

Luken, T. (2009). Goed kiezen: Over het verschil tussen goede en slechte keuzen: geluk. In Kooreman, A. (red.): *U doet het maar: Ethiek en ethos in arbeid en loopbaan*. Pag. 113-122. Amsterdam: Pearson.

Goed kiezen

Over het verschil tussen goede en slechte keuzen: geluk

Tom Luken¹

Wat is goed kiezen? En wat is het verschil tussen goede en slechte keuzen? Godsdiensten en andere tradities leverden tot voor kort redelijk duidelijke antwoorden op deze vragen. Zij leverden normen voor goed en kwaad en gedragspatronen om na te volgen. In Nederland is dat rond de overgang naar het derde millennium veel minder het geval.

Mensen moeten tegenwoordig veel meer belangrijke keuzen zelf maken dan in de voorbije eeuwen. Het gaat daarbij niet alleen om de beroepskeuze en om de steeds frequenter noodzakelijke beslissingen gedurende de loopbaan, maar ook om bredere vragen (bijvoorbeeld partnerkeuze, het bepalen van de kinderwens of de vraag wat voor soort leven je wilt leiden). Vaak gaat het om vragen waarover de doorsnee mens zich tot enkele eeuwen geleden zelf nauwelijks het hoofd hoefde te breken. Het ging immers om dingen waarop men weinig invloed had of waarvoor de antwoorden klaar lagen in de cultuur. De vragen zijn nu extra moeilijk door de turbulente ontwikkelingen op technologisch en maatschappelijk gebied: de toekomst, waarin de consequenties van onze keuzen zich afspelen, wordt steeds moeilijker te voorspellen.

Er zijn nu dus meer en moeilijker vragen en minder antwoorden. De loopbaanadviseur is in de afgelopen decennia één van de actoren geworden waartoe het individu zich wendt, dat zich afvraagt 'hoe moet ik mijn leven inrichten?' Het is van evident belang dat de adviseur die de pretentie heeft zijn of haar cliënt te begeleiden bij het maken van goede keuzen, weet wat dat zijn.

Aan de hand van enkele voor de hand liggende antwoorden zullen wij in dit essay illustreren dat het niet zo simpel is om vast te stellen wat goede keuzen zijn. Ver-

¹ Tom Luken (1952) is arbeids- en organisatiepsycholoog. Sinds 1979 is hij actief op het terrein van beroepskeuze, loopbaanontwikkeling en (zelf)beoordeling. Hij heeft in diverse instellingen en bedrijven gewerkt in functies als onderzoeker, ontwikkelaar van methoden en instrumenten, docent/trainer en adviseur. Vanaf 1996 is Luken zelfstandig gevestigd te Amsterdam. Daarnaast is hij sinds maart 2008 werkzaam als lector Career Development bij Fontys Hogeschool HRM en Psychologie. Hij publiceert onder meer over de onderwerpen loopbaanontwikkeling, employability, zelfkennis, zelfsturing, competenties, testen, assessment en reflectie.

volgens zullen wij proberen een meer bevredigend antwoord te vinden. Hiervoor raadplegen we enkele oude filosofen en zoeken we bevestiging in recent wetenschappelijk onderzoek. Wij komen uit op het begrip geluk (dat niet hetzelfde is als genot) en het belang van zelfkennis.

Drie voor de hand liggende antwoorden op de vraag: wat zijn goede keuzen?

1. *“Goede keuzen zijn keuzen die goed uitwerken.”* Met andere woorden: het resultaat bepaalt of de keuze goed was. Bijvoorbeeld een werknemer in de metaalindustrie besluit een opleiding Computer Aided Design te gaan doen, behaalt na een jaar een certificaat, krijgt vervolgens nieuwe taken en een fikse salarisverhoging en zegt: “Dat was een goede keuze!”

Eén probleem hierbij is: om welke resultaten gaat het? Zijn de resultaten op korte of middellange termijn bepalend? Of zijn de resultaten op de lange termijn belangrijker? Stel dat bovengenoemde werknemer na vijf jaar overspannen raakt? Of na tien jaar zegt: “Eigenlijk was ik in de metaalindustrie nooit echt op mijn plaats; ik had iets in de creatieve sector moeten gaan doen...”

