



## 1. Referentie

|                |                                                                                                                                                                                                           |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Referentie     | Soons, J.P.M. & A.C. Liefbroer (2008), Together is better? Effects of relationship status and resources on young adults' well-being. <i>Journal of Social and Personal Relationships</i> 25 (4): 603-624. |
| Taal           | Engels                                                                                                                                                                                                    |
| ISBN – ISSN    | /                                                                                                                                                                                                         |
| Publicatievorm | artikel                                                                                                                                                                                                   |

## 2. Abstract

Door de media en in de reclame wordt de vrijgezel steeds meer neergezet als de 'happy single'. Deze hippe single heeft een baan, goede vrienden en geniet ook zonder partner van het leven. De vraag is of dit beeld realistisch is. Uit onderzoek komt namelijk stevast een ander beeld naar voren: dat mensen zonder een partner minder gelukkig zijn dan mensen met een partner. De vraag blijft dus bestaan hoe 'happy' een single eigenlijk wel niet is.

## 3. Trefwoorden

|               |                       |
|---------------|-----------------------|
| Thema('s)     | Welzijn en gezondheid |
| Trefwoord(en) | Levensloop            |

## 4. Onderzoeker

|                |                                                                                                                                                                                   |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Opdrachtgever  | /                                                                                                                                                                                 |
| Onderzoeker(s) | Soons, J.P.M.<br>Nederlands Interdisciplinair Demografisch Instituut (NIDI)<br>Postbus 11650<br>2502 AR Den Haag<br>070 3565200<br><a href="mailto:info@nidi.nl">info@nidi.nl</a> |

## 5. Onderzoeksvraag

|                 |                                |
|-----------------|--------------------------------|
| Onderzoeksvraag | Hoe gelukkig is een vrijgezel? |
| Hypothesen      | /                              |

## 6. Methode

|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Onderzoeks-methode | De <i>Panelstudie Sociale Integratie in Nederland</i> is begonnen in 1987 met het interviewen van 1.775 jongvolwassenen (18-26 jaar), een representatieve steekproef uit de Nederlandse jongvolwassenen. Dezelfde mensen zijn daarna ongeveer om de vier jaar geïnterviewd over hun ervaringen en opvattingen over relaties, werk en opleiding, en welbevinden. In dit artikel zijn vooral de gegevens van de interviewronden in 1987 en 1991 gebruikt. Alle resultaten die |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                   | in dit artikel zijn beschreven zijn statistisch getoetst met behulp van multilevel regressie-analyses. Bij deze analyses is gekeken of een verandering van een bepaalde factor een verandering in het niveau van welbevinden teweegbrengt, als rekening wordt gehouden met andere factoren die een rol kunnen spelen. Welbevinden is hierbij gemeten met een aantal vragen over hoe tevreden mensen zijn met hun leven. Dit leverde een score op tussen nul (heel ontevreden) en tien (heel tevreden). |
| Onderzochte groep | 1.775 jongvolwassenen (18-26 jaar)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Bereik            | Nederlandse jongeren tussen 18 en 26 jaar oud                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

