

# GELUK OP DE POLITIEKE AGENDA?

## *Pro's en contra's*

*Valérie De Prycker*<sup>1</sup>

**Abstract** – Happiness is an age-old philosophical topic that recently became subject to empirical research. Because this research yielded a considerable amount of knowledge on the conditions of happiness and the happiness levels of different nations, the question is now raised if these insights should be applied to the political domain. This paper addresses this question. An overview of the current debate on the politics of happiness is elaborated by focusing on its promising perspectives as well as the potential problems it raises. Five central issues in this debate are addressed: 1) the state of progress of the happiness research; 2) the value of happiness and its promotion; 3) the possibility of promoting happiness; 4) paternalism versus autonomy and 5) a fair distribution of happiness. It is concluded that some important obstacles are to be handled before a politics of happiness can come into being. Pragmatic issues need further research and ideological ones need further debate.

## **1. Geluk: van filosofische discussie tot wetenschappelijke studie**

Over geluk werd doorheen de geschiedenis van de filosofie veel gedebatteerd. Antieke filosofen waren het er grotendeels over eens dat geluk het hoogste doel is in een mensenleven maar discussieerden over de methode om dit ultieme doel te bereiken. Terwijl de antieken geloof hechten aan aards geluk zweerden christelijke denkers bij geluk in het hiernamaals dat enkel door goddelijke genade bekomen kon worden. Na enkele eeuwen overwicht van deze christelijke doctrine kende het aardse geluk in het achttiende-eeuwse Verlichtingsdenken weer een grootschalige heropleving. Het nastreven van geluk werd een recht van ieder individu. Maar wat is nu precies dat begerige geluk waar we ook vandaag allemaal naar op zoek zijn? De filosofische geschiedenis van de term geluk toont aan dat er weinig eensgezindheid bestaat over wat de precieze invulling ervan is en evenmin over de methode om geluk te bereiken.

Vandaag staat dit debat in een ander daglicht doordat geluk de voorbije decennia uitvoerig empirisch werd bestudeerd. Zowel psychologen, sociologen als economen bestudeerden dit oude filosofische thema op wetenschappelijke wijze. Zo werden de condities die geluk beïnvloeden onderzocht (Veenhoven, 1984 & 1997; Myers & Diener, 1995; Argyle, 2001). Dit onderzoek toonde aan dat de meest doorslaggevende factoren die geluk bepalen hechte relaties, werk en gezondheid zijn. Ook nationale niveaus voor geluk werden op grote schaal gemeten en vergeleken. Bovenaan in de rangschikking staan IJsland, Denemarken en Zwitserland, terwijl de laagste scores in Zimbabwe werden opgemeten (Veenhoven, 2009c). En ook de verschillende emotionele en cognitieve

<sup>1</sup> Valérie De Prycker is filosofe en is als aspirant van het Fonds Wetenschappelijk Onderzoek – Vlaanderen verbonden aan de vakgroep Wijsbegeerte van de Universiteit Gent. Contact: valerie.deprycker@ugent.be

componenten van geluk werden grondig onderzocht (Kahneman et al., 2003; Snyder & Lopez, 2005).

Om de connotatie met de onenigheden onder filosofen te vermijden, wordt in dit wetenschappelijke geluksonderzoek doorgaans de term ‘subjectief welzijn’ gebruikt. In wat volgt zal ik de term geluk in deze betekenis gebruiken. Subjectief welzijn wordt binnen de wetenschap van het geluk gedefinieerd als de evaluatie die individuen geven over hun leven in termen van tevredenheid en affectieve reacties. Geluk omvat hierbij drie componenten. Ten eerste een algemene levenstevredenheid die gemeten wordt door de vraag te stellen hoe gelukkig mensen zich over het algemeen voelen met hun globale leven. Een tweede component is het vaak ervaren van vreugde of andere positieve emoties. En een derde component is een laag niveau van negatieve emoties. (Diener, 2000; Argyle, 2001) Binnen deze definitie is men dus gelukkig als men tevreden is met zijn globale leven en als positieve emoties over het algemeen het overwicht hebben over negatieve.

## 2. De politiek van het geluk

Omdat dit onderzoek al veel kennis opleverde over de condities van geluk en de niveaus van geluk in verschillende landen, zijn er heel wat auteurs die van mening zijn dat deze wetenschappelijke kennis op beleidsniveau kan gebruikt worden om zo ‘het grootste geluk voor het grootste aantal mensen’ te bevorderen (Veenhoven, 2002 & 2004b; Donovan & Halpern, 2002; Marks, 2004 & 2005; Layard, 2005; McAllister, 2005; Hirata, 2005; Elchardus & Smits, 2007). Maar nieuw is dat idee niet. Het werd al in de achttiende eeuw verwoord door Jeremy Bentham (1789/1965). Het idee van geluk als sociopolitiek ideaal was in deze eeuw van de Verlichting zeer populair. Geïnspireerd door de Griekse filosofie geloofden Verlichtingsdenkers dat geluk een fundamenteel menselijk recht is dat als maatschappelijk doel gepromoot moet worden. Het recht op geluk werd tegen het einde van de achttiende eeuw dé slogan die nationale regeringen en individuen hanteerden om hun daden te legitimeren en werd in 1776 ook opgenomen in de Amerikaanse Onafhankelijkheidsverklaring (McMahon, 2005).<sup>2</sup> Maar doordat er toen nog maar weinig kennis was over de aard en de oorzaken van geluk bleef het louter bij een slogan. Vandaag is de situatie anders. Door de enorme explosie aan geluksonderzoek zou een politiek van het geluk nu misschien wel eens werkelijkheid kunnen worden. In Engeland wordt momenteel op het politieke niveau al gedebatteerd over het gebruik van wetenschappelijke data over geluk (Donovan & Halpern, 2002; Layard, 2005; Rudin, 2005; Dolan & Peasgood, 2006).

We kunnen deze trend binnen een bredere beweging plaatsen die al sinds de jaren zestig van de vorige eeuw actief is. In de jaren 1960-1970 groeide het idee dat het bruto nationaal product (BNP) geen betrouwbare indicator is voor levenskwaliteit (Easterlin, 1974; Campbell, 1976; Campbell et al., 1976). Levenskwaliteit bleek niet enkel te ma-

<sup>2</sup> McMahon voegt hier wel enkele kritische bedenkingen aan toe. Hij is van mening dat geluk in de Onafhankelijkheidsverklaring werd opgevoerd als een soort ideologisch rookgordijn dat de onderliggende belangen van materialistisch ingestelde voorvechters aan het zicht onttrok. De focus op geluk was naar zijn mening niet meer dan een dekmantel voor het kapitalisme en voor de accumulatie van rijkdom. (McMahon, 2005: 313)

ken te hebben met economische groei en materiële welvaart. Daarom stelden voornamelijk sociologen – maar ook enkele economen – het gebruik voor van sociale indicatoren en van indicatoren voor subjectief welzijn.<sup>3</sup> Vanaf de jaren negentig kende deze beweging een heropflakking door de ontwikkeling van indicatoren voor duurzame ontwikkeling en de toepassing van deze indicatoren op politiek vlak.<sup>4</sup> De politiek van het geluk, die vandaag nog in haar kinderschoenen staat, kan als een voortzetting van deze trends gezien worden.