Een ander probleem betreft de rol van het toeval. Stel bijvoorbeeld dat een jongen besluit om zijn hart te volgen en pianist te worden. Dit ondanks waarschuwingen van zijn ouders en docenten dat het moeilijk is om in dat vak je brood te verdienen. Hij ontwikkelt zich door gepassioneerd en keihard werken tot een veelbelovend artiest. Net voordat hij echt doorbreekt, krijgt hij een peesontsteking die niet volledig herstelt. Zijn droom om een beroemd pianist te worden ligt in duigen. Kun je nu zeggen dat de keuze fout was?

Ook het omgekeerde kan zich natuurlijk voordoen. Een man op weg naar een sollicitatiegesprek is zo in gedachten dat hij een afslag mist. Om toch op tijd te komen rijdt hij behoorlijk sneller dan toegestaan en haalt hij in een niet al te overzichtelijke bocht een vrachtwagen in. Er gebeurt niets, hij is nog net op tijd voor het gesprek en krijgt tot zijn grote vreugde de baan. Waren zijn keuzen goed?

Een derde probleem ligt in de vraag: goede resultaten voor wie? Denk aan een man die werk kiest waar hij blij mee is, maar zijn vrouw en kinderen lijden er op een of andere manier onder (bijvoorbeeld krijgen geen aandacht of moeten verhuizen). Of de man zelf en zijn naaste omgeving zijn blij, maar hij is er verantwoordelijk voor dat zijn product elders in de wereld ernstige schade en misère veroorzaakt...

2. *“Goede keuzen zijn keuzen, die in een goed besluitvormingsproces tot stand zijn gebracht.”* In deze benadering gaat het dus niet om het resultaat van de keuze, maar om de manier waarop het keuzeproces verloopt. Met andere woorden het gaat niet om goede keuzen maar om goed kiezen.

Een eerste vraag is hier of we weten wat goed kiezen in deze betekenis is. Er bestaat in Nederland tegenwoordig een vrij brede consensus over het lemniscaat model van een proces waarin interne en externe dialoog elkaar afwisselen (Meijers & Wijers, 1997). Maar hoe universeel en duurzaam is dit model en waar legt men het accent?

In onze cultuur wordt het gewaardeerd als je tegen je omgeving in durft te gaan, terwijl in andere culturen respect voor en gehoorzaamheid aan je (voor)ouders centraal staat. Enkele decennia geleden was bijna iedereen het erover eens dat keuzen vooral rationeel en verantwoord moesten zijn. Daarna ging het vooral om het maken van bewuste, eigen keuzen. Tegenwoordig zie je vaak dat het draait om het vinden van je passie.

Is goed kiezen vooral op je gevoel afgaan, veel nadenken of juist veel ervaring opdoen? Moet je vooral op je eigen idee afgaan of moet je juist veel advies inwinnen? Moet je eigenlijk wel veel aandacht aan het kiezen besteden of is het misschien beter om geen plannen te maken en steeds gebruik te maken van de kansen die zich op het moment aandienen?

Kortom: de consensus over wat goed kiezen is, is broos. Maar er is nog een tweede probleem, namelijk dat een goed keuzeprocess geen garantie biedt voor een goed resultaat. Hoe goed het keuzeprocess ook is (op welke manier dan ook gedefinieerd), de toekomst kan nooit met zekerheid voorspeld worden. Onverwachte ontwikkelingen en toevallige gebeurtenissen kunnen altijd roet in het eten gooien.

3. Het derde en laatste voorbeeld van een 'eenvoudig' antwoord: *"Goede keuzen zijn keuzen die moreel van een goed gehalte zijn."* Bijvoorbeeld hard werken en sparen om een gewenst resultaat (bijvoorbeeld het bezit van een scooter) te bereiken is een goede keuze, het sneller en makkelijker bereiken door te stelen is een slechte keuze. Of bij loopbaankeuzen: iemand heeft goede perspectieven in de drugshandel, maar besluit een antiekzaak te beginnen.

