

Zweden zijn gelukkiger in hun eentje

Individualistische maatschappij maakt wél happy

20-07-17, 07.43u

Een Zweed kan gemakkelijk zijn leven alleen leiden, dankzij de Staat. Geen werk? Geen probleem. Kinderopvang? Ook geregeld. De tijd dat ouderen voor hun kleinkinderen moesten zorgen, is er al lang voorbij. Het kan fijn klinken, maar ook als een voedingsbodem voor eenzaamheid. Want wanneer je niemand nodig hebt en niemand jou nodig heeft, wanneer zie je dan nog familie of vrienden?

Share

'Er is een verschil tussen waarneembaar en gevoelsmatig alleen zijn'

Zweedse geluksonderzoeker Bengt Brülde

Zweedse geluksonderzoekers Bengt Brülde en Filip Fors noemen het de Zweedse eenzaamheidsmythe. "Er is een verschil tussen waarneembaar en gevoelsmatig alleen zijn", verklaart Brülde. Op individualisme scoort het Scandinavische land heel hoog. Brülde en Fors: "We kunnen kiezen met wie we omgaan. De Zweden brengen misschien minder tijd door met hun ouders, tantes of broers, maar meer met vrienden." Zou individualisme dan écht gelukkig maken? Ja, vindt Brülde. "Kijk naar de World Happiness Index: de Noord-Europese landen staan altijd bovenaan."

Het jaarlijkse rapport van de Verenigde Naties bevraagt mensen over uiteenlopende thema's. Van economische welvaart tot levensverwachting, de mentale gezondheid van een volk, en de subjectieve welzijnservaring. Noorwegen voert dit jaar de lijst aan, gevolgd door Denemarken en IJsland. Zweden viel net buiten de top vijf. België stond op de zeventiende plaats.

Terwijl het Belgische gemiddelde van alleenstaanden iets lager ligt dan het Europese (net onder de dertig procent), zou volgens het Federaal Planbureau tegen 2060 ook de helft van de Belgen alleen wonen. Volgens de Zweden kan dat dus minder eenzaam zijn dan het lijkt. Wie alleen woont, besteedt doorgaans meer tijd aan zijn of haar sociale netwerk, terwijl dat bij mensen die een heel gezin onderhouden, er soms bij inschiet.

Bridget Jones

Share

'Oorspronkelijk dacht men dat iemand minder eenzaam zou zijn in groep of met familie. Toch is het juist omgekeerd'

Professor psychologie Luc Goossens (KU Leuven)

"We kennen twee grote culturen, de collectieve en individualistische. Oorspronkelijk dacht men dat iemand minder eenzaam zou zijn in groep of met familie. Toch is het juist omgekeerd", zegt professor psychologie Luc Goossens (KU Leuven). "Mensen die alleen wonen, leggen vaak de lat hoger. Ze hebben een groter sociaal netwerk en ondernemen meer dan wie samenwoont."

Maar de groep alleenwonenden is zeer divers. Ouderen die hun partner hebben verloren, of wier vrienden overlijden, zien hun netwerk juist krimpen. "Dat kan heel eenzaam zijn. Tegelijkertijd kan de ene single alleen heel gelukkig zijn, maar de andere niet." Dus terwijl de een zich Bridget Jones waant bij het alleen uitblazen van een kaarsje op de taart, kan het voor de ander het ultieme gevoel van vrijheid zijn. "Belgen zijn misschien wat meer plantrekkers die liever de schone schijn ophouden: 'Ik ben niet ongelukkig'. Maar wat betekent dat? Een Spanjaard kan daar heel anders op reageren", zegt socioloog en onderzoeker Ignace Glorieux (VUB).

Grote uitschieters

Het Zweedse geluk is daardoor wellicht niet zaligmakend en lastig meetbaar, volgens de socioloog. Want wie bepaalt wat echt geluk is, en

verschilt de opvatting van geluk en eenzaamheid niet per land? Glorieux:
"Het kan zijn dat een iemand zeer ongelukkig is, terwijl de rest van de groep wel gelukkig is. Dan blijft het gemiddelde hoog, terwijl er grote uitschieters zijn."