

KIERAN SETIYA

DE U-
CURVE

Vertaling Renske Groeneveld

HarperCollins



Voor dit boek is papier gebruikt dat onafhankelijk is gecertificeerd door FSC™ ten behoeve van verantwoord bosbeheer.
Kijk voor meer informatie op www.harpercollins.co.uk/green

HarperCollins is een imprint van Uitgeverij HarperCollins Holland, Amsterdam

Copyright © 2017 Princeton University Press
Oorspronkelijke titel: *Midlife*
Copyright Nederlandse vertaling: © 2019 HarperCollins Holland
Vertaling: Renske Groeneveld
Omslagontwerp: Splendid Grafisch Ontwerp
Foto auteur: Heather Kresea
Zetwerk: Mat-Zet B.V., Soest
Druk: CPI Books GmbH, Germany

ISBN 978 94 027 2990 0
ISBN 978 94 027 5681 4 (e-book)

NUR 700
Eerste druk januari 2019

Originele uitgave verschenen bij Princeton University Press.
HarperCollins Holland is een divisie van Harlequin Enterprises Limited
® en ™ zijn handelsmerken die eigendom zijn van en gebruikt worden door de eigenaar van het handelsmerk en/of de licentienemer. Handelsmerken met * zijn geregistreerd bij het United States Patent & Trademark Office en/of in andere landen.

www.harpercollins.nl

Alle rechten voorbehouden.
Niets uit deze uitgave mag openbaar worden gemaakt door middel van druk, fotokopie, internet of op welke andere wijze dan ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Een korte geschiedenis van de midlifecrisis

Dichter en bibliothecaris Philip Larkin schreef: ‘In negentien-drieënzestig / kwam seks opeens voorbij / (dat was tamelijk laat voor mij).’¹ We kunnen het begin van de midlifecrisis met dezelfde precisie aangeven. In 1965 publiceerde psychoanalyticus Elliott Jaques het essay waarin de term voor het eerst werd gebruikt: ‘Dood en de midlifecrisis.’² Bij het ontleden van de crisis citeert Jaques een patiënt van halverwege de dertig:

‘Tot nu toe heeft mijn leven een eindeloze stijgende helling geleken, met geen enkel ander uitzicht dan de verre horizon,’ zei hij. ‘Opeens lijk ik op de top te zijn gekomen en kijk ik uit over de weg naar beneden, waarvan het eindpunt al in zicht is. Dat punt is weliswaar nog ver weg, maar aan het uiteinde staat de dood al zichtbaar te wachten.’³

Als je dit boek leest, is de kans groot dat je je in hem kunt verplaatsen. Los van de vraag hoe je je voelt, weet je hoe je je zou móeten voelen. Je bent al lang genoeg op aarde om je af te vragen: is dit alles? Je gaat al lang genoeg mee om een paar grote fouten te hebben gemaakt, om met trots dan wel spijt op triomfen en mislukkingen terug te kijken en stil te staan bij alternatieven die nooit meer voorbij zullen komen, keuzes die je niet hebt gemaakt en ook nooit meer zult krijgen. Je bent oud genoeg om vooruit te kijken naar het einde van je leven, dat weliswaar nog niet voor de deur staat, maar ook niet meer zo heel ver weg is. De rest van je leven wordt gemeten in eenheden die je tegenwoordig heel goed begrijpt: als je geluk hebt, heb je nog veertig jaar.

Je bent niet de eerste. We hebben een aantal eigentijdse voorbeelden, zoals Lester Burnham in *American Beauty*, die zijn baan opzegt, een snelle auto koopt en hunkert naar de verleidelijke vriendin van zijn tienerdochter.⁴ Maar er zijn ook veel oudere voorbeelden. Een eenzijdig overzicht zou bijvoorbeeld putten uit *Stoner*, de prachtige roman van John Williams uit 1965. De hoofdpersoon uit het boek zit op zijn tweeënveertigste met een mislukt huwelijk en een vastgelopen carrière en 'slaagde er niet in zich te verheugen over iets in de toekomst en dacht nauwelijks ergens met plezier aan terug'.⁵ Geen wonder dat hij zich in de bijna verplichte verhouding stort. Zo'n overzicht zou ook melding maken van *De mythe van Sisyphus*. In dit essay van Albert Camus uit 1942 is de existentiële crisis van de absurde man niet tijdloos, maar dient ze zich aan 'als een man merkt of zegt dat hij dertig is'.