Mensen die met een bepaald geloof zijn opgevoed, krijgen hier misschien beelden bij van een makkelijke weg, die naar de hel leidt en van een moeilijker pad, aangewezen door 'het geweten', dat uiteindelijk in de hemel terechtkomt en de goede keuze voorstelt. Probleem is dat dan meteen de vraag opdoemt: welk geloof of welke moraal is het uitgangspunt? De tien geboden? Catechismus? Sharia? Morele regels vanuit andere religies, zo ja welke? Algemene fatsoensnormen? De waarden en normen van de eigen groep of gang?

In de ene religie kan het verwerven van materiële rijkdom goedgekeurd en aangemoedigd worden, terwijl een andere religie het als zinloos of zelfs schadelijk aanmerkt. In één cultuur is de man die een vreemdeling redt uit een gevaarlijke situatie, een held. In een andere cultuur wordt hij beschouwd als een roekeloze, die onverantwoordelijk omgaat met het risico dat hij zijn eigen familie laat lopen dat hij gewond zal raken of zal sterven.

Een conclusie die uit bovenstaande drie voorbeelden getrokken kan worden, is dat het moeilijk is om de vraag wat goede keuzen zijn, in algemene zin te beantwoorden. De drie voor de hand liggende antwoorden leiden alledrie tot complicaties. Of het resultaat goed is of niet wordt op het ene moment anders beoordeeld dan op een ander moment. En door de ene persoon of partij anders dan door de andere. Bovendien kunnen resultaten ontstaan door toevallige gebeurtenissen en ontwikkelingen die niets met de keuze te maken hebben. We weten niet precies wat een goed besluitvormingsproces is, maar zelfs als we dat wel wisten, zou dit geen garantie bieden op gewenste resultaten. Er bestaat tot slot geen universele ethiek om het morele niveau van keuzen te bepalen.

Om toch verder te komen proberen we eerst op een dieper niveau houvast te vinden door een algemeen antwoord te formuleren op de vraag wat goed en slecht is.

Geluk als criterium voor goed en slecht

Omdat een universele ethiek niet bestaat, moeten we eerst een criterium *kiezen* voor wat goed en slecht is. In navolging van enkele oude en minder oude filosofen kiezen we als criterium: geluk. Dit in de betekenis van ons (individueel en collectief) welbevinden; ons goed voelen en plezier in het leven hebben. Goed is wat bijdraagt aan geluk. Slecht is wat afbreuk doet aan geluk.

Aristoteles verwoordde het al in de vierde eeuw vóór onze jaartelling als volgt: *"Wat is het hoogste van alle dingen die we door ons handelen kunnen bereiken? Over de naam van dit goed is iedereen het wel ongeveer eens: de meerderheid zo goed als de meer ontwikkelden noemen dit goede geluk. Zij nemen aan dat 'een goed leven hebben' en 'het goed maken' samenvallen met 'gelukkig zijn'."* (Aristoteles, 1999, 28).

Deze gedachten van Aristoteles en tijdgenoten zijn in de vergetelheid geraakt om pas relatief kortgeleden herontdekt te worden. Zo hadden de oude Grieken wel meer waardevolle inzichten die gedurende lange tijd verloren raakten. Ook op heel andere terreinen. Een voorbeeld is Thales, die in het jaar 585 voor Christus correct een zonsverduistering voorspelde. En Pythagoras en volgelingen die in dezelfde eeuw constateerden dat de aarde een bol moest zijn. Gedurende vele eeuwen daarna heeft men geloofd dat de aarde plat was en dat de zon zich verplaatste in een baan om de aarde.

Hoe kon het gebeuren dat zoveel inzichten van de oude Grieken verloren raakten? Onfray (2005) stelt het christendom hiervoor verantwoordelijk. Zeker voor het in vergetelheid raken van het standpunt dat het goed is om gelukkig te zijn, zijn er goede argumenten voor een hoofdrol van het christendom. Lees bijvoorbeeld hoe Russell (1948: 334) de middeleeuwen beschrijft: *"Het leven was al deze eeuwen door onzeker en vol ontberingen... Men was er van overtuigd dat de grote meerderheid, zelfs van de christenen, naar de hel zou gaan... Levensvreugde was niet echt mogelijk... De algemene ellende versterkte de intensiteit van de religieuze gevoelens... Niets in dit ondermaanse kon van enige waarde zijn, behalve de standvastige deugd die tenslotte tot eeuwige zaligheid zou leiden."* De hel was een werkelijk schrikbarend perspectief. Zie bijvoorbeeld de schilderijen van Hieronymus Bosch. Gedurende lange tijd stond het goede voor velen gelijk aan het dienen van God (waarbij de kans vergroot werd de hel te ontlopen en gelukkig te worden in de hemel).

Pas in 1543 na Christus publiceerde Copernicus zijn herontdekking van de waarheid over ons zonnestelsel. Om niet door de kerk als ketter verbrand te worden was hij wel zo voorzichtig met de publicatie te wachten tot zijn dood.

Geluk (op aarde) als criterium voor goed en kwaad werd nog veel later herontdekt, pas aan het eind van de 18e eeuw, niet lang na de verschijning van de eerste atheïsten. Jeremy Bentham stelde toen in navolging van de oude Grieken dat 'het goede' synoniem is met genot of geluk (hij gebruikt deze twee woorden door elkaar). Een situatie is beter dan een andere, als daarin het saldo van geluk groter is. Het algemene geluk is het hoogste goed. Het gaat om het grootste geluk voor het grootste aantal (o.c.: 804).

Nu ruim twee eeuwen later gaat argument van Aristoteles, dat geluk voor een grote meerderheid een vanzelfsprekend einddoel is, opnieuw op. Dit geldt niet alleen de man of vrouw in de straat, maar ook een omvangrijke wetenschappelijke en politieke elite, getuige bijvoorbeeld het succesvolle en invloedrijke werk van de door psychologen geïnspireerde econoom Layard (2005).

Bhutan (een landje tussen Tibet en India) heeft als eerste staat het Bruto Nationaal Geluk als beleidsdoel verheven. God staat in grote delen van de wereld niet langer centraal, maar de mens. Niet het hiernamaals, maar het leven op aarde. Cliënten van beroepskeuze- en loopbaanadviesbureaus noemen gevraagd of ongevraagd dat waar het uiteindelijk om gaat: gelukkig worden.

Vandaar de keuze van geluk als criterium voor goed en slecht in de loopbaanontwikkeling.

Geluk en genot

Bentham maakte zoals gezegd geen onderscheid tussen geluk en genot. Draait het bij geluk en genot inderdaad om het zelfde? Is dit essay een pleidooi voor hedonisme (het streven naar genot)?

In de calvinistische cultuur heeft genot een nog slechtere naam dan geluk. Het is geassocieerd met egoïsme. Het onderliggende, onterechte verwijt is dat we door zelf te genieten onherroepelijk schuldig zijn aan het veronachtzamen van de anderen (Savater, 2005). Zelfs de aanduiding 'gelukzoeker' heeft voor velen tegenwoordig een negatieve klank. Paradoxaal genoeg lijkt genot in de consumptie-maatschappij een plicht geworden te zijn. *"De dwarzlijger die niets wil weten van de duizelingwekkende vloedgolf van consumptiegoederen, huishoudelijke apparaten en dure geurtjes, geldt ogenblikkelijk als een asociale rebel, ja, zowat als een potentiële terrorist."* (o.c.: 125).

Wat is er mis met genot?

Andreas Kinneging (NRC Handelsblad, 24 maart 2007) zegt het zo: *"Hedonisme berust op een misverstand. Namelijk dat je van plezier, 'hedone', gelukkig wordt. Je kunt het uitproberen. Ga maar eens naar de hoeren. Of koop steeds grotere auto's. Ga steeds meer eten en drinken. En kijk of je daar gelukkiger van wordt. Nee dus. Dat snapt iedereen wel als hij erover nadenkt."*