*The critique of economic progress provided by well-being research presents an opportunity for sustainable development. It suggests that it is possible to disassociate levels of wellbeing from high levels of consumption and classical economic growth. (Mc Allister, 2005: 16)*

De notie duurzame ontwikkeling is intussen een wijdverspreide en veelbelovende term geworden die zijn weg in de politiek gevonden heeft. Zal dit binnenkort eveneens het geval zijn met geluksindicatoren? De meningen hierover zijn zeer uiteenlopend. Volgens Brits cultuurhistoricus Richard Schoch (2006b) is de slogan ‘Rijker maar niet gelukkiger’ vandaag niet meer dan een succesvolle marketingstrategie voor politici.

*Recent economic research has shown that beyond a minimum level of security and comfort, increased prosperity (. . .) fails to increase our happiness. So the economists have concluded that governments – if they really want to improve our lives – should care less about what we earn and more about what we feel. Attention-seeking politicians have picked up on the warm and fuzzy aspects of this research. (Schoch, 2006b)*

Maar dit politiek mantra kan volgens anderen ook als een positief signaal beschouwd worden. Met deze boodschap promoot Richard Layard (2005), econoom en voormalig adviseur van de Britse regering, de toepassing van geluksonderzoek als een noodzakelijk onderdeel van het publieke beleid. Hij is van mening dat het economische en sociale beleid zich radicaal moet heroriënteren door te focussen op het geluk van de bevolking. Voor ik dieper inga op dit debat wil ik eerst verduidelijken hoe zo’n gelukspolitiek er zou kunnen uitzien. Concreet kan het tot stand komen van een politiek van het geluk opgedeeld worden in twee stadia waarvan het eerste vandaag al in ontwikkeling is. Een eerste manier waarop de regering actie kan ondernemen om het geluk van de bevolking

<sup>3</sup> De enorme interesse in subjectief welzijn in de jaren 1960-1970 is afkomstig van de ‘social indicators movement’. Deze beweging ontstond in de late jaren zestig als reactie tegen het wijdverspreide gebruik van economische indicatoren zoals bruto nationaal product als indicator voor levenskwaliteit (Campbell, 1976). Campbell stelde de betrouwbaarheid van deze indicator als volgt in vraag: “None of us doubts that economic data have admirable qualities; the question is, How well do they represent the quality of national life? How valid are they as measures of the goodness of life in this country?” (Campbell, 1976: 117). In contrast hiermee stelden leden van de ‘social indicators movement’ voor om data te verzamelen over levenskwaliteit, opleidingsniveau, huisvesting, enzovoort. Maar ook deze objectieve indicatoren werden door sommigen beperkend bevonden als maatstaf voor de levenskwaliteit. Campbell et al. (1976: 3) stellen dat “these measures of the objective conditions of life are taken as surrogates for the subjective experience of life”. Hierdoor groeide ook het idee dat naast economische en andere objectieve indicatoren ook (gemiddeld) subjectief welzijn als indicator voor levenskwaliteit op macroniveau kon gebruikt worden. Andere alternatieve indicatoren zijn de ‘Human Development Index’ (HDI), de ‘Genuine Progress Indicator’ (GPI) of de ‘Index of Sustainable Economic Welfare’ (ISEW). HDI gebruikt zowel de BNP-indicator als indicatoren voor levensverwachting en opleidingsniveaus. GPI en ISEW gebruiken de data geleverd door BNP aangepast aan inkomensverdeling, en voegen data toe met betrekking tot de waarde van huishoud- en vrijwilligerswerk en cijfers over misdaad en vervuiling.

<sup>4</sup> De term ‘duurzame ontwikkeling’ werd in 1987 geïntroduceerd in het rapport ‘Our Common Future’ van de ‘World Commission on Environment and Development’.

te bevorderen, ligt in het stimuleren van onderzoek naar nationale geluksindicatoren. Naar analogie met de term bruto nationaal product (BNP) wordt dikwijls de term ‘bruto nationaal geluk’ (BNG) gebruikt om naar dit soort indicatoren te verwijzen. BNG is slechts een abstracte term en geen meetinstrument. Een reeds bestaande indicator is de ‘Happy Life Years Indicator’ (HLY), ontwikkeld door socioloog Ruut Veenhoven (1996 & 2004a). Deze indicator combineert het gemiddelde geluk met de levensduur van de bevolking. Een uitbreiding van deze HLY-indicator is de ‘Happy Planet Index’ ontwikkeld door de Britse denktank ‘New Economics Foundation’. Deze indicator incorporeert ook gegevens over hoe ecologisch verantwoord een nationaal geluksniveau bekomen wordt.<sup>5</sup> Momenteel loopt er ook een grootschalige Europese studie naar nationale indicatoren voor geluk (Huppert, Marks & Vitterso, 2006).<sup>6</sup> En ook in ons land wordt er vandaag gewerkt aan een project naar nationale indicatoren voor welzijn (Van Ootegem & Spillemaeckers, 2009).<sup>7</sup>

Een tweede stadium binnen de politiek van het geluk is het gebruik van deze indicatoren in het beleid. Dit is voorlopig nog toekomstmuziek. Deze indicatoren voor subjectief welzijn kunnen gebruikt worden voor verschillende doeleinden. Diener (2006) onderscheidt drie politieke gebruiksvormen van het geluksonderzoek. Ten eerste kunnen deze indicatoren gebruikt worden voor de evaluatie van bestaande beleidsmaatregelen. Ten tweede kunnen ze de noodzaak aantonen van een bepaalde bestaande of nieuwe maatregel. En ten derde kan geluksonderzoek ook nuttig zijn bij het meten van de gevolgen van beleidsinterventies (Diener, 2006). Geluksindicatoren kunnen op deze manier een nuttige bijdrage leveren in uiteenlopende domeinen zoals gezondheidszorg, publiek beleid, sociale diensten, transport, recreatie, werkvloer en milieubeleid (Diener, 2006). Wat dit tweede stadium betreft speelt Engeland een voortrekkersrol. Daar wordt al concreet gediscussieerd op beleidsniveau om geluksstudies te gebruiken in het publieke beleid (Donovan & Halpern, 2002; Layard, 2005; Rudin, 2006; Dolan & Peasgood, 2006). Zowel de Labour-partij als de Tories promoten er onderzoek naar hoe het beleid een expliciete focus op het geluk van de bevolking kan aannemen. Een concreet voorbeeld van zo’n toepassing zou bijvoorbeeld kunnen zijn dat regeringen het huwelijk fiscaal aantrekkelijker maken, omdat onderzoek heeft aangetoond dat er een sterke positieve correlatie bestaat tussen geluk en het huwelijk (Rudin, 2006).

### 3. Het debat

Uiteraard zijn dit soort maatregelen niet vrij van kritiek. Eeuwenlang werd er onder filosofen gediscussieerd over geluk en het promoten ervan zonder dat hierover een consensus werd bereikt. De vraag dringt zich nu op of een empirische benadering van geluk de weg volledig heeft vrijgemaakt voor een politiek van het geluk. In dit artikel zal ik een overzicht geven van de belangrijkste discussiepunten binnen dit debat. Zowel argumenten van voor- als van tegenstanders zullen hierbij aan bod komen.

