

## **Alleen leven en geluk: Verhoogt onvrede met het leven de kans om alleen te komen staan?**

Ruut Veenhoven

***SUMMARY** Single living and happiness: Does unhappiness decrease marriage chances? Various surveys in modern western nations have shown that people who live alone are less satisfied with their lives than persons who live with a partner. The widowed and the divorced in particular are relative/v unhappy. The common explanation is that being single leads to unhappiness. Yet it could also be that unhappiness leads to the single state. This paper explores that alternative explanation. Three longitudinal studies do indeed suggest that unhappiness decreases marriage chances. They, cannot, however, provide definite proof. Various possible effects are considered. Unhappiness as such could lower chances in that it is considered an undesirable trait, hinders social contacts and casts a shadow over the relationship with a partner. Unhappiness could also limit marriage changes by impeding personality development towards 'activity' inner contact "self-acceptance" and "empathy": characteristics which are quite crucial in the modern western marriage pattern.*

Alleenstaanden zijn over het algemeen minder gelukkig dan mensen die met een partner door het leven gaan. Vooral gescheidenen en verweduwden scheppen naar verhouding minder plezier in het leven. In mindere mate geldt het verschil ook voor nooit-gehuwden. Dat blijkt uit tal van onderzoeken in moderne westerse landen gedurende de laatste decennia. Dit verschijnsel is tot nog toe vooral geïnterpreteerd als een teken dat de aanwezigheid van een partner het leven bevredigender maakt. Met andere woorden; dat liefde geluk brengt. Er is een rijke literatuur over de vraag hoe dat in zijn werk - gaat. Het verband kan echter ook anders worden geïnterpreteerd. Geluk kan ook van invloed zijn op de kansen in de liefde. Ongelukkig zijn kan het bijvoorbeeld moeilijker maken om een partner te vinden en om een eenmaal aangeknoopte relatie in stand te houden. Het is niet onbelangrijk om te weten in hoeverre het een of het ander het geval is. Onder meer niet omdat de alternatieve verklaring tot heel andere beleidsconsequenties voert dan de traditionele. Als de relatieve onvrede onder alleenstaanden voornamelijk gevolg is van het gemis van een levenspartner ligt het voor de hand om een "koppel ondersteunend" beleid te voeren. Bijvoorbeeld door huwelijksbureaus en contactclubs te subsidiëren en door het samenwonen fiscaal aantrekkelijk te maken. Is de onvrede eerder oorzaak dan zou dit symptoombestrijding zijn. De aandacht kan dan beter op de determinanten van ongeluk worden verricht, wat die dan ook mogen zijn. In deze bijdrage wordt de alternatieve verklaring daarom verder uitgewerkt. Eerst wordt in meer detail ingegaan of het uitgangspunt wel juist is zijn alleenstaanden inderdaad wel minder gelukkig? Nadat vastgesteld is dat dit wel degelijk het geval is, worden de twee verklaringen voor dit verschijnsel nader besproken. Vervolgens wordt nagegaan of resultaten van longitudinaal onderzoek uitsluitend geven over de richting van de causaliteit. Het zal blijken dat die resultaten vooral steun geven aan de alternatieve verklaring. Aansluitend hierop komt de vraag aan de orde waarom ongelukkige mensen meer kans kunnen lopen om alleen te komen staan.

Correspondentie naar: Prof. Dr. Ruut Veenhoven, Erasmus Universiteit Rotterdam, Faculteit Sociale Wetenschappen,  
Postbus 1738, 3000 DR Rotterdam, Nederland. [www2.eur.nl/fsw/research/veenhoven](http://www2.eur.nl/fsw/research/veenhoven)

### **Zijn alleenstaanden echt minder gelukkig?**

*Aard van de gegevens* Aanwijzingen dat alleenstaanden minder gelukkig zijn komen voornamelijk uit zogenaamde 'quality-of-life surveys'. Dat zijn grootschalige onderzoeken waarbij representatieve steekproeven uit de bevolking worden ondervraagd over hun wel en wee. Vaak wordt dit soort enquêtes periodiek herhaald. Sinds de zeventiger jaren heeft dit type onderzoek een hoge vlucht genomen. In de USA gebeurt dit onder meer door middel van de zogeheten General Social Surveys van het Institute for Social Research in Ann Arbor; in Nederland met de Leefsituatie-surveys van het CBS, en in Europees verband via de Eurobarometer polis. Bij dit soort enquête-onderzoek wordt onder meer gevraagd naar de mate van "levensvoldoening" of "geluk". Allengs zijn daarvoor vaste vragen in zwang geraakt, die redelijk valide en betrouwbaar zijn gebleken. Vergelijkt men de antwoorden van mensen die wel en die niet met een vaste partner door het leven gaan dan blijken de laatsten steevast minder gelukkig. Het maakt wat dit betreft niet uit of betrokkenen al dan niet wettelijk gehuwd zijn en of ze heteroseksueel zijn of homoseksueel. Onder alleenstaanden blijken gescheidenen meestal het meest ongelukkig, in relatieve onvrede op de voet gevolgd door verweduwen. De nooit-gehuwden scheppen nog het meest plezier in het leven, al blijken ook zij toch beduidend minder gelukkig dan samenwonenden. Ter illustratie de uitkomsten van het laatste leefsituatie-survey van eigen bodem. Zie **tabel 1**.

Deze verschillen in geluk zijn niet overal even sterk, Ze zijn het meest geprononceerd in moderne westerse landen zoals Denemarken, Nederland en de USA. In Italië en Ierland bestaat momenteel nauwelijks verschil op dit punt (Veenhoven, 1983). De verschillen zijn het grootst in de jongere leeftijdscategorieën. Een enkel onderzoek vond ook sterkere verschillen onder mannen dan onder vrouwen, maar regel blijkt dat niet (Veenhoven, 1984a).

Het feit dat dit patroon steeds weer uit onderzoek naar voren komt, betekent nog niet dat het boven iedere twijfel verheven is. Er kunnen steeds weer dezelfde complicaties over het hoofd worden gezien. In de literatuur worden met name drie bedenkingen naar voren gebracht: 1) het verschil zou een statistisch artefact zijn; 2) het verschil zou vertekend zijn door stereotype opvattingen en 3) het verschil zou niet meer actueel zijn. Hieronder worden deze drie bedenkingen één voor één tegen het licht gehouden. Het zal blijken dat ze geen van drieën houddaar zijn.

*Artefact?* Er kunnen natuurlijk tal van interveniërende variabelen in het spel zijn, zoals leeftijd en inkomen. Het is in dat verband goed om te bedenken dat een fors deel van de alleenstaanden bestaat uit oudere weduwen. Hoge leeftijd en een karige AOW zouden wel eens meer te maken kunnen hebben met hun waardering van het bestaan dan 'al dan niet alleen leven'. In dit verband is ook wel gewezen op de mogelijkheid dat de factor gezondheid het beeld vertroebelt. Gezondheidsproblemen zouden tegelijkertijd de levensvoldoening drukken en kansen op de huwelijksmarkt nadelig beïnvloeden. Er ontstaat dan een statistisch verband zonder dat er sprake hoeft te zijn van wezenlijke invloed over en weer.

