

Inspirerende leerkrachten maken ons later gelukkiger

Gent, 31 augustus 2018 – Inspirerende leerkrachten hebben tijdens onze jeugd is bepalend voor ons geluk op latere leeftijd. Mensen die in hun jeugd geïnspireerd werden door leerkrachten hebben 68% meer kans om vandaag gelukkig te zijn. Dat blijkt uit nieuwe cijfers van het Nationaal Geluksonderzoek van de UGent en levensverzekeraar NN over de impact van onderwijs en opvoeding op ons bruto nationaal geluk. Ongeveer 43% van de Belgen gaf aan aan dat leerkrachten hen tijdens hun jeugd geïnspireerd hebben. Daarnaast heeft ook pesten een significante impact op ons later geluk. 34,2% werd tijdens zijn/haar jeugd gepest. Mensen die vroeger gepest werden hebben vandaag 77% meer kans om ongelukkig te zijn. Ook de kwaliteit van onze contacten tijdens onze jeugdijaren, en de warmte, het vertrouwen en stabiliteit die we dan ervaren zijn bepalend voor ons geluk op latere leeftijd.

In het kader van het Nationaal Geluksonderzoek bevroeg de UGent 3770 Belgen naar hun tevredenheid met het leven. In de wetenschappelijke literatuur omtrent geluk wordt het concept **levenstevredenheid** – op een schaal van 0 tot 10 – naar voor geschoven als een robuuste en betrouwbare parameter om het geluksniveau van de mensen te beschrijven. Uitgangspunt is dat heel wat aspecten van ons leven (onze gezondheid, ons inkomen, onze relaties, onze jeugd, onze persoonlijkheid, onze omgeving...) een impact kunnen hebben op ons geluksniveau. Tussen maart 2018 en maart 2019 worden door het team van Professor Lieven Annemans verschillende van die aspecten doorgelicht en hun relatie tot geluk gerapporteerd in tussentijdse verslagen.

Uit de eerste resultaten in maart 2018 bleek al dat Belgische senioren vandaag gemiddeld gelukkiger zijn dan jongere volwassenen. De Belg scoorde gemiddeld 6,6 op 10. Naast een goede gezondheid en een financieel stabiele situatie hebben ook onze sociale relaties een zeer grote impact op ons geluk. Uit de meest recente analyse die vandaag wordt voorgesteld blijkt ook dat onze jeugd en hoe we die beleven een significant verband houdt met onze levenstevredenheid op volwassen leeftijd.

Inspirerende leerkrachten

Aan de deelnemers werd gevraagd in welke mate ze akkoord waren dat ze in hun jeugdijaren leerkrachten hadden die hen inspireerden (helemaal niet akkoord, niet akkoord, neutraal, wel akkoord, helemaal akkoord). Een kleine helft (**42,9%**) gaat hier wel of helemaal mee akkoord. Ongeveer een kwart van de respondenten (25,3%) ging hier niet of helemaal niet mee akkoord.

Mensen die wel of helemaal akkoord gingen met deze stelling scoorden significant beter dan de anderen op het vlak van algemene levenstevredenheid, daarbij rekening houdend met geslacht, leeftijd en regio. Deze groep heeft 68% meer kans om vandaag gelukkig te zijn (8 of meer scoren op de schaal van levenstevredenheid).

Professor Lieven Annemans licht toe: *“Uit het Nationaal Geluksonderzoek blijkt dat leerkrachten, het onderwijssysteem en de maatschappij een impact hebben op ons geluk. Ik denk dat we leerkrachten zo goed mogelijk moeten ondersteunen zodat ze op hun beurt kinderen optimaal kunnen inspireren.”*

Pesten: nefast voor ons geluk op volwassen leeftijd

Mensen die gepest werden tijdens hun jeugd jaren hebben vandaag **77%** meer kans om ongelukkig te zijn (5 of minder te scoren op de schaal van levenstevredenheid), opnieuw rekening houdend met leeftijd, geslacht en regio. De onderzoekers stelden vast dat die relatie tussen gepest worden tijdens de jeugd jaren en de huidige levenstevredenheid overeind blijft, zelfs als men rekening houdt met karaktereigenschappen van de persoon (zoals het al dan niet verlegen zijn, het al dan niet lui zijn, het al dan niet kritisch of zenuwachtig zijn). Pesten is dus altijd nefast ongeacht de persoonlijkheid van de persoon die gepest wordt.

Goede contacten tijdens de jeugd

Tijdens onze jeugd kunnen onze contacten met ouders, broers en zussen, andere familieleden, etc... van variabele kwaliteit zijn. De onderzoekers berekenden een score op 100 waarbij iemand die 100 haalt met al die personen goede of zeer goede contacten had en iemand die 0 haalt bij al die personen slechte tot zeer slechte contacten haalt. Het blijkt dat 29% van de mensen op die schaal een 100 op 100 scoren. En deze mensen hebben **2,5 maal** meer kans om vandaag gelukkig te zijn (opnieuw rekening houdend met leeftijd, geslacht en regio)! Vooral de contacten met vrienden blijken hierin het meest doorslaggevend te zijn.

Een warme, stabiele omgeving tijdens de jeugd

Het bovenstaande werd ook bevestigd wanneer het hebben van een warme omgeving, het krijgen van vertrouwen en het ervaren van stabiliteit werd onderzocht. Iets meer dan **50%** van de Belgen haalt hierop een maximale score. Het blijkt nu dat die mensen vandaag bijna 3 maal meer kans hebben om gelukkig te zijn.

Professor Lieven Annemans: “We beseffen misschien niet altijd voldoende dat de manier waarop we met onze kinderen omgaan hun later geluk bepaalt. Ook uit ander onderzoek blijkt dat het liefdevol met elkaar omgaan, het vermijden van boosheid en zeker geweld er voor zorgt dat kinderen later veel meer kans maken om zelf gelukkig te worden.”

De ideale combinatie

Uiteraard is er een overlap tussen die verschillende positieve ervaringen in onze jeugd. Mensen die meer goede contacten hadden, beleefden ook vaker een warme en stabiele jeugd. Toch hebben alle bovenstaande factoren ook een effect **onafhankelijk** van elkaar én cumulatief. Een voorbeeld: een persoon die een warme, stabiele jeugd had, over de volledige lijn goede



contacten had, leraars had die inspireerden, en die niet gepest werd, scoort vandaag maar liefst **1,91 punten** hoger op de schaal van levenstevredenheid dan zijn “tegenpool” die geen warme jeugd had, geen goede contacten, geen inspirerende leerkrachten en die gepest werd. Eerstgenoemde heeft ook 5 maal meer kans om vandaag gelukkig te zijn.

Meer info, zie [technisch rapport](#)

Contact: Lieven Annemans, Professor UGent, titularis leerstoel NN, 0476 24 11 44

Annelore Van Herreweghe, woordvoerder NN, 02 238 88 11

Over de NN Leerstoel

Als beschermingsexpert leidt en inspireert NN het debat rond gezondheid en geluk. Iedereen is anders, maar uiteindelijk willen we allemaal hetzelfde: een gezond en gelukkig leven. NN wil de Belgen op weg helpen naar (meer) geluk. Centraal staat vandaag de NN leerstoel met het ‘Nationaal Geluksonderzoek’ (UGent) dat een antwoord biedt op de vraag: ‘Wat maakt Belgen gelukkig?’ De Leerstoel startte in maart 2017. Eind 2017 en begin 2018 werden 3770 Belgen bevraagd omtrent alle aspecten van het leven die mogelijks met onze levenstevredenheid in verband staan. Het is de ambitie van de NN Leerstoel om concrete adviezen aan te reiken waarmee de Belg, organisaties en het beleid aan de slag kunnen.