<sup>5</sup> Meer info op <http://www.happyplanetindex.org/>

<sup>6</sup> Meer info op <http://www.europeansocialsurvey.org/> en <http://www.nationalaccountsofwellbeing.org/>

<sup>7</sup> Meer info op [http://www.belspo.be/belspo/ssd/science/projects/WELLBEBE\\_nl.pdf](http://www.belspo.be/belspo/ssd/science/projects/WELLBEBE_nl.pdf)

### 3.1. *De vorderingsstaat van het onderzoek naar geluk*

#### PRO

Volgens voorstanders van een gelukspolitiek heeft het wetenschappelijke onderzoek naar geluk een voldoende gevorderd stadium bereikt om deze kennis toe te passen op het politieke niveau (Donovan & Halpern, 2002; Veenhoven, 2002 & 2004b; Diener & Seligman, 2004; Marks, 2004; Layard, 2005; McAllister, 2005; Elchardus & Smits, 2007). Diener en Seligman, twee prominente figuren binnen het geluksonderzoek, vinden het daarom tijd dat geluk op de politieke agenda komt te staan:

*The measurement of well-being has advanced sufficiently that it is time to grant a privileged place to people's well-being in policy debates, a place at least on a par with monetary concerns. After all, if economic and other policies are important because they will in the end increase well-being, why not assess well-being more directly? (Diener & Seligman, 2004: 2)*

Wanneer voorstanders de vorderingsstaat van het geluksonderzoek als argument gebruiken, dan verwijzen ze hierbij doorgaans naar één van de drie volgende aspecten van het onderzoek. Ten eerste de wetenschappelijke definitie van geluk, ten tweede de meetbaarheid van geluk en ten derde de vergelijkbaarheid van de geluksdata.

Wat de definitie van geluk betreft, wordt door veel auteurs aangenomen dat er een consensus bestaat over een wetenschappelijke werkdefinitie (Argyle, 2001; Veenhoven, 2004b). Hiermee ontdoen deze onderzoekers geluk van haar obscure connotatie die haar kenmerkte doorheen de geschiedenis van de filosofie.

*It is sometimes said that the very concept of happiness is obscure and mysterious. But it is clear that most people know very well what it is. Surveys have asked people what they mean by it, and they say either that it is often being in a state of joy or other positive emotion, or it is being satisfied with one's life. (...) Often a third component is included – the absence of depression, anxiety or other negative emotions. (Argyle, 2001: 1-2)*

Zoals hogerop al vermeld verwijzen deze drie componenten naar de notie 'subjectief welzijn'. Dit is de meest gangbare invulling die binnen het empirische onderzoek aan geluk wordt gegeven.

Naast consensus over de definitie van geluk wordt door voorstanders van een gelukspolitiek ook vaak verwezen naar de meetbaarheid van geluk. Onderzoek heeft aangetoond dat subjectief welzijn met een zekere accuraatheid kan gemeten worden aan de hand van zelfrapportatie en enquêtes (Veenhoven, 2004b; Kahneman & Krueger, 2006). En deze metingen laten ook goede vergelijkingen toe zowel tussen personen onderling als tussen naties (Veenhoven, 2004b).

#### CONTRA

Tegenstanders vinden echter dat het onderzoek naar geluk nog niet genoeg gevorderd is en zien hierin een pragmatisch argument tegen een gelukspolitiek.

Ten eerste menen een aantal auteurs dat het gebruik van deze werkdefinitie het eeuwenoude debat over de betekenis van geluk niet heeft opgelost (Schoch, 2006a; Wilkinson,

2007; Johns & Ormerod, 2007). Volgens Richard Schoch (2006a) zien geluksonderzoekers dit probleem over het hoofd en stellen zij bijgevolg de verkeerde vraag centraal:

*The hedonic psychologists asked 'How happy are you?' when they should have asked 'What is happiness?' As a result, they could do no more than measure and calibrate happiness, and this they did with a precision to rival the anonymous stonemasons who built the Great Pyramid at Giza. (...) But what is this thing called happiness? The scientists and the social scientists do not stop to ask the question because they presume to know the answer. (Schoch, 2006a: 4)*

Het definiëren van geluk heeft de grootste geesten uit de geschiedenis beziggehouden en toch blijft de vraag nog steeds open. Filosofen bereikten nooit een consensus over wat geluk precies is. Waarom zouden empirische onderzoekers dit probleem plots wel kunnen oplossen? Volgens Johns en Ormerod (2007: 20) valt het te betwijfelen of de vertaling van het geluksonderzoek naar beleidsmaatregelen dit definitieprobleem zal oplossen. Doorheen de geschiedenis van de filosofie waren er in grote lijnen twee tradities van geluk, de hedonistische en de eudaimonische traditie. De huidige werkdefinitie van subjectief welzijn valt onder de eerste traditie omdat deze focust op het overwicht van positieve over negatieve emoties. Volgens de eudaimonische traditie daarentegen ligt geluk niet in een overwicht van aangename op onaangename ervaringen, maar is geluk eerder gerelateerd aan de persoonlijke ontwikkeling van een individu en aan het gebruik van diens vaardigheden. Deze eudaimonische invulling van geluk gaat terug tot Aristoteles, maar wordt vandaag door een minderheid van de geluksonderzoekers ondersteund (voor een overzicht zie Ryan en Deci, 2001). De meerderheid houdt het bij de hedonistische geïnspireerde notie subjectief welzijn. Dit betekent dat er dus ook binnen het geluksonderzoek vandaag nog geen consensus bestaat over de precieze definitie van geluk, wat uiteraard niet wegneemt dat de werkdefinitie van subjectief welzijn bruikbaar is. Bij de vertaling naar beleidsmaatregelen vormt dit gebrek aan consensus echter wel een probleem omdat het bestaande geluksonderzoek zeer verschillende en incommensurabele maten hanteert (Diener & Seligman, 2004). Een gedeeltelijke oplossing hiervoor is in de maak doordat er momenteel enkele projecten lopen om nationale geluks- of welzijnsindicatoren in kaart te brengen (Huppert et al., 2006; Van Ootegem & Spillemaeckers, 2009).

Ook wat de meetbaarheid van geluk betreft, kan men wijzen op enkele methodologische beperkingen. Geluk wordt meestal gemeten aan de hand van zelfrapportatie. Deze metingen zijn vaak contextgevoelig (Schwartz & Strack, 1999) en veronderstellen dat mensen in staat en bereid zijn om hun emoties te observeren en te rapporteren (Larsen & Frederickson, 1999). Bovendien kan de rapportatie zelf de gemoedstoestand beïnvloeden (Schwarz & Strack, 1999). Volgens Johns en Ormerod (2007) is het ook problematisch dat deze vragenlijsten maar een driepuntenschaal gebruiken wat onvoldoende differentiatie toelaat.<sup>8</sup> Omwille van deze tekortkomingen van de methode van zelfrapportatie worden er vandaag op kleinere schaal ook alternatieve meettechnieken gebruikt zoals de 'Experience Sampling Method' (Larson & Csikszentmihalyi, 1983; Csikszentmihalyi & Csikszentmihalyi, 1998) en de 'Anamnestic Comparative Self-Assessment'-methode (Bernheim et al., 2006; Schröder, Theuns, Heylighen & Bernheim, 2009).<sup>9</sup>

<sup>8</sup> Ondanks deze methodologische beperkingen is er geen bewijsmateriaal dat deze meetinstrumenten iets anders meten dan waarvoor ze ontworpen zijn (Veenhoven, 1984). Bovendien merkt Diener (2006) op dat alle wetenschappelijke metingen tekortkomingen hebben die niet onverkomelijk zijn zolang de conclusies geformuleerd worden in termen van deze beperkingen.

Een derde reden waarom de vorderingsstaat van het geluksonderzoek dikwijls onvoldoende wordt geacht voor politieke toepassingen is de beperkte kennis die we hebben over welk type beleid tot meer of minder geluk zou leiden (Donovan & Halpern, 2002). Het vertalen van de wetenschappelijke onderzoeksresultaten over geluk naar concrete beleidsmaatregelen vereist dus verder onderzoek. Deze toepassing van het geluksonderzoek roept ook ideologische vragen op zoals bijvoorbeeld welke waarden men wil promoten en hoe geluk zich verhoudt tot andere waarden zoals vrijheid en gelijkheid. Daarover verder meer.

### 3.2. *De waarde van geluk en het promoten ervan*

Het eerste discussiepunt was pragmatisch van aard. Het tweede is een ideologische kwestie maar daarom zeker niet minder belangrijk. Eeuwenlang discussieerden filosofen over de waarde van geluk. Binnen het huidige onderzoek naar geluk wordt deze vraag echter zelden gesteld. Nochtans is deze vraag zeer essentieel wanneer men het grootste geluk voor het grootste aantal wil promoten.

#### *PRO*

Het promoten van geluk wordt door voorstanders toegejuicht op basis van twee soorten argumenten. Ten eerste zijn er auteurs die verwijzen naar de intrinsieke waarde van geluk. Dit is een oud filosofisch idee. Aristoteles geloofde dat geluk het belangrijkste en ultieme doel is in een mensenleven (Aristoteles/Ross, 1995). Bentham (1789) deelde deze visie ook al vulde hij geluk helemaal anders in. Omdat het streven naar geluk volgens hem aangeboren is, geloofde Bentham dat geluk het basisprincipe van de ethiek is. Zijn leerling John Stuart Mill (1861) beargumenteerde het primaat van geluk op een andere manier. Volgens Mill is geluk de enige waarde die mensen nastreven omwille van zichzelf en niet omwille van een andere reden. Hedendaagse geluksonderzoekers verwijzen graag naar deze filosofen om – zij het expliciet of impliciet – de intrinsieke waarde van geluk te poneren. Richard Layard (2005) bijvoorbeeld promoot het grootste geluksprincipe als een gemeenschappelijk goed dat moet worden nagestreefd en doet dit op basis van de intrinsieke waarde ervan: “*Happiness is that ultimate goal because, unlike all other goals, it is self-evidently good.*” (Layard, 2005: 113). Andere auteurs poneren de intrinsieke waarde van geluk minder expliciet, maar door te verwijzen naar bovengenoemde autoriteiten uit de geschiedenis van de filosofie veronderstellen ze deze intrinsieke waarde van geluk wel impliciet (Diener & Seligman, 2004).

Ten tweede wordt er heel vaak verwezen naar de positieve gevolgen van geluk. Onderzoek heeft aangetoond dat gelukkige mensen socialer zijn, opener van geest, geïnteresseerder en creatiever in hun denken (Argyle, 2001). Ook zijn gelukkige mensen minder vatbaar voor stress en kiezen ze met meer waarschijnlijkheid voor gezond gedrag

<sup>9</sup> De ‘Experience Sampling Method’ (Larson & Csikszentmihalyi, 1983) registreert het gedrag, de gedachten en emoties zoals die *in real time* voorkomen en vereist dus geen post hoc evaluatie over hoe men zich voelt. De ‘Anamnestic Comparative Self-Assessment’-methode (Bernheim et al., 2006; Bernheim, 2009) vraagt aan mensen om hun leven te evalueren op basis van een vergelijking met de beste en slechtste periodes uit hun leven. Deze hoogst persoonlijke schaal vermijdt triviale antwoorden en is minder gevoelig voor vertekening door culturele relativiteit.

(Veenhoven, 2004b). Deze positieve effecten op het individu kunnen ook een positief effect hebben op de samenleving (Diener, 2006; Mc Allister, 2005). Bijvoorbeeld zou een politiek die focust op het geluk van burgers een goede remedie zijn voor het dalende vertrouwen en engagement van burgers (McAllister, 2005). En volgens Heylighen (2009) zijn gelukkige individuen over het algemeen ook betere en meer sociale burgers.

## CONTRA

Ondanks de positieve effecten die geluk heeft, stellen tegenstanders van een gelukspolitiek zich toch vragen bij het promoten van geluk. De wenselijkheid ervan kan in vraag gesteld worden aan de hand van verschillende argumenten.

Ten eerste is het de vraag of geluk wel intrinsiek waardevol is en of geluk op basis hiervan als einddoel kan vooropgesteld worden. Dit is een interessante ethische discussie maar het zou ons te ver weg leiden om er dieper op in te gaan.

Het meest populaire tegenargument is dat het promoten van geluk negatieve gevolgen kan hebben zowel voor het individu als voor de samenleving. Vaak hebben mensen de intuïtie dat geluk individuen onkritisch, lui of egocentrisch zou maken. Onderzoek heeft echter aangetoond dat deze intuïties niet kloppen (Veenhoven, 2004b & 2009a). Gelukkige mensen zijn net actiever, socialer en creatiever. Over de negatieve effecten op de samenleving bestaat voorlopig nog geen onderzoek, maar enkel filosofische speculatie. Volgens de Franse filosoof Pascal Bruckner is het streven naar geluk een culturele obsessie geworden (Bruckner, 2000; Schumaker, 2007) met contraproductieve effecten. Geluk is van een recht veranderd in een plicht die onrealistische verwachtingen creëert (Nettle, 2005; Bruckner, 2000; Buss, 2000) en ongelukkige mensen stigmatiseert (Bruckner, 2000).

Ook vanuit evolutionair oogpunt kan geluk als streefdoel in vraag gesteld worden. We hebben de gewoonte om positieve emoties als normaal te beschouwen en negatieve als abnormaal. Maar vanuit evolutionair perspectief klopt dit niet. Natuurlijke selectie stimuleert steeds die mechanismen die fitness maximaliseren, en dit kan zowel om het maximaliseren van positieve als negatieve emoties gaan (Buss, 2000; Nesse, 2005). Ook negatieve ervaringen zoals pijn, stress en angst kunnen een adaptieve waarde hebben (Haidt, 2006). In die zin kan geluk dus enkel een imaginair doel zijn dat ons gedrag motiveert en richting geeft (Nettle, 2005; McMahon, 2007). Volgens de evolutionaire psycholoog Randolphe Nesse (2005) impliceert dit dat het verhogen van positieve emoties geen haalbaar doel is.

Een ander mogelijk negatief effect van het promoten van geluk is het gevaar voor misbruik. Wanneer het grootste geluk politieke relevantie krijgt, dan kunnen verschillende belangengroepen de intentie hebben om de onderzoeksresultaten te manipuleren of vertekenen. Bijvoorbeeld kunnen burgers een verkeerd beeld geven van hun geluksniveau om op die manier een bepaalde invloed uit te oefenen op politieke actoren (McMahon, 2007; Frey & Stutzer, 2007). Ook politieke partijen zouden de geluksdata kunnen misbruiken door ze selectief aan te wenden ter ondersteuning van hun eigen politieke agenda. Het is evident dat de verschillende partijen vooral happig zullen zijn naar die data die hun eigen politieke kleur ondersteunen. Zo zullen conservatieve partijen graag verwijzen naar de positieve impact van een stabiel familieleven, het huwelijk of het geloof.



Liberalen zullen meer baat hebben bij het onderzoek dat aantoont dat individuele vrijheid een belangrijke factor is in het geluk van de burger. Linkse partijen zullen dan weer geïnteresseerd in de zogenaamde Easterlin-paradox (Easterlin, 1974; Layard, 2006) die aantoont dat er een grenswaarde is aan het effect van materiële groei op het geluk van de bevolking.<sup>10</sup> Vanuit het inzicht dat groeiende consumptie niet meer bijdraagt tot ons geluk stellen groene denkers zoals Dirk Geldof (2007) en Femke Halsema (2008) zich vragen bij de huidige focus op hyperconsumptie en pleiten zij voor meer levenskwaliteit door meer duurzame consumptie. Extreem rechts ten slotte zou weinig heil vinden in het geluksonderzoek aangezien onderzoek heeft aangetoond dat tolerantie een belangrijke positieve factor is voor het geluk van burgers (Veenhoven, 2009b).

Wanneer politici op deze manier selectief gebruik maken van het onderzoek is daar op zich niets mis mee. Het wordt echter problematisch wanneer er binnen het geluksonderzoek tegenstrijdige onderzoeksresultaten bestaan of onderzoeksresultaten die vatbaar zijn voor uiteenlopende interpretaties. Een goed voorbeeld is de discussie die er binnen het geluksonderzoek bestaat over de relatie tussen geluk en inkomensgelijkheid. Volgens Veenhoven (2009a) heeft inkomensongelijkheid geen effect op de nationale geluksbeleving. De verschillen in gemeten geluksniveaus in verschillende landen kunnen niet verklaard worden door verschillen in inkomensgelijkheid. Er is daarentegen ook onderzoek dat aantoont dat sociale vergelijkingen een heel belangrijke rol spelen bij de tevredenheid met je inkomen. Volgens Layard (2006: 45) zijn mensen meer in relatief inkomen geïnteresseerd dan in absoluut inkomen. De meeste mensen verkiezen een situatie waarin ze zelf een inkomensstijging van bijvoorbeeld 200 euro krijgen ten opzichte van een stijging van 100 euro voor collega's, boven een situatie waarin ze zelf 300 euro meer zouden verdienen en anderen bijvoorbeeld 400 euro meer. Deze tegenstrijdige onderzoeksresultaten tonen aan dat het selectieve gebruik van geluksonderzoek in politieke toepassingen gemakkelijk misbruikt kan worden. Rechtse partijen zullen vooral geneigd op basis van de eerstgenoemde onderzoeken te besluiten dat de inkomensgelijkheid niet verder moet gestimuleerd worden, terwijl linkse partijen het omgekeerde zullen beweren op basis van de rol die sociale vergelijkingen spelen in onze geluksbeleving. Dit toont aan dat het vertalen van het onderzoek naar beleidsvoorstellen niet helemaal waardevrij is en dat een neutrale onafhankelijke instantie vereist kan zijn als bemiddelaar tussen wetenschap en politiek.

### 3.3. *De mogelijkheid van het promoten van geluk*

Zelfs als het promoten van geluk waardevol en wenselijk zou zijn, blijft het nog de vraag of dit mogelijk is. Ook hierover bestaan uiteenlopende meningen.

#### *PRO*

Enerzijds kan men stellen dat regeringen nu al een effect hebben op het geluk van burgers en al heel veel doen om het geluk van de bevolking te verhogen (Donovan & Halpern, 2002; Marks & Shah, 2005; Layard, 2005). Dus waarom zou het verder promoten

<sup>10</sup> Boven de grenswaarde van 15.000 dollar per inwoner per jaar heeft toegenomen materiële groei geen effect meer op het nationale geluksniveau (Easterlin, 1974).

van geluk dan onmogelijk zijn? Het geluk van burgers wordt altijd beïnvloed door de sociale, economische en culturele omgeving waarin men leeft. Onderzoek toont grote internationale verschillen in geluk (World Values Study Group, 1994) die grotendeels verklaard kunnen worden door de kwaliteit van de overheid, de sociale zekerheid, het naleven van mensenrechten en de nationale welvaart (Argyle, 2001; Veenhoven, 2009b). Dit toont aan dat overheden wel degelijk een effect kunnen hebben op het geluk van de burger. Wanneer politici de wetenschappelijke data over geluk zouden hanteren bij het formuleren en evalueren van beleidsmaatregelen zouden zij wellicht het geluk van de bevolking nog efficiënter kunnen verhogen dan vandaag al het geval is.

## CONTRA

Anderzijds zijn er auteurs die stellen dat het verhogen van geluk aan de hand van politieke interventie een onmogelijke taak is. Dit pragmatisch argument is zeer oud en wordt op vier verschillende manieren onderbouwd.

Ten eerste is geluk volgens sommigen niet bereikbaar door het als direct doel voorop te stellen maar is het eerder een nevenproduct van onze activiteiten. Dit idee leefde al bij filosofen zoals Aristoteles en John Stuart Mill. Volgens Mill kan geluk niet eenvoudigweg bekomen worden door het te zoeken, omdat de vervulling van alle voorwaarden van geluk niet voldoende is voor het bekomen van geluk (Götz, 1995: 318-319). Vandaag kan dit oude filosofische idee ondersteund worden door twee verschillende wetenschappelijke theorieën, de flow-theorie en de evolutietheorie. Als geluk niet doelbewust kan nagestreefd worden, kan het misschien wel onrechtstreeks bekomen worden door op andere zaken te focussen. De flow-theorie geeft aanwijzingen in deze richting. Flow<sup>11</sup> is een ervaring van absorptie in een activiteit die een zekere uitdaging biedt aan de persoon. Wanneer de vaardigheid van de persoon in balans is met de uitdaging van de activiteit zal de persoon als het ware versmelten met de handeling. Een goed voorbeeld is een bergbeklimmer die een berg beklimt die binnen zijn mogelijkheden ligt maar die voor hem toch ook nog een uitdaging vormt. Tijdens het klimmen zal hij zijn aandacht helemaal op de activiteit richten waardoor hij er helemaal in opgaat. Zijn bewustzijn versmelt helemaal met het klimmen waardoor de klimmer geen besef heeft van tijd, zorgen of andere doelen dan het beklimmen van de berg. De activiteit wordt erva-

<sup>11</sup> Csikszentmihalyi (1998) definieert flow aan de hand van de volgende kenmerken: 1) een evenwicht tussen de subjectieve ervaring van vaardigheid en de subjectieve waarneming van uitdaging; 2) onmiddellijke en ondubbelzinnige feedback; 3) duidelijke doelen; 4) gefocuste aandacht; 5) versmelten van handeling en bewustzijn; 6) tijdelijk verlies van tijdsbewustzijn en zelfbewustzijn; 7) een gevoel van controle over handeling en omgeving; 8) 'autotelisch' of intrinsiek motiverend.

Flow is een ervaring van volledig engagement en absorptie in een activiteit. Deze optimale ervaring komt voor in situaties waarbij iemands capaciteiten in evenwicht zijn met de uitdaging die wordt aangegaan. Dit betekent dat flow vaak voorkomt bij activiteiten die inspanning vragen, bijvoorbeeld bij het beklimmen van een berg of het bespelen van een muziekinstrument. Doordat de aandacht volledig op de activiteit is gericht, wordt de persoon als het ware door de activiteit geabsorbeerd. Handeling en bewustzijn versmelten. Tijdens deze versmelting is er een tijdelijk verlies van zelfbewustzijn en tijdsbewustzijn (Csikszentmihalyi, 1998). De aanwezigheid van zelf- of tijdsbewustzijn zou tot een onderbreking van de flow-ervaring leiden. Daarom stellen sommige auteurs dat er tijdens flow niet noodzakelijk sprake is van een gelukservaring (Csikszentmihalyi, 1999b; Vitterso, 2003). Niettemin wordt flow dikwijls beschreven als een gelukservaring of toch in elk geval als een ervaring die bijdraagt tot het geluk.

ren als een doel op zich. Ze is intrinsiek motiverend. Onderzoek heeft aangetoond dat mensen die vaak flow ervaren zowel op korte als op lange termijn een hogere levenskwaliteit ervaren. In vergelijking met een controlegroep die weinig flow-ervaringen had, bleken deze mensen opgewekter, vrolijker, vriendelijker, gemotiveerder, creatiever en tevredener (Massimini & Carli, 1998; Lefevre, 1998; Wells, 1998; Csikszentmihalyi, 1998).

Ook de evolutionaire psychologie ondersteunt de opvatting dat geluk geen direct doel in een mensenleven is. De mens is evolutionair niet geprogrammeerd voor het nastreven van geluk noch ongeluk (Nettle, 2005; Grinde, 1996; Nesse, 2005). Vanuit deze vaststelling betwijfelen Nesse (2005) en McMahon (2007) of de mens een natuurlijke capaciteit heeft voor steeds toenemende geluksniveaus.

Ten tweede zorgen ook onze genen ervoor dat er een natuurlijke grens staat op het verhogen van geluk (Lykken, 1999). Volgens de ‘set point’-theorie (Lykken, 1999) heeft elke persoon een genetisch bepaald gemiddeld geluksniveau. Positieve en negatieve gebeurtenissen kunnen voor een tijdelijke afwijking van dit gemiddelde zorgen waarna de persoon weer terugkeert naar zijn persoonlijke basisniveau. Hoewel er nog discussie bestaat over het precieze percentage van deze genetische invloed, vormt dit een ernstige beperking in het verhogen van geluksniveaus.

Het is ook zo dat mensen zich zeer snel aanpassen aan nieuwe omstandigheden – zowel positieve als negatieve – en bijgevolg ook snel hun verlangens aanpassen (Frey & Stutzer, 2007). Ook dit beperkt de mogelijkheden om het geluk van mensen op een duurzame manier te verhogen, want het zorgt ervoor dat we steeds meer willen.

En ten slotte kan men zich ook de vraag stellen of een geluksniveau dat in onze welvarende landen al vrij hoog is nog verder verhoogd kan worden (Persaud, 2006; Johns & Ormerod, 2007). Kan er met andere woorden sprake van zijn van een plafondeffect?

### 3.4. *Vrijheid versus paternalisme*

Een vierde heel centraal discussiepunt in het debat over gelukspolitiek is het spanningsveld tussen de vrijheid van de burger en de rol van de overheid. Moeten regeringen enkel onrechtstreeks inspelen op het geluk van de burger door de voorwaarden voor individuele geluksverhoging te bevorderen, of kunnen zij ook rechtstreeks invloed uitoefenen op het individuele geluk? En hoe kan zo een directe impact er uitzien in democratische landen?

Volgens Johannes Hirata (2005) hoeft een meer rechtstreekse rol van de overheid niet in strijd te zijn met democratische waarden omdat elke beleidsinterventie in principe inspeelt op de private waarden en belangen van individuen. Het enige verschil bestaat er volgens hem in dat beleidsvoorstellen gebaseerd op geluksonderzoek de waarden en attitudes van personen explicieter incorporeren.

Een gevaarlijk punt in dit spanningsveld tussen de rol van de burger en de overheid ligt in het feit dat mensen vaak niet weten wat hun geluk verhoogt of verlaagt. Of ze denken het te weten, maar zitten er volledig naast. Daniel Gilbert (2006) toont aan dat mensen niet steeds die keuzes maken die hun geluk ten goede komen. Op het eerste zicht lijkt dit vooral een argument te zijn voor een paternalistische beleidsinterventie. Maar dit inzicht kan ook gebruikt worden ter ondersteuning van een meer bescheiden rol voor de regering. Als het zo is dat mensen beperkte toegang hebben tot wat hun geluk bepaalt,

dan kan de overheid hierop inspelen door het aanbieden van informatie en educatie over de condities van geluk (Veenhoven, 2008).

Maar men kan ook stellen dat een overheidsinterventie bij het promoten van geluk sowieso in conflict is met de vrijheid en autonomie van burgers (McMahon, 2007; Frey & Stutzer, 2007). Geluk is en blijft een persoonlijke kwestie (Johns & Ormerod, 2007; Persaud, 2006) en mensen moeten de vrijheid hebben om fouten te maken of ongeluk te kiezen (Bruckner, 2000; Persaud, 2006).

### 3.5. *Een rechtvaardige verdeling van geluk*

Ten slotte is er nog een laatste probleem dat al in de achttiende eeuw door Jeremy Bentham werd verwoord bij zijn pleidooi voor het promoten van ‘het grootste geluk voor het grootste aantal mensen’. Als een regering aan de toename van het nationale geluksniveau werkt, hoe kan zij er dan voor zorgen dat dit op een rechtvaardige manier gebeurt? Op basis van het huidige geluksonderzoek stelt Layard (2005: 22) dat het belangrijker is om het lijden te reduceren dan extreem geluk te genereren. Wanneer regeringen het grootst mogelijke geluk willen bevorderen, dan zal goed nagedacht moeten worden over welke doelgroepen voorrang moeten krijgen. Hierbij zal niet alleen rekening moeten gehouden worden met rechtvaardigheid tussen verschillende sociale lagen van de bevolking, maar ook met rechtvaardigheid tussen verschillende naties als ook tussen verschillende generaties. Deze laatste vorm van een rechtvaardige verdeling impliceert dat de gelukswetenschap op een duurzame manier moet toegepast worden. Regeringen zullen geconfronteerd worden met keuzes tussen meer levenstevredenheid vandaag versus meer tevredenheid voor toekomstige generaties. Een duurzame gelukspolitiek zal dus een rem moeten plaatsen op de excessieve consumptiedrang van huidige generaties zodat een gezond leefmilieu voor de toekomst kan gegarandeerd worden. Een indicator zoals de ‘Happy Planet Index’ die zowel de levenstevredenheid als de ecologische voetafdruk incorporeert, kan hierbij een nuttig instrument zijn.

## 4. Concluisies

Ter afsluiting heb ik de belangrijkste argumenten van voor- en tegenstanders samengevat in tabellen 1 en 2.

**Tabel 1: Argumenten pro gelukspolitiek**

- Voldoende kennis over condities en voorkomen van geluk
- Geluk heeft positieve effecten op persoonlijk en sociaal vlak
- Geluk is intrinsiek waardevol
- Geluk wordt altijd beïnvloed door sociale, economische, culturele en institutionele factoren
- Mensen weten niet wat hun geluk verhoogt of verlaagt en maken vaak foute keuzes

**Tabel 2: Argumenten contra gelukspolitiek**

- Meten van geluk is vatbaar voor vertekening
- Geen consensus over definitie van geluk
- Promoten van geluk heeft negatieve gevolgen voor individu en samenleving
- Maximaliseren van geluk is onmogelijk
- In conflict met persoonlijke vrijheid
- Probleem van een rechtvaardige verdeling van geluk

Dit overzicht van argumenten maakt duidelijk dat er nog steeds belangrijke barrières zijn die weggewerkt moeten worden alvorens een gelukspolitiek tot stand kan komen. De pragmatische discussiepunten vereisen verder onderzoek terwijl de ideologische punten naast onderzoek ook verder debat vereisen. Verder onderzoek is nodig naar de mogelijke negatieve effecten van het promoten van geluk, zowel voor het individu als voor de samenleving. Ook onderzoek naar het geschikte type interventie van de regering is een vereiste voor de totstandkoming van een gelukspolitiek. Een belangrijke tekortkoming van het huidige geluksonderzoek is dat het geen inzicht geeft in de omvang en de beperkingen van een regeringsinterventie in de publieke sfeer (Frey & Stutzer, 2007).

Wat de noodzaak aan verder debat betreft, moet vooral de vraag naar de waarde van geluk en het promoten ervan duidelijker gesteld worden wanneer we willen weten of een gelukspolitiek wenselijk is. Het recente onderzoek naar geluk heeft deze eeuwenoude vraag tot nu toe onvoldoende geïncorporeerd. Het geluksonderzoek heeft geluk gereduceerd tot een meetbaar empirisch concept. Hoewel dit onderzoek heel veel belangrijke kennis heeft opgeleverd, heeft het de filosofische vraag naar de waarde van geluk opzijgeschoven. Het promoten van geluk wordt in dit onderzoek – doorgaans impliciet – als waardevol gezien op basis van een verwijzing naar filosofische autoriteiten zoals Aristoteles of Bentham. Men moet zich er echter bewust van zijn dat het geloof in de maakbaarheid van geluk niet zo onschuldig is als het op het eerste zicht lijkt. Wanneer het geluksonderzoek toegepast zal worden op het politieke domein moet de waarde van het promoten van geluk kritisch onderzocht worden. Geluk is ongetwijfeld aan veel goede dingen gerelateerd, maar dit biedt geen groen licht voor een onoverdachte bevestiging van het promoten van geluk. Mogelijk negatieve effecten van een cultus van het geluk moeten nog onderzocht worden. Zoals Pascal Bruckner (2000) waarschuwt is het mogelijk dat deze cultus ons opzadelt met een plicht tot gelukkig zijn die niet alleen voor gelukkige maar ook voor ongelukkige mensen als een last kan ervaren worden. Mogelijke negatieve effecten van een gelukscultus zoals de discriminatie van ongelukkige mensen en de last van steeds toenemende verwachtingen moeten nog onderzocht worden. Ook moet de waarde van geluk afgewogen worden ten opzichte van andere waarden zoals vrijheid en gelijkheid. Vooral de relatie tussen vrijheid en geluk verdient speciale aandacht in het debat naar een gepaste vorm van regeringsinterventie. Dit zijn belangrijke uitdagingen voor het geluksonderzoek waarmee de politieke relevantie van dit onderzoek staat of valt.

## Literatuur

- ARGYLE M. (2001), *The psychology of happiness: Second edition*, Routledge, Hove/ East Sussex.
- ARISTOTELES (1995), *Nicomachean ethics*, Vertaald door ROSS W.D., Clarendon Press, Oxford.
- BENTHAM J. (1789/1965), *An introduction to the principles of morals and legislation*, Hafner, New York.
- BERNHEIM J., THEUNS P., MAZAHARI M., HOFMANS J., FLIEGE H. & ROSE M. (2006), 'The potential of Anamnestic Comparative Self-Assessment (ACSA) to reduce bias in the measurement of subjective well-being', *Journal of Happiness Studies*, 7, 2: 227-250.
- BRUCKNER P. (2000), *L'euphorie perpétuelle. Essai sur le devoir de bonheur*, Editions Grasset et Fasquelle, Parijs.
- BUSS D.M. (2000), 'The evolution of happiness', *American Psychologist*, 55, 1: 15-23.
- CAMPBELL A. (1976), 'Subjective Measures of Well-Being', *American Psychologist*, 31: 117-124.
- CAMPBELL A., CONVERSE P. & RODGERS W. (1976), *The quality of American life: Perceptions, evaluations and satisfactions*, Russell Sage Foundation, New York.
- CSIKSZENTMIHALYI M. (1998), 'The flow experience and its significance for human psychology' in CSIKSZENTMIHALYI M. & CSIKSZENTMIHALYI I.S. (eds.) (1998), *Optimal experience: Psychological studies of flow in consciousness*, Cambridge University Press, Cambridge, 15-35.
- DIENER E. (2000), 'Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index', *American Psychologist*, 55, 1: 34-43.
- DIENER E. (2006), 'Guidelines for national indicators of subjective well-being and ill-being', *Journal of Happiness Studies*, 7: 397-404.
- DIENER E. & SELIGMAN M. (2004), 'Beyond money. Toward an economy of well-being', *Psychological Science in the Public Interest*, 5, 1: 1-31.
- DOLAN P. & PEASGOOD T. (2006), *Review of research on the influences on personal well-being and application to policy making*, DEFRA-report, UK-government, Department for Environment, Food and Rural Affairs.

- DONOVAN N. & HALPERN D. (2002), 'Life satisfaction: the state of knowledge and implications for government', Discussiepaper voor de Strategy Unit, Cabinet Office, <http://www.wcfia.harvard.edu/conferences/socialcapital/Happiness%20Readings/DonovanHalpern.pdf>, geraadpleegd op 12 mei 2006.
- EASTERLIN R. (1974), 'Does economic growth improve the human lot? Some empirical evidence' in DAVID P. & REDER M. (eds.) (1974), *Nations and households in economic growth: Essays in honour of Moses Abramovitz*, Academic Press, New York/London, 89-125.
- ELCHARDUS M. & SMITS W. (2007), *Het grootste geluk*, Lannoo Campus, Leuven.
- FREY B.S. & STUTZER A. (2007), 'Should national happiness be maximized?', Working paper No. 306, <http://www.iew.unizh.ch/wp/iewwp306.pdf>, geraadpleegd op 16 januari 2008.
- GELDOF D. (2007), *We consumeren ons kapot*, Houtekiet, Antwerpen.
- GILBERT D. (2006), *Stumbling on happiness*, Alfred Knopf, New York.
- GÖTZ I. (1995), *Conceptions of happiness*, University Press of America, Lanham.
- GRINDE B. (1996), *Darwinian happiness. Evolution as a guide for living and understanding human behaviour*, The Darwinian Press, Princeton/New Jersey.
- HAIDT J. (2006), *The happiness hypothesis: Putting ancient wisdom and philosophy to the test of modern science*, Arrow Books, London.
- HALSEMA F. (2008), *Geluk!*, Bert Bakker, Amsterdam.
- HIRATA J. (2005), 'How should happiness guide policy? Why Gross National Happiness is not opposed to democracy', Paper op het *Second international conference on Gross National Happiness. Local pathways to global well-being*, Antigonish/Nova Scotia, Canada. <http://www.gpiatlantic.org>, geraadpleegd op 22 februari 2007.
- HEYLIGHEN F. (2009), 'Stimuleren van geluk en sociale vooruitgang. Een libertair paternalistische benadering', *Ethiek & Maatschappij*, 12, 1: 147-167.
- HUPPERT F., MARKS N. & VITTERSO J. (2006), 'Developing national indicators of well-being for Europe', Paper op het *Third European conference on positive psychology*, Portugal, Braga.
- JOHNS H. & ORMEROD P. (2007), *Happiness, economics and public policy*, The Institute of Economic Affairs, London.
- KAHNEMAN D., DIENER E. & SCHWARZ N. (1999), *Well-being: The foundations of hedonic psychology*, Russell Sage Foundation, New York.
- KAHNEMAN D. & KRUEGER A. (2006), 'Developments in the measurement of subjective well-being', *Journal of Economic Perspectives*, 20, 1: 3-24.