Om dit soort schijnverbanden op het spoor te komen hebben verschillende onderzoekers controles uitgevoerd, meestal naar leeftijd en geslacht. Op een enkele uitzondering na doet dat aan het verband weinig af. Glenn & Weaver (1979) hebbende zaak grondiger aangepakt. Ze lieten acht controlevariabelen los op een dataset waarin de gegevens uit een viertal representatieve onderzoeken onder de Amerikaanse bevolking waren samengebracht. De controlevariabelen waren: al dan niet hebben van kinderen, leeftijd van eventuele kinderen,

eigen leeftijd, kerkgang, inkomen, opleiding, beroepsprestige van de man, buitenshuis werken van de vrouw, Die factoren verklaarden slechts een deel van het verschil in geluk tussen gehuwden en alleenstaanden. Op basis van het Nederlandse leefsituatie-survey 1983 heeft Jol (1984) een soortgelijke analyse uitgevoerd. Haar bevindingen zijn weergegeven in **tabel 2**. Ook hier blijft het verband bestaan, het komt zelfs iets sterker uit de controleprocedure. Van belang is met name dat het verband geen artefact blijkt van een slechtere gezondheid. Gezondheid heeft wel invloed op geluk, maar verklaart niet de relatie met het al dan niet hebben van een partner. Dit laatste blijkt de sterkste geluksfactor in dit overzicht; iets sterker zelfs dan gezondheid en al dan niet werkloos zijn, en aanzienlijk sterker dan inkomen en opleiding. Dat is des te opmerkelijker omdat die laatste factoren in de publieke opinie te boek staan als erg bepalend voor geluk.

**Stereotype vertekening?** Het is een feit dat alleenstaande in de publieke opinie als ‘zielig’ te boek staan: in Nederland (Sociaal Cultureel Rapport, 1976) zowel als in de USA (Veroff et al., 1981). Dit stigma kan er toe leiden dat alleenstaanden wat terughoudender antwoorden op vragen naar hun levensvoldoening en dat ze zich minder geremd voelen om uit te spreken dat ze ongelukkig zijn als dat het geval is. Hoewel deze factor mogelijk van invloed is, kan hiermee toch niet het verschil afdoende worden verklaard. Eén reden is dat het stereotype van de zielige vrijgezel de laatste decennia aan kracht heeft verloren en het tegenbeeld van de nieuwe vrijgezel zijn intrede heeft gedaan. In 1956 meende nog 60% van de Nederlandse bevolking dat alleenstaanden gemiddeld minder gelukkig zijn dan gehuwden; in 1980 was dat nog maar 25%. Toch zijnde alleenstaanden er in die tussentijd in feite niet gelukkiger op geworden (Veenhoven, 1984h). Sprekender is nog dat de verschillen in antwoorden op enquêtevragen omtrent levensvoldoening niet op zichzelf staan. Er zijn nog veel meer aanwijzingen dat het bestaan voor alleenstaanden in deze maatschappij minder bevredigend is dan voor mensen met een partner. Al in 1897 constateerde Durkheim dat *zelfdoding* meer voorkomt onder alleenstaanden. Momenteel is dat nog steeds zo (Diekstra, 1980).

Ook afgezien van de hogere suicidefrequentie is de *mortaliteit* hoger onder alleenstaanden. Blijkens een recent onderzoek onder Amerikaanse mannen van middelbare leeftijd wier vrouw was overleden bleek bijvoorbeeld dat onder degenen die hertrouwen de sterfte driemaal lager was dan onder degenen die alleen bleven (Helsing et al., 1981). Hierbij zijn zeer verschillende doodsoorzaken in het geding: niet alleen is er een min of meer begrijpelijke oversterfte van alleenstaanden ten gevolge van leveraandoeningen, ongevallen en moord, maar er is ook een duidelijke oversterfte aan hartziekten (Lynch, 1977). In dit verband is het niet verbazingwekkend dat alleenstaanden meer *gezondheids-problemen* hebben: ze hebben meer klachten, ernstiger aandoeningen, brengen meer bezoeken aan artsen en gebruiken meer medicijnen (eg. Morgan, 1980). Wat betreft de *geestelijke gezondheid* komt eenzelfde beeld naar voren. In de statistiek van het gebruik van psychiatrische voorzieningen zijn alleenstaanden sterk oververtegenwoordigd en bij enquêteonderzoek naar psychische morbiditeit vermelden ze naar verhouding meer klachten (o.a. Segraves, 1980).

*Achterhaald?* Tot zover is het niet erg aannemelijk dat er aperte waarnemingsfouten in het geding zijn. Dat sluit echter niet uit dat er niet toch sprake kan zijn van generalisatiefouten. Met name is het goed denkbaar dat de onderzoeksresultaten al achterhaald zijn door opkomst van de reeds genoemde "nieuwe vrijgezellen". Dit zouden overwegend jonge en goed opgeleide mensen zijn, die bewust voor het solo-leven kiezen en die zich daar wel bij voelen

(Vuisje, 1978). Is het aannemelijk dat dat type bepalend wordt voor de toekomst? Vooralsnog ziet het daar niet naar uit. Ten eerste moet worden vastgesteld dat het onderzoek dat hier ter sprake is van betrekkelijk recente datum is. Het stamt uit de zestiger en zeventiger jaren. Onderzoek over dit onderwerp uit begin tachtiger jaren geeft (nog) geen ander beeld. Ten tweede is het bepaald niet zo dat alleen leven primair een probleem voor de oudere generaties is. Het is eerder omgekeerd: jong-volwassen alleenstaanden blijken de meest kwetsbare categorie. Ten derde zijn er aanwijzingen dat alleen leven in onze samenleving gedurende de laatste decennia moeilijker is geworden in plaats van gemakkelijker. Elders heb ik aangetoond dat tussen 1957 en 1978 het zelfmoordcijfer onder alleenstaanden in Nederland sterker is toegenomen dan onder gehuwden (Veenhoven, 1984b). Net als in de USA is in die periode in Nederland ook het verschil in levensvoldoening toegenomen. Blijkens recent onderzoek van Jol is dit verschil in de periode 1976-1984 niet verder toegenomen maar heeft het zich gestabiliseerd (Jol, 1985). Tenslotte moet worden opgemerkt dat het verschil in levensvoldoening tussen ongehuwden en gehuwden zich het sterkst voordoet in de meest moderne landen van Europa (Veenhoven 1984b). De relatieve onaantrekkelijkheid van het vrijgezellenbestaan is dus geen overblijfsel uit een voorbijgaande maatschappijvorm, maar eerder een product van deze tijd.

Al met al zijn de hier besproken bezwaren niet overtuigend. We kunnen dus verder uitgaan van het gegeven dat - in onze hedendaagse maatschappij - alleenstaanden gemiddeld minder plezier in het leven scheppen, in het bijzonder diegenen die door scheiding of overlijden alleen zijn komen te staan.

