

De invloed van emotionele gebeurtenissen op geluk en tevredenheid

*Marleen Wingen, Tineke DeJonge & Koos Arts
Statistics Netherlands*

*Published in report series 'Bevolkingstrends', Since 20-06-2012 available at:
<http://www.cbs.nl/nl-NL/menu/themas/bevolking/publicaties/bevolkingstrends/archief/2012/2012-bevolkingstrends-life-events-art.htm>*

Emotionele gebeurtenissen, ook wel aangeduid als life events, beïnvloeden geluk en tevredenheid in iemands leven. Dit is vaak al zichtbaar in de aanloop naar de emotionele gebeurtenis. Veel personen zijn al ruim voor een echtscheiding ongelukkig en minder tevreden. Rond een huwelijk zijn de meeste mensen juist het gelukkigst. Mensen die arbeidsongeschikt worden, hun baan verliezen of in de bijstand komen, zijn vooraf al minder gelukkig en tevreden dan mensen die geen verandering in hun werksituatie meemaken. Wanneer mensen weer aan het werk gaan, neemt hun gevoel van geluk en tevredenheid weer toe.

1. Inleiding

Er zijn verschillende theorieën over hoe veranderende omstandigheden het subjectieve welzijn of geluksgevoel en tevredenheid, beïnvloeden.. Een bekende theorie is de setpointtheorie (Headey en Wearing, 1989). Volgens deze theorie ligt de mate waarin mensen zich gelukkig en tevreden voelen rond een genetisch bepaald referentiepunt. Dit betekent dat het subjectieve welzijn - hoewel blij en droevige gebeurtenissen ertoe kunnen leiden dat dit toe- of afneemt - na verloop van tijd weer naar ongeveer het zogenoemde referentieniveau zal terugkeren (Headey, 2010). Dit referentiepunt hangt af van persoonlijkheid, aangezien naast omstandigheden ook erfelijkheid voor een groot deel het subjectieve welzijn bepaalt (Lucas, 2007).

Korte- en lange termijn

Emotionele gebeurtenissen kunnen positief zijn - zoals een huwelijk of de geboorte van een kind - maar ook negatief, zoals ziekte of een partner of baan verliezen. Onderzoek naar de effecten van life events toont aan dat sommige gebeurtenissen het subjectieve welzijn tijdelijk en kortdurend beïnvloeden, terwijl andere gebeurtenissen het welzijnsniveau langdurig of zelfs permanent kunnen veranderen. De geboorte van een kind, trouwen of het verlies van een partner

zorgen vaak voor een tijdelijke periode waarin de beleving van het welzijn positiever of negatiever is. Hierna keert de welzijnsbeleving weer terug naar het eerdere niveau (Lucas et al., 2003; Clark et al., 2008). Een scheiding, het verlies van een baan of een lichamelijke beperking krijgen, kunnen een permanente verandering van de welzijnsbeleving veroorzaken (Lucas et al., 2004; Lucas, 2007; Clark et al., 2008).

Dit artikel behandelt de invloed van verschillende life events op subjectief welzijn. Recentelijk is al onderzocht of veranderingen in burgerlijke staat de beleving van welzijn beïnvloeden en of deze invloed van korte of lange duur is (Wingen, de Jonge en Arts, 2010). Pasgehuwden zijn gelukkiger en tevredener dan personen van wie de burgerlijke staat niet is veranderd. Personen die recent een partner hebben verloren of pas zijn gescheiden, zijn minder gelukkig en minder tevreden. Naarmate de tijd vordert, is de welzijnsbeleving van gehuwden echter minder positief en die van verweduwde en gescheiden personen juist positiever. Voor dit artikel is deze beleving ook onderzocht voor personen die een verandering in de positie op de arbeidsmarkt meemaken. De vraag is of met pensioen gaan, een uitkering krijgen of juist aan het werk gaan de beleving van welzijn beïnvloeden en of deze invloed van korte of langere duur is. Bovendien behandelt dit artikel de welzijnsbeleving die aan veranderingen in burgerlijke staat of arbeidsmarktpositie vooraf gaat. Personen die een gebeurtenis meemaken zouden, volgens Lucas (2007), daarvoor al een ander welzijnsgevoel hebben dan mensen die zo'n gebeurtenis niet meemaken. Zo zijn getrouwde mensen al vaak voordat ze gaan trouwen gelukkiger dan mensen die niet gaan trouwen en neemt het geluksgevoel van mensen die gaan scheiden al vaak in de aanloop daar naartoe af. De vraag is dan ook hoe mensen hun welzijn beleven vlak voordat een ingrijpende verandering van burgerlijke staat of arbeidsmarktpositie heeft plaatsgevonden.

