

## Nederlanders egoïstisch in zoektocht naar geluk

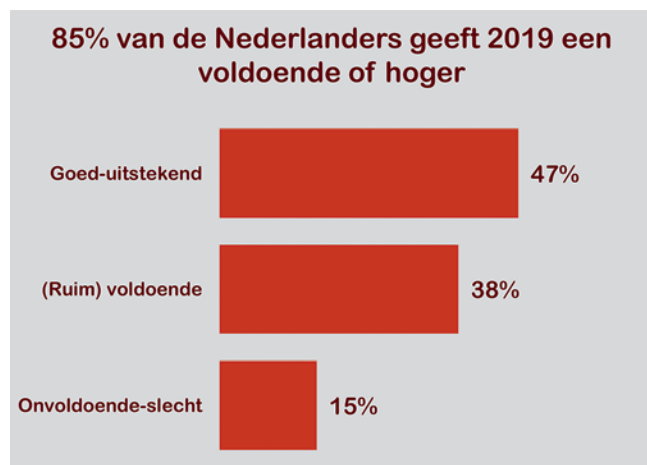
Het welzijn van ons, Nederlanders, is regelmatig onderwerp in het maatschappelijk debat. Hoe mensen hun leven ervaren is een van de indicatoren die weergeven hoe het met het land is gesteld. Het merendeel (85%) van de Nederlanders geeft 2019 een voldoende of hoger. 65-plussers zijn, net als jongeren onder de 25 jaar, nog relatief iets meer tevreden (respectievelijk 88% en 90%). En het jaar 2020 gaat tenminste net zo goed of beter worden, zo verwacht 94% van de ondervraagden.

Uit diverse studies\* is gebleken dat het welzijn van mensen na positieve of negatieve levensgebeurte-

nissen in ieder geval voor korte tijd kan veranderen. Werken 'op zich' heeft geen invloed op het 'persoonlijke' leven. Beide groepen, werkers en niet-werkers, geven het leven eenzelfde cijfer. Maar als men werkt én de kans groot acht om in 2020 werkloos te worden, daalt het aandeel dat het leven een voldoende geeft naar 75%. Nog belangrijker is de relatie met een partner. Acht men de kans aanwezig, hoe klein ook, komend jaar 'uit elkaar te gaan', dan geeft nog slechts 55% van deze Nederlanders het leven een voldoende.

*Dit onderzoek is uitgevoerd door No Ties, een onderzoeks- en adviesbureau dat organisaties helpt om met de inzet van data betere besluiten te nemen. Meer informatie over de uitkomst van het onderzoek is te lezen op [noties.nl/nieuws/#geluk](https://noties.nl/nieuws/#geluk).*

\* Leidend tot onder andere de 'set point' theorie (Brickman, Coates en Janoff-Bulman, 1978; Lykken, 1999)



## Goedemorgen!

**We streven constant naar een punt waarop we gezien en gehoord worden, waarin we worden erkend om wie we zijn. Bang om iets te missen hollen we door het leven.**

Met constante stress, een hoofd dat overloopt van allerlei (tegenstrijdige) gedachten en totale uitputting tot resultaat. Aan het eind van de rit bestaat er echter maar één persoon, één mens dat eigenlijk diep van binnen wil leven



vanuit puurheid, verbondenheid, liefde, betrokkenheid, compassie en acceptatie. Toch ontkomt niemand van ons aan het ego. Verleiding, hebzucht, controle houden, status en macht enzovoorts. Het boek *Goedemorgen!* maakt je ervan bewust dat het ego in je hoofd zit, dat het niet is wie jij als mens écht bent, maar dat het gevormd is door je opvoeding, cultuur, onderwijs en geloof.

*Goedemorgen!* | Charles Ruiters | Bullseye Publishing | € 19,95 | ISBN: 9789491920745