### **Gangbare verklaringen**

Zoals al opgemerkt kunnen twee effecten in het geding zijn: het alleen leven kan ongelukkig maken en - omgekeerd - kan ongeluk ertoe bijdragen dat men alleen komt te leven. Het één sluit het ander niet uit. Deze beide verklaringen zijn tot nog toe nauwelijks uitgewerkt, althans niet in hun toepassing op geluk; ze genieten al wel bekendheid in de literatuur over parallelle verschijnselen, zoals de - zojuist gememoreerde - oververtegenwoordiging onder alleenstaanden van suïcide en gezondheids-problemen. Hieronder wordt kort aangegeven wat voor gezichtspunten dat heeft opgeleverd.

#### *Alleen leven als oorzaak.*

Deze verklaringwijze is het verst uitgewerkt. Men treft de volgende drie varianten:

*Etiketingsverklaring.* Er wordt verondersteld dat de hoge leedcijfers onder alleenstaanden gevolg zijn van het feit dat ze in de publieke opinie als zielig te boek staan. Ze zouden zichzelf daardoor ook als zielig gaan zien en zich naar dat beeld gaan gedragen. Dit uit zich dan in meer ziekteklachten en meer zelfmoord (o.a. Davies & Strong, 1977). Net als bij de eerder besproken mogelijkheid van stereotype vertekening van antwoorden op geluksvragen kan echter worden tegengeworpen dat deze theorie niet verklaart waarom alleenstaanden nu naar verhouding meer suïcidaal zijn dan twintig jaar geleden en evenmin dat vooral jonge alleenstaanden zich onderscheiden door hoge suïdecijfers en gezondheidsproblemen. De etikettingstheorie lijkt verder niet erg toepasbaar op de zojuist besproken verschillen in mortaliteit tussen alleenstaanden en gehuwden. Het is althans moeilijk voorstelbaar hoe het stigma van zieligheid zich vertaalt in een grotere sterfte aan hartklachten.

*Crisis verklaring.* Deze verklaring betreft primair gescheidenen en verweduwden die een verlies hebben moeten incasseren en zich moeten aanpassen aan de veranderde levenssituatie (o.a. Fengler, 1982). Rouw en onzekerheid zouden hen vatbaarder maken voor ziekte en

suïcidale gedachten. De verklaring geldt uiteraard niet voor nooit-gehuwden. Zij komt in feite voort uit pogingen om te verklaren waarom oudere nooit-gehuwden gunstig afsteken tegen leeftijdsgenoten die hun partner verloren hebben. Deze verklaring is in een iets ander verband ook wel toegepast op gehuwden, met name op hertrouwen. Het idee is dan dat ook het starten van een nieuwe relatie een belasting betekent zodat de winst aan sociale ondersteuning daardoor goddeels wegvloeit.

Naar haar aard veronderstelt deze verklaring een zekere tijdelijkheid. De aanpassing stelt vooral in het begin hoge eisen. Lange termijn schade is vanuit dit gezichtspunt alleen te verwachten als mensen er in die periode echt "onderdoor" gaan, bijvoorbeeld er het idee aan overhouden dat ze het leven niet goed aankunnen. Bij een geslaagde aanpassing daarentegen is op langere duur juist een positief effect op de geestelijke gezondheid te verwachten.

*Gemisverklaring.* Deze theorie benadrukt de positieve kanten van het duurzaam samenwonen met een levenspartner: zaken die alleenstaanden geheel moeten ontberen of waarvan ze zich anderszins slechts in beperkte mate of met moeite kunnen voorzien. Men spreekt in dit verband van *functies* van tweerelaties: een betere vervulling van algemeen menselijke behoeften op het vlak van erotiek en geborgenheid, continue zelfbevestiging, effectieve correctie van inadequaat gedrag, toegankelijker opvang bij stress, betere materiële verzorging, en - niet in de laatste plaats - ook meer gevoel van "zinnigheid" omdat er iemand is om voor te leven (o.a. Weiss, 1969). Elders heb ik betoogd dat mensen in de moderne westerse samenleving voor dit soort zaken steeds minder terecht kunnen bij familie, collega's en buurtgenoten. De functionele equivalenten voor twee-relaties zijn ernstig verschaald (Veenhoven, 1984a). In dat licht is het niet zo merkwaardig dat de relatieve onvrede van alleenstaanden een betrekkelijk recent fenomeen is.

De gemisverklaring sluit niet uit dat er ook voordelen verbonden zijn aan het alleen leven, maar veronderstelt dat die in de huidige maatschappij meestal niet opwegen tegen de nadelen. In de literatuur wordt dit verklaringstype nogal eens aangeduid als de beschermingsverklaring. Dit woordgebruik stamt van Durkheim (1951) die daarmee aangaf dat de aanwezigheid van een partner of kinderen mensen er nogal eens van weerhoudt om toe te geven aan een impuls tot zelfmoord.

### *Alleen leven als gevolg*

Zoals gezegd kan de causaliteit ook andersom liggen. Behalve een oorzaak kan alleen leven ook een gevolg zijn. In de literatuur staat deze mogelijkheid bekend als de *selectieverklaring*. Er wordt dan verondersteld dat de huwelijksmarkt selecteert op gezonde en levenslustige mensen en dat daardoor in de categorie van de alleenstaanden naar verhouding meer ziekelijke en problematische mensen overblijven. Hoe die selectie precies in zijn werk gaat blijft onduidelijk in de beschouwing en rond dit thema. Onduidelijk blijft onder meer of de selectie zich uitsluitend aan de vraagzijde voordoet of ook in het aanbod, met andere woorden of deze mensen alleen minder in trek zijn als partner of dat ze - los daarvan - zelf ook minder geneigd zijn om een huwelijk aan te gaan. Deze verklaring is nog nauwelijks uitgewerkt. De bedoeling van dit artikel is ook om meer zicht te verschaffen op het hoe en waarom.

Voor we daaraan beginnen moet worden vastgesteld dat deze selectieverklaring haar beperkingen heeft. Het is bijvoorbeeld al op voorhand duidelijk dat zij niet voor alle categorieën alleenstaanden evenzeer van toepassing kan zijn. Met name de relatieve onvrede van verweduwen kan maar nauwelijks aan selectie-effecten worden toegeschreven. Verweduwen hebben in ieder geval een eerste selectieronde op de huwelijksmarkt met kennelijk succes doorstaan en van een negatieve selectie in tweede ronde kan vaak geen

sprake zijn. Voor het merendeel van de bejaarde vrouwen om wie het hier gaat zijn voornamelijk nauwelijks partners beschikbaar zodat er ook niets te selecteren valt. Op zijn best zou men kunnen veronderstellen dat “zwakke” of ‘moeilijke” mensen die de eerste selectie toch gepasseerd hebben, hun partner soms voortijdig het graf in kunnen helpen. Samenleven met een ziekelijke, problematische of neerslachtige partner kan inderdaad wel eens een aanzienlijke belasting met zich meebrengen, maar of dit zich ook vertaalt in noemenswaardige sterfteverschillen is zeer de vraag. Bij gescheidenen is een selectie in tweede ronde beter voorstelbaar. Lichamelijke - en vooral geestelijke - problemen kunnen de kans op scheiding aanzienlijk verhogen en kunnen de kans op een tweede huwelijk verlagen. De selectieverklaring lijkt nog het meest toepasbaar op nooit-gehuwden. Een beperking is evenwel dat zich hieronder een onbekend aantal mensen bevindt dat bewust kiest voor een solo-leven, Selectie vanuit de vraagzijde van de markt is daardoor minder aannemelijk, of in ieder geval minder direct.

