



Geluk in een wetenschappelijk kader



Wie wil wat weten en waarom?

Individueen

Wat

Hoe kan ik gelukkiger worden?

Hoe maak ik mijn kinderen gelukkig?

Waarom

Geluk hoog gewaardeerd

Kiezen in meerkeuzenmaatschappij



Wie wil wat weten en waarom?

Overheden

Wat Wat maakt burgers gelukkig?
Welk beleid geeft het grootste geluk
voor het grootste aantal?

Waarom Geluk als zodanig is goed
Goed voor meer
Burgers willen het



Wie wil wat weten en waarom?

Organisaties

Wat Wat maakt mijn personeel gelukkig?
Draagt mijn product bij tot geluk?

Waarom Productiviteit
Maatschappelijk nut



Wat is geluk?

Vier kwaliteiten van leven

	<i>extern</i>	<i>intern</i>
<i>kansen</i>	leefbaarheid	levensvaardigheid
<i>uitkomsten</i>	nut	satisfactie



Wat is geluk?

Vier soorten satisfactie

	<i>voorbijgaand</i>	<i>duurzaam</i>
<i>levens- terreinen</i>	genieting	deel-satisfactie
<i>leven als geheel</i>	topervaring	levensvoldoening



De componenten van geluk

total oordeel

Overall Geluk

Voldoening met het leven als geheel

subtotaal

Stemmingsniveau

Balans positieve en
negatieve gevoelens

Tevredenheid

Waargenomen verschil
wens en werkelijkheid

informatie basis

Gevoelsmatige ervaring

Verstandelijke vergelijking



Geluk als indicator

- Lange tijd genegeerd door economen (tot +/- 2000)
- Tegenwoordig gezien als (een van) de beste indicatoren voor utiliteit
- Een nieuwe economische richting: happiness economics



Directe Vraag-Methode (1)

Voorbeeldvraag in grote enquêtes

Alles bij elkaar genomen, hoe tevreden of ontevreden bent U tegenwoordig met Uw leven als geheel?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Ontevreden

Tevreden

Directe Vraag-Methode (2)

Goede methoden voor kleinschalige experimenten

- **Experience Sampling Method & Day Reconstruction Method**

Participanten geven een indicatie van hun huidige gevoel:

a) Hoe voelt u zich op dit moment?

b) Wat bent u aan het doen?

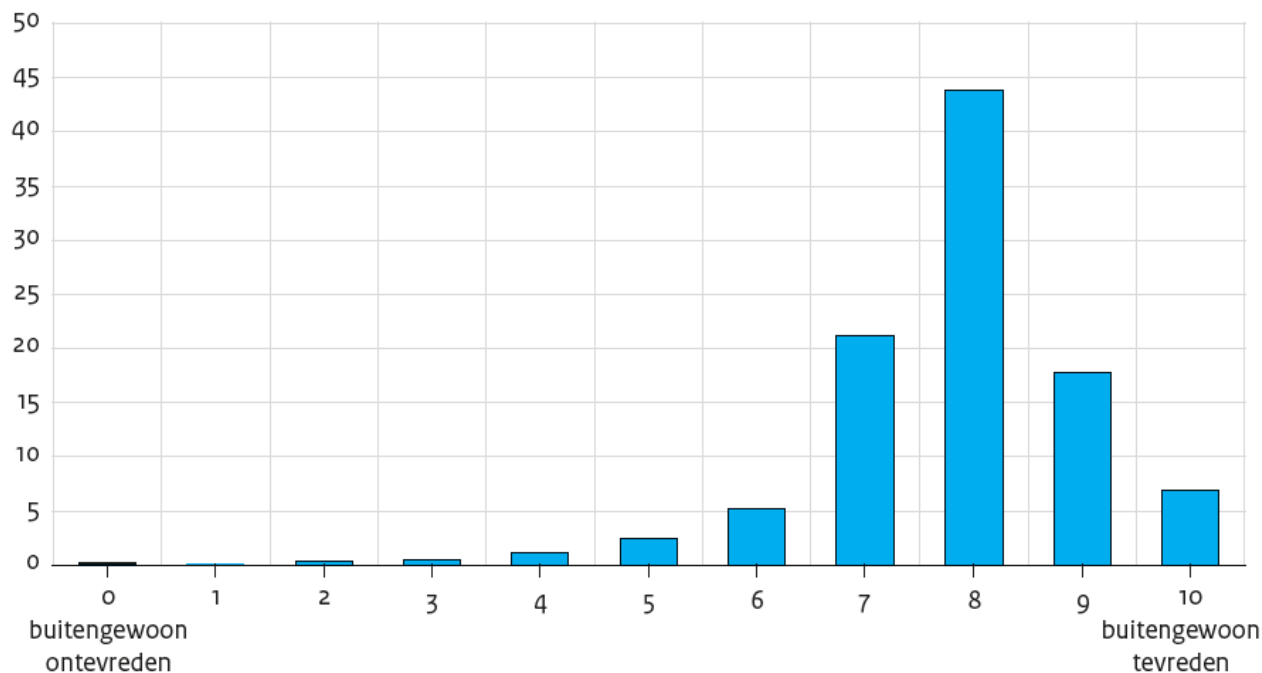
c) Waar bent u?

d) Met wie bent u?