Genot is vaak maar tijdelijk, omdat het een bijverschijnsel is van het opheffen van pijn of van een tekort dat je eerst moet ervaren om het genot te kunnen proeven (water bij dorst, rust bij uitputting...). Wat schiet je daar per saldo mee op? Genot op de korte termijn kan bovendien geluk op de langere termijn in de weg staan (bijvoorbeeld hoofdpijn na feesten, dik worden door structureel teveel eten). Daarom kan men vinden dat je dergelijke vormen van genot maar beter niet kunt nastreven. Zo at de wijsgeer Epikouros (341-270 v.C.) slechts brood met alleen op feestdagen wat kaas en schreef hij: *"Geslachtelijke omgang heeft nooit een man goed gedaan, en hij mag zich gelukkig prijzen als het hem geen kwaad heeft gedaan."* (Russell, 1948: 274)

Het standpunt van Aristoteles is aantrekkelijker. Genieten is volgens hem goed. Hij vindt geluk een vorm van genot. Te vaak echter worden andere, verkeerde vormen van genot eenzijdig nagestreefd. *"Misschien zoeken de mensen niet eens het genot dat ze menen en beweren te zoeken ... de lichamelijke genietingen hebben zich de naam genot toegeëigend, omdat mensen daar het vaakst op af"*

stevenen Omdat men alleen met deze vorm van genot vertrouwd is denkt men zelfs dat er geen andere zijn." (Aristoteles, 1999: 235).

Volgens Aristoteles moeten wij genot niet definiëren als de bewuste ervaring van een overgangsproces (bijvoorbeeld van honger naar verzadiging), maar als de ongehinderde activiteit van onze natuurlijke vermogens (o.c.: 206). Hij stelt tegenover hedonisme: 'eudemonia' (welbevinden, bloeien, goed leven). *"Het goede ligt in de eigen taak van de mens."* (o.c.: 34) Die taak ligt niet in het leven op zich (dat hebben planten ook) noch in het zintuiglijke (dat hebben dieren ook), maar in het denkende deel van de ziel (dat wat de mens onderscheidt van plant en dier). Het gaat om het uitvoeren van activiteiten 'die in overeenstemming zijn met de eigen voortreffelijkheid', 'het ontwikkelen van de potentie van de ziel' of 'het realiseren van de ware aard'.

Misschien het duidelijkst is de uitleg van Seligman (2002a). Hij gebruikt weliswaar niet de termen geluk naar genot, maar spreekt van voldoening en genoegens in ongeveer dezelfde betekenis. Bij genoegens gaat het om 'rauwe gevoelens', die relatief makkelijk tot stand te brengen zijn, kort duren en waar men makkelijk aan went of zelfs verslaafd aan raakt. Voldoening aan de andere kant moet bevochten worden, maar duurt langer. Het is het resultaat van het inzetten van competenties en deugden voor een nobel doel.

Waar worden mensen (on)gelukkig van?

Een eudemonistisch leven brengt volgens Aristoteles dus meer geluk dan een hedonistisch leven en is daarom beter. En volgens Seligman word je gelukkiger van voldoening dan van genoegens. Bestaat er actueel, wetenschappelijk bewijs voor deze standpunten? Wat is er bekend over de factoren die het meest van invloed zijn op levensgeluk?

Layard (2005: 64) vat de resultaten samen van een onderzoek van de universiteit van British Columbia onder 90.000 mensen in 64 landen over wat mensen ongelukkig maakt. Waar mensen het meest ongelukkig van worden is: uit elkaar gaan, werkloos worden en gezondheidsproblemen. Geld, een veel genoemde factor bij geluk en loopbanen, speelt slechts een kleine rol. Een verlies aan inkomen heeft in verhouding maar weinig effect op levensgeluk.

Deze gegevens komen overeen met wat SCIRO (Commonwealth Scientific and Industrial Research Organisation) meldt als resultaat van 'life satisfaction studies'. Het hebben van werk, gezondheid en een levenspartner zijn, naast leven in een goed werkende staat, de belangrijkste factoren voor levensgeluk. Relatief inkomen draagt er ook aan bij, maar is van ondergeschikt belang.