### **Longitudinaal geluksonderzoek**

Tot zover een schets van de literatuur over de vraag waarom gezondheidsproblemen en suïcide meer voorkomen onder alleenstaanden. Nu terug naar de eigenlijke vraag waarom alleenstaanden ook minder gelukkig zijn. Op het eerste gezicht lijken beide verklaringen hier wel toepasbaar. Het is in ieder geval goed voorstelbaar dat etiketting de crisis van scheiding en verweduwing en gemis van een partner, het leven er voor de alleenstaande niet aantrekkelijker op maken, en het ligt ook nogal voor de hand dat selectie ongelukkige mensen wel eens buiten de huwelijksboot kan doen vallen. Helemaal zeker is dat echter niet en het is ook niet duidelijk welk effect prevaleert. Op grond van het gangbare transversaal onderzoek valt niet vast te stellen wat oorzaak is en wat gevolg. Longitudinaal onderzoek biedt daartoe betere mogelijkheden. Daarom is nagegaan of dat soort gegevens beschikbaar is. Er blijken slechts drie onderzoeken beschikbaar, alle drie uit de USA afkomstig, en van vrij recente datum. De voor deze discussie relevante resultaten zijn samengevat in **tabel 3**.

### **Alleen leven geen oorzaak van ongeluk?**

Op het eerste gezicht lijken deze onderzoeken erop te wijzen dat huwelijkssluiting- of ontbinding weinig toe of af doet aan het geluk. Dat zou dan betekenen dat één van de twee mogelijke verklaringen afvalt. De overblijvende verklaring wint daardoor sterk aan plausibiliteit. In dit geval is er dus indirecte steun voor de selectieverklaring. Erbes & Hedderson (derde in **tabel 3**) trekken die conclusie ook. Zij schrijven: "psychological well-being affects marital status, rather than marital status affecting psychological well-being" (p.917). Zo helder liggen de zaken echter nog niet. Het staat nog niet vast dat aan- of afwezigheid van een partner er echt nauwelijks toe doet. Geen *effect huwelijkssluiting op geluk?* In het onderzoek van Nock (1980) bleken respondenten die gedurende de onderzoeksperiode in het huwelijk waren getreden nauwelijks gelukkiger bij het laatste interview dan bij het eerste. Dat gold voor mensen die voor het eerst trouwden, zowel als voor hertrouwden. Ook in het onderzoek van Spanier en Furstenberg (1982) werd hertrouwen niet gevolgd door een toename in geluk. Voor ongehuwd samenwonenden was dit evenmin het geval. Betekent dit dat alleenstaanden kennelijk toch niet zoveel missen, of dat dit gemis in ieder geval wel gecompenseerd wordt doordat hun de aanpassing van een intrede in een huwelijk bespaard wordt?

Hoewel opmerkelijk, zijn deze resultaten toch niet overtuigend. De periode die deze onderzoeken bestrijken is nogal kort en de aandacht is te zeer gericht op de datum van

wettelijke huwelijksluiting of -ontbinding in plaats van op het moment dat relaties feitelijk gevestigd worden of uiteenvallen. Dat laatste gaat vaak geruime tijd vooraf aan het eerste. Het ligt bijvoorbeeld nogal voor de hand dat het merendeel van de hertrouwd en in het onderzoek van Spanier en Furstenberg al een vaste relatie had ten tijde van het eerste interview. Zeventig procent antwoordde toen ook bevestigend op de vraag of ze van plan waren weer in het huwelijk te treden (p. 174). Men mag aannemen dat hun toen al heel wat vreugden van het huwelijk deelachtig waren. Niet zo verbazingwekkend dus dat ze twee jaar later niet zoveel gelukkiger bleken. Voor het onderzoek van Nock zal dit in mindere mate leiden omdat het een langere periode bestrijkt. Toch is het ook in dat geval niet onaannemelijk dat het merendeel van de in die vijf jaar gesloten huwelijken een bevestiging betrof van ten tijde voor het interview al functionerende relaties.

*Gering effect huwelijksontbinding op geluk?* Huwelijksontbinding door *overlijden* van de partner doet duidelijk afbreuk aan de levensvreugde. Nock (1980) constateerde een daling van gemiddeld één punt op zijn zevenpunts-geluksschaal. *Scheiding* bleek in zijn onderzoek ook gevolgd te worden door een daling van de levensvreugde, al was het effect kleiner. De beide andere onderzoeken kwamen op het punt van scheiding echter tot andere resultaten: Erbes & Hedderson (1984) constateerden geen verandering en Spanier & Furstenberg (1982) juist een toename. Betekent dit dat het verlies van een partner lang niet altijd zo erg is, en even vaak positief uitpakt als negatief? Kortom dat het met crisis, gemis en etiketting wel meevalt? Ook voor deze uitkomsten geldt dat het moment van huwelijksontbinding niet het reële einde van de relatie markeert. Met name scheidingen komen meestal niet uit de lucht vallen. Vaak gaan daar jaren van tobben aan vooraf. Het is bekend dat mensen met een slecht huwelijk gemiddeld nog ongelukkiger zijn dan alleenstaanden (Glenn & Weaver, 1981). Gescheidenen rapporteren daarom vaak een herstel van levensvreugde (Weeda, 1983). In dit licht is het niet zo verbazingwekkend dat Erbes & Hedderson (1984) al meer onvrede constateerden bij mensen wier huwelijk pas in de komende jaren op een scheiding zou uitlopen. Ook is het niet zo vreemd dat die scheiding als zodanig dan verder niet veel meer afdeed aan hun geluk. In mindere mate geldt deze redenering ook de verweduwden in het onderzoek van Nock. De dood van een partner komt vaak ook niet geheel onverwacht, al kondigt deze zich meestal minder lang van te voren aan. Dat verschil in aanpassingstijd kan verklaren waarom zich onder verweduwden een grotere daling in de levensvoldoening voordoet dan onder gescheidenen. Van belang is in dit verband verder dat de overgang voor verweduwden ook vaak groter is. Omdat het afscheid niet werd ingeleid door conflicten hebben ze zich ook minder los kunnen maken. De band met de partner wordt aan het sterfbed zelfs vaak versterkt. Overlijden is ook definitiever dan scheiden: men kan zich niet troosten met het idee dat het nog wel eens goed komt.

