

# 'GELUK IS KUNNEN KIEZEN'

*Hoe meer welvaart, hoe meer geluk, denken economen. Volgens socioloog Ruut Veenhoven is dat boven een bepaald welvaartspeil niet meer het geval. Het geluk van mensen hangt dan vooral af van de mate waarin zij, al dan niet in betaald werk, 'lekker bezig kunnen zijn'. En van de mate waarin ze in vrijheid keuzes kunnen maken. 'Nederlanders zijn een heel gelukkig volk.'*

ALS HET KATJE van de burens met overduidelijk plezier probeert een vogel te vangen, denk je niet: uitslover, je krijgt thuis toch goed te eten. Nee, het is fascinerend om te zien hoe het katje als een tijger op de loer gaat liggen, geconcentreerd op de duif die daar argeloos op een tak van de boom zit. Soms komt het tot een sprong, meestal vliegt de vogel voortijdig weg. Maakt niet uit. Het katje vermaakt zich. Het is lekker bezig.

Mensen zijn net als katten. Ze willen van nature ook gewoon 'lekker bezig zijn'. Volgens Ruut Veenhoven, socioloog aan de Erasmus Universiteit Rotterdam en in



de wandeling bekend als 'geluks-professor', is dat één van de redenen waarom de mens zoveel mogelijk aan het werk blijft.

Het verwerven van meer welvaart is volgens Veenhoven niet de belangrijkste drijfveer voor al ons 'druk druk druk'. Hij verklaart dat aan de hand van

vergelijkend onderzoek tussen verscheidene landen: in een arm land dat rijker wordt, stijgt het geluk nog, in rijke landen die nog rijker worden niet. In Nederland is de welvaart sinds 1950 verdubbeld, maar het geluk van de Nederlander is volgens Veenhoven de afgelopen vijftig jaar maar nauwelijks toegenomen. Geld maakt dus inderdaad niet gelukkig. Tenminste, wanneer eenmaal aan de eerste levensbehoeften is voldaan.

'Het is eenvoudig te verklaren. Hier geldt gewoon de economische wet van de *afnemende meer-opbrengsten*. Van de tweede auto, het tweede huis of nog meer vakanties wordt een mens niet nóg gelukkiger. Hij raakt verzadigd.' Dat betekent volgens Veenhoven allerminst dat we het dan allemaal even goed wat kalmer aan kunnen gaan doen. Juist niet — we moeten lekker doorgaan. 'De menselijke natuur moedigt ons aan bezig te zijn. We willen nieuwe kunstjes leren en nieuwe vaardigheden ontwikkelen. Geluksmomenten zijn daarom altijd verbonden aan een bezigheid.

'Het geluksniveau is in Nederland zo krankzinnig hoog, omdat we

hier met zijn allen lekker bezig zijn. Daarvoor hebben we wel een soort raamwerk nodig, en in Nederland vinden we dat in vooral in werken voor de baas.

‘Ik moet hierbij wel opmerken dat het werk in Nederland in de loop der jaren een stuk *leuk*er is geworden. Bovendien kunnen mensen die het niet leuk vinden, vluchten. In ander werk, in een uitkering of in minder werken. Natuurlijk zijn er mensen die afbranden of die balen van hun werk. Maar je moet in het oog lopende problemen niet algemeen verklaren en daarmee de hoofdlijn uit het oog verliezen. En die hoofdlijn is dat wij Nederlanders een heel gelukkig volk zijn.’

De Nederlander zou het geld dat hij verdient door bij die baas lekker bezig te zijn, dus even goed op een spaarrekening kunnen zetten. Van de ermee gekochte goederen wordt hij immers op zich niet gelukkiger? ‘Mensen sparen ook wel. Maar waarom zou je met dat geld geen leuke dingen doen? Je reisje naar de Veluwe wordt dus een reisje naar Thailand. Als overheid zou je daaruit overigens wél kunnen concluderen dat je het recept van Robert Frank kunt opvolgen: een forse belasting invoeren op luxe-goederen.’

De Amerikaan Robert Frank schreef het in 1998 verschenen boek *Luxury Fever*, dat — zoals Veenhoven het uitdrukt —

in de Verenigde Staten ‘niet onopgemerkt is gebleven’. Franks theorie is dat mensen consumeren om te imponeren. Kort gezegd: de mens vertoont apenrotsgedrag. Ze werken om met hun nog nieuwere auto indruk te kunnen maken op de buurman, niet omdat ze in het werken zelf zo’n lol hebben.

Deze wedren mag voor die ene rijke wat meer geluk opleveren, voor een samenleving als geheel levert het in totaal niet meer geluk op. Want het iets grotere geluk van de een leidt automatisch tot een vermindering van het geluksgevoel van de minder rijke lotgenoot. Om een einde te maken aan deze krankzinnige *ratrace* stelt Frank een belastingverhoging op luxe-goederen voor. Hard werken verbieden kan de overheid immers niet, want dat druist tegen de menselijke natuur in.

Een andere Amerikaan, Robert Lane, emeritus hoogleraar politicologie aan Yale University, gelooft dat het geluk van de Westerse mens wel degelijk aan het afnemen is. In een recent boek, *The loss of happiness in market democracies*, vaart Lane uit tegen de Amerikanen die volgens hem de verkeerde prioriteiten stellen: hard werken en geld verdienen vinden ze belangrijker dan hun sociale contacten. Volgens Lane zijn de Amerikanen depressiever en wantrouwiger geworden en eroderen hun

emotionele banden met familie en vrienden.

Veenhoven bestrijdt dat het geluk van de Amerikaan vermindert. Volgens hem zijn de Amerikanen, net als de inwoners van de meeste andere Westerse landen, de laatste dertig jaar gemiddeld iets gelukkiger geworden. Veenhoven vindt dat Lane te eenzijdig gekeken heeft naar familiecontacten. ‘Die worden inderdaad minder. We zitten niet meer met de hele familie aan tafel te ganzenborden. Maar daarvoor is iets in de plaats gekomen: we hangen nu met onze vrienden gezellig in de kroeg.

‘Lane heeft voor mij niet waar kunnen maken dat de eenzaamheid van de mens is toegenomen. Het aantal echtscheidingen is weliswaar fors toegenomen. Lane, en veel mensen met hem, denken dan: zie je wel, eenzaamheid. Lane schrijft die toename van het aantal echtscheidingen toe aan de markteconomie. Maar hij ziet niet dat die echtscheidingen leiden tot nieuwe relaties en netwerken. Dat kost aanvankelijk pijn en vaak ook geld, maar al relatief snel zijn die gescheiden mensen weer gelukkig. De eenzaamheid is dan ook niet toegenomen, maar gelijk gebleven, nog steeds op een betrekkelijk laag niveau.’

Maar hoe zit het dan met de vijftigers, de eerste generatie yuppen, die ineens lijken te ontdekken dat hard werken ook

niet alles is en dat nu luidkeels verkondigen als dé nieuwe levenswijsheid? Bewijst dat dan niet dat leuk en hard bezig zijn niet gelukkig maakt? Dat er een kritische grens is bereikt? Ook hierdoor laat Veenhoven zich niet overtuigen. ‘Och, die mensen hebben een tijdlang geyupt, worden nu ouder en krijgen daardoor minder energie. Dus kiezen ze voor een andere levensstijl. Eén die beter past bij deze fase in hun leven. Maar dat wil helemaal niet zeggen dat de rest niet met plezier hard werkt.’



**Nederlanders zijn blijkens onderzoek de laatste decennia nog een fractie gelukkiger geworden. Scoorden we begin jaren tachtig 3,30 op een vierpuntsschaal, tien jaar later was dat 3,39. Daarmee zijn we het gelukkigste volk ter wereld**  
Bron: World Database of Happiness.

‘In Nederland zie je ook helemaal niet dat de rijkere gelukkiger zijn. Tussen persoonlijke welvaart en geluk is in Nederland weinig verband. In arme landen maakt het natuurlijk wel verdomd veel uit, want daar betekent meer geld dat je te eten hebt, maar bij ons is dat niet het geval.’

Het woord *kiezen* keert telkens terug in het gesprek. Als een mens ergens gelukkig van blijkt te worden, dan is het van kunnen kiezen. Het spreekwoord ‘kiezen is verliezen’, klopt blijkbaar niet. Kiezen is juist winst.

‘Van meer welvaart neemt ons geluk niet toe. Maar als je een verband legt tussen individualiteit en geluk, dan zie je dat ons geluk nog steeds aan het toenemen is. Meer individualiteit levert ons meer geluk op.’

Een samenleving wordt volgens Veenhoven individualistischer naarmate een mens meer keuzemogelijkheden heeft, en naarmate hij ook beter is toegerust om keuzes te maken. ‘Vroeger werd vaak gezegd: door die individualisering fragmenteert de samenleving, iedereen denkt alleen maar aan zichzelf. Het klassieke begrip *the lonely crowd* hoort daarbij. Mensen die deze theorie aanhangen, kijken naar het

aantal depressieve mensen, het aantal zelfmoorden of verslaafden. Allemaal leed. Maar wat blijkt nu uit onderzoek: hoe individualistischer, des te gelukkiger de mens.

Eigenlijk is dat ook wel logisch. Ik verklaar dat altijd met het verhaal van de nieuwe jas. In een niet-geïndividualiseerde samenleving is er maar één soort jas op de markt. Gemiddeld zal die jas wel passen, maar voor grotere mensen is hij te klein en voor kleinere mensen te groot. Die zijn dus niet gelukkig met die jas. Wij kunnen kiezen uit een keur van jassen. Daardoor neemt het aantal mensen met een passende jas toe, dus ook het aantal mensen dat gelukkig is met die jas. Maar we kunnen natuurlijk, na urenlang naar het rek te hebben gestaard, toch met de verkeerde jas thuis komen. Dat geldt ook voor andere keuzes in ons leven.’

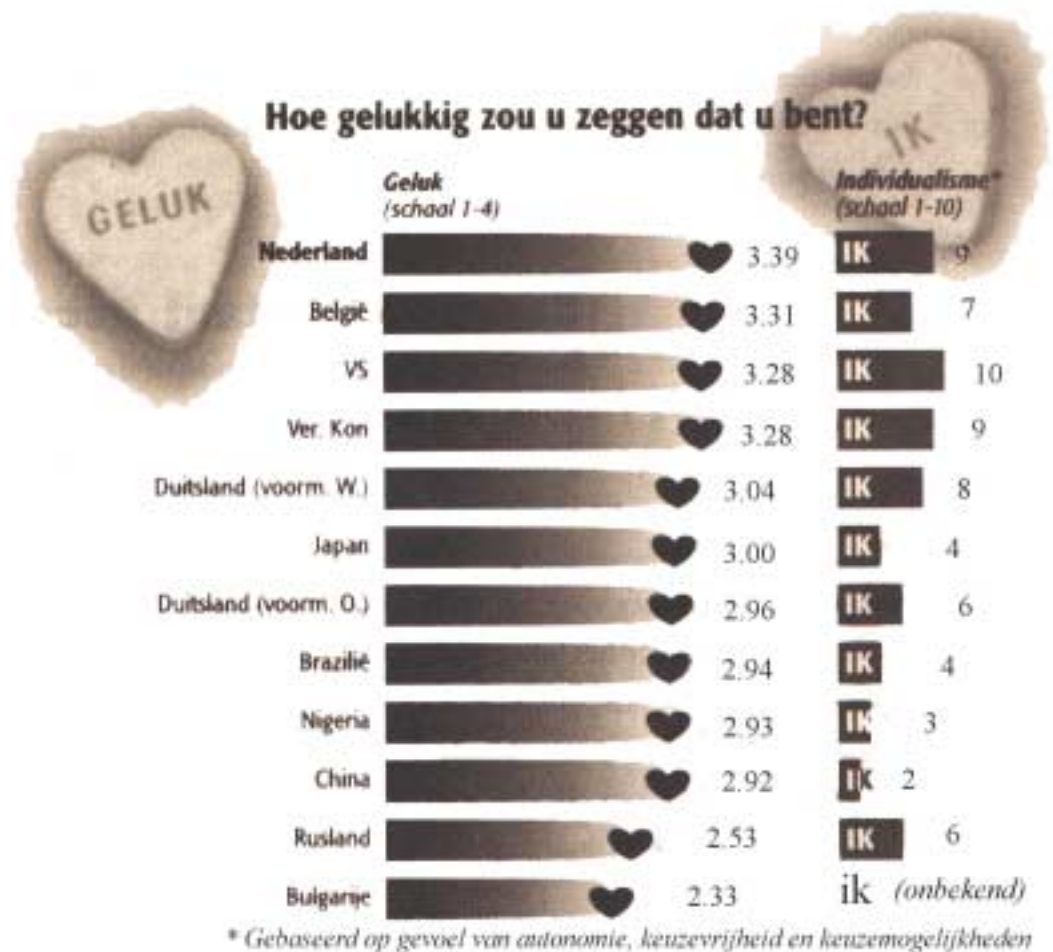
‘De meerkeuzemaatschappij heeft dus ook nadelen. Door een verkeerde keuze kan de individuele mens in een dip raken. Dat ongeluk loopt natuurlijk erg in het oog. Maar blijkbaar zijn de voordelen van de keuzevrijheid toch groter dan de nadelen.’

Zijn er grenzen aan de individualisering? ‘Ik denk wel dat de lijn ooit zal afbuigen, dat ergens in de toekomst méér individualiteit niet zal leiden tot nog meer geluk. Maar we zijn nog niet aan die grens. En ik zie hem ook nog niet.

Er zijn maatschappijcritici die zeggen dat we in Nederland doorschieten met de individualisering. Bij voorbeeld door onze houding ten opzichte van drugs of euthanasie. Maar wat blijkt:

Nederlanders zijn heel gelukkig, juist vanwege die vrijheden. Wij zijn gelukkiger dan Amerikanen, juist omdat wij ons ook op het persoonlijke vlak vrijheden kunnen veroorloven.

Natuurlijk zijn er mensen die met die vrijheden niet kunnen omgaan. De gelukkigste mensen zijn dan ook degenen die kunnen kiezen.’



# Welbevinden op een vierpuntsschaal

Economen zijn geneigd geluk en materiële welvaart over één kam te scheren. Ruut Veenhoven, hoogleraar sociologie aan de Erasmus Universiteit Rotterdam, vindt dat niet terecht. Hij definieert geluk als ‘plezier hebben in het leven’, en niet als ‘in goede levensomstandigheden verkeren’. Door dit onderscheid te maken zegt hij te kunnen nagaan in hoeverre welvaart bijdraagt aan geluk.

Veenhoven, directeur van de *World Database of Happiness*, meet in zijn onderzoek geluk door er respondenten gewoon rechtstreeks naar te vragen: *Alles bij elkaar genomen, hoe gelukkig*

zou u zeggen dat u bent? Zeer gelukkig, redelijk gelukkig, niet zo gelukkig of ongelukkig? Zo krijgt Veenhoven antwoorden op een schaal van een tot en met vier.

Uit vergelijkend onderzoek tussen verscheidene landen blijkt volgens Veenhoven dat — als eenmaal aan de eerste levensbehoeften is voldaan — méér welvaart mensen niet gelukkiger maakt. Zo scoorde Nederland begin jaren negentig op de geluksschaal 3,39. Tien jaar eerder was dat iets lager (3,30), terwijl in de tussenliggende jaren de koopkracht met ruim 73 procent was toegenomen.

Een relatief arm land als Bulgarije scoorde begin jaren negentig op de geluksschaal 2,33. De koopkracht was daar toen ruim 330 procent lager dan in Nederland. Volgens Veenhoven lag begin negentig het verzadigingspunt, waarbij méér welvaart niet langer leidt tot meer geluk bij een koopkracht waar Bulgarije toen nog ruim 50 procent onder zat en Nederland al ruim 50 procent boven.

In rijke landen blijkt er geen duidelijke correlatie te bestaan tussen persoonlijk geluk en materiële rijkdom. Volgens Veenhoven kan slechts 2 procent van het verschil in landen worden toegeschreven

aan inkomensverschillen. Bij armere landen is dat verband wel sterker.

Veenhoven concludeert op basis van zijn onderzoek dat economen zich bij het legitimeren van economische groei niet kunnen beroepen op het argument dat die groei het menselijk geluk bevordert. Ook voorstanders van inkomens-nivellering kunnen volgens hem niet volhouden dat herverdeling leidt tot meer geluk.