Vergelijking

Het subjectieve welzijn van één en dezelfde persoon voor en na een bepaalde gebeurtenis kan niet met de bestaande gegevens worden vergeleken omdat deze op steekproeven onder een steeds wisselende dwarsdoorsnede van de bevolking berusten. Voor de analyse zijn wel longitudinale gegevens beschikbaar over veranderingen in burgerlijke staat en de arbeidsmarktpositie. Deze gegevens komen uit registers en zijn integraal voor de gehele bevolking

beschikbaar. Door deze gegevens aan de steekproefgegevens over het subjectieve welzijn te koppelen, is voor een deel van de respondenten uit de steekproef vóór de verandering het subjectieve welzijn bekend en voor een deel van de respondenten erna. Ook is het subjectieve welzijn bekend van mensen waarvoor niets is veranderd. Een vergelijking van personen met een verandering in de burgerlijke staat of arbeidsmarktpositie met personen die geen verandering hebben meegemaakt, geeft een indicatie van de verschillen in subjectief welzijn voor of na een gebeurtenis.

2. Methode

2.1 Registerdata en enquêtegegevens

Voor dit onderzoek zijn de enquêtegegevens uit de jaren 1998 tot en met 2009 uit het Permanent Onderzoek LeefSituatie (POLS) op persoonsniveau aan gegevens uit de jaren 1998 tot en met 2008 over burgerlijke staat en arbeidsmarktpositie uit het Sociaal Statistisch Bestand (SSB) gekoppeld. In POLS wordt aan personen van 12 jaar en ouder gevraagd hoe zij hun welzijn beleven. Voor de analyses zijn alleen personen meegenomen van 20 jaar en ouder, omdat gebeurtenissen als trouwen, scheiden en een partner verliezen niet of nauwelijks bij jongeren voorkomen, net als veel werkgerelateerde gebeurtenissen als het verliezen van een baan of arbeidsongeschikt worden. Jeugdwerkloosheid en verbreken van relatie anders dan een samenwoonrelatie komen onder jongeren natuurlijk wél voor, maar dergelijke gebeurtenissen zijn in dit onderzoek niet meegenomen wegens gebrek aan cijfermateriaal. Door de gegevens over de jaren 1998 tot en met 2009 uit POLS samen te voegen is informatie over ruim 240 duizend respondenten beschikbaar.

Het subjectieve welzijn van personen die een verandering in burgerlijke staat of in de positie op de arbeidsmarkt hebben meegemaakt is vergeleken met dat van personen van wie de burgerlijke staat of de positie op de arbeidsmarkt niet is veranderd. Het subjectieve welzijn is op verschillende tijdstippen gemeten: acht tot en met tien jaar voordat een gebeurtenis plaatsvond en vervolgens elk jaar tot recent voor de gebeurtenis. Op deze manier is nagegaan hoe mensen hun welzijn ervaren voor een verandering in burgerlijke staat of arbeidsmarktpositie en hoe het subjectieve welzijn door verschillende gebeurtenissen verandert.

Ook is gekeken naar verschillende tijdstippen na de gebeurtenis in burgerlijke staat of arbeidsmarktpositie: direct na de gebeurtenis en vervolgens elk jaar tot en met tien jaar daarna. Op deze manier is nagegaan hoe mensen hun welzijn na een verandering ervaren en hoe het subjectieve welzijn in de loop der tijd voor

de verschillende categorieën van burgerlijke staat of arbeidsmarktpositie verandert.