### **Alleen leven wèl gevolg van ongelukkig zijn?**

Spanier & Furstenberg (1980) vonden dat van de respondenten die bij het eerste interview het minst gelukkig waren, er twee jaar later minder hertrouwd waren dan van degenen die aanvankelijk het meest gelukkig waren (p.178). Uit het materiaal van Erbes & Hedderson (1984) komt eenzelfde tendens naar voren: nu in de vorm van een groter aantal echtscheidingen bij de aanvankelijk al minst gelukkigen. Erbes & Hedderson trekken uiteraard de conclusie dat onvrede leidt tot scheiding in plaats van omgekeerd: "... people with negative attitudes are more likely to separate divorce " (p.939). Toch moet ook hier weer worden opgepast voor te snelle conclusies. De grotere hertrouwkans van de meest gelukkige



respondenten van Spanier & Furstenberg (1980) kan wel eens gevolg zijn van het feit dat deze mensen bij het eerste interview al een nieuwe partner hadden en juist daarom al gelukkiger waren. In hun commentaar schrijven Spanier & Furstenberg het grotere geluk van deze categorie ook toe aan het vooruitzicht op een nieuw huwelijk: "The likelihood that one will remarry may be related to one's well-being during the immediate postseparation period" (p.718). Hetzelfde geldt de grotere scheidingskans van de ongelukkige respondenten van Erbes & Hedderson (1984). Ook hier kan sprake zijn van anticipatie. Zoals al opgemerkt zal de levensvreugde van deze mensen ook vóór de scheiding echt in zicht kwam al wel behoorlijk gedrukt zijn door hun huwelijksproblemen.

Al met al bieden deze drie onderzoeken nog geen overtuigend bewijs voor de stelling dat geluk in deze relatie meer oorzaak is dan gevolg.

### **Mogelijke effecten van geluk**

Niettemin blijft het vooralsnog wel aannemelijk dat chronische onvrede met het eigen bestaan de kansen in de liefde meestal negatief beïnvloedt. Het is daarom nuttig te verkennen hoe dat in zijn werk kan gaan. Die verkenning zal onvermijdelijk nogal speculatief zijn: de bedoeling van deze bijdrage is ook om nieuwe hypothesen te genereren, niet om gevestigde inzichten te toetsen.

Bij de hierna volgende bespreking van mogelijke effecten van levensvoldoening wordt een onderscheid gemaakt tussen directe en indirecte effecten. *Directe effecten* zijn effecten van geluk-als-zodanig op de kans om een relatie aan te gaan en in stand te houden. *Indirecte effecten* betreffen gevolgen van levensvoldoening voor de ontwikkeling van andere eigenschappen die van invloed zijn op het succes in liefdesrelaties. Als zodanig zullen we tal van persoonlijkheidskenmerken tegenkomen die tegenwoordig wel onder de noemer van "relational competence" worden gebracht (Hansson et al., 1984).

De totstandkoming van liefdesrelaties is een complex proces. De diverse effecten van geluk kunnen zich op verschillende manieren doen gelden. Er kan in dit verband een onderscheid worden gemaakt tussen extra-psychische en intra-psychische effecten. *Extra-psychische* zijn effecten van geluk op de marktkansen, onder andere door de geldende waardering voor geluk en daarmee samenhangende eigenschappen bij potentiële partners. *Intra-psychisch* zijn de directe en indirecte gevolgen van levensvoldoening voor het vermogen om gegeven kansen te benutten. Van belang is ook dat de effecten van geluk kunnen verschillen naar de fase in het proces van relatieontwikkeling. In het navolgende wordt daarom onderscheid gemaakt naar 1. *beeldvorming* over relaties; 2. het daadwerkelijk *contact leggen*; 3. het *uitbouwen* van relaties en 4. het *instandhouden* van eenmaal gevestigde relaties (vrij naar Hansson et al., 1984). Omwille van de leesbaarheid worden deze onderscheidingen overigens niet steeds geëxpliciteerd.

Tenslotte moet onderkend worden dat relaties zich niet in een sociaal vacuüm ontwikkelen. Eventuele effecten van geluk op kansen in de liefde zijn afhankelijk van de sociaal-culturele context: in het bijzonder van het heersende liefdesideaal en het gangbare huwelijkspatroon. Hieronder zal aannemelijk worden gemaakt dat chronisch ongeluk vooral in het moderne westerse huwelijkspatroon een belemmering vormt.

### **Effecten van geluk als zodanig**

Er zijn minstens drie redenen waarom het voor ongelukkigen moeilijker is om een partner te vinden en zeker één reden waarom ze een groter risico lopen een eenmaal gevestigde relatie te zien stranden.



*Voor ongelukkigen minder gelijkgestemden beschikbaar?* Bij de partnerkeuze speelt het homogamie- of soort-zoekt-soort principe een belangrijke rol. Niet alleen is er vaak een voorkeur voor een partner van gelijke sociale herkomst en opleiding, maar ook wat opvattingen, gevoelens en hebbelijkheden betreft is er een zekere voorkeur voor partners in wie men zich herkennen kan (De Hoog, 1982). Het is denkbaar dat die voorkeur ook geldt voor de karakteristieke stemming en houding ten aanzien van het eigen leven. Als dat zo is, dan zou dat ongelukkigen op de huwelijksmarkt in een minderheidspositie plaatsen. (Dit geldt althans in de landen waar slechts ongeveer 20% van de bevolking min of meer ontevreden is met het eigen bestaan. Het is in dit verband opmerkelijk dat er geen verschil in geluk is tussen gehuwden en alleenstaanden in Ierland en Italië, waar het percentage ongelukkigen ook veel hoger ligt).

Als ongelukkigen - in althans Nederland en de USA - minder keus hebben, kan dat meer gevolgen hebben dan alleen een grotere kans om nooit iemand te vinden. Het kan ook dwingen tot minder kieskeurigheid en daarmee leiden tot een grotere kans op een mislukte relatie. Een en ander kan dan weer zijn weerslag hebben op de beeldvorming over relaties (onder andere doordat het literaire beeld over de onbereikbare liefde bevestigd wordt) als ook op de relatiecompetentie (onder andere door gemis aan oefening en ondermijning van het zelfvertrouwen).

*Ongelukkigen minder gewaardeerd?* Geluk is geen sociaal neutrale kwestie. In het westerse cultuurgebied strekt het momenteel niet als aanbeveling om geen plezier in het leven te hebben. Als zodanig zijn ongelukkigen in het nadeel op de huwelijksmarkt. Niet alleen zullen potentiële partners dan minder snel op hen vallen, maar ze kunnen dan ook minder goed met hen voor de dag komen hij familie en kennissen. Er zijn inderdaad aanwijzingen dat ongelukkigen minder in trek zijn. Bij experimenten blijkt althans dat ze minder aardig worden gevonden en ook minder gevraagd zijn als reisgezelschap of als medewerker bij een taak. Zelfs ongelukkigen prefereren gelukkigen (Bell, 1978; Coney, 1982). Ook dit betekent Weer niet alleen dat ongelukkigen minder kansen krijgen om een liefdesrelatie aan te gaan, maar ook dat ze vaker ontmoedigd worden.

*Ongelukkigen minder soepel in contact?* Er zijn aanwijzingen dat mensen in een gedrukte stemming minder contacten leggen en zich minder in anderen involveren dan wanneer ze zich opgewekt voelen. Deze aanwijzingen komen onder andere uit onderzoek van Wesman (1960) waarbij studenten gedurende zes weken een stemmingendagboekje bijhielden. Het bleek dat ze op dagen dat ze zich down voelden, minder buiten de deur kwamen en zich minder open opstelden naar andere mensen dan op dagen dat ze zich prettig voelden. Ook uit experimenteel onderzoek komen aanwijzingen in die richting. Mensen die in een opgewekte stemming zijn gebracht blijken veelal toeschietelijker in het contact en behulpzamer dan controlegroepen, terwijl mensen die in een negatieve stemming gebracht zijn zich vaak meer afhoudend blijken op te stellen (o.a. Gouaux, 1971). Deze aanwijzingen corresponderen met bevindingen uit het onderzoek onder chronisch eenzamen, bij wie 'emotional distress' en 'negativistic attitudes' sterk oververtegenwoordigd bleken (o.a. Jones et al., 1981).

Als gedrukte stemming inderdaad leidt tot minder openheid naar anderen en tot moeizamer contact, ligt het voor de hand dat ongelukkige mensen minder gemakkelijk niet een potentiële levenspartner in contact komen. Gebeurt dat toch, dan maken ze om dezelfde redenen minder kans om dat contact uit te bouwen. Illustratief in dit verband is dat verliefdheden ook meer opbloeien in tijden dat men zich gelukkig voelt dan in perioden waarin men het 'niet ziet zitten': zulks in tegenstelling tot de theorie dat juist ongelukkigen troost zoeken in de liefde (Critelli, 1977).

Geringere aandrang en vermogen om relaties aan te gaan kunnen ongelukkigen via

beeldvorming over relaties nog verder belemmeren liet kan voedsel geven aan cynische attitudes of juist onrealistische ideaalbeelden die te weinig gecorrigeerd worden in de ervaring van alle dag.

*Zaait ongelukkig-zijn twijfel in relatie?* Kenmerkend voor het moderne westerse huwelijksrelatiepatroon is dat dergelijke relaties nauwelijks nog meer worden aangegaan om redenen van economische of politiek opportuniteit. Maar primair om het genoegen van het samenleven. Dat is nogal een broze basis en als gevolg daarvan lonen veel huwelijken op een scheiding uit. In dat licht is het niet verwonderlijk dat echtelieden zich geregeld afvragen of de relatie henzelf en de ander nog wel bevalt. Als één van beiden zich chronisch ongelukkig voelt is er natuurlijk reden om daaraan te twijfelen: zeker als voor die ons rede geen duidelijke andere oorzaak is aan te wijzen zoals ziekte of werkloosheid.

**Effecten via door geluk bevorderde kwaliteiten.** Of iemand plezier in het leven schept of niet, is waarschijnlijk niet zonder consequenties voor zijn of haar ontwikkeling. Het is bijvoorbeeld voorstelbaar dat het voor kinderen al uitmaakt of ze opgewekt door hun leventje gaan of niet. Blijve kinderen zouden wel eens vriendelijker bejegend kunnen worden dan zeurderige kinderen en zich op basis daarvan een groter vertrouwen in de medemens verwerven. Elders heb ik laten zien dat veel empirisch onderzoek in die zin geïnterpreteerd kan worden. Op grond daarvan is er reden om aan te nemen dat chronische onvrede met het eigen leven de geestelijke gezondheid op de lange duur niet ten goede komt (Veenhoven, 1984a, p. 277). Meer in het bijzonder zijn er aanwijzingen dat het een passieve levenshouding voedt (p.282) en dat het mensen sterkt in het idee dat hun leven door krachten buiten henzelf bestierd wordt ('external control', p.292). Ongeluk lijkt ook niet bevorderlijk voor een positief zelfbeeld (p.335). Niet in de laatste plaats lijkt dissatisfactie ook negatief uit te werken voor ontwikkeling van empathie en openheid (p. 280). Al deze eigenschappen zijn bekend uit de literatuur over 'relational competence' (zie Hansson et. al., 1984). Ze bepalen in hoge mate in hoeverre kansen op de huwelijksmarkt ook daadwerkelijk benut worden. Hieronder wordt kort aangeduid hoe ze de ontwikkeling van liefdesrelaties beïnvloeden en in welke fasen van dat proces, binnen welke sociaal-culturele condities, ze het meest kritisch zijn.

*Passiviteit.* Een passieve levenshouding draagt niet bij tot de kansen in de liefde. Het leidt gemakkelijk tot een wachten op de prins op het witte paard. Omdat de grotere passiviteit van ongelukkigen ook leidt tot minder contacten op het werk en in verenigingen, is hun kans om zo'n prins te ontmoeten ook kleiner. Passiviteit is vooral een nadeel in het moderne liefdespatroon waar mensen zelfstandig en op onbekend terrein een partner moeten zien te veroveren. Het is minder nadelig in culturen waar huwelijken bedisseld werden door familie of waar de partnerkeuze beperkt is tot een overzichtelijk aantal locale kandidaten van vergelijkbare stand. In dit verband is het nuttig om in herinnering te brengen dat het verschil in geluk tussen alleenstaanden en samenwonenden het meest geprononceerd is in de meest moderne landen. Passiviteit draagt wellicht ook bij tot de kans dat eenmaal gevestigde relaties op een scheiding uitlopen. Door differentiatie van huwelijksvormen en het verdwijnen van veel vanzelfsprekendheden op dat vlak wordt een actiever opreden vereist. Met name in moderne landen moet men een relatie meer zelf vorm geven. *Externe controle.* Initiatieven zijn natuurlijk minder te verwachten van mensen die het idee hebben dat hun inspanningen er toch niets toe doen. Ook om deze reden zullen ongelukkigen zich dus we minder actief bewegen op de huwelijksmarkt. Het idee dat men het lot niet in eigen hand heeft vormt ook een belemmering voor het continueren van de relatie. De effectieve aanpak van relatieproblemen wordt erdoor ontmoedigd. Weer geldt dat die hinder groter is in het moderne

relatiepatroon dan in het traditionele. Het traditionele huwelijkspatroon kenmerkt zich door vrij duidelijke rolverwachtingen voor man en vrouw, en een daarop aansluitende verkaveling van invloedssferen. De Swaan (1982) spreekt in dit verband van een 'Bevelshuishouding'. Hij signaleert een gestage verschuiving naar een 'Onderhandelingshuishouding' waarin partners zelf tot afspraken moeten zien te komen. Wie het lot daarbij niet in eigen hand weet te nemen, dreigt zo in een onvoordelige situatie te geraken die op den duur steeds moeilijker te veranderen valt. Dat kan ertoe leiden dat dit soort mensen zich uiteindelijk toch genoodzaakt ziet om uit het huwelijk weg te vluchten, of dat sfeerbederf hun partner al eerder doet vertrekken.