Geluk in Nederland

Hoe gelukkig zijn wij?





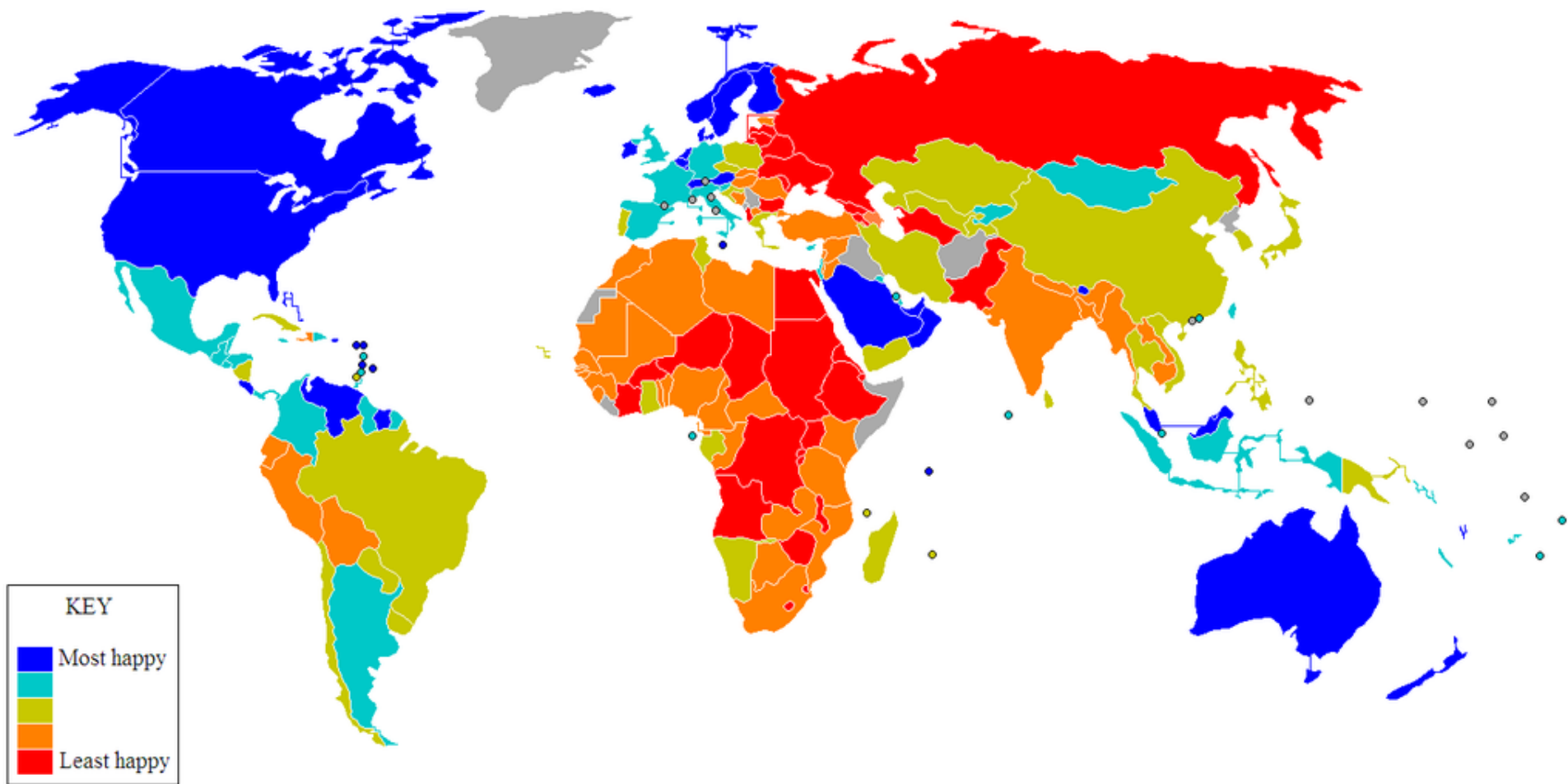
Geluk in de wereld

Hoe gelukkig zijn wij?