- LARSEN R.J. & FREDERICKSON B.L. (1999), 'Measurement issues in emotion research' in KAHNEMAN D., DIENER E. & SCHWARZ N. (eds.) (1999), *Well-being: The foundations of hedonic psychology*, Russell Sage Foundation, New York, 40-60.
- LARSON R., & CSIKSZENTMIHALYI M. (1983), 'The experience sampling method', *New directions for methodology of social and behavioral science*, 15: 41-56.
- LAYARD R. (2005), *Happiness. Lessons from a new science*, The Penguin Press, New York.
- LYKKEN D. (1999), *Happiness: What studies on twins show us about nature, nurture and the happiness set-point*, Golden Books, New York.
- MARKS N. (2004), 'Towards evidence based public policy: The power and potential of using well-being indicators in a political context' in URA K. & GALAY K. (eds.), (2004), *Gross National Happiness and development, Proceedings of the first international seminar on the operationalization of Gross National Happiness*, <http://www.bhutanstudies.org.bt/publications/publications.htm>, geraadpleegd op 28 januari 2007.
- MARKS N. (2005), 'The science of well-being: its potential to inspire political change at many levels in the UK and beyond', paper op het *Second international conference on Gross National Happiness – Local pathways to global well-being*, Antigonish, Nova Scotia, Canada. <http://www.gpiatlantic.org/>, geraadpleegd op 22 februari 2007.
- MARKS N. & SHAH H. (2005), 'A well-being manifesto for a flourishing society' in HUPPERT F., BAYLIS N. & KEVERNE B. (eds.) (2005), *The science of well-being*, Oxford University Press, Oxford/New York, 503-531
- McALLISTER F. (2005), 'Well-being concepts and challenges', discussiepaper voor het Sustainable development research network, <http://www.sd-research.org.uk/well-being/>, geraadpleegd op 11 april 2006.
- McMAHON D. (2005), *Happiness: A history*, Atlantic Monthly Press, New York.
- MILL J.S. (1861/1975), 'Considerations on representative government' in WOLLHEIM R. (ed.) (1975), *John Stuart Mill: Three essays*, Oxford University Press, Oxford/New York.
- MYERS D.G. & DIENER E. (1995), Who is happy?, *Psychological Science*, 6: 10-19.
- NESSE M.R. (2005), 'Natural selection and the elusiveness of happiness' in HUPPERT F., BAYLIS N. & KEVERNE B. (eds.), (2005), *The Science of Well-Being*, Oxford University Press, Oxford: 1-32.
- NETTLE D. (2005), *Happiness. The science behind your smile*, Oxford University Press, Oxford.
- PERSAUD R. (2006), *The motivated mind*, Bantam Press, London.



- RUDIN M. (2006), *The happiness formula*, Documentaire op BBC2, [http://news.bbc.co.uk/1/hi/programmes/happiness\\_formula/4783836.stm-53k-](http://news.bbc.co.uk/1/hi/programmes/happiness_formula/4783836.stm-53k-), geraadpleegd op 20 december 2006.
- RYAN R.M. & DECI E.L. (2001), 'On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being', *Annual Review of Psychology*, 52: 141-166.
- SCHOCH R. (2006a), *The secrets of happiness. Three thousand years of searching for the good life*, Profile Books, London.
- SCHOCH R. (2006b), Whistle a happy tune, *The Guardian*, <http://commentisfree.guardian.co.uk/>, geraadpleegd op 22 december 2006.
- SCHUMAKER J.F. (2007), *In search of happiness: Understanding an endangered state of mind*, Praeger Publishers, Westport.
- SCHWARZ N. & STRACK F. (1999), 'Reports of subjective well-being: Judgmental processes and their methodological implications' in KAHNEMAN D., DIENER E. & SCHWARZ N. (eds.) (1999), *Well-being: The foundations of hedonic psychology*, Russell Sage, New York, 61-84.
- SHRÖDER J., THEUNS P., HEYLIGHEN F. & BERNHEIM J. (2009), 'De beste en de slechtste tijden in mijn levenservaring: biografische schaalankerpunten voor minder relativiteitsvertekeningen bij de zelfbeoordeling van de levenskwaliteit', *Ethiek & Maatschappij*, 12, 1: 87-105.
- SNYDER C.R. & LOPEZ S. (2005), *Handbook of positive psychology*, Oxford University Press, Oxford.
- VAN OOTEGEM L. & SPILLEMAECKERS S. (2009), 'Well-being, capabilities en geluk in België. Informatie uit focus groep discussies', *Ethiek & Maatschappij*, 12, 1-2: 146-177.
- VEENHOVEN R. (1984), *Conditions of happiness*, Reidel, Dordrecht.
- VEENHOVEN R. (1996), 'Happy life-expectancy: A comprehensive measure of quality-of-life in nations', *Social Indicators Research*, 39, 1-58.
- VEENHOVEN R. (2002), 'Why social policy needs subjective indicators', *Social Indicators Research*, 58: 33-45.
- VEENHOVEN R. (2004a), 'Happy live years. A measure of Gross National Happiness' in URA K. & GALAY K. (eds.) (2004), *Gross national happiness and development. Proceedings of the first international seminar on the operationalization of Gross National Happiness*, Thimphu, Bhutan, February 18-20, 2004, 287-318, <http://www.grossinternationalhappiness.org/downloads/Book-GNH-I-1.pdf>, geraadpleegd op 11 januari 2007.
- VEENHOVEN R. (2004b), 'Happiness as an aim in public policy. The greatest happiness principle' in LINLEY A. & JOSEPH S. (eds.) (2004), *Positive Psychology in Practice*, John Wiley and Sons, Hoboken, 658-678.

- VEENHOVEN R. (2008), 'Healthy happiness: Effects of happiness on physical health and the consequences for preventive health care', *Journal of Happiness Studies*, 9: 449-464.
- VEENHOVEN R. (2009a), 'Groter geluk voor een groter aantal? Is dat mogelijk en wenselijk?', *Ethiek & Maatschappij*, 12, 1: 25-50.
- VEENHOVEN R. (2009b), 'Kan Nederland gelukkiger?', Presentatie op het symposium *Geluk!*, Universiteit van Amsterdam, 31 januari 2009.
- VEENHOVEN R. (2009c), *World Database of Happiness, Distributional Findings in Nations*, Erasmus Universiteit Rotterdam, [www.worlddatabaseofhappiness.eur.nl](http://www.worlddatabaseofhappiness.eur.nl), geraadpleegd op 26 januari 2009.
- VITTERSO J. (2003), 'Flow versus life satisfaction: A projective use of cartoons to illustrate the difference between the evaluation approach and the intrinsic motivation approach to subjective quality of life', *Journal of Happiness Studies*, 4: 141-167.
- WILKINSON W. (2007), 'The quest for scientific politics of happiness' in *Are we happy yet? Happiness in an age of abundance*, Blog archive Cato Institute, <http://www.cato-unbound.org>, geraadpleegd op 15 november 2007.
- WORLD VALUES STUDY GROUP (1994), *World Values Survey, 1981-1984 en 1990-1993*, Ann Arbor, MI: Institute for Social Research, University of Michigan.