*Lagere zelfwaardering.* Bij het leggen van contacten moet men liefst het idee hebben zelf de moeite waard te zijn. Heeft men dat idee niet dan is men uiteraard bedacht op afwijzing en geneigd daarop al te snel te anticiperen. Het idee eigenlijk niet de moeite waard te zijn kan ook leiden tot een ongelukkige partnerkeuze: angst om over te blijven of behoefte aan gelijkwaardigheid kan dan leiden tot het aanknopen van een relatie met iemand die men eigenlijk beneden de maat vindt. Dat is natuurlijk geen beste start.

Er zijn nog meer redenen waarom lage zelfwaardering niet bevorderlijk is voor continuering van eenmaal gevestigde relaties. Uit klinische observaties en veldonderzoek blijkt bijvoorbeeld dat chronische zelfdeprecieatie het functioneren in intieme relaties ernstig bemoeilijkt. Mensen die niet van zichzelf houden hebben wel vaak een sterke behoefte aan begrip en contact, maar kunnen relaties toch moeilijk vasthouden, onder meer niet omdat ze vaak niet echt kunnen geloven dat de ander hen wel waardeert en omdat ze veelal te zeer bezig zijn met zichzelf om voldoende terug te geven. Deze theorie is nader uitgewerkt door Frenken (1978). Weer betreft het een eigenschap die juist in het moderne relatiepatroon cruciaal is. Dat moderne patroon draait om liefdesbeleving. Relaties waarin die beleving problematisch is, lopen in den duur op de klippen omdat de binding door normen en materieel belang niet zo sterk meer is.

*Minder empathie.* Bij het leggen van contacten is ook empathie een belangrijke eigenschap. Het veroveren van een partner vereist een aanzienlijk inlevingsvermogen. Verkeerd taxeren van de gevoelens van de ander leidt al snel tot een pijnlijke afwijzing. Ook deze eigenschap is van groter belang in het moderne liefdespatroon dan in het traditionele.

Ook na het leggen van het eerste contact blijft empathie belangrijk. Hoe beter men de ander aanvoelt, hoe adequater men kan reageren en hoe groter daardoor de kans dat de relatie bestendig wordt. Ook 'openheid' draagt hiertoe bij. Wel geldt dat deze eigenschap met name in het moderne liefdespatroon tot voordeel is. In het moderne liefdesideaal staan wederzijds begrip en onderlinge openheid hoog aangeschreven: hoger dan in de traditionele ideaalbeelden waarin 'trouw' en 'plicht' meer voorop staan. Ook de hedendaagse liefdespraktijk doet een sterker beroep op deze bekwaamheden. Man en vrouw leven nu dichter op elkaars lip dan vroeger en kunnen voor begrip en herkenning minder terecht bij familie en bureu. Ze moeten het - wat dat betreft - dus meer van hun partner hebben.

**Nader onderzoek.** In **tabel 4** zijn de verschillende hypothesen in beeld gebracht. Nader onderzoek zal moeten leren in hoeverre deze houdbaar zijn. Zulk onderzoek zal longitudinaal van opzet moeten zijn, het moet een periode van minstens vijf jaar beslaan. Het mag zich niet beperken tot formele veranderingen in burgerlijke staat, maar moet de nadruk leggen op het feitelijk ontstaan van verkering en de beëindiging daarvan. Onderzoek rond deze problematiek verdient enige prioriteit. Er zijn niet alleen forse verschillen in geluk in het geding, het gaat hier ook om grote bevolkingsgroepen, en meer inzicht in de onderhavige problematiek kan

aanzienlijke consequenties hebben voor volksgezondheid en hulpverlening.

### **Samenvatting**

Alleenstaanden beleven gemiddeld minder voldoening aan hun bestaan dan mensen die met een partner samenwonen. Vooral gescheidenen en verweduwden zijn naar verhouding ongelukkig. Dit verschil blijkt in tal van onderzoeken in moderne westerse landen en heeft verschillende validiteitstests doorstaan. Het verschil wordt meestal toegeschreven aan het ontbreken van een partner. Door gemis daarvan en door bijkomende belasting van stereotypering en aanpassing bij verlies, zouden alleenstaanden minder gelukkig zijn. Denkbaar is echter ook dat er omgekeerde effecten in het geding zijn en dat onvrede met het bestaan nadelig uitwerkt op de kans om een partner te vinden en te houden. In dit artikel wordt die alternatieve verklaring verkend

Longitudinaal onderzoek levert inderdaad steun voor dit gezichtspunt, maar vooralsnog geen bewijs. Twee soorten effecten van ongelukkig zijn kunnen van invloed zijn op de kans om alleen te komen staan. Ongelukkig zijn als zodanig kan een belemmering vormen om een partner te vinden omdat daardoor het aantal gelijkgestemde kandidaten sterk beperkt wordt, omdat deze eigenschap niet erg gewaardeerd wordt, en omdat een bedrukte stemming sociaal contact pleegt te bemoeilijken. Wordt toch een relatie gelegd dan is chronisch ongelukkig zijn daarin een voortdurende bron van twijfel. Onvrede met het bestaan kan voorts de ontwikkeling belemmeren van eigenschappen waarvan men het in het moderne liefdespatroon sterk moet hebben, namelijk van activiteit, interne controle, zelfwaardering en empathie.

## Literatuur

Coney, 3. (1982).

*Shunning the depressed*

Psychology Today, 3, 80-81.

Critelli, J.W. (1977).

*Romantic attraction and happiness.*

Psychological Reports. 41, 721-722.

Davies, A.C.. & Strong, P M. (1977).

*Working without a net: The bachelor as a social problem,*

Sociological Review, 25, 109-127.

Diekstra. R.

*Het zelfgekozen einde: hoe vaak komt suïcidaal gedrag voor.*

Intermediar, 32, 1-19.

Durkheim, E. (1952).

*Suicide: A study in sociology,*

New York: The Free Press.

Erbes, J.T. & Hedderson: J.J.C. (1982).

*A longitudinal examination of the separation divorce process.*

Journal of marriage and the Family, 44, 702-720.

Fengler, A.P., Danigelis, N. & Grams, S. (1982).

*Marital status and life satisfaction among the elderly*

International Journal of Sociology and the family, 12, 63-76.

Frenken, J. (1978).

*Liefde en zelfwaardering. In R.Veenhoven (Red),*

De Liefde Ontleed. Rotterdam: Kooyker.

Glenn. N.L. & Weaver, C.N. (1901).

*The contribution of marital happiness to global happiness.*

Journal of marriage and the Family, 43. 161-168.

Gouaux, C. (1971).

*Induced affective state and interpersonal attraction.*

Journal of Personality and Social Psychology, 20, 37-43.

