</i>	83,4%
<i>Weduwe</i>	74,5%	<i>Niet-Westerse allochtoon</i>	78,0%
<i>Nooit gebuid</i>	88,0%		
<i>Alleenstaand (Combinatie)</i>	84,5%	<i>Basisonderwijs</i>	83,5%
		<i>vmbo</i>	86,9%
<i>Geen</i>	87,4%	<i>mbo/ havo/ vwo</i>	88,2%
<i>Rooms-katholiek</i>	88,3%	<i>hbo/ wo</i>	89,7%
<i>Protestants</i>	89,4%		
<i>Islamitisch</i>	75,9%		

Noot: waarde geeft het percentage weer dat gelukkig is. Zij scoren (gemiddeld) een 7 of hoger op de 11-puntsschaal van levenstevredenheid en/of geluk en een 4 of hoger op de 6-puntsschaal voor stemmingsniveau.²¹

Sturen op geluk in Nederland?

Valt geluk nog te vergroten in Nederland? Ondanks dat het geluksniveau in Nederland al hoog is en het geluksniveau deels is aangeboren of duurzaam verankerd ligt in de persoonlijkheid, betekent dit niet dat geluk niet verbeterd kan worden.²² De grote verschillen in geluk tussen landen geven aan dat het gemiddelde geluk van burgers in een land sterk afhankelijk blijkt van de kwaliteit van de samenleving. Denk hierbij ook aan de eerder genoemde voorbeelden van Tanzania en Togo, waarin mensen zeer laag scoren op geluk, wat te verklaren is aan de slechte kwaliteit van de samenleving aldaar. Bovendien is het gemiddelde geluk in landen niet onveranderlijk, althans niet in alle landen. Het gemiddelde geluk ligt nog steeds hoger in Scandinavische landen (Denemarken, Noorwegen, Zweden, IJsland) en wat in die landen kan moet ook kunnen in Nederland.

Vergelijkbare stijgingen hebben zich al in andere landen voorgedaan.²³ De overheid kan hier een rol in spelen gezien ook veel van de voorwaarden voor geluk bevattelijk zijn voor beleidsmatige beïnvloeding. Sturen op geluk kan hierin niet alleen als mogelijk maar ook als wenselijk worden gezien, omdat het iets is dat burgers willen en de maximalisering van geluk waarschijnlijk niet zal leiden tot de aantasting van andere waarden in de samenleving, zoals mensenrechten en autonomie.²⁴ Bovendien heeft geluk gunstige neveneffecten. Zo doen bijvoorbeeld gelukkige

²¹ Burger, M., Hendriks, M., Marlet, G., Van Oort, F., Ponds, R., & Van Woerkens, C. (2017), De geluksatlast, in: *Atlas voor Gemeenten 2017*, Hoofdstuk 1. Nijmegen: VOC Uitgevers.

²² Veenhoven, R. (2009). Groter geluk voor een groter aantal. Is dat mogelijk en wenselijk? Is dat mogelijk en wenselijk? *Ethiek & Maatschappij*, 12(1), 25-50.

²³ Veenhoven, R. & Hagerty, M. (2006) Rising happiness in nations 1946-2004: a reply to Easterlin, *Social Indicators Research*, 79(3), 421-436.

²⁴ Veenhoven, R. (2009). Groter geluk voor een groter aantal. Is dat mogelijk en wenselijk? Is dat mogelijk en wenselijk? *Ethiek & Maatschappij*, 12(1), 25-50.

mensen meer voor verbetering leefomgeving in de zin dat ze meer geven aan goede doelen, meer vrijwilligerswerk doen en vaker gebruik van hun stemrecht maken.²⁵

Het idee dat overheden zou moeten sturen op geluk is overigens niet nieuw en werd al meer dan 200 jaar geleden bepleit door het politiek utilitarisme van Jeremy Bentham.²⁶ Volgens Bentham zou de overheid naar een groter geluk voor een groter aantal mensen moeten streven bij het maken van publieke keuzen. Door de dominantie van andere stromingen (kerk, socialisme en liberalisme) en de gebrekkige wetenschappelijke kennis over geluk kreeg het politiek utilitarisme weinig aandacht. Doordat geluk als individueel en maatschappelijk thema steeds belangrijker wordt en we steeds meer weten over de determinanten van geluk, wordt sturen op geluk praktisch mogelijk. Op nationaal niveau wordt er al over sturen op geluk gepraat, waar Nederland overigens wel achterloopt op een land als Engeland.²⁷ Maar ook op lokaal niveau komt geluk steeds meer terug in overheidsbeleid. In het buitenland zijn steden als Bristol, Seoul en Vilnius al actief bezig met sturen op geluk. Maar ook in steeds meer Nederlandse gemeenten speelt geluk een steeds belangrijkere rol in lokaal beleid, waaronder in de gemeenten, Schagen, Roerdalen, Harlingen, Nieuwegein en Eindhoven. Sturen op geluk komt hierin terug op verschillende beleidsvelden. Men kan hier denken aan beleid omtrent (geestelijke) gezondheidszorg, woonklimaat, werkloosheid en eenzaamheid, welke verantwoordelijkheden ook steeds bij gemeenten komen te liggen omdat ze taken overnemen van de centrale overheid.

Maar hoe werkt sturen op geluk? Ten eerste is het belangrijk dat vooraanstaande bestuurders en politici binnen de gemeenten zich sterk maken voor sturen op geluk. Daarnaast vereist bevordering van geluk in gemeenten vereist dat geluk wordt gemeten en gemonitord. Het is namelijk noodzakelijk om te weten (1) of er nog wel iets te bevorderen valt, (2) hoe geluk bevorderd zou kunnen worden en (3) of specifieke interventies in beleid uiteindelijk ook leiden tot een groter geluk en tot betere prestaties (zie Figuur D).

Op basis van geluksmetingen kunnen aandachtsgebieden voor beleid (werkloosheid, ouderenzorg, etc.) geïdentificeerd worden, prioriteiten gesteld worden en uiteindelijk evidence-based beleid opgesteld en geïmplementeerd worden. Hierbij is het niet alleen belang belangrijk wat voor soort beleid gevoerd wordt, maar ook hoe het beleid geïmplementeerd wordt. Een bottom-up benadering, waarin burgers actief betrokken worden geniet de voorkeur om zo een groter draagvlak voor sturen op geluk te creëren. Ten slotte kan het succes van het geluksbeleid getoetst worden aan de hand van toename van geluk van de bevolking of delen van de bevolking. Deze methodiek kan gezien worden als een alternatief voor traditionele kosten-batenanalyse, waarbij beleidseffecten niet alleen gemonariseerd worden, maar ook uitgedrukt worden in een gelukswinst of gelukswinst per euro.²⁸

²⁵ Veenhoven, R. (2009). Groter geluk voor een groter aantal. Is dat mogelijk en wenselijk? Is dat mogelijk en wenselijk? *Ethiek & Maatschappij*, 12(1), 25-50.

²⁶ Bentham, J. (1776) *A Fragment of Government*. Cambridge, MA: Cambridge University Press.

²⁷ Maar zie bijvoorbeeld de publicatie van het Sociaal en Cultureel Planbureau uit 2012 'Sturen op Geluk'.

²⁸ O'Donnell, G., Deaton, A., Durand, M., Halpern, D., & Layard, R. (2014) *Well-being and Policy*, Legatum Institute.

Figuur D:
Sturen op geluk