Costa Rica	8,5
Denemarken	8,3
Nederland	7,6
Verenigde Staten	7,4
België	7,3
Duitsland	7,1
Frankrijk	6,6
China	6,3
Japan	6,2
Rusland	4,4
Togo	2,8

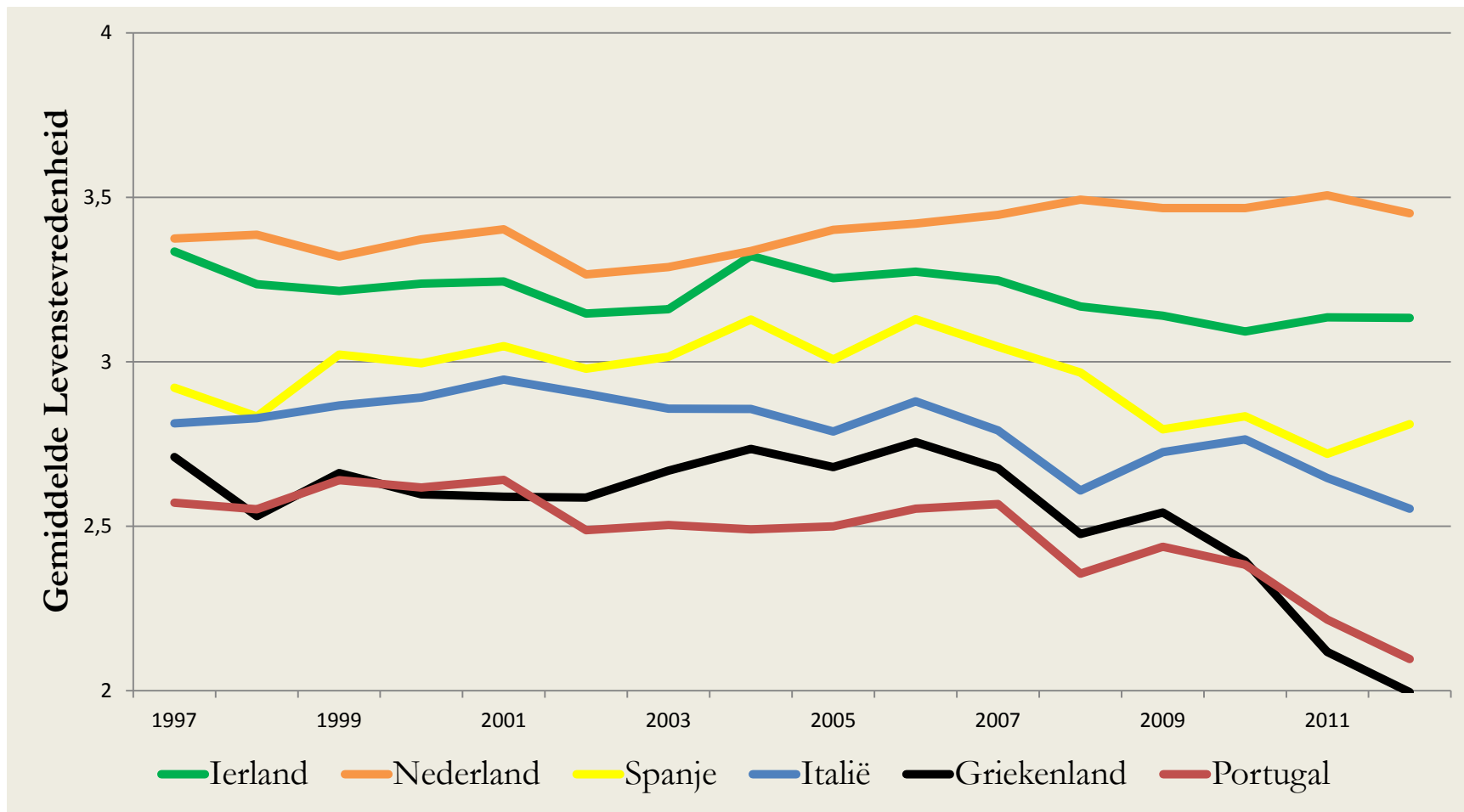


Geluk in de wereld





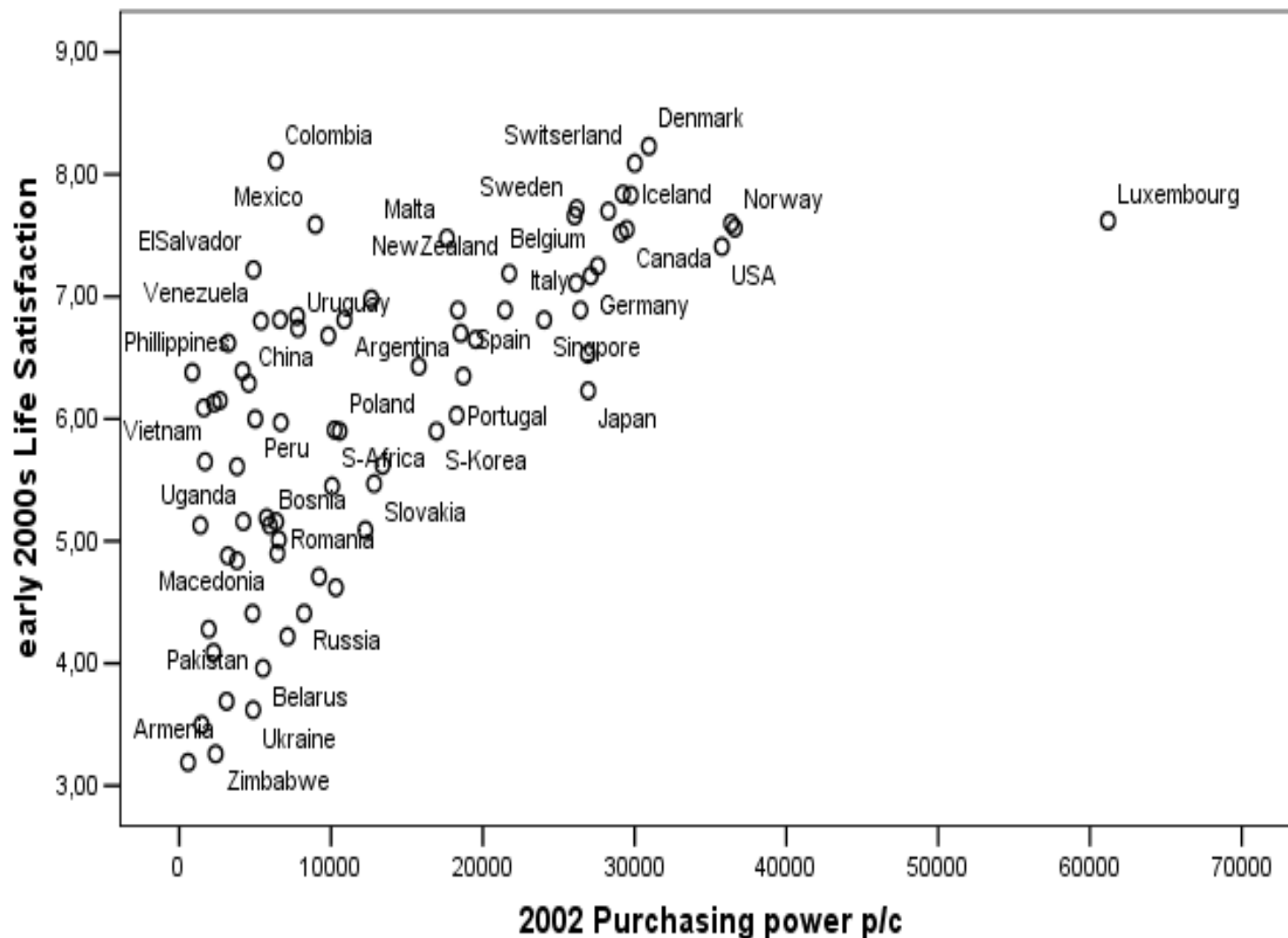