2.2 Selectie gebeurtenissen

Voor iedere respondent in POLS is met de enquêtedatum en de gebeurtenisdatum in het SSB nagegaan hoe lang vóór en na de meting van subjectief welzijn de burgerlijke staat of arbeidsmarktpositie is veranderd. Bij veranderingen die tot en met tien jaar later of eerder hebben plaatsgevonden, geeft 0 tot 1 jaar aan dat de gebeurtenis in hetzelfde jaar of het jaar voorafgaand aan de enquêtedatum heeft plaatsgevonden. Veranderingen die acht of meer jaar voor of na de meting van subjectief welzijn hebben plaatsgevonden, zijn vanwege kleine steekproefaantallen per jaar samengevoegd in de categorie 8 of meer jaar. Voor iedere respondent zijn alle momenten van verandering in de burgerlijke staat en arbeidsmarktpositie meegenomen.

Het overzicht van deze koppeling van POLS-bestanden en registergegevens toont eerst de beleving van welzijn die aan een life event vooraf gaat. Een persoon met een in 2002 gemeten subjectief welzijn die in 2007 een life event heeft meegemaakt, staat met een 5 op de kruising van de rij voor het jaar 2002 en de kolom voor het jaar 2007.

Het tweede deel toont situaties waarin het subjectieve welzijn na een life event is gemeten. Het cijfer -5 op de kruising van de rij voor het jaar 2007 en de kolom voor het jaar 2002, betekent hier dat het subjectieve welzijn in 2007 vijf jaar na een life event in 2002 is gemeten.

[Onderzoeksjaren POLS en registergegevens](#)

2.3 Analyse

Voor de verschillende groepen personen met een verandering in burgerlijke staat of arbeidsmarktpositie zijn de percentages gelukkige en tevreden personen berekend. Deze percentages worden voor mannen en vrouwen en voor verschillende leeftijdsgroepen op verschillende tijdstippen weergegeven. Na een huwelijk, scheiding of het verlies van een partner kunnen er weer andere veranderingen in burgerlijke staat optreden. Hetzelfde geldt voor veranderingen in de arbeidsmarktpositie. Hiervoor is niet gecorrigeerd, omdat deze

veranderingen als onderdeel van alles wat mensen hebben meegemaakt na de desbetreffende gebeurtenis worden gezien.

[Aantallen personen per life event](#)