Layard concludeert uit een research programma van de Universiteit van Wisconsin: *"People who achieve a sense of meaning in their lives are happier than those who live from one pleasure to another."* (o.c.: 22). Hij presenteert in zijn boek ampel bewijs, dat collectieve inkomensgroei (boven een minimumniveau) niet gelukkiger maakt. Eén van de redenen is, dat sociale vergelijking veel belangrijker is dan geld op zich. Als we allemaal tegelijk rijker worden, maakt dat ons niet gelukkiger. Misschien zelfs integendeel. Uit gegevens uit de Verenigde Staten over de 20e eeuw is zichtbaar dat een grote toename in besteedbare inkomens gepaard ging met onder andere meer depressie, meer alcoholconsumptie en meer zelfmoord onder jongeren. Een belangrijk mechanisme dat verklaart waarom rijker worden niet gelukkig maakt is 'the hedonic treadmill'. We raken snel gewend

aan ruimere bestedingsmogelijkheden. *"Income is addictive."* (o.c.: 48). Tevens is in verscheidene onderzoeken aangetoond en verklaard dat er een negatief verband bestaat tussen materialisme (de wens om te bezitten en te consumeren) en levensgeluk (Richins & Dawson, 1992; Sirgy, 1998 ; Roberts & Clement, 2007). Essentieel voor levensgeluk lijkt de kwaliteit van de relaties die we hebben met anderen. *"People who care about other people are on average happier than those who are more preoccupied with themselves."* (o.c.: 72). Een andere belangrijke factor voor levensgeluk, waarbij loopbaanadviseurs kunnen helpen is: *"The secret is to have goals that are stretching enough, but not too stretching. Unattainable goals are a well-known cause of depression. But so too is boredom."* (o.c.: 73).

Wij noemen nog enkele meer specifieke aanwijzingen voor de superioriteit van een eudemonistisch boven een hedonistisch leven.

- Na een onderzoek onder 125 studenten en 51 volwassenen concluderen Bauer e.a. (2005) dat mensen die intrinsieke interesses benadrukken, zich prettiger voelen dan zij die vooral extrinsieke zaken nastreven. (Bij intrinsiek bedoelen zij bijvoorbeeld persoonlijke groei, betekenisvolle relaties en het leveren van een bijdrage aan de maatschappij. Bij extrinsiek gaat het bijvoorbeeld om materiële doelen, geld, status en fysiek uiterlijk.)
- Carlson (2004) rapporteert over een onderzoek waarbij 135 vrouwen tussen 61 en 91 jaar werden geïnterviewd. Zij onderscheidde in de onderzoeksgroep een 'hedonistische' (gericht op geluk, je prettig voelen, plezier, bevrediging) en in een 'eudemonistische' groep (actief betrokken zijn in het leven en je talenten en capaciteiten gebruiken). Tegen de verwachting van de onderzoekers in bleek de laatstgenoemde groep gezonder en gelukkiger te zijn. Eén van de constateringingen laat zien dat het niet alleen om een subjectieve beleving ging: vrouwen met een doel in het leven hebben lagere niveaus van stresshormonen. Dit correspondeert met wat Layard (o.c.: 23) concludeert uit onderzoek, namelijk dat gelukkige mensen gezonder zijn dan ongelukkige. Zij hebben niet alleen minder stresshormonen in het bloed maar ook een sterker immuunsysteem.
- Synnestvedt (2006) vertelt over een makkelijk repliceerbaar experimentje. De 'positieve psycholoog' Seligman vroeg aan een groep studenten om twee dingen te doen: iets prettigs en iets altruïstisch. Vrijwel alle studenten rapporteerden naderhand dat de altruïstische daad hen gelukkiger maakte dan de prettige daad. Het goede gevoel na de prettige daad verdween snel, maar na de altruïstische daad verliep de dag beter. De conclusie 'plezier is iets goeds, maar het is het dessert en niet de maaltijd' zou vast de instemming van Aristoteles krijgen.
- Seligman (2002b) zelf rapporteert over twee andere onderzoeken, één met vragenlijsten en één met de methode van Csikszentmihalyi (de uitvinder van 'flow'), waarbij mensen op willekeurige momenten tijdens de dag werden opgepiept om te vertellen wat ze deden en hoe ze zich voelden. Conclusie van deze onafhankelijk van elkaar uitgevoerde onderzoeken: *"successfully pursuing pleasure does not necessarily lead to life satisfaction, but successfully pursuing the Good Life and the Meaningful Life does lead to higher life satisfaction."*
- Naast empirische zijn er ook filosofische argumenten. Savater (1996) beoogt bijvoorbeeld dat we zelfs uit egoïsme het slechte zouden moeten vermijden. Hij illustreert dit met Caligula, een Romeinse keizer die tot elke mis-