## 7. Resultaten

|                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                          | <p>Een mogelijke verklaring voor de tegenstrijdigheid tussen het beeld dat de media en het wetenschappelijk onderzoek laten zien is dat de media zich vooral richten op de groep jongvolwassenen van zo'n 18-30 jaar, terwijl wetenschappelijk onderzoek meestal op singles van alle leeftijden betrekking heeft of juist op ouderen.</p> <p>Ook worden, vooral in de Verenigde Staten, ongehuwden vaak met gehuwden vergeleken. Maar ongehuwd zijn is niet hetzelfde als single zijn, omdat mensen die bijvoorbeeld samenwonen of een LAT-relatie hebben ook bij de ongehuwden worden ingedeeld. Nieuw onderzoek is daarom nodig om na te kunnen gaan of jongvolwassenen zonder partner gelukkig zijn en welke factoren hierbij een rol spelen.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Jongvolwassenen met partner gelukkiger dan zonder</b> | <p>Een eerste aanzet tot dergelijk onderzoek is inmiddels gegeven. De gegevens van de Panelstudie Sociale Integratie in Nederland zijn geanalyseerd met als doel inzicht te krijgen in het welbevinden van jongvolwassen singles. Zoals gezegd werd in eerdere onderzoeken, waarin vaak burgerlijke staat is gebruikt om aan te geven of iemand een partner heeft, gevonden dat mensen met partner gelukkiger waren dan mensen zonder partner. Dit verschil wordt ook in deze studie gevonden: jongvolwassen singles zijn inderdaad minder gelukkig dan jongvolwassenen met een partner. Op een schaal van nul tot tien scoren mensen (mannen en vrouwen samen) met een partner gemiddeld 7,7 en mensen zonder partner 6,7 op vragen over hun welbevinden.</p> <p>Uit de statistische analyse blijkt dat dit verschil significant is, ook wanneer de achterliggende kenmerken constant worden gehouden. In de figuur is tevens te zien dat vrouwen in beide groepen gelukkiger zijn dan mannen. Als mogelijke verklaring hiervoor wordt gegeven dat vrouwen meer vriend(inn)en hebben op wie ze kunnen terugvallen voor steun en advies, terwijl mannen hiervoor afhankelijk zijn van hun eventuele partner. Omdat het welbevinden stijgt als de hoeveelheid steun stijgt, en vrouwen meer steun ontvangen, zouden vrouwen dus gelukkiger zijn dan mannen.</p>                                                                                                                    |
| <b>Wat bepaalt het welbevinden van een single?</b>       | <p>Behalve verschillen tussen jongvolwassenen met en zonder partner, zijn er ook verschillen tussen singles onderling. We zagen al dat vrouwen gelukkiger zijn dan mannen, maar naast sekse blijken ook factoren als relatiegeschiedenis, leeftijd, steun van vrienden of familie, werk en persoonlijkheid mee te bepalen hoe gelukkig een single is:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Het begrip relatiegeschiedenis heeft in dit onderzoek betrekking op de laatste relatie die de single heeft gehad en geeft aan wat dit voor relatie was. Jongvolwassen singles die nog nooit een relatie hebben gehad blijken ongeveer even gelukkig te zijn als singles die in het verleden enkel LAT-relaties hebben gehad. Beide groepen hebben een gemiddelde score van 6,8 op dezelfde vragen over welbevinden. Ex-samenwoners daarentegen, zo blijkt uit de statistische analyse, hebben een significant lagere gemiddelde score, namelijk 5,8.</li> <li>• Singles blijken ongelukkiger te zijn naarmate ze ouder worden (zie figuur 3). Een mogelijke verklaring hiervoor is dat ouder wordende singles er minder vertrouwen in krijgen dat ze nog een geschikte partner zullen vinden en dat er bovendien minder partners beschikbaar zijn. Bij jongvolwassenen met een partner is het effect omgekeerd: hun welbevinden stijgt enigszins als ze ouder worden.</li> <li>• Het krijgen van meer praktische of emotionele steun van vrienden of familie is van</li> </ul> |

|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|         | <p>belang voor een hoger welbevinden. Dat dit het geluk bevordert, klinkt niet verrassend. Wat echter wel opvalt, is dat dit effect voor singles nog sterker is dan voor niet-singles.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Het hebben van een dagelijkse activiteit, zoals een opleiding of een baan, heeft invloed op het welbevinden van singles. Mensen zonder dagelijkse activiteit zijn duidelijk minder gelukkig (gemiddelde score op welbevindenschaal van 5,8) dan mensen die een voltijds opleiding volgen (gemiddelde score is 6,9) of mensen met een baan (gemiddelde score is 6,7). Een baan zorgt voor inkomen en een opleiding vergroot de kansen op een goede baan. Ook hierbij geldt dat het hebben van een activiteit van groter belang is voor singles dan voor niet-singles; het negatieve effect van geen partner hebben én het negatieve effect van geen vaste bezigheid hebben versterken elkaar namelijk.</li> <li>• Uit het onderzoek blijkt ten slotte dat singles die makkelijker met tegenslagen kunnen omgaan en die een positief zelfbeeld hebben gelukkiger zijn. Moeilijk met tegenslagen kunnen omgaan heeft eveneens weer een groter negatief effect voor singles dan voor mensen met een partner.</li> </ul> |
| Besluit | <p>Ofschoon jongvolwassenen over het algemeen redelijk gelukkig zijn, zijn die zonder partner gemiddeld minder gelukkig dan die met een partner. Het beeld van de jongvolwassen 'happy single' is dus niet op iedereen van toepassing. De gelukkigste groep, die bij benadering 20 procent uitmaakt van de totale groep jongvolwassen singles, bestaat uit jonge vrouwen, die een baan hebben of een opleiding volgen, positief zijn ingesteld en die veel steun ontvangen van hun vrienden. En ofschoon de genoemde factoren ook bij mensen met een partner verband houden met het welbevinden, blijken zaken zoals het hebben van een vaste activiteit, het krijgen van steun en het goed met tegenslagen kunnen omgaan voor singles belangrijker te zijn dan voor niet-singles.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

## 8. Publicaties op basis van hetzelfde onderzoek

Soons, J.P.M. (2005), Het geluk van de 'happy single'. *Demos, bulletin over bevolking en samenleving* 21 (10): 75-77.