Geluk in Europese landen



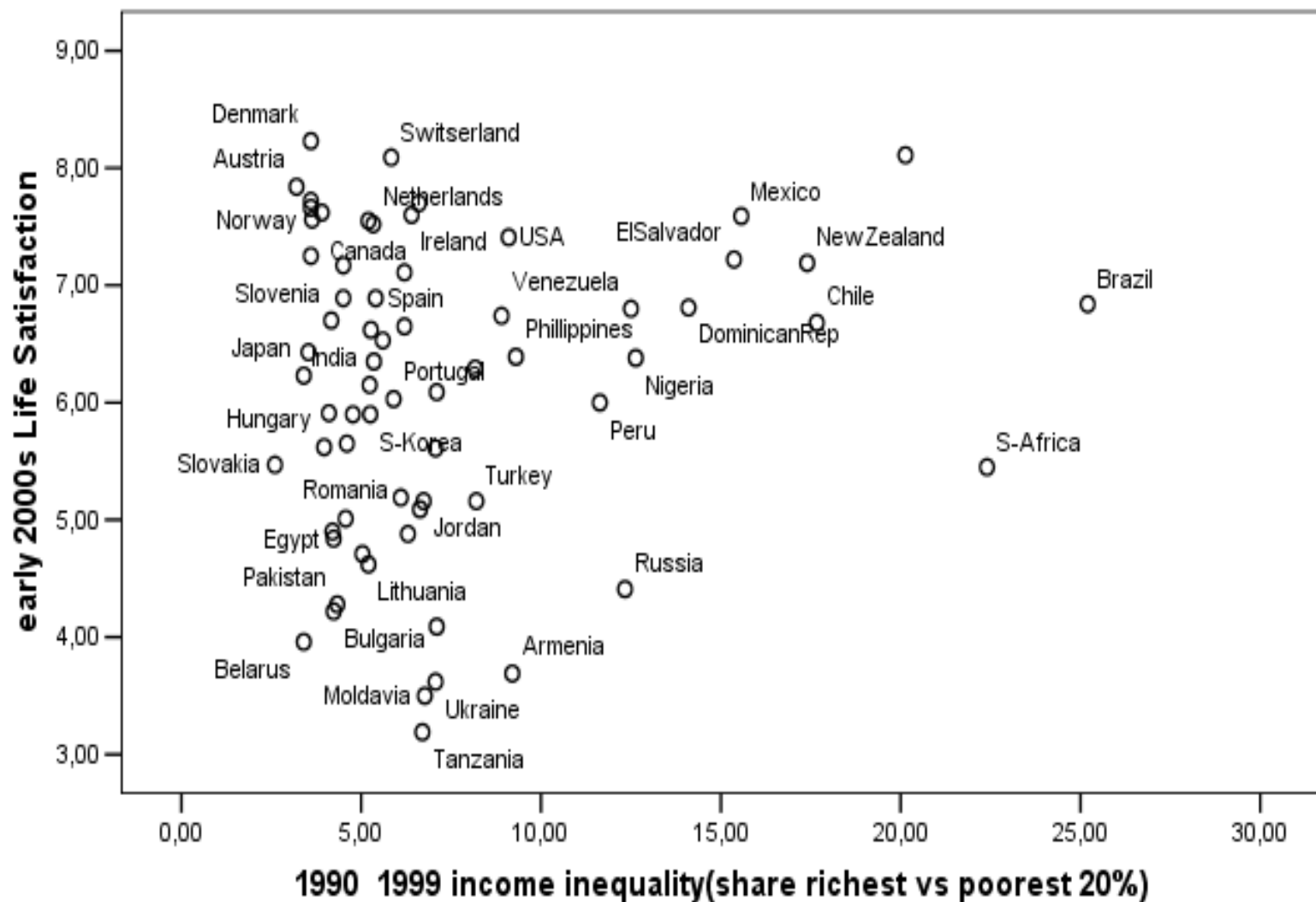
Bron: Eurobarometer

Dr. Martijn Burger

Determinanten geluk in landen: welvaart

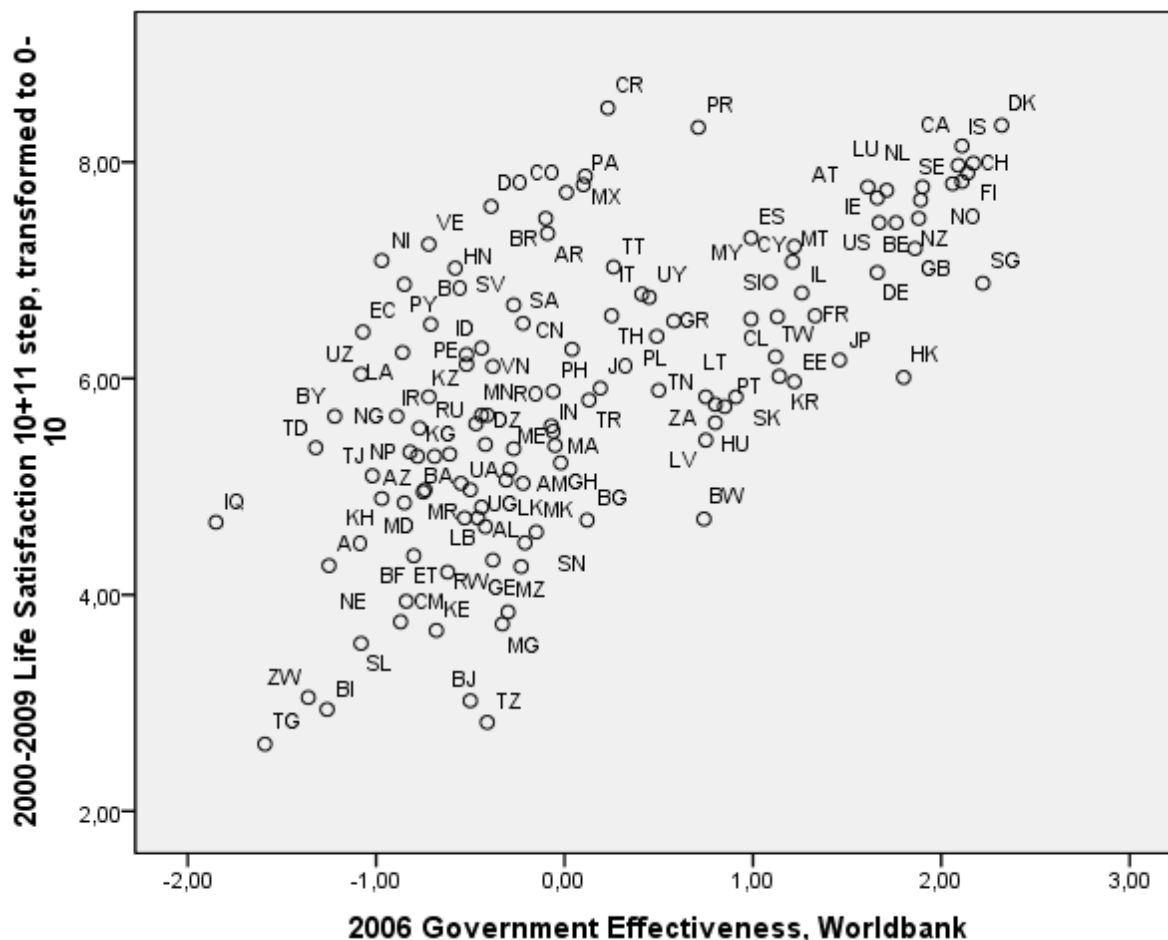


Determinanten geluk in landen: gelijkheid





Determinanten geluk in landen: kwaliteit overheid





Onderzoek naar geluk: *determinanten*

Verschillen tussen 135 landen rond 2005

- Kwaliteit overheid +.66
- Welvaart +.63
- Democratie +.60
- M/V gelijkheid +.58
- GGZ +.51
- Inkomensgelijkheid - .07

Verklaarde variantie 75%



Wat bepaalt geluk?

