

# En ze leefden nog lang gelukkig

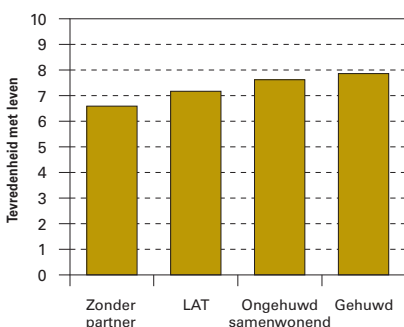
JUDITH SOONS

Uit talloos onderzoek is de afgelopen decennia gebleken dat gehuwden gelukkiger en gezonder zijn dan ongehuwden. Ze leven langer, hebben minder last van depressies en alcoholproblemen en zijn meer tevreden met hun leven. Samenlevingsvormen zijn echter vanaf de jaren zeventig van de vorige eeuw veranderd. Tot die tijd was het huwelijk de meest voorkomende vorm van samenleven. Echtscheiding kwam weinig voor, evenals ongehuwd samenwonen. De meeste ongehuwden waren niet eerder getrouwd en hadden geen partner. Inmiddels is deze groep veel gevarieerder samengesteld en bestaat zij ook uit gescheidenen en verweduwen zonder partner, mensen die een LAT-relatie hebben, en ongehuwd samenwonenden. Met nieuw onderzoek waarin niet alleen wordt gekeken naar verschillen tussen groepen, maar waarin ook langetermijneffecten van relaties worden onderzocht is inmiddels een begin gemaakt. Uit de resultaten van één studie blijkt dat ongehuwd samenwonenden meestal wat gelukkiger zijn dan singles, maar minder gelukkig dan gehuwden. Het huwelijk biedt blijkbaar nog extra voordelen die samenwonen niet biedt. Bij zowel samenwonenden als gehuwden is dit hogere levensgeluk op langere termijn blijvend.



Foto: Wim de Jonge

**Figuur 1.** Gemiddelde scores tevredenheid met leven per relatiestatus



Voor het groeiende aandeel samenwonenden in de groep ongehuwden maakt het moeilijk om gehuwden met ongehuwden te vergelijken, aangezien de leefsituatie van mensen die (ongehuwd) samenwonen en die van gehuwden veel op elkaar lijken. Immers, in beide gevallen voeren de partners een gezamenlijke huishouding. Hierdoor kunnen ze bijvoorbeeld bepaalde kosten delen, maar zullen ze zich ook verantwoordelijk voor elkaar voelen en niet zonder meer uit elkaar gaan. Bovendien worden in een niet gering aantal samenwonenrelaties kinderen geboren, dus zonder dat de ouders getrouwd zijn; iets dat in de jaren zestig en zeventig veel minder voorkwam. Ook zijn de juridische verschillen in status tussen samenwonen en trouwen kleiner geworden, vooral na invoering van het samenlevingscontract.

Ongehuwd samenwonenden wijken op bepaalde vlakken ook af van gehuwden. Vaak hanteeren de partners minder traditionele waarden en normen. Ze houden er bijvoorbeeld een meer egalitaire rolverdeling op na en dragen beiden hun steentje bij aan het inkomen. Samenwonenden hebben meer conflicten dan gehuwden

en de kans is groter dat ze uit elkaar gaan. De duurzaamheid van de relatie en de mate van verbondenheid lijken kleiner te zijn bij samenwonenden dan bij gehuwden, ondanks de grote overeenkomsten in leefsituatie.

## Relaties en tevredenheid met het leven

Aangezien de leefsituatie van samenwonenden deels overeenkomt met en deels verschilt van die van gehuwden, is het de vraag of samenwonenden wat betreft levensgeluk meer lijken op de gehuwden dan wel op de ongehuwden. Het is immers mogelijk dat het grotere geluk van gehuwden ten opzichte van ongehuwden is te verklaren vanuit het feit dat ze samen een huishouding delen. In dat geval zouden mensen die ongehuwd samenwonen net zo gelukkig moeten zijn als mensen die getrouwd zijn. Of voegt trouwen nog iets toe aan het geluksgevoel als iemand al ongehuwd samenwoont?

Uit onderzoek naar de verschillen tussen gehuwden en samenwonenden blijkt dat ongehuwd samenwonenden meestal wat gelukkiger zijn dan singles, maar minder gelukkig dan gehuwden. Dit is ook recent geconcludeerd op basis van een analyse van gegevens uit de 'Panelstudie Sociale Integratie in Nederland (PSIN)' (zie kader). Voor deze studie is in 1987 een groep jongvolwassenen (18-26 jaar) geïnterviewd over onder andere hun relaties en tevredenheid met het leven. Deze groep is in de daaropvolgende jaren nog een aantal keren ondervraagd. Daardoor is van deze groep jongvolwassenen over een periode van maximaal 18 jaar bekend wanneer ze relaties zijn aangegaan, hebben beëindigd, wat voor soort relaties dit waren en hoe hun levensgeluk is veranderd. Dit levensgeluk is gemeten met een aantal vragen over hoe tevreden mensen waren met het leven. De score levens tevredenheid loopt van 0 (zeer ontevreden) tot 10 (zeer tevreden). Uit het onderzoek blijkt dat trouwen een grotere stijging in de levens tevredenheid tot gevolg heeft dan ongehuwd samenwonen (zie figuur 1). Gehuwden scoren gemiddeld 7,9 en samenwonenden 7,6. Beide groepen zijn echter beduidend gelukkiger dan de singles (6,6) en mensen met een LAT-relatie die wel een partner hebben, maar

daar niet mee samenwonen (7,2). Uit deze verschillen in scores kan worden afgeleid dat het geluk van gehuwden niet alleen wordt bepaald door het hebben van een partner, noch alleen door het samenwonen. Het huwelijk levert blijkbaar een extra positieve bijdrage aan het welbevinden. Waaruit deze bijdrage precies bestaat, is echter nog onduidelijk.

Een mogelijke oorzaak van het verschil is dat partners samenwonen vaak gebruiken als een soort proefhuwelijk. Relaties die in dat proefhuwelijk standhouden en waarvan de partners uiteindelijk gaan trouwen, zijn waarschijnlijk stabiel en gelukkiger dan relaties die worden afgebroken. Het gevolg kan zijn dat een bepaalde selectieve groep gaat trouwen, namelijk zij die meer tevreden zijn met hun relatie en daardoor al meer tevreden met hun leven waren. Uit het onderzoek blijkt echter dat dit soort selectie slechts ten dele het grotere geluk van een gehuwd persoon kan verklaren, want ook bij mensen die samenwonen en daarna met dezelfde partner trouwen stijgt de levensvredeheid.

Een alternatieve verklaring voor het verschil tussen samenwoners en gehuwden heeft betrekking op de duurzaamheid van en de mate van verbondenheid in een relatie. Een samenwoonrelatie houdt over het algemeen minder lang stand dan een huwelijksrelatie. Tevens bestaan er tussen samenwonende partners grotere verschillen met betrekking tot ideeën over de toekomst van de relatie dan tussen gehuwden: de ene partner kan het idee hebben om door te gaan met samenwonen en een levenslange verbintenis aan te gaan zonder te trouwen, terwijl het voor de ander meer een vorm van uitproberen is, die relatief gemakkelijk kan worden afgebroken. Bij een huwelijksrelatie stemmen de verwachtingen van de partners vaak meer overeen: het huwelijk wordt, ondanks het aanzienlijke percentage echtscheidingen, nog steeds gezien als een duurzame vorm van samenleven 'in voor- en tegenspoed tot de dood ons scheidt'. Deze onzekerheid over de toekomst van de relatie zou ertoe kunnen leiden dat een samenwoonrelatie minder profijtelijk is voor je levensgeluk dan een huwelijk.

In het kader van de Panelstudie Sociale Integratie in Nederland (PSIN) zijn in 1987 1.775 jongvolwassenen van 18-26 jaar geïnterviewd over hun ervaringen en opvattingen met betrekking tot onder andere relaties, werk en opleiding, en kinderen. Tevens werden vragen gesteld over welbevinden, attitudes en persoonlijkheid. De respondenten zijn daarna in 1989, 1991, 1995, 1999 en 2005 opnieuw benaderd met de vraag om aan het onderzoek (interview en schriftelijke vragenlijst) deel te nemen. Op die manier is van 758 mensen informatie beschikbaar over 18 jaar van hun leven. De lange looptijd maakt deze studie uniek in Nederland. De groep jongvolwassenen was representatief voor de groep Nederlandse jongvolwassenen in het begin van de studie. In de latere onderzoeksronden bleven relatief meer getrouwde mensen en vrouwen over. Dit heeft de resultaten van het onderzoek echter niet beïnvloed.

De verzamelde gegevens werden statistisch geanalyseerd met behulp van multilevel regressieanalyses. Daarbij werd getoetst of een verandering van een bepaalde factor bij een persoon, rekening houdend met andere factoren, een verandering in het niveau van levensvredeheid verklaarde. Een voorbeeld: de analyse toetst of de score op levensvredeheid van mensen gemiddeld hoger wordt als hun relatiesituatie verandert van ongetrouwd naar getrouwd, ook wanneer het effect van het gaan samenwonen al in de analyse is opgenomen. Bij deze analysemethode wordt rekening gehouden met het feit dat mensen vaker hebben deelgenomen.

### Gelukgevoel is vaak tijdelijk

Uit het voorgaande blijkt duidelijk dat mensen die samenwonen of trouwen, gelukkiger worden. Een vraag die dan voor de hand ligt, maar die tot nu toe nauwelijks is onderzocht, is hoe lang dit geluk standhoudt. Er zijn redenen om aan te nemen dat het geluksniveau in korte tijd weer daalt en dat mensen op langere termijn dus niet gelukkiger worden van een relatie. Een van die redenen is dat een algemeen geluksgevoel deels genetisch is bepaald. Daardoor zouden mensen over de jaren heen vaak ongeveer even gelukkig moeten blijven. Een tijdelijke stijging of daling door een verandering van omstandigheden is mogelijk, maar mensen passen hun gedrag en hun verwachtingen aan aan de nieuwe situatie en daardoor kan het oorspronkelijke effect afnemen. Zo bleek uit onderzoek van Brickman, Coates en Janoff-Bulman (1978) naar het geluksgevoel van mensen die verlamd waren geworden en van mensen die een grote geldprijs hadden gewonnen dat de eerste groep niet zo ongelukkig en de tweede niet zo gelukkig was als vooraf was ingeschat. Als het niveau van welbevinden min of meer constant blijft, zou dat betekenen dat mensen door het aan-

## demodata

*In 2007 woont voor het eerst meer dan de helft van de mensheid in de stad. In 2030 zal dat tweederde zijn. Meer dan 90 procent van de stedelijke bevolkingsgroei zal zich tot die tijd in de Derde Wereld voltrekken. Het aantal stedelingen zal met meer dan twee miljard toenemen, zo wordt verwacht. De omvang van de platte-landsbevolking daarentegen zal dalen met zo'n 20 miljoen. Er zijn nu 20 megasteden met meer dan tien miljoen inwoners elk. In 2015 zullen dat er 23 zijn, waarvan 19 in de diverse ontwikkelingslanden liggen. Een derde van de stedelingen, ongeveer één miljard, woont momenteel in sloppenwijken. In Afrika ten zuiden van de Sahara gaat het zelfs om bijna 72 procent. Nergens is dat percentage zo hoog. Het grootste deel van de sloppenbewoners, 60 procent oftewel 554 miljoen, woont echter in Azië. Daarna komen Afrika met 20 procent (187 miljoen) en Latijns-Amerika en het Caraïbisch gebied met 14 procent (128 miljoen). Verwacht wordt dat in 2030 tegen de 1,7 miljard mensen in sloppen zal leven (Bevolkingsfonds van de VN (UNFPA)).*

Foto: Wim de Jonge





Foto: Wim de Jonge

## demodata

De werkloosheid in Europa daalt. In de 27 lidstaten van de EU bedroeg het voor seizoen gecorrigeerde werkloosheidscijfer in februari 2007 7,4 procent. In februari 2006 was dat nog 8,2 procent. In totaal waren jongstleden februari 17,2 miljoen mannen en vrouwen werkloos. Een jaar eerder waren dat er nog 19,1 miljoen. Het laagste cijfer werd in februari gemeten in Denemarken (3,4 procent) en in Nederland (3,5 procent) en het hoogste in Polen (11,8 procent) en Slowakije (11,0 procent). In 21 van de 27 landen daalde de werkloosheid in het afgelopen jaar, in twee landen (Ierland en Letland) bleef deze constant en in vier landen (Litouwen, Hongarije, Roemenië en het Verenigd Koninkrijk) werd een stijging waargenomen. De werkloosheid daalde relatief gezien het meest in Slovenië (van 6,5 naar 4,7 procent), Slowakije (van 14,4 naar 11,0 procent) en Polen (van 15,1 naar 11,8 procent). De grootste relatieve stijging werd geregistreerd in Hongarije (van 7,4 naar 7,9 procent). Van februari 2006 tot februari 2007 daalde de werkloosheid voor mannen van 7,4 naar 6,5 procent en die voor vrouwen van 9,2 naar 8,4 procent (Eurostat).

gaan van een (nieuwe) relatie alleen tijdelijk gelukkiger worden en dat hun welbevinden enkele maanden of jaren nadat ze zijn gaan samenleven zou dalen tot het oude niveau.

Er zijn echter ook redenen om aan te nemen dat mensen wél blijvend gelukkig worden van een relatie. Relaties bieden bepaalde (blijvende) voordelen die singles moeten missen. De partner kan bijvoorbeeld een belangrijke bron van sociale steun zijn in minder plezierige situaties, maar ook iemand met wie je leuke activiteiten kunt ondernemen. Bovendien kan een partner bijdragen aan je zelfvertrouwen en je gevoel van identiteit. Verder brengt samenleven financiële voordelen met zich mee, zoals belastingvoordelen en het kunnen delen van bepaalde kosten. Het is onwaarschijnlijk dat de waarde van deze voordelen zodanig afneemt dat mensen terugkeren naar het geluksniveau dat ze hadden voordat ze deze relatie hadden.

### Relatiegeluk blijft

Dat mensen blijvend gelukkiger worden van een relatie wordt bevestigd door het onderzoek op basis van de PSIN-gegevens. Naarmate mensen langer samenleven daalt het welbevinden wel, maar zo langzaam, dat na 15 jaar

samenleven het oude niveau van welbevinden nog niet weer is bereikt. Aan de andere kant worden jongvolwassenen die niet samenleven met een partner in de loop der jaren ongelukkiger. Dat komt echter niet door aanpassing aan een relatie, maar doordat ze ouder worden. Een mogelijke verklaring hiervoor is dat vrijwel iedereen samenleven verkiest boven alleen leven. De kans om een partner te vinden neemt echter sterk af naarmate mensen ouder worden. Steeds meer mensen binnen het sociale netwerk van de single wonen immers al samen. Bovendien wordt impliciet een leeftijdsgrens gehanteerd voor het gaan trouwen en naar verwachting ook voor het gaan samenleven. Deze grens schuift weliswaar naar boven op, omdat mensen tegenwoordig steeds later gaan trouwen - vrouwen trouwden in 2005 voor het eerst op gemiddeld 29,7-jarige leeftijd en mannen op 32,4-jarige leeftijd -, maar bestaat nog steeds. Onzekerheid omtrent het krijgen van een partner kan in de loop der jaren leiden tot een lager welbevinden.

Figuur 2 toont het verloop in welbevinden bij twee fictieve levenslopen op basis van de resultaten van het PSIN-onderzoek. De eerste betreft iemand die op zijn 18<sup>e</sup> single is, een relatie krijgt op 20-jarige leeftijd, vervolgens met deze partner gaat samenwonen en na een paar jaar trouwt. Bij de tweede gaat het om iemand die deze hele periode single blijft. Iedere verandering in de relatie blijkt een stijging van het welbevinden tot gevolg te hebben. Verder neemt het welbevinden van beide jongvolwassenen af in de tijd. Bij de persoon die samenwoont of getrouwd is komt dat door gewenning aan het samenleven, bij de persoon die alleen woont komt dat doordat deze ouder wordt en mogelijk het single zijn steeds minder gaat waarderen. De geschetste levenslopen zijn natuurlijk een vereenvoudigde weergave van de werkelijke levensloop: andere factoren, zoals het krijgen van kinderen of het hebben van een (of verandering van) baan, kunnen het levensgeluk eveneens beïnvloeden. Bovendien is het onduidelijk wat er gebeurt als mensen de 40 zijn gepasseerd. Daarover zijn in de PSIN nog maar weinig gegevens beschikbaar.

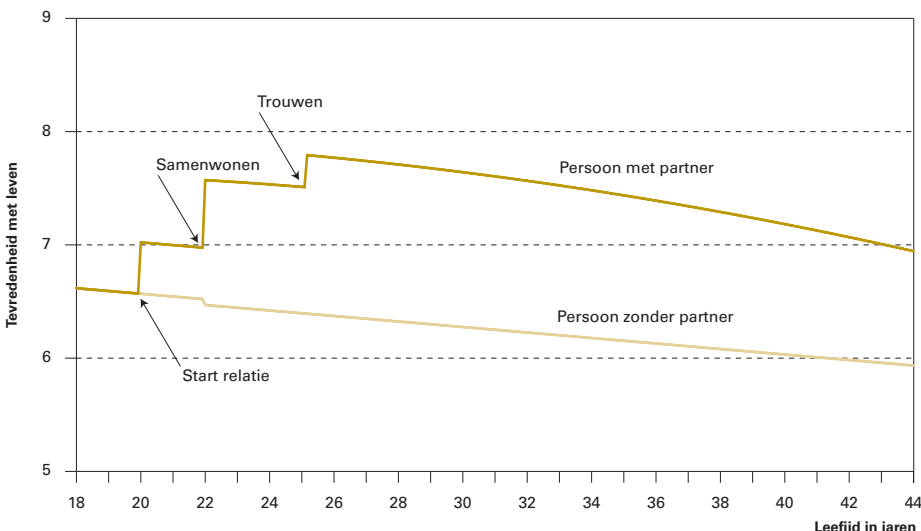
### Tot slot

Concluderend kan worden gesteld dat samenwonenden meer tevreden zijn met hun leven dan mensen die geen partner hebben of die alleen wonen. Trouwen voegt door de bank genomen nog iets toe aan het levensgeluk. Het huwelijk biedt blijkbaar nog extra voordelen die samenwonenden niet biedt. Bij zowel samenwonenden als gehuwden is dit hogere levensgeluk blijvend op lange termijn: zij die samenleven met een partner leven nog lang gelukkig.

### LITERATUUR:

- Brickman, P., D. Coates en R. Janoff-Bulman (1978), Lottery winners and accident victims: is happiness relative? *Journal of personality and social psychology*, 36(8), pp. 917-927.

**Figuur 2.** Verloop van levenstevredenheid in jongvolwassenheid (fictief)



Drs. J.P.M. Soons, NIDI. E-mail: soons@nidi.nl