- Hansson, R.O., Jones, W.H., & Carpenter, B.N. (1984).  
*Relational competence and social support.*  
Review of Personality and Social Psychology, 5, 265-284
- Helsing, K.J., Moyses, S. & Comstock, G.W. (1981).  
*Factors associated with mortality after widowhood.*  
American Journal of Psychological Health, 71, 802-809.
- Hoog, C. de (1982).  
*Partnerselectie bij huwelijkssluiting in Nederland.*  
Proefschrift, L H Wageningen.
- Jol. C. (1984).  
*Een gelukkig mens ... wat is dat?*  
Rekenschap, 31, 178-185.
- Jol, C. (1985).  
*Toch liever samen dan alleen. Veranderingen in welbevinden en levensomstandigheden van alleenstaanden. 1974-1983.*  
CBS Select.3.
- Jones, W. H. Freeman, J.E. & Goswick, R.A. (1981).  
*The persistence of loneliness: Self and other determinants.*  
Journal of Personality. 49, 27-48
- Lynch, J.J. (1977).  
*The broken heart. The medical consequences of loneliness.*  
New York: Basic Books
- Morgan. M. (1980)  
*Marital status, health, illness and service use.*  
Social Science and Medicy. 14, 633-643.
- Neck. S.L. (1981).  
*Family Life-cycle transitions Longitudinal effects on family members.*  
Journal of Marriage and the Family. 43, 703-715.
- Segraves, R.T. (1980).  
*Marriage and the mental health.*  
Journal of Sex and Marital Therapy. 6, 187-198.
- Spanier, G.P. & Furstenberg, F.F. (1982)  
*Remarriage after divorce, a longitudinal analysis of well-being.*  
Journal of Marriage and the Family. 44, 709-720.

- Swaan, A. de (1982).  
*Uitgaansbeperking en uitgaansangst; over de verschuiving van bevelshuishouding naar onderhandelingshuishouding.*  
In De mens is de mens een zorg. Amsterdam: Meulenhof.
- Veenhoven, R. (1983a).  
*The growing impact of marriage,*  
Social Indicators Research, 12, 49-63.
- Veenhoven, R. (1984a).  
*Conditions of happiness.*  
Dordrecht:Reidel.
- Veenhoven, R. (1984d).  
*'Zonder partner even gelukkig'*  
In R. Veenhoven (Red.), *Betere wereld. gelukkiger mensen?* Lisse: Swets & Zeitlinger.
- Veroff, J., Douvan, E. & Kulker, R.A.(1981).  
*The Inner American.*  
New York: Basic Books.
- Vuisje, H. (1978).  
*De Nieuwe Vrijgezellen.*  
De Haagse Post, 5 augustus.
- Ward, R.A. (1979).  
*The never married in later life.*  
Journal of Gerontology. 34, 861-869.
- Weeda, I. (1983).  
*Voor en na de echtscheiding.*  
Utrecht: Spectrum.
- Weiss, R.C. (1969).  
*The fund of sociability.*  
Social Science and Modern Society, 6, 36-43.
- Wessman, A.E., Ricks, D.F. & McIlvaine Tyl (1960).  
*Characteristics and concomitants of mood fluctuations in college women.*  
Journal of Abnormal and Social Psychology, 60, 117-126.



Tabel 1

Gemiddelde tevredenheid met eigen leven van Nederlanders van 18 jaar en ouder naar burgerlijke staat en woonsituatie.

samenwonend met levenspartner

- gehuwd	1.9	7
- anders	2.0	6.7

alleenwonend

- nooit gehuwd	2.1	6.3
- verweduwd	2.3	5.7
- gescheiden	2.6	4.7

- Scores gebaseerd op de vraag naar de mate waarin men zich als een gelukkig mens beschouwt:  
1. erg gelukkig, 2. gelukkig, 3. twijfel, 4. niet zo gelukkig.
- Bron: CBS Leefsituatie-onderzoek 1983

Tabel 2 Samenhangen met geluk in Nederland in 1983.

	produkt-moment correlaties	gestandaardiseerde effecten (beta's)
partner hebben (al/niet)	+.17	+.19
aantal langdurige aandoeningen	— .16	— .17
werkloos zijn (al/niet)	— .11	— .14
aantal contacten in de buurt	+.10	+.13
frequentie kerkgang	+.07	+.11
medicijnen op recept (al/niet)	— .13	— .09
thuiswonende kinderen (al/niet)	— .01	— .07
conservatisme	+.08	+.07
leeftijd	— .08	+.05
sexe (vrouw/man)	— .00	+.05
inkomen huishouden	+.12	+.04
onderwijsniveau	+.08	+.04
vrijwilligerswerk (al/niet)	+.06	+.04
% verklaarde variantie	18	

bron: Jol 1984: 183. Geluk gemeten middels drie indicatoren:

- (1) Vraag: "In hoeverre voelt U zich een gelukkig mens?"
- (2) Vraag: "In hoeverre bent U tevreden met het leven dat U leidt?"
- (3) Affect Balance Score op basis van 10 vragen over gevoelens van de laatste tijd.

Tabel 3 Enige longitudinale onderzoeken naar het effect van verandering in huwelijkse staat op levensvoldoening

bron	populatie	periode	geluksindicatoren	uitkomsten
Nock, 1980	arbeidende bevolking USA 1972, N = 963, waarvan 41 1e huwelijk sloten, 25 hertrouwden, 79 scheidden en 11 hun partner verloren.	1972-1977  twee interviews	tien vragen naar "feelings about life" waaronder een vraag naar "satisfaction"	<ul style="list-style-type: none"> <li>- huwelijkssluiting voegt weinig toe aan geluk</li> <li>- na huwelijk geen significante toename</li> <li>- na hertrouwen geen significante toename</li> <li>- huwelijksontbinding doet wel enige afbreuk aan geluk</li> <li>- na scheiding kleine, maar significante afname</li> <li>- na overlijden partner beduidende significante afname</li> </ul>
Spanier & Furstenberg, 1982	gelegenheidssample pas gescheiden personen USA, N 180, waarvan 63 hertrouwden, 24 gingen samenwonen en 93 alleen bleven	1977-1979 twee interviews	twee vragen naar "life satisfaction" en "affect-balance score"	<ul style="list-style-type: none"> <li>- in eerste jaren na scheiding neemt geluk (weer?) toe</li> <li>- die toename is <i>niet</i> sterker onder diegenen die inmiddels hertrouwd zijn of zijn gaan samenwonen</li> <li>- van de in 1977 meest gelukkig zijn er in 1979 naar verhouding meer hertrouwd</li> </ul>

Erbes & Hedderston, 1984	gehuwde en gescheiden mannen USA. N=2. 423, van wie 40 reeds in 1968 gescheiden waren en 108 gedurende onderzoekperiode gescheiden zijn	1968-1972 vijf interviews	één vraag naar de mate waarin men zeker is dat het leven aan zijn wensen zal voldoen	<ul style="list-style-type: none"><li>- gescheidenen waren al ongelukkiger</li><li>- in jaren vóór de scheiding, niet tevredener dan in jaar van de scheiding</li><li>- tevredenheid in jaren vóór de scheiding, komt overeen met die van al voor 1968 gescheidenen</li><li>- scheiding zelf wordt niet gevolgd door verdere afname van geluk maar ook niet door toename</li><li>- gescheidenen blijven minder tevreden dan gehuwden</li> <li>- reeds vóór 1968 gescheidenen lopen achterstand op constant gehuwden niet in</li><li>- onder gehuwden blijken hertrouwen iets minder tevreden</li></ul>
--------------------------	---	---------------------------	--	--

---

Tabel 4 Mogelijke relatie tussen al dan niet alleenleven en levensvoldoening

