

Zijn singles nog steeds minder gelukkig?

Singlehood is lang een ondergeschoven kindje geweest in de demografie. De focus lag doorgaans juist op het maken van zogenoemde transitie's, zoals relatievorming en het krijgen van kinderen. Pas de afgelopen jaren, met de toename van het aantal singles, is er meer interesse in onderzoek singles.

Er waren echter wel een aantal onderzoekers, ofwel pioniers, die in de jaren 90 al onderzoek deden naar singles. Onder hen is Aart Liefbroer. Zo bestudeerde hij in 1997 de levenstevredenheid van singles en samenwoners in zijn artikel "Free As A Bird? Well-being and Family life Attitudes of Single Young Adults". Hij keek hierbij specifiek naar jongvolwassenen aangezien de gangbare verklaringen voor een lager welzijn onder singles minder opgaan voor jongvolwassenen: de normatieve druk om een partner te hebben is een stuk lager, de focus ligt op andere ontwikkelingsdoelen, en single zijn wordt vaak nog als tijdelijk gezien. Ondanks deze verzachtende omstandigheden bleek toch ook onder jongvolwassenen het welzijn van singles een stuk lager dan dat van samenwoners. Zoals Liefbroer concludeert: "even during young adulthood most singles do not consider themselves to be 'free as a bird'. Rather they would prefer the golden cage to the wide, open skies." (Liefbroer, 1997, p. 109).

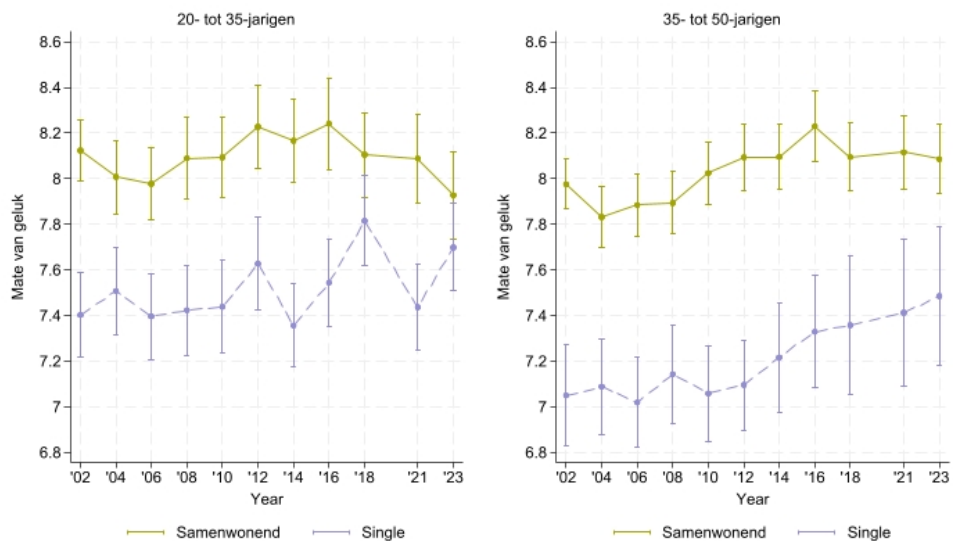
Het is de vraag of nu, ongeveer dertig jaar later, dit nog steeds zo is. Of heeft de toename in het aantal singles en verschuivingen in normen nu ervoor gezorgd dat het welzijn van jongvolwassen singles verbeterd is? In plaats van dat single afwijken van de norm, heerst bij sommigen namelijk zelfs juist de norm dat een periode van singlehood (zelfstandig wonen voor samenwonen) gewenst is (Liefbroer & Billari, 2009). Vergelijkbaar met Liefbroer (1997), bestudeer ik daarom het welzijn van single en samenwonende jongvolwassenen (20-34) in Nederland. Daarnaast kijk ik naar het verschil in welzijn onder 35- tot 50-jarigen, aangezien hier de norm om een partner te hebben vaak nog wel opgaat. Ik doe dit aan de hand van de Nederlandse data van de European Social Survey van 2002 tot 2023 (ronde 1 tot 11).

Uit Figuur 1 blijkt dat in 2002 de mate van geluk van samenwonende jongvolwassenen een stuk hoger was dan dat van single jongvolwassenen – een

verschil van 0,7 punt (8,1 vergeleken 7,4). Sinds die tijd is dit verschil een stuk gekrompen tot zelfs een niet significant verschil in 2018. Dit komt door een verbetering van het welzijn van singles: singles scoorden in 2018 een 7,8, samenwonende jongvolwassenen nog steeds een 8,1. In 2021 werd van die trend van een verbetering van het welzijn van singles afgeweken. In deze tijd van de COVID19-pandemie kelderde het welzijn van de single jongvolwassenen weer naar 7.4, terwijl de samenwoners redelijk gelijk bleven. In de meest recente ronde van de ESS in 2023 is het welzijn van de singles weer gestegen en dat van de samenwoners juist iets gedaald. Hierdoor is er ook in 2023 geen significant verschil in het welzijn van single en samenwonende jongvolwassenen.

Bij 35- tot 50-jarigen was het verschil in welzijn groter. Dit komt overeen met de verwachting dat in deze fase single zijn een sterkere afwijking van de norm is, met de nadelen die daarbij komen kijken. Ook de slechtere sociaaleconomische situatie zoals minder eigenwoningbezit en lagere inkomenstevredenheid kunnen hierbij een rol spelen (Liefbroer, 2025). In deze levensfase is er net als bij de jongvolwassenen een verbetering in het welzijn van singles. Deze verbetering is redelijk lineair en lijkt niet beïnvloed te zijn geweest door de COVID19-pandemie. Het verschil in welzijn is wel nog steeds groter dan bij de jongvolwassenen. In 2023 was het verschil 0.6 punt (8.1 vs 7.5).

Figuur 1. Mate van Geluk van 20-tot 35 jarigen (links) en 35-tot 50-jarigen in Nederland. ESS 2002-2023.



Is men nog steeds gelukkiger in de gouden kooi dan in de wijde, open lucht? Het lijkt erop dat dat steeds minder het geval is, met name in de jongvolwassen levensfase. Een uitzondering vormt het pandemiejaar 2021 waarin ook de singles veel tijd in een gouden kooi – hun eigen huis – moesten doorbrengen. De argumenten die Liefbroer aanhaalt waarom in deze fase single zijn niet per se nadelig hoeft te zijn, lijken dus tegenwoordig wel op te gaan. Het is interessant om te kijken of het welzijn van single jongvolwassenen dat van samenwonende jongvolwassenen zelfs zou kunnen inhalen de komende jaren.

Aat, Ik hoop dat je volop gaat genieten van je pensioen, nu je op werkgebied écht *free as a bird* bent! Ik heb de afgelopen jaren met veel plezier met je samengewerkt. Al aan het begin van mijn promotieonderzoek maakte ik kennis met jouw werk, waar ik sindsdien vaak op teruggrijp. Ik bewonder hoe jouw indrukwekkende staat van dienst samengaat met je betrokkenheid, sympathie en bescheidenheid.

Referenties

Liefbroer, A.C. (1997), *Free as a bird? Well-being and family-life attitudes of single young adults* (Materialiensammlung Heft 4). *Vienna: Austrian Institute for Family Studies*.

Liefbroer A.C., & Billari F.C. (2010). Bringing norms back in: a theoretical and empirical discussion of their importance for understanding demographic behavior. *Population, Space, and Place*, 16, 287–305.

Liefbroer, A.C. (2025). De kwetsbaarheid van single-zijn als anderen een gezin stichten. *Demos: bulletin over bevolking en samenleving*, 41(2), 1-4.