daad bereid was om zijn grillen te bevredigen. *“Op wat voor een soort leven heeft die zichzelf getrakteerd! De enige oprechte gevoelens die hij bij zijn medemensen wist op te wekken, waren angst en haat... Als hij werkelijk aan zichzelf had gedacht ... dan zou hij hebben beseft dat wij mensen, om goed te leven, iets nodig hebben dat alleen andere mensen ons kunnen geven, iets dat we alleen zelf kunnen verdienen en dat onmogelijk met geweld of bedrog **geroofd** kan worden.”* (o.c.: 87-88). Dat iets wat wij als mensen ten diepste nodig hebben, is: positieve betekenis hebben voor anderen. Hoe onherhaalbaar en uniek de hoofdpersoon van ieder leven ook is, hij kan alleen iets betekenen voor en tezamen met zijn soortgenoten (Savater, 2005, 62).

Conclusie: de rol van de loopbaanadviseur

Uit de geciteerde empirische en filosofische aanwijzingen kan men opmaken dat er niets mis mee is om het eigen geluk als levensdoel te stellen. En dat om dit doel te bereiken een strategie effectief is waarin men een eigen talent ontwikkelt en inzet ten dienste van anderen en de samenleving. Dit is niet makkelijk. Je moet het willen en je moet het kunnen. Bij beide kan de loopbaanadviseur een belangrijke rol spelen. Als hij daarmee succes heeft, is hij volgens het hier gekozen criterium ethisch bezig, want hij draagt bij aan levensgeluk (van cliënten, in de samenleving en bij zichzelf).

Maar eerst moet de cliënt het willen. Probleem hierbij is dat, zoals Aristoteles al stelde, we veel meer vertrouwd zijn met onze hedonistische dan dat onze eudemonistische behoeften. Helpen bij het ontdekken van de eudemonistische behoefte is een schone taak voor de loopbaanadviseur. Foute zelfbeelden, die moeilijk te corrigeren zijn, vormen een lastig obstakel. Zelfs belangrijke filosofen vergissen zich in hun aard en zien hun egoïstische scherper dan hun altruïstische kant, bijvoorbeeld: *“Evenals Bentham was Epikouros van mening dat iedereen altijd zijn eigen genot najaagt, soms op een verstandige, soms op een onverstandige manier. Maar hij liet zich, eveneens als Bentham, door zijn vriendelijk en hartelijk karakter telkens weer verleiden tot een bewonderenswaardig optreden, waarvan hij zich op grond van zijn eigen theorieën had moeten onthouden. Hij hield kennelijk van zijn vrienden, zonder zich af te vragen wat zij hem opleverden; maar hij maakte zichzelf wijs dat hij even zelfzuchtig was als volgens zijn leer alle mensen dat waren.”* (Russell, 1948: 275).

Speciaal voor jongeren zal het moeilijk zijn om hen het belang van de eudemonistische behoeften te laten inzien in vergelijking tot de hedonistische. Aristoteles vond het simpelweg verloren moeite om zich tot hen te richten. *“Een jonge man is geen geschikt toehoorder van lezingen ... Net als voor een onbeheerst mens dient voor een onrijp mens kennis immers tot niets.”* (Aristoteles, 1999: 27). Gelukkig staat de tijd wat dit betreft niet stil. Kuijpers, Meijers en Bakker (2006) krijgen geleidelijk scherper hoe jongeren kunnen ontdekken wat ze willen betekenen. Wijers' levensthemamethodiek dient hetzelfde doel, maar is meer gericht op volwassenen.

Terugkomend op de aan het begin gestelde vraag: alle drie de genoemde 'voor de hand liggende' antwoorden hebben een gedeeltelijke geldigheid. Als keuzen tot resultaat hebben dat ze bijdragen aan eigen en andermans geluk, kan men ze goed noemen. De kans dat keuzen goed uitpakken, wordt vergroot door een goed keuzeproces. Dat wil zeggen een proces waarin men nadenkt, handelt en open-

staat voor signalen uit buiten- en binnenwereld. Loopbaanbegeleiding kan veel bijdragen aan goede keuzeprocessen en daarmee aan goede resultaten. Als ethiek gedefinieerd wordt in termen van geluk, zijn keuzen die tot geluk leiden, per definitie moreel van goed gehalte. De loopbaanadviseur die daarbij helpt, is ethisch verantwoord bezig. Geluk zal een effectiever, want duurzamer motief zijn voor goed gedrag dan de angst voor de hel.

Literatuur

- Aristoteles (1999). *Ethica: Ethica Nicomachea*. Vertaald, ingeleid en van aantekeningen voorzien door Christine Pannier en Jean Verhaeghe. Groningen: Historische uitgeverij.
- Bauer, J.J., McAdams, D.P. & Sakaeda, A.R. (2005). Interpreting the Good Life: Growth Memories in the Lives of Mature, Happy People. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 1, 203–217.
- Carlson, E. (2004). *Study: Good health goes beyond diet, exercise and managing stress*. Internet document d.d. 29 april 2007: <http://www.news.wisc.edu/10034.html>
- Kuijpers, M., Meijers, F. & Bakker, J. (2006). *Krachtige loopbaangerichte leeromgevingen in het (v)mbo: hoe werkt het?* Driebergen: Het Platform BeroepsOnderwijs.
- Layard, R. (2005). *Happiness*. London: Penguin Books.
- Meijers, F., en Wijers, G.A. (1997). Een zaak van betekenis: Loopbaandienstverlening in een nieuw perspectief. Leeuwarden: LDC.
- Onfray, M. (2005). *Atheologie: De hoofdzonden van jodendom, christendom en islam*. Amsterdam: Mets & Schilt.
- Richins, M.I. & Dawson, S. (1992). A Consumer Values Orientation for Materialism and Its Measurement: Scale Development and Validation. *Journal of Consumer Research*, 19, 303–316.
- Roberts, J.A. & Clement, A. (2007). Materialism and Satisfaction with Over-All Quality of Life and Eight Life Domains. *Social Indicators Research*, 82, 79–92.
- Russell, Bertrand (1948). *Geschiedenis van de westerse filosofie* (in verband met politieke en sociale omstandigheden van de oudste tijd tot heden), tweede druk. Katwijk aan Zee: Servire.
- Savater, F. (1996). *Het goede leven: Ethiek voor mensen van morgen*. Utrecht: Bijleveld.
- Savater, F. (2005). *De moed om te kiezen: Een filosofie van de vrijheid*. Utrecht: Bijleveld.
- Seligman, M.E.P. (2002a). *Gelukkig zijn kun je leren*. Utrecht: Het Spectrum.
- Seligman, M.E.P. (2002b). *Pleasure, Meaning & Eudaimonia*. Internet document d.d. 29 april 2007 : <http://www.authentic happiness.sas.upenn.edu/newsletter.aspx?id=54>
- Sirgy, M.J. (1998). Materialism and quality of life. *Social Indicators Research*, 43, 227–260.
- Synnestvedt, D.A. (2006). Happiness Through The Ages: A Sketch. *The New Philosophy*, January–June 2006, 285–313. Internet document d.d. 29 april 2007: http://www.thenewphilosophyonline.org/journal/data/109a/Synnestvedt--New_Philosophy_January-June_2006.pdf
- Wijers, G. (2008). Levensthema's en loopbaanleren. In: Kuijpers, M. & Meijers, F. (red.). *Loopbaanleren: Onderzoek en praktijk in het onderwijs*. P. 231-240. Antwerpen – Apeldoorn: Garant.