Bronnen van verschillen binnen landen

Leefbaarheid omgeving

- Socio-economische positie $\pm 5\%$
- Socio-emotioneel netwerk $\pm 10\%$
- Toeval $\pm 10\%$

Levensvaardigheid

- Aangeboren $\pm 30\%$
- Aangeleerd $\pm 30\%?$
- Levenskeuzen $\pm 15\%?$



Geluk en bedrijven

Geluk als middel

Het bedrijfsleven in de praktijk

- Tot +/- 2000

↑ Werktevredenheid → ↑ Productiviteit → ↑ Winst

OF

↓ Kosten → Stick (& carrot) → ↑ Winst

- Na +/-2000: Een additionele stroming in opkomst

↑ Algehele levenstevredenheid & → ↑ Productiviteit → ↑ Winst
werktevredenheid

Bijv. werk-privébalans



Geluk als middel

“At Google, we know that health, family and wellbeing are an important aspect of Googlers’ lives. We have also noticed that employees who are happy ... demonstrate increased motivation ... [We] ... work to ensure that Google is... an emotionally healthy place to work.”

Lara Harding, People Programs Manager, Google



Geluk en prestatie

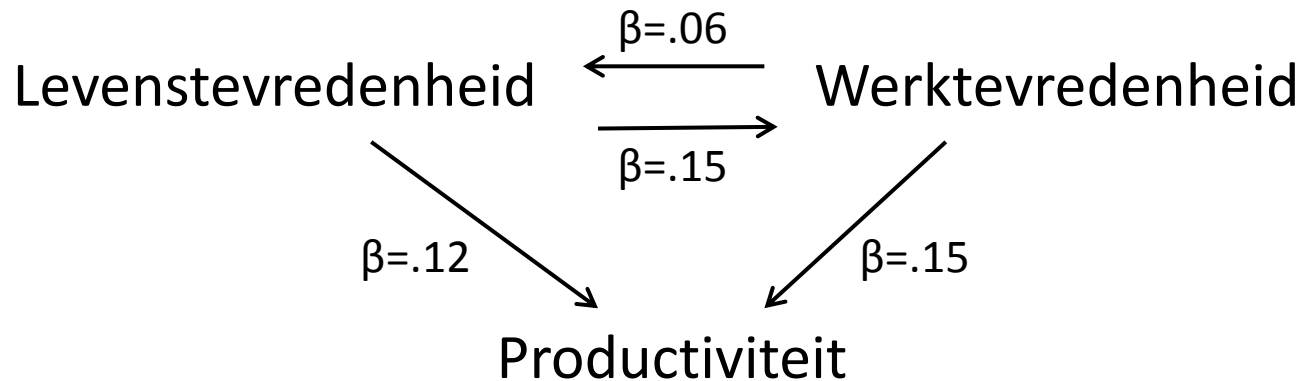
‘Broaden-and-build’ theorie - Geluk verbreedt het blikveld:

- Meer open voor kritiek en veranderingen
- Stimuleert creativiteit
- Geeft energie
- Vakere bereid om met onbekenden te praten

Leidt toe het opbouwen van duurzame baten:

- Sociaal
- Vaardigheden en kennis
- Weerbaarheid voor tegenvallers

Verband tussen werktevredenheid, levenstevredenheid en productiviteit



Gevolg:

Bedrijven met gelukkige werknemers halen hogere winsten
(zie bijv. Taris & Schreurs 2009 in een onderzoek onder 66 Nederlandse bedrijven)

Conclusie:

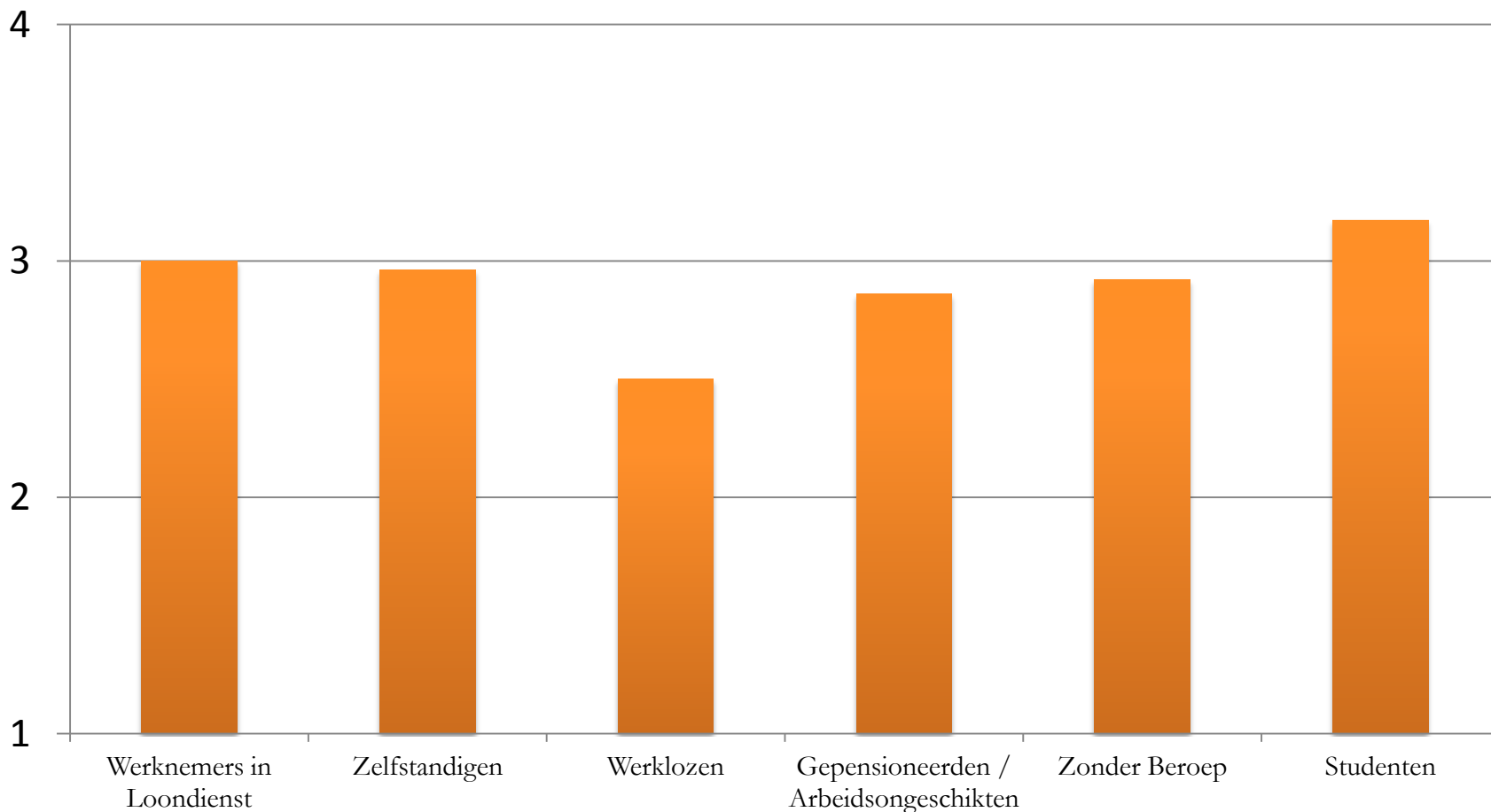
Geluk, werktevredenheid, productiviteit en winst gaan vaak hand in hand.

Geluk en individuen

Geluk als doel – Werk als middel



Gemiddeld geluk naar arbeidssituatie

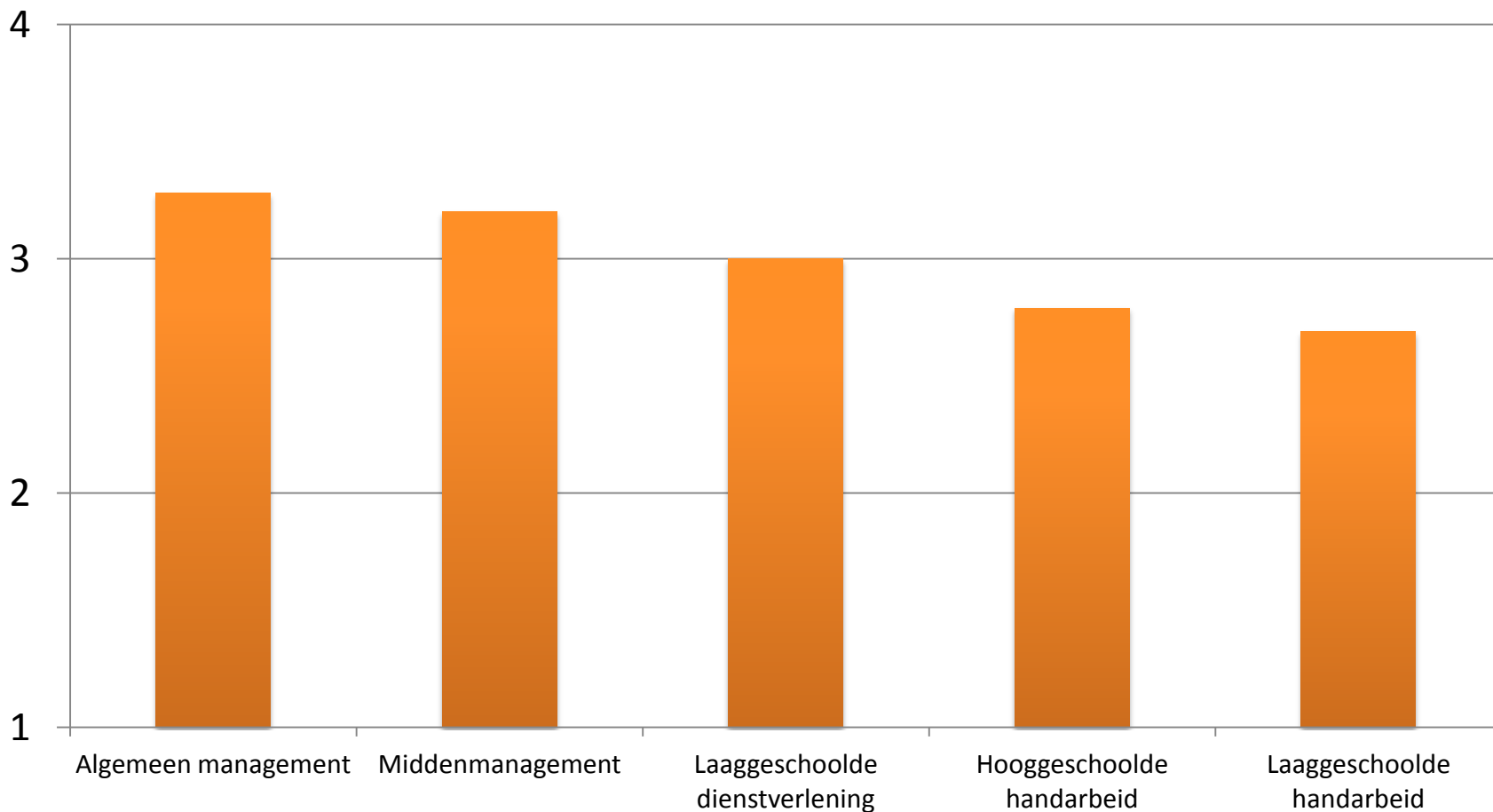


Bron: Eurobarometer

Dr. Martijn Burger



Gemiddeld geluk naar arbeidssituatie



Bron: Eurobarometer

Dr. Martijn Burger



Werktevredenheid en geluk

- Grote literatuur over arbeidsvoldoening of werktevredenheid in organisaties
- Kleine literatuur over geluk in organisaties (30 studies)
- Arbeidsvoldoening niet hetzelfde als levensvoldoening:

Bevlogen werknemers beleven veel voldoening aan hun baan, maar dit kan nogal eens ten koste gaan van hun privéleven



Werk, werkloosheid en geluk

- Werklozen zijn structureel ongelukkiger dan arbeiders in loondienst.
- Causaliteit lijkt vooral te lopen van werkloosheid naar geluk
- Verschillen in geluk tussen werkenden en werklozen groter dan de verschillen tussen samenwonenden en alleenstaanden en hoogopgeleiden en laagopgeleiden.

Werk, werkloosheid en geluk

- Verschillen worden verklaard door verschillen in:
 - Besteedbaar inkomen
 - Identiteitsproblemen
 - Stress
 - Lagere zelfwaardering

Werkomgeving en geluk

	Bevindingen
<i>Sector</i>	
• Overheid (vs. bedrijfsleven)	- + 0
<i>Positie in de organisatie</i>	
• Vaste aanstelling	0
• Kans op ontslag	0 - -
• Promotiekansen	0 0
• Salaris	+

Werkomgeving en geluk

	Bevindingen
<i>Sociaal Klimaat</i>	
• Spanningen	--
• Communicatie	+ 0
• Interactie met collega's	+
• Informele relaties op werk	+ 0
• Waardering collega's	+
<i>Werkdruk</i>	
• Werkuren	0 0 0 0 0 0 0 0 0
• Ervaren belasting	0 0 + - 0
- Overbelasting	- - - -
- Onderbelasting	--

Bron: Veenhoven (2014)

Dr. Martijn Burger

Werkomgeving en Geluk

	Bevindingen
<i>Autonomie</i>	
• Stijl leidinggevende steunend	0 +
• Zelfstandige taakuitvoering	+ + 0 + 0 0 +
• Invloed in organisatie	0 +
<i>Taken</i>	
• Verantwoordelijkheden	0
• Complexiteit taken	0
• Onduidelijkheid rol	0
• Emotioneel belastend werk	0
• Variatie	+
<i>Werk-Privé Balans</i>	
• Ouderschapsregelingen	+++++

Bron: Veenhoven (2014)

Dr. Martijn Burger

De rol van de werkgever

- **Werkeloos worden** heeft grootste impact op geluk (+/-7% daling van geluk)
- Het verband tussen **inkomen en geluk**:
 - Zwak bij voldoende inkomen
 - Sterk bij onvoldoende inkomen
- **Relatief inkomen en tevredenheid met inkomen** zijn ongeveer 3x belangrijker voor geluk dan **absoluut inkomen**

De rol van de werkgever

- **Werk-privébalans** en **sociale relaties** op het werk zijn belangrijker voor geluk dan absoluut inkomen
- Geluk, werktevredenheid, productiviteit en winst gaan vaak hand in hand
- De werkgever heeft mogelijk grote rol in het scheppen van voorwaarden voor een gelukkig leven