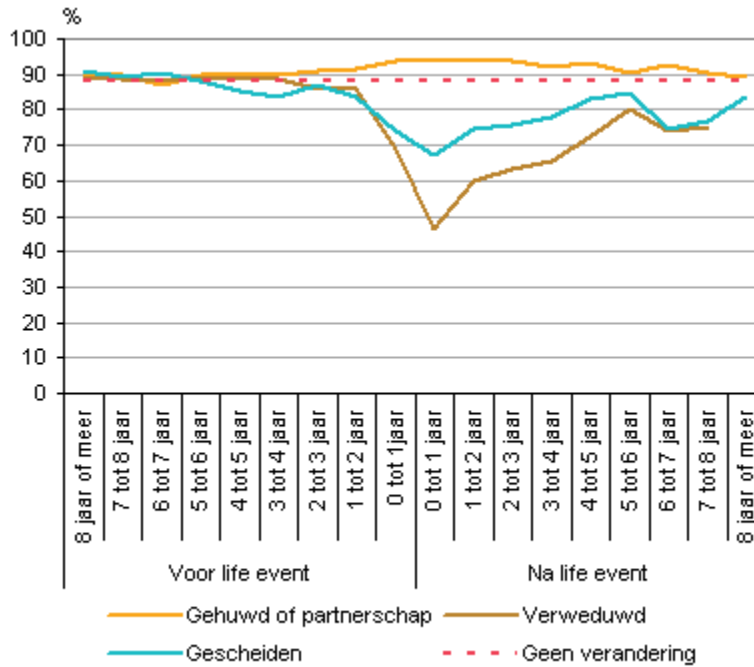
3. Resultaten

3.1 Burgerlijke staat

Er zijn duidelijke verschillen in subjectief welzijn tussen mensen die wel en geen verandering in burgerlijke staat doormaken. Bovendien zijn er flinke discrepanties over de tijd tussen de gebeurtenissen huwelijk, scheiding en het verlies van een partner. Onder de personen zonder verandering in burgerlijke staat is het aandeel gelukkige of tevreden personen met ongeveer 90 procent constant over de tijd. De grootste verschillen treden op bij partnerverlies. Vlak voordat de partner overlijdt zijn personen minder gelukkig en minder tevreden. Van personen die hun partner hebben verloren en binnen één jaar na deze gebeurtenis zijn geënquêteerd, is minder dan de helft gelukkig en is 63 procent tevreden. Hierna gaat dit aandeel langzaam omhoog, maar het komt niet op het niveau van mensen die voor wie niets is veranderd. Het verlies van een partner heeft meer invloed op geluk dan op tevredenheid. Gescheiden personen zijn een paar jaar voor de scheiding al minder gelukkig en minder tevreden. Rond de scheiding is 67 procent gelukkig of tevreden. Na een periode van minimaal vijf jaar zijn ze gelukkiger en tevredener. Bij gehuwden speelt de tijd ook een rol. De jaren na een huwelijk geeft 93 procent van de getrouwen aan gelukkig te zijn, een paar jaar daarvoor was dit nog 90 procent.

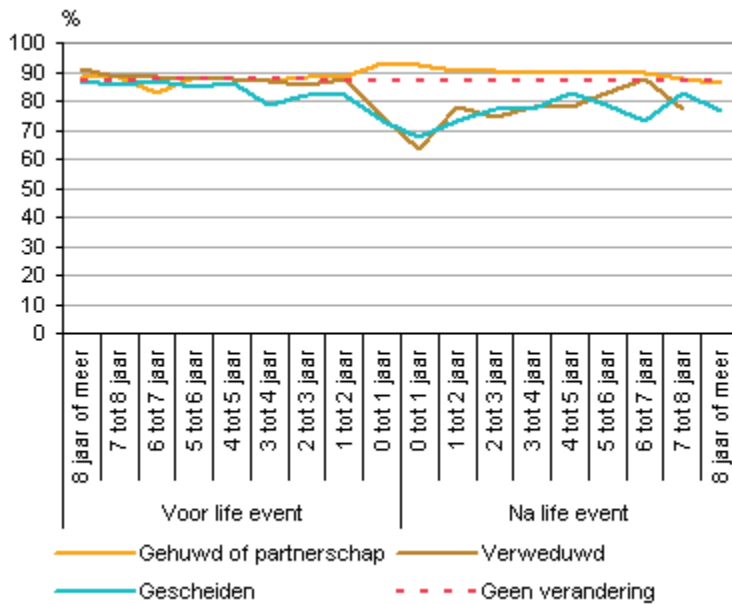
De resultaten van mannen en vrouwen of leeftijdsgroepen afzonderlijk zijn voor het grootste gedeelte vergelijkbaar (zie [tabel 1](#)). Wat opvalt is dat personen van 50 tot en met 65 jaar minder gelukkig en tevreden zijn voor en na het verlies van een partner dan personen van 65 jaar of ouder.

1. Aandeel gelukkige personen en verandering in burgerlijke staat



Bron: CBS

2. Aandeel tevreden personen en verandering in burgerlijke staat



Bron: CBS

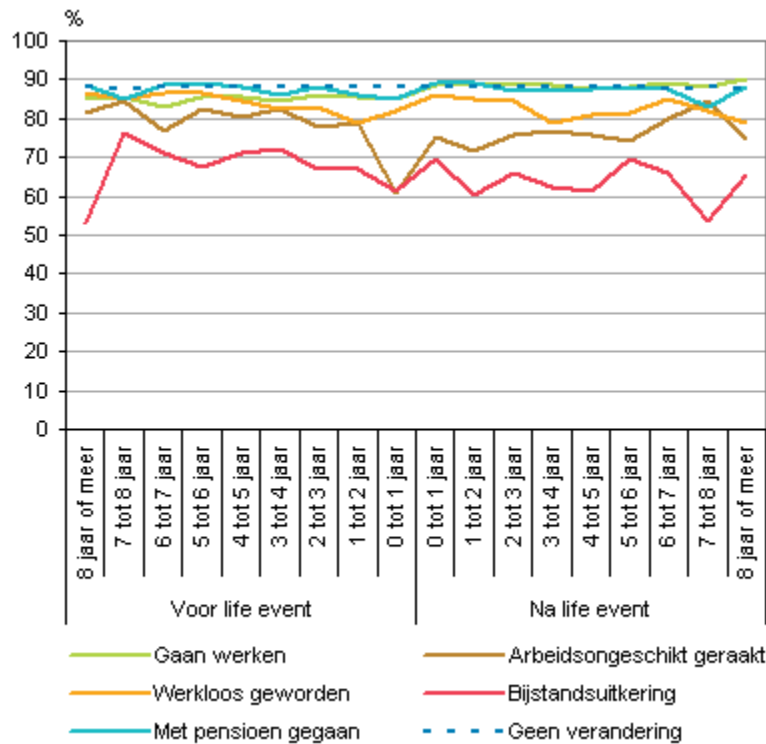
3.2 Werk of geen werk

Bij verschillende gebeurtenissen in de arbeidsmarktpositie verandert er minder in het subjectief welzijn over de tijd dan bij veranderingen in burgerlijke staat.

Personen die arbeidsongeschikt worden of voor het eerst een werkloosheids- of bijstandsuitkering krijgen, zijn al eerder minder gelukkig en tevreden dan personen van wie de arbeidsmarktpositie niet verandert. Van de personen die arbeidsongeschikt raakten en binnen een jaar naar hun subjectief welzijn zijn gevraagd, geeft 61 procent aan gelukkig te zijn en is 56 procent tevreden. Dit wijkt af van hun welzijnsbeleving voordat zij een arbeidsongeschiktheidsuitkering kregen: toen was 79 procent gelukkig en 74 procent tevreden. Van de personen die het afgelopen jaar een werkloosheidsuitkering hebben gekregen, geeft 82 procent aan gelukkig te zijn en is 75 procent tevreden. Van de personen die in de bijstand zijn geraakt is dat respectievelijk 61 en 59 procent. Hierna gaan de aandelen gelukkige en tevreden personen langzaam omhoog tot een niveau dat vergelijkbaar is met de percentages gelukkige en tevreden personen voordat ze een uitkering kregen. Dit gaat echter niet op voor mensen die in de bijstand raken. Zij zijn voor die tijd al minder gelukkig en minder tevreden en blijven dit ook daarna. Voor mensen die weer aan het werk gaan geldt dat ze vlak voordat ze weer gaan werken iets minder gelukkig, maar vooral minder tevreden zijn. Nadat mensen weer aan het werk zijn, zijn ze gelukkiger en tevredener dan daarvoor en op dat vlak vergelijkbaar met mensen voor wie de positie op de arbeidsmarkt niet is veranderd. Mensen die met pensioen zijn gegaan zijn iets gelukkiger en tevredener. Anders dan bij de veranderingen in burgerlijke staat, hebben werkgerelateerde veranderingen in het algemeen meer invloed op tevredenheid dan op geluk.

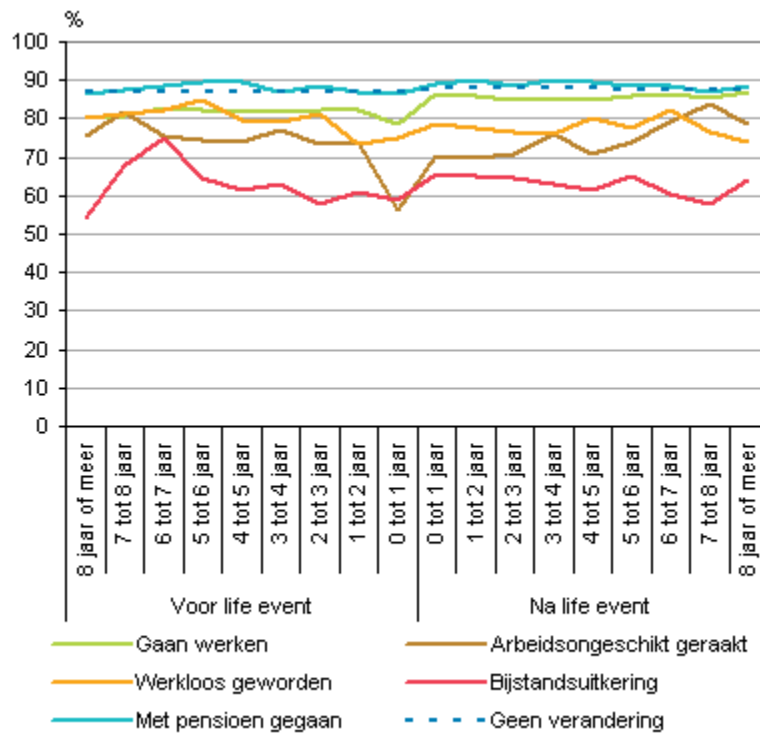
Net als voor veranderingen in burgerlijke staat geldt ook voor veranderingen in arbeidsmarktpositie dat er weinig verschillen zijn tussen mannen en vrouwen of leeftijdsgroepen. Mannen zijn minder gelukkig en tevreden dan vrouwen rondom het moment waarop ze arbeidsongeschikt raken.

3. Aandeel gelukkige personen en verandering in arbeidsmarktpositie



Bron: CBS

4. Aandeel tevreden personen en verandering in arbeidspositie



Bron: CBS

4. Conclusie

Life events beïnvloeden de welzijnsbeleving. Hoe de welzijnsbeleving verandert, hangt van het soort gebeurtenis af. Voor en na een verandering in burgerlijke staat zijn er duidelijke verschillen in subjectief welzijn waarneembaar. Vlak voor het verlies van een partner zijn personen veel minder gelukkig en minder tevreden dan personen zonder verandering in burgerlijke staat. Dit kan bijvoorbeeld komen door ziekte van de partner en een vooruitzicht op een slechte afloop. Gescheiden personen zijn een aantal jaar voor de scheiding al minder gelukkig en minder tevreden. Vlak voor en na een huwelijk zijn personen gelukkiger en tevredener dan personen zonder verandering in burgerlijke staat. Naarmate de tijd vordert na de gebeurtenis wordt de welzijnsbeleving van getrouwen minder positief en die van verweduwen en gescheiden personen positiever.

Arbeidsmarktpositie

Personen die arbeidsongeschikt worden of voor het eerst een werkloosheids- of bijstandsuitkering krijgen, zijn vooraf al minder gelukkig en tevreden dan personen waarvan de arbeidsmarktpositie niet verandert. In de loop der tijd wordt de welzijnsbeleving positiever, maar blijft laag. Mensen die in de bijstand raken, zijn over het algemeen het minst gelukkig en tevreden. Voor mensen die weer gaan werken geldt dat ze vlak daarvoor iets minder gelukkig, maar vooral minder tevreden zijn. Deze verlaagde welzijnsbeleving komt mogelijk doordat veel mensen vlak voordat ze aan het werk gaan al een tijd werkloos zijn. Als mensen weer werken, zijn ze gelukkiger en tevredener dan daarvoor en is hun subjectieve welzijn vergelijkbaar met dat van mensen die geen verandering in arbeidsmarktpositie hebben meegemaakt. Met pensioen gaan heeft weinig effect op de welzijnsbeleving.

Verschillen

Opmerkelijk is het verschil tussen geluk en tevredenheid bij bepaalde life events. Het verlies van een partner heeft een grotere invloed op geluksgevoel dan op tevredenheid met het leven, terwijl arbeidsongeschikt, werkloos of bijstandsgerechtigd worden een grotere invloed heeft op de tevredenheid dan op het geluksgevoel. Dit wijst erop dat geluk en tevredenheid twee verschillende aspecten van subjectief welzijn zijn. Bij de waardering van welzijn is de tevredenheid het cognitieve aspect van subjectief welzijn. Hierbij geven mensen een rationeel oordeel over hun leven als geheel. Wanneer het gaat om het

affectieve aspect van subjectief welzijn, spelen geluk en emoties een rol (Diener, 1994). Veranderingen in burgerlijke staat spelen waarschijnlijk meer in op de emotie en werkgerelateerde veranderingen hebben kennelijk meer te maken met eigenwaarde. Recent onderzoek toont ook aan dat werkzoekenden en arbeidsongeschikten minder tevreden zijn met het leven dan werkenden. Dit verschil zou voor een deel worden verklaard doordat werkzoekenden en arbeidsongeschikten minder sociaal participeren, minder middelen tot hun beschikking hebben en een minder goede gezondheid hebben dan werkenden (Echtelt, 2011).

De resultaten ondersteunen de verschillende theorieën over aanpassing na een levensgebeurtenis. Er vindt aanpassing plaats van de welzijnsbeleving naar ongeveer het niveau van mensen die geen ingrijpende verandering van burgerlijke staat hebben meegemaakt. Toch vindt er niet altijd een aanpassing plaats en treedt er soms, op een ander niveau, stabiliteit op, zoals bij werkloosheid. Deze stabiliteit kan de setpointtheorie niet verklaren en dus zal er een ander onderliggend mechanisme zijn. Hoewel het onderzoek niet het subjectieve welzijn van een persoon over een langere tijd heeft gemeten, zijn de resultaten wel vergelijkbaar met resultaten uit longitudinaalonderzoek. Sommige gebeurtenissen beïnvloeden het subjectieve welzijn tijdelijk en kortdurend, andere gebeurtenissen veranderen het niveau van welzijn langdurig. Eerder is ook beschreven dat trouwen of het verlies van een partner zorgen voor een korte periode waarin de beleving van het welzijn positiever of negatiever is (Lucas et al., 2003; Clark, et al., 2008). Een scheiding of het verlies van een baan kunnen een permanente verandering van de welzijnsbeleving veroorzaken (Lucas et al., 2004; Lucas, 2007; Clark et al., 2008).

Vervolgonderzoek zal dieper ingaan op veranderingen in arbeidsmarktpositie. Waarom zijn mensen die arbeidsongeschikt raken al eerder beduidend minder tevreden en gelukkig? Misschien heeft dit met de gezondheid van deze personen te maken. Een ander punt dat kan worden uitgediept, is de verandering in het subjectieve welzijn van mensen die zijn gaan werken. Is de verandering voor bijvoorbeeld personen die eerst langdurig werkloos of arbeidsongeschikt waren anders dan die voor personen die slechts voor een korte periode hun werkzame leven hebben onderbroken of net van school komen?

Een andere verklaring voor de veranderingen in subjectief welzijn bij het meemaken van een ingrijpende gebeurtenis, is misschien de invloed van inkomen en welvaart op geluksgevoel en tevredenheid. Wanneer iemand zijn partner of baan kwijtraakt, kan dit ook een financieel gevolg hebben, wat op zijn beurt het subjectieve welzijn weer beïnvloedt. In toekomstig onderzoek zal hierop worden ingegaan.

Marleen Wingen, Tineke de Jonge en Koos Arts

Bronnen:

- [Subjectief welzijn en burgerlijke staat naar geslacht en leeftijd, 20 jaar of ouder](#)
- [Subjectief welzijn en arbeidsmarktpositie naar geslacht en leeftijd, 20 jaar of ouder](#)

Literatuur:

- Arts, C.H. en E.M.J. Hoogteijling, 2002, Het Sociaal Statistisch Bestand 1998 en 1999, Sociaaleconomische maandstatistiek 12, 2002, pp. 13-21.
- Clark, A.E., E. Diener, Y. Georgellis en R. E. Lucas, 2008, Lags and leads in life satisfaction: a test of the baseline hypothesis. *The Economic Journal*, 118, blz. F222-F243.
- Diener E., 1994, Assessing subjective well-being: progress and opportunities. *Social Indicators Research* (31), blz. 103-157.
- Van Echtelt, P., 2011, Maakt werk gelukkig? Tevredenheid van werkenden, werklozen en arbeidsongeschikten. *Tijdschrift voor Arbeidsvraagstukken* (27), blz. 139-155.
- Headey, B. en A.J. Wearing, 1989, Personality, life events and subjective well-being: toward a dynamic equilibrium model. *Journal of personality and social psychology*, 57, blz. 731-739.
- Headey, B., 2010, The set point theory of well-being has serious flaws: on the eve of a scientific revolution? *Social Indicators Research* (97), blz. 7-21.
- Lucas, R.E., A.E. Clark, Y. Georgellis en E. Diener, 2003, Reexamining adaptation and the set point model of happiness: reactions to changes in marital status. *Journal of Personality & social psychology* (84), blz. 527-539.
- Lucas, R.E., A.E. Clark, Y. Georgellis en E. Diener, 2004, Unemployment alters the set point for life satisfaction. *Psychological Science*, (15), blz. 8-13.

- Lucas, R.E., 2007, Adaptation and the set-point model of subjective well-being: does happiness change after major life events? *Current directions in Psychological Science* (16)2, blz. 75-79.
- Wingen, M., T. de Jonge en K. Arts, 2010, Veranderingen in burgerlijke staat en de beleving van welzijn. *Bevolkingstrends* (58)3, blz.50-55.

Technische toelichting

Burgerlijke staat

Gegevens over de burgerlijke staat (gehuwd of geregistreerd partnerschap, ongehuwd, gescheiden, verweduwd) en veranderingen hierin zijn afkomstig uit het Sociaal Statistisch Bestand (Arts en Hoogteijling, 2002). In dit artikel worden de volgende veranderingen in burgerlijke staat onderscheiden:

- van ongehuwd, verweduwd of gescheiden naar gehuwd/partnerschap;
- van gehuwd/partnerschap naar gescheiden;
- van gehuwd/partnerschap naar verweduwd.

Arbeidsmarktpositie

Gegevens over de arbeidsmarktpositie en veranderingen hierin zijn gebaseerd op de voornaamste inkomensbron van personen (werk, uitkering in het kader van arbeidsongeschiktheid, werkloosheid of bijstand of pensioen) en zijn afkomstig uit het Sociaal Statistisch Bestand (Arts en Hoogteijling, 2002). In dit artikel worden de volgende veranderingen in arbeidsmarktpositie onderscheiden:

- van school/studie, arbeidsongeschiktheids- werkloosheids- of bijstandsuitkering naar werk;
- van arbeidsongeschiktheids- werkloosheids-, bijstandsuitkering of werk naar gepensioneerd;
- van werk naar werkloosheidsuitkering;
- van werk naar bijstandsuitkering;
- van werk, werkloosheids-, bijstandsuitkering of pensioen naar arbeidsongeschiktheidsuitkering.

Subjectief welzijn

Informatie over subjectief welzijn is beschikbaar via enquêtegegevens van het Permanent Onderzoek LeefSituatie (POLS). Hierin worden twee vragen met bijbehorende antwoordcategorieën worden gesteld:

'In welke mate vindt u zichzelf een gelukkig mens?'

1. Erg gelukkig
2. Gelukkig
3. Niet gelukkig/niet ongelukkig
4. Niet zo gelukkig
5. Ongelukkig

'In welke mate bent u tevreden met het leven dat u nu leidt?'

1. Buitengewoon tevreden;
2. Zeer tevreden;
3. Tevreden;
4. Tamelijk tevreden;
5. Niet zo tevreden.

Voor dit onderzoek zijn de antwoordcategorieën ingedeeld in gelukkig (1,2) en niet gelukkig (3,4,5), respectievelijk tevreden (1,2,3) en niet tevreden (4,5).