Hij erkent op een bepaald punt van een curve te staan en weet dat hij die tot het einde toe zal moeten volgen. Hij

behoort toe aan de tijd, en in de ontzetting die hem vervult, herkent hij zijn eigen grootste vijand. Morgen, hij verlangde naar morgen, terwijl alles in hem zich ertegen zou moeten verzetten. Die revolte van het vlees is het absurde.⁶

In zo'n overzicht zou ook worden geciteerd uit *The History of Mr. Polly* van H.G. Wells, een zwart komisch verhaal over een verveelde winkelier wiens mislukte zelfmoordpoging een plaatselijke held van hem maakt – hij wordt geprezen omdat hij een brand heeft geblust die hij zelf heeft aangestoken – en hem aanspoort een nieuw leven te beginnen.⁷ Het boek werd uitgebracht in 1910.

De term 'midlifecrisis' werd dus bedacht in 1965, maar waar vindt die levensfase zelf haar oorsprong als we zo veel oudere praktijkvoorbeelden kunnen vinden? Het is verrassend om te lezen dat de voorbeelden van Jaques voor het merendeel niet uit zijn eigen praktijk komen, maar uit de levens van kunstenaars. Het verbaasde hem hoe vaak de leeftijd van zevenendertig jaar (of daaromtrent) het begin was van een creatieve stilte óf een transformatie. Op zijn zevenendertigste had Gioachino Rossini (1792-1868) zijn succesvolste opera's al geschreven, van *De barbier van Sevilla* tot *Wilhelm Tell*. Hij leefde daarna nog veertig jaar, maar componeerde nauwelijks nog nieuwe werken. Op dezelfde leeftijd ging Johann Wolfgang von Goethe (1749-1832) voor twee jaar op reis naar Italië. Zijn grootste werken werden daarna geschreven, bezielde door de klassieken, zoals de tragedie *Faust*. Zelfs Michelangelo (1475-1564) nam op middelbare leeftijd een creatieve pauze en schilderde tussen zijn veertigste en zijn vijfenvijftigste bijna niets meer. Daarna maakte hij nog het Medici-monument en *Het laatste oordeel*.

Misschien vind je het onbesuisd om te speculeren over de geestestoestand van kunstenaars die al een paar eeuwen geleden

zijn gestorven. We zijn nog niet klaar. Historicus Philippe Ariès, die suggereerde dat de kindertijd een moderne uitvinding is en zelf niet onbekend is met onbesuisde speculaties, herleidde het op de middelbare leeftijd ontluikende gevoel van persoonlijk falen tot de ervaringen van ‘de rijke, machtige of geleerde mannen aan het einde van de middeleeuwen’, die de luxe hadden ambities te kunnen koesteren waarvan de meeste inwoners van traditionele maatschappijen niet eens konden dromen.⁸ Denk aan Dante op zijn vijfendertigste: ‘Op ’t midden van ons levenspad gekomen, / Kwam ik bij zinnen in een donker woud, / Want ik had niet de rechte weg genomen.’⁹

Mediëvist Mary Dove schetst een heel ander beeld in *The Perfect Age of Man’s Life* en haalt de Middelenegse vertellingen *Piers Plowman* en *Sir Gawain and the Green Knight* aan, die voortborduren op de theorie van Aristoteles dat de middelbare leeftijd juist onze bloeitijd is, met een lichamelijke piek tussen ons dertigste en vijfendertigste levensjaar en een geestelijke piek rond ons negenveertigste levensjaar.¹⁰ Anderen betwijfelen dan weer of Ariès wel ver genoeg ging. In 2002 nam psychotherapeute Jane Polden in *Regeneration*, haar boek over de midlifecrisis, het verhaal van Odysseus in Homerus’ *Odysee* als paradigma.¹¹ Over een midlifecrisis gesproken! Ontrouw, drinken, de dood van een dierbare ouder en een einde dat heel wat familietherapie vereist. Maar eerlijk is eerlijk, Polden bedoelde het als een metafoor. De oudste tekst die ik heb gezien als voorloper van de midlifecrisis komt uit het Egypte van de Twaalfde Dynastie, zo’n tweeduizend jaar voor de gangbare jaartelling: een dialoog tussen een man die levensmoe is en zijn ziel – al heb ik de indruk dat hij moe is van al het onrecht om hem heen, niet van de onvolkomenheden van zijn eigen leven.¹²

De moraal van deze voorgeschiedenis is niet zozeer de tijd-

loosheid van de midlifecrisis als wel de kracht van haar greep op onze verbeelding. Het is maar al te makkelijk om ons idee van de crisis te projecteren op levens die heel anders zijn dan de onze. De geschiedenis die ik in dit hoofdstuk behandel, is niet de on-grijpbare geschiedenis van alle midlifecrises sinds het begin van de mensheid, maar de veel gemakkelijker te hanteren geschiedenis van het concept, vanaf het begin in 1965 tot aan onze tijd. Zelfs nu de midlifecrisis steeds populairder wordt, wordt ze achtervolgd door de beschuldiging dat ze slechts een vorm van projectie is en in werkelijkheid niet bestaat.

Opkomst en ondergang

Ondanks een paar opvallende voorlopers – waaronder het onderzoek van psychoanalyticus Edmund Bergler naar buitenechtelijke affaires, *The Revolt of the Middle-Aged Man* (1954)¹³ – is de midlifecrisis geboren in 1965. Haar jeugd kenmerkte zich door een uitzonderlijke belofte en een verbazingwekkende groei.

In 1966 begon Daniel Levinson, een hoogleraar psychologie aan Yale, aan een serie interviews met veertig mannen van tussen de vijfendertig en de vijfenvestig jaar. Hij wilde weten of ze net als hij veel last hadden van hun (middelbare) leeftijd. Het resultaat was een overzicht van vermoedelijke fasen in de ontwikkeling van een volwassen man, *The Seasons of a Man's Life*, gepubliceerd in 1978.¹⁴ In hetzelfde jaar publiceerde Roger Gould, psychiater aan UCLA, *Transformations: Growth and Change in Adult Life*.¹⁵ Hij werd ook geïnspireerd door zijn eigen ervaring, een depressie die onverwachts ontstond nadat hij en zijn vrouw een langgekoesterde droom hadden gerealiseerd: ze hadden een eigen huis in Los Angeles gekocht. Waarom werden ze daar zo ongelukkig van?

Gould reageerde als een echte sociale wetenschapper op zijn eigen probleem: hij zette een onderzoek op waarbij hij 524 mensen (zowel mannen als vrouwen) in de leeftijd van zestien tot vijftig jaar vragenlijsten liet invullen over hun eigen leven. Net als Levinson wilde hij verschillende fasen van ontwikkeling en groei identificeren, waarvan er één de karakteristieke verwarring van de middelbare leeftijd was.

Maar in 1976 beleefde het midlifeprobleem zijn culturele bar mitzwa, het moment waarop het meerderjarig werd. Twee jaar daarvoor had journaliste Gail Sheehy voor een artikel in het tijdschrift *New York* zowel met Levinson als met Gould gesproken. Daarna zat ze niet stil. Terwijl Levinson en Gould hun vergaarde data bestudeerden, schreef zij *Passages: Predictable Crises of Adult Life*, deels gebaseerd op haar eigen interviews met twintigers, dertigers en veertigers.¹⁶ Het boek werd een enorm succes. Sinds de publicatiedatum zijn er meer dan vijf miljoen exemplaren van verkocht en is het in achtentwintig talen verschenen, en toen de Library of Congress in 1991 een onderzoek onder lezers hield, werd het boek genoemd als een van de tien invloedrijkste werken van die tijd.

Sheehy schreef dat ze vooral was beïnvloed door de Duitse psychoanalyticus Erik Erikson, die in 1950 met zijn boek *Childhood and Society* een van de eerste pogingen deed om een mensenleven van het begin tot het einde in duidelijke, opeenvolgende fasen in te delen.¹⁷ Erikson onderscheidde acht fasen, die allemaal werden gedefinieerd door een eigen vraagstelling. Bij de vroegste kindertijd ging het om vertrouwen of wantrouwen, tijdens de vroege volwassenheid om intimiteit of isolatie, en in de tweede fase van de volwassenheid, zo tussen de vijfendertig en de vierenzestig jaar, om generativiteit of stagnatie. ('Generativiteit' was Eriksons term voor een emotionele investering in toe-

komstige generaties.) De invloed van Levinson en Gould was meer omstreken. Gould klaagde Sheehy in 1975 aan, in de hoop dat hij de publicatie van haar boek kon voorkomen. Volgens hem had ze zijn ideeën gestolen. Uiteindelijk was hij bereid te schikken voor tienduizend dollar en tien procent van de royalty's. Gezien de latere verkoopcijfers van het boek was dat geen slechte deal. Maar de impact van Sheehy's boek komt niet alleen voort uit het feit dat ze Gould vóór was geweest. Ze was goed in het bedenken van termen die makkelijk werden onthouden – 'Tob-bende Twintigers', 'Catch-30', 'het Deadlinedecennium' – en was bereid te generaliseren, waardoor *Passages* leest als een snapshot van de Amerikaanse zelfperceptie.

Het snapshot is er een waarop de midlifecrisis zeer nadrukkelijk in beeld is. Als we de middelbare leeftijd bereiken, hebben we volgens Sheehy het gevoel dat ons te weinig jaren resten voor alles wat we nog willen doen. Vrouwelijke dertigers en veertigers staan voor een keuze. In 1974 hadden de meesten van hen geen studie of andere vervolgopleiding afgerond. Hun kinderen werden volwassen en gingen het huis uit. Deze vrouwen moesten hun leven opnieuw inrichten en vormgeven. Voor mannen betekende de leeftijd van veertig jaar een afscheid van onmogelijke dromen en het afzakken en bijsturen van hun vroegere ambities. Of dat beeld nu betrouwbaar was of niet, het sloeg aan. Daarbij moet worden opgemerkt dat er inmiddels dingen zijn veranderd – meer gelijkheid in opleiding, werk en gezin – maar dat de stereotypen die Sheehy in 1976 ontdekte (of bedacht) niet zijn verdwenen. Nu beantwoorden vrouwen aan een stereotype dat ooit bedacht werd voor mannen: een vastgelopen carrière, moeite met ouder worden, een futloos huwelijk.

Sheehy zegt niet hoe wijdverbreid de crisis is; ze schrijft in algemene termen en verwacht duidelijk van haar lezers dat ze zich

met de geïnterviewde personen identificeren. Anderen doen wél uitspraken over de omvang van de crisis. In 1967 bracht Barbara Fried het boek *The Middle-Age Crisis* uit, een klassieker op het gebied van de midlife-mythologie die veel te weinig aandacht heeft gekregen. In het voorwoord van dat boek schreef hoogleraar psychologie Morris Stein dat de crisis ‘overal’ te vinden was:

We beleven de fase allemaal op onze eigen manier. De een heeft er meer last van dan de ander, maar na afloop van deze periode hebben we ons allemaal in meerdere of mindere mate verzoend met de jaren die voor ons liggen. Het is een ‘natuurlijke’, onvermijdelijke crisis in onze ontwikkeling.¹⁸

Nog afgezien van citaten die ons angst aanjagen, wordt het beeld geschetst van een sociaal of biologisch lot. Wij allemaal, mannen en vrouwen, zijn voorgeprogrammeerd voor de midlifecrisis, en de vraag is niet óf we erin belanden, maar wanneer. We kunnen dus maar beter voorbereid zijn.

Rond 1980 was het idee van een midlifecrisis overal aangeslagen en had het een stevige, prominente plaats in de populaire cultuur gekregen. Het was een concept geworden dat geen uitleg meer behoefde, een onderwerp waar wrange grapjes en veelbetekenende opmerkingen over werden gemaakt. Als je zelf geen midlifecrisis had, kon je erover lezen in talloze romans, van *Een incident* van Joseph Heller tot *De zomer voor het donker* van Doris Lessing.¹⁹ Er bestond zelfs een gezelschapsspel: *Mid-Life Crisis*, op de markt gebracht in 1982. Daarbij kiezen spelers of ze stabiliteit nastreven, rijkdom vergaren en met hun stress leren omgaan of verklaren dat ze in een midlifecrisis verkeren, waardoor ze halsoverkop in een faillissement, een echtscheiding en een zenuwinzinking belanden.

Tot zover het beeld. Hoe zat het in werkelijkheid? Eerlijk gezegd is dat niet zo makkelijk te achterhalen. We hadden de studies van Levinson, Gould en Sheehy, maar bijna geen systematische data. Als je mensen interviewt, kun je heel makkelijk anekdotisch bewijs verzamelen, maar dat is nauwelijks wetenschappelijk te noemen, en het beeld wordt ongetwijfeld vervormd door de begrijpelijke neiging van mensen om zich in sociaal wenselijke termen uit te drukken. Het concept van de midlifecrisis wordt aangereikt, het is een instrument waarmee mensen anderen kunnen begrijpen en zichzelf aan anderen kunnen beschrijven, en het is een instrument dat vooral heel aantrekkelijk is omdat het een prachtig excuus is voor gedrag dat anders nooit zou worden getolereerd. Wat verwacht je dan van me? Ik zit in een midlifecrisis!

De belangrijkste vraagtekens bij de status quo ontstonden in 1989, toen het MacArthur Foundation's Research Network on Successful Midlife Development werd opgericht, onder leiding van sociaal psycholoog Orville Gilbert Brim. Het netwerk stelde een team van dertien onderzoekers samen, afkomstig uit verschillende disciplines: psychologie, sociologie, antropologie en geneeskunde. Het belangrijkste werk van de stichting, een groots onderzoek dat de naam MIDUS (Midlife in the United States) kreeg, werd voor het merendeel in 1995 uitgevoerd. MIDUS onderzocht meer dan zeventuizend proefