

TONNY LELIEVELDT-POT

Geïndividualiseerd, bejaard en toch meetbaar gelukkig

Buiten huilt de wind om het huis,
maar de kachel staat te snorren op vier.
Er hangt een lapje voor de brievenbus
en in de tochtigste kieren zit papier.
We waren heel erg arm
en niemand hield van ons.
Maar we hadden thee en nog geen tv,
maar wel radio en lange vingers.
We gingen nog in bad,
haartjes nat, nog even op,
totdat Vader zei: "Vooruit, naar bed."
Dan kregen we een kruik mee.
Gezichten op 't behang,
maar niet echt van binnen bang.
Toen was geluk heel gewoon.

In dit eerste couplet van het liedje '1948' roepen Van Kooten en De Bie het beeld op van het Nederlandse gezin in de na-oorlogse jaren: arm, enigszins op zichzelf als een hechte groep in warme genegenheid bijeen. Het 'Vooruit, naar bed' van de vader wijst op zijn onaantastbaar vaderlijk gezag. Men was gewoon gelukkig.

Zouden we nu bij een gezin naar binnen kijken, dan trefden we het centrale punt, de snorrende huiskamerkachel, niet meer aan. De centrale verwarming van tegenwoordig maakt dat de gezinsleden zich door het hele huis verspreiden. Ze zitten op hun eigen kamer en hebben daar vaak tv en een computer. Ook de omgangsvormen tussen ouders en kinderen zijn veranderd. Het korte bevel om naar bed te

gaan heeft plaats gemaakt voor onderhandelingen over 'waarom en wanneer'. En is nú geluk net zo gewoon als toen?

Deze vraag dringt zich op nu men ziet dat er in levensstijl en omgangsvormen een verschuiving gaande is van gerichtheid op de groep waartoe je behoort, naar gerichtheid op het individu; naar allereerst opkomen voor je eigen belang en pas in een later stadium rekening houden met het belang van de ander. In het verlengde daarvan neemt ook het vanzelfsprekende gezag van de vader af, onder het motto: 'Dat bepaal ik zelf wel'.

I. INLEIDING

Van groep naar individu; van gezag naar onderhandeling
Deze geleidelijke overgang van groeps- naar individueel belang en van afnemend gezag van autoriteiten in het algemeen gaat niet alleen op voor de kleine eenheid van het gezin. Ook in werkverbanden en op scholen is dit verschijnsel zichtbaar. Zelfs op het niveau van samenlevingen is het waar te nemen.

Er bestaan in deze wereld nog heel wat collectivistisch georiënteerde samenlevingen waarin het groepsbelang voorop staat en autoriteiten nog onverbiddelijk gezag hebben. Tegelijkertijd zijn er meer individualistisch georiënteerde maatschappijen waar het accent ligt op de keuzevrijheid van de enkeling. De vroegere gezagsuitoefening is vervangen door onderhandelingen over welk belang voorrang heeft. Westerse samenlevingen zijn zich al heel lang in deze richting aan het ontwikkelen.

Zoals vaker als zich veranderingen voordoen, vraagt men zich af of de mensen die het betreft, er voor- of achteruit op zijn gegaan. Ofwel: hoe gelukkig voelen mensen zich in de hedendaagse meer geïndividualiseerde samenlevingen? Zijn ze er al met al gelukkiger op geworden? Extra nieuwsgierig kan men zijn naar het geluksgevoel van

ouderen, die immers zijn opgegroeid met de levensstijl en de omgangsvormen uit een meer collectivistisch tijdperk. Velen zijn de mening toegedaan dat het geluksgevoel van mensen moeilijk te bepalen is. Men vindt het een heel persoonlijk gevoel dat ieder moment weer anders kan zijn.

Toch zijn er wetenschappers die methoden hebben ontwikkeld waarmee ze geluk kunnen meten. Eén van hen is Ruut Veenhoven. Hij doet al enige decennia onderzoek naar geluk en naar factoren die het geluk bevorderen. Voor dit artikel heb ik gebruik mogen maken van uitkomsten van door hem verricht onderzoek.¹

Veenhoven heeft een antwoord gevonden op de vraag hoe gelukkig mensen in een geïndividualiseerde samenleving zijn en ook hoe dat voor ouderen uitpakt. Twee figuren geven de resultaten van dit onderzoek weer.

Om deze te kunnen 'lezen' is het nuttig wat voorwerk te doen. Dus komen eerst definities van termen als geluk en geïndividualiseerde samenleving aan de orde. Dan volgt uitleg over de methodes waarmee deze begrippen gemeten worden. Tenslotte worden in twee figuren de uitkomsten van de metingen inzichtelijk gemaakt en met elkaar in verband gebracht.

2.1 DEFINITIE VAN GELUK

Het woord geluk is in allerlei situaties in gebruik, van de emoties bij een mooie zonsondergang tot het gevoel dat je overvalt wanneer de loterij je gunstig gezind is. Bij geluksonderzoek spreekt men van 'geluk/happiness' en 'levenstevredenheid/life satisfaction'. Deze twee termen worden door elkaar gebruikt. Veenhoven gaat uit van de volgende geluksdefinitie: 'the degree to which an individual judges the overall quality of her/his life as-a-whole favorably' ofwel 'de mate waarin mensen over het geheel genomen tevreden zijn met hun leven als geheel'.²

Voor een goed begrip is het noodzakelijk de zorgvuldig gekozen woorden van deze definitie nader toe te lichten.

- ‘de mate’ verwijst naar een bepaalde hoeveelheid die te meten is in categorieën van zeer veel, veel, weinig, niet;
- ‘mensen’ geeft aan dat het gaat om schattingen van individuen, ieder met een eigen subjectieve appreciatie van het leven;
- ‘over het geheel genomen’ wil benadrukken dat bij de inschatting van het geluksgevoel alle menselijke eigenschappen meespelen, zoals verstand en gevoel, waardeoordelen en stemmingen;
- ‘tevreden zijn’ geeft ruimte voor een groot aantal tevredenheidsnuances van ‘heel erg tevreden’ tot ‘absoluut niet’;
- ‘leven als geheel’ ziet erop toe dat de vraagstelling niet uitgaat naar bepaalde aspecten van het leven, zoals huwelijk of werksituatie, maar dat de ondervraagde geacht wordt de balans op te maken van alle zaken die het leven de moeite waard maken.

Gezien deze laatste eis van ‘het opmaken van een balans’ zal het duidelijk zijn dat deze geluksomschrijving beperkt toepasbaar is. Bij dieren, kleine kinderen of verstandelijk gehandicapten, die niet in staat zijn tot dergelijk denkwerk, zullen andere methoden gehanteerd moeten worden om hun geluksbeleving te meten.

2.2 HET METEN VAN GELUK

Nu de definitie van geluk vaststaat, is het meten de volgende stap. Wil men informatie over het geluksgevoel van mensen in een groep, dan zal men de leden van die groep een vraag voorleggen waarin alle elementen uit de geluksdefinitie voorkomen. Deze vraag luidt: “Alles bij elkaar genomen, hoe tevreden bent U met het leven dat U leidt?”

Men kan kiezen uit de volgende antwoorden:

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

Door aan elk antwoord een waarde (*score*) toe te kennen, te kwantificeren, wordt het mogelijk om het gemiddelde geluksgevoel van een groep te berekenen. In dit geval wordt de levenstevredenheid in een schaal van 1 tot 4 uitgedrukt. Daarna telt men alle scores bij elkaar op en deelt die door het aantal positieve antwoorden. Een uitkomst van bijvoorbeeld 3,4 betekent dat het gemiddelde geluksgevoel in de groep hoog ligt. Bij deze meetmethode dient een kanttekening gemaakt te worden over de betrouwbaarheid ervan.

2.3 BETROUWBAARHEID VAN DE METINGEN

Als men het gemiddeld geluksgevoel van een groep wil bepalen, zou het ideaal zijn om alle leden van die groep op hetzelfde moment onder dezelfde omstandigheden identieke vragen voor te leggen. Er is weinig fantasie nodig om te beseffen dat zoiets ondoenlijk is. Daarom nemen onderzoekers voor het verzamelen van gegevens hun toevlucht tot het ondervragen van een deel van de groep. Dit deel, in onderzoeksjargon een steekproef genoemd, dient een zo getrouw mogelijke afspiegeling te zijn van de oorspronkelijke groep, de populatie geheten. Het samenstellen van een steekproef is een kunst apart met eigen criteria, onder meer wat omvang en samenstelling betreft.

Bij de samenstelling let men erop dat er in de steekproef evenveel variatie zit als in de oorspronkelijke groep, de populatie. Dus verhoudingsgewijs evenveel jongeren, ouderen, mannen, vrouwen, meer/minder geschoolden

etc. Men spreekt dan van een representatieve steekproef.

De omvang van de steekproef is eveneens belangrijk voor de mate van betrouwbaarheid. Hoe groter de steekproef, des te meer kans is er dat daarin aangetroffen gegevens (*data*) overeenkomen met de werkelijkheid in de populatie. In de praktijk van dit type onderzoek is 1000 de standaard-omvang van een steekproef. Indien voldoende ondervraagden hebben geantwoord, komen de gegevens uit een dergelijke groep zozeer overeen met de werkelijkheid dat men van een betrouwbare uitkomst mag spreken.

Desondanks zijn er nog steeds critici die hun twijfels hebben over de betrouwbaarheid van metingen via dit soort vraagstellingen. Willen ondervraagden zich wel over zoiets privé's als hun geluksbeleving uitlaten? Geven ze misschien een te pessimistisch of te rooskleurig beeld? Worden ze wellicht beïnvloed door de ondervragers?

Om deze kritische opmerkingen te ondervangen acht Veenhoven een viertal uitgangspunten essentieel:

- eigen uitspraken hebben de voorkeur boven inschattingen door derden;
- anonieme vragenlijsten zijn beter dan *face to face* interviews;
- de vragen moeten gaan over de 'totale waardering van het leven als geheel';
- er moet ruimte zijn voor de categorieën 'geen antwoord' of 'weet niet'.

Een vraagstelling die aan deze voorwaarden voldoet, is in de praktijk betrouwbaar gebleken en zal zeker in gebruik blijven zolang er geen betere meetmethode is ontwikkeld.

2.4 HERKOMST VAN DE GEGEVENS

Voor 'geluksonderzoek' hoeven wetenschappers niet zelf op stap te gaan om ondervragingen te doen. Er zijn namelijk bergen gegevens beschikbaar. Zo bestaat er sinds

begin jaren tachtig het Wereldwaardenonderzoek, de World Value Survey, dat opvattingen over geloof en waarden inventariseert. De standaard-vragenlijst bevat de hierboven geciteerde geluksvraag.

Bij de laatste onderzoeksrunde (1996) interviewde men in meer dan zestig landen tussen de 1000 en 2000 mensen. Deze personen kregen daarbij ook allemaal de vraag over het geluk ter beantwoording voorgelegd.

Een andere bron van informatie is de World Database of Happiness van Ruut Veenhoven.³ Daarin zijn geluksgegevens te vinden uit allerlei wetenschappelijke onderzoeken van anderen. Het bestand dat vrijwel dagelijks wordt aangevuld, is uitgegroeid tot een verzameling gegevens uit tweeënegentig landen, die de jaren 1945-1998 omvat. Naast de geluksscores vindt men er ook de onderzoeksvragen, de aantallen geïnterviewden en de vindplaatsen van de onderzoeken die als uitgangspunt dienen.

3.1 DE GEÏNDIVIDUALISEERDE SAMEN- LEVING LANGS DE MEETLAT

Metingen door middel van steekproeven worden ook gebruikt om uit te zoeken of een samenleving het predikaat 'individualistisch' kan krijgen. Maar waaraan is dit af te meten? Anders dan bij het geluksgevoel gaat het hier om een nog ingewikkelder begrip. Daarom gebeurt dit onderzoek via omwegen. De onderzoeker speurt naar wegwijzers, indicatoren, die kenmerkend zijn voor een individualistische oriëntatie.

3.2 INDICATOREN VOOR INDIVIDUALISATIE

In de inleiding werd vanuit twee invalshoeken bekeken of er sprake is van een individualistisch georiënteerde samenleving: enerzijds de levensstijl en het gedrag van het indivi-

du en anderzijds de verhouding tussen individu en het gezag dat boven hem staat.

De levensstijl, het gedrag van het individu is af te lezen aan de wens om in vrijheid eigen keuzes te maken.

Kenmerkend voor het gezag, meestal de overheid, is dat het ruimte laat aan het individu en dat het democratische kaders voor overleg in stand houdt. Deze verschijnselen noemt men indicatoren voor individualisering.

3.2.1 *Indicatoren met betrekking tot het individu*

Om gegevens te verkrijgen over individuen kan men steekproefsgewijs mensen ondervragen over hun verlangens

– op privé-terrein: wat denken zij van vrije keuze van huwelijkspartner, kindertal, abortus, echtscheiding, euthanasie;

– op publiek gebied: wat is bijvoorbeeld hun mening over vrij ondernemerschap, kiesrecht, politieke partijen, vakbonden.

Een ander gegeven waaraan keuzemogelijkheden van mensen kunnen worden afgemeten, is de mate van schooling. Hoe hoger opgeleid, des te beter is een mens in staat zijn eigen verlangens te effectueren. Ook de beschikbaarheid van informatiemiddelen, zoals kranten, radio en tv telt. Dit is op zijn minst een indicatie dat mensen geïnformeerd kunnen zijn.

3.2.2 *Indicatoren met betrekking tot de overheid*

De gegevens worden verzameld via een checklist. Ook hier dient men weer een onderscheid te maken in privé en publiek terrein.

– Is er wetgeving die de privéwensen van burgers met betrekking tot bijvoorbeeld huwelijk, echtscheiding, abortus honoreert?

– In de publieke sfeer: hoe democratisch is het regiem? Zijn er vrije verkiezingen en politieke partijen, is er democratische besluitvorming?

Per onderdeel (huwelijkswetgeving, strafwetgeving,

politieke partijen, verkiezingen, e.d.) worden er scores bepaald en daarna wordt er, net als bij een gemiddeld rapportcijfer, een eindscore vastgesteld. Deze geeft, meestal op een schaal van 1 tot 10, de mate van individualisatie van een land aan.

Voor wie meer wil weten over deze landenscores en meetmethodes is een bezoekje aan de website van Freedom House aan te bevelen.⁴ Deze organisatie onderzoekt continu per land de stand van zaken op het gebied van deze zogeheten burgerlijke en politieke rechten. Op de website staat het 'rapportcijfer' van 182 staten.

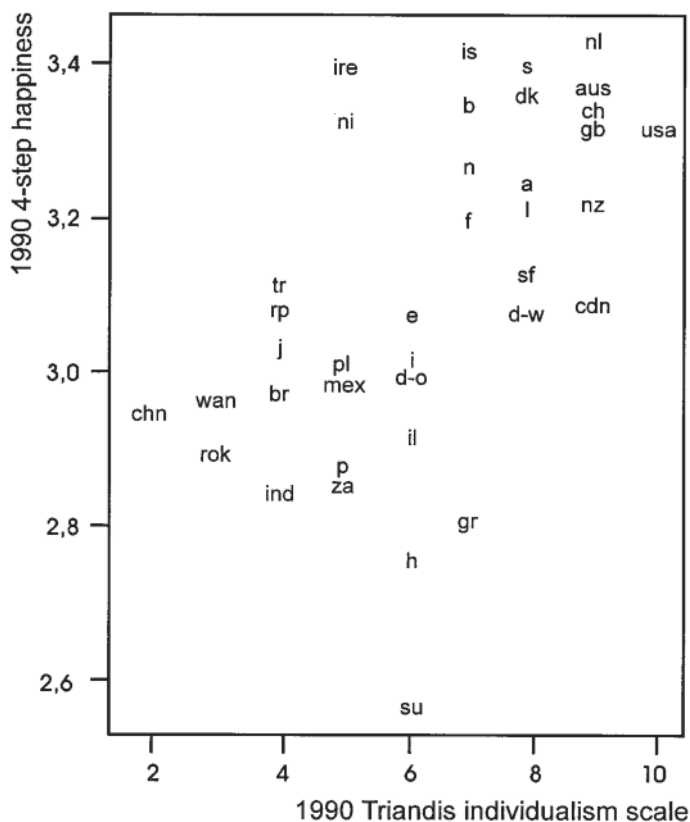
4. VERBAND TUSSEN GELUK EN INDIVIDUALISERING

Nu enig inzicht is gegeven in de wijze waarop geluksscores en landenscores voor de mate van individualisatie tot stand komen, is het mogelijk naar het verband tussen die twee te kijken. Dit is zichtbaar gemaakt in figuur 1 (zie volgende pagina).

De horizontale as geeft de 'individualiteits'-score aan, uitgedrukt in getallen van 1 tot 10. De verticale as is de 4-punts geluksschaal. Ondervraagden konden immers met cijfers van 1 tot 4 antwoorden. Aangezien echter de gemiddelde geluksscore tussen 2,5 en 3,4 ligt, is alleen dit gedeelte van de schaal weergegeven.

Het ligt voor de hand als eerste Nederland op te zoeken. Voor de mate van individualisatie is de score 9, voor geluk 3,4. Waar die twee punten, de coördinaten, bij elkaar komen staat dus 'nl.' Ons land is daarmee een goed voorbeeld van een hoge mate van individualisatie, gecombineerd met een groot gemiddeld geluksgevoel. Met andere woorden: voor Nederland geldt dat er een positief verband is tussen individualisatie en geluk.

Het 'plaatje' als geheel laat nog meer zien. De coördina-



Figuur 1. Individualisering en Geluksgevoel in 38 landen, begin 90-er jaren.

a	Oostenrijk	e	Spanje	j	Japan	rok	Z-Korea
aus	Australië	f	Frankrijk	l	Luxemburg	rp	Filippijnen
b	België	gb	Engeland	mex	Mexico	s	Zweden
br	Brazilië	gr	Griekenland	n	N-Ierland	sf	Finland
cdn	Canada	h	Hongarije	ni	Noorwegen	su	Rusland
ch	Zwitserland	i	Italië	nl	Nederland	tr	Turkije
chn	China	il	Israël	nz	Nw-Zeeland	usa	Ver.Staten
d-o	O-Duitsland	ind	India	p	Portugal	wan	Nigeria
d-w	W-Duitsland	ire	Ierland	pl	Polen	za	Z-Afrika
dk	Denemarken	is	IJsland				

ten van de achtendertig landen liggen in een min of meer brede band van linksonder naar rechtsboven. Dat geeft aan dat bij toename van de individualisatie het gemiddelde geluk groter wordt. Betekent dit nu dat individualisatie de enige factor is die het geluk van mensen bepaalt? Neen, het is ingewikkelder. Want vergelijkt men vervolgens het blokje landen links onderaan met de landen rechtsboven, dan valt waar te nemen dat er een soort tweedeling is tussen arme en rijke landen.

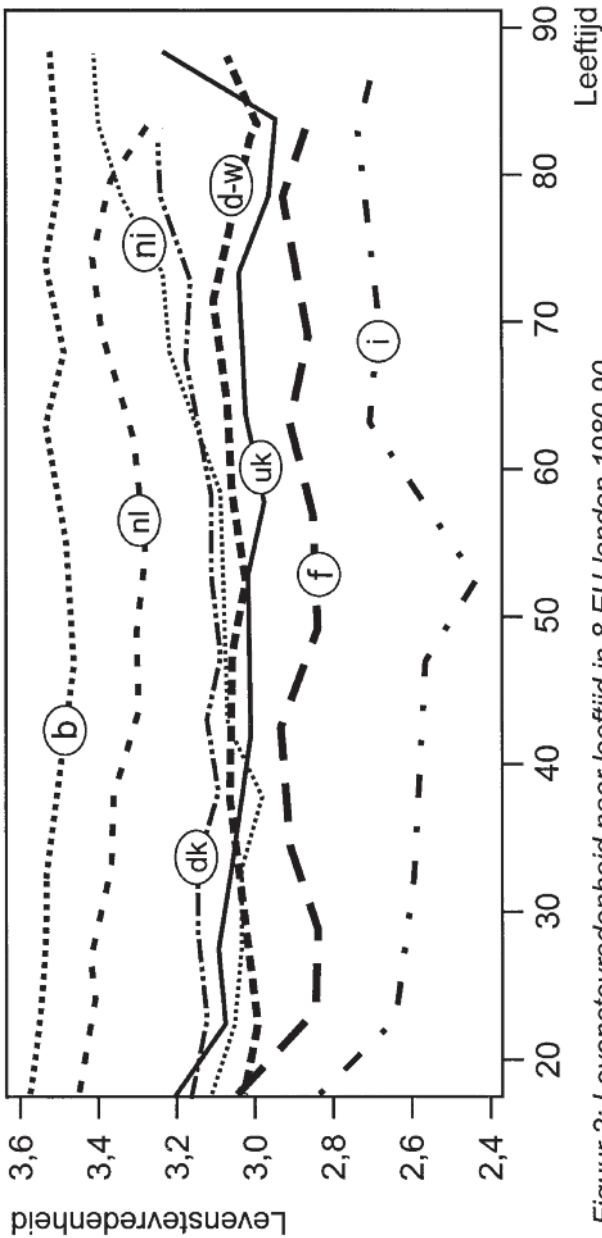
Heeft geluk dan misschien ook te maken met welvaartsniveau? Dat lijkt waarschijnlijk en dat blijkt ook zo te zijn. Echter, dit plaatje geeft daar geen antwoord op. Dit is wel te vinden bij vervolgonderzoek van Veenhoven. Hij groepeerde de onderzochte landen opnieuw, maar nu naar hoog en laag welvaartsniveau en keek toen nóg eens naar het verband tussen de mate van individualisatie en geluk. De uitkomst was dat wat betreft het geluksgevoel eigenlijk alleen inwoners van welvarende landen er bij toenemende individualisatie flink op vooruit gaan.

5. LEVENSVOLDOENING BIJ OUDEREN

De bedoeling van dit artikel is om ook in te gaan op het geluksgevoel bij ouderen. Voor deze groep die opgegroeid is in een meer collectief georganiseerde samenleving, moet leven in een individualistisch georiënteerde maatschappij een nieuwe belevenis zijn.

Onder de titel *Is langer leven nog wel leuk?* doen Okma en Veenhoven verslag van hun onderzoek naar het geluksgevoel van ouderen.⁵ De titel suggereert dat ouderen zich niet happy voelen in een samenleving als de onze. Toch is de uitkomst anders dan de titel doet verwachten.

Dit blijkt uit de antwoorden die de onderzoekers vonden op de vraag: Hoe is het gesteld met het geluksgevoel van ouderen in een zich steeds verder individualiserende samenleving? Zij maakten daarbij gebruik van de gegevens



Figuur 2: Levensverwachting naar leeftijd in 8 EU-landen 1980-90.

b België dk Denemarken d-w W-Duitsland f Frankrijk i Italië ni Nederland uk Engeland

van de Eurobarometer. Dit is een sinds 1973 lopend onderzoek, voornamelijk gericht op de vraag hoe inwoners van de EU-landen denken over de Europese eenwording. Het wordt tweemaal per jaar gehouden in een steekproef van 1000 ondervraagden per land. Op jaarbasis levert dit dus 2000 data per land op. Dit is ruim voldoende voor de statistische eis van betrouwbaarheid. In deze Eurobarometer is ook de hierboven geciteerde geluksvraag opgenomen. De antwoorden, gebaseerd op de gegevens uit 8 EU-landen gedurende tien jaar, zijn weergegeven in figuur 2.

Op de horizontale lijn staan de leeftijden, variërend van 18 tot 80+, op de verticale lijn de gemiddelde geluksscores. De gemiddelden bewegen zich tussen 2.6 en 3.6, een smal gebied van variatie. Daarbij vallen twee dingen op.

Een te verwachten daling bij het ouder worden – is langer leven nog wel leuk? – is niet te zien. In de meeste landen ligt het begin van de lijn op een hoog niveau. Tussen 18 en 23 is er, in wisselende mate per land, een daling zichtbaar die zich voortzet tot rond de 50 jaar. Daarna is er in een aantal landen een stijgende tendens. De ouderen scoren boven verwachting in bijna elk land even hoog als de jongeren in die samenleving.

Onderzoek als dit fungeert als *eye opener* en baant daarmee de weg naar nieuw onderzoek. Het is heel wel denkbaar dat iemand anders hierin aanleiding ziet om met een vragenlijst in de hand de oudere generatie langs te gaan om hen diepgaand te interviewen over de herkomst van hun welbevinden.

Het tweede opmerkelijk verschijnsel is dat de scores per land duidelijk verschillen. De uitersten zijn Italië met de laagste gemiddelde score (rond 2,7) en België met de hoogste (ca. 3,5). Kennelijk voelen de Belgen zich in het algemeen gelukkiger. Als dit verschil te maken heeft met de mate van individualisatie in deze landen, dan is individualisering voor ouderen in deze tijd kennelijk geen negatieve factor voor hun welbevinden. Ook hier moeten we er

weer rekening mee houden dat individualisering niet de enige factor is die het geluksgevoel negatief of positief beïnvloedt. Er zal ongetwijfeld meer meespelen, maar wat?

Ieder onderzoek levert zo weer stof op voor een vervolg. Bijvoorbeeld: waar komt dat verschil in levenstevredenheid tussen Italianen en Belgen vandaan? Veenhoven zegt op basis van ander onderzoek hierover: “De verschillen in gemiddelde levensvoldoening tussen Europese landen worden voornamelijk veroorzaakt door het cultureel klimaat. In de egalitaire en individualistische noordwestelijke landen van de EU scheppen mensen meer plezier in het leven dan in de wat autoritairdere en collectivistischere mediterrane landen. De verschillen hangen niet samen met welvaart en sociale zekerheid.”

6. TENSLOTTE

Wat eventueel verder onderzoek aan het licht mag brengen, is op dit moment niet zo belangrijk. Wat nú telt is de wetenschap dat uit studies blijkt dat in het Nederland van 2003 geluk nog steeds ‘heel gewoon’ is. En niet alleen voor jong, maar ook voor oud!

NOTEN

1. R. Veenhoven, ‘Quality of life in individualistic society, a comparison of 43 nations in the early 1990’s’, in: *Social Indicators Research*, 48 (1999), p. 157-86.
2. R. Veenhoven, *Conditions of happiness*, Dordrecht 1984.
3. <http://www.eur.nl/fsw/research/happiness>
4. <http://www.freedomhouse.org>
5. P. Okma en R. Veenhoven, ‘Is langer leven nog wel leuk? Levensvoldoening van hoogbejaarden in 8 EU-landen’, in: *Sociale Wetenschappen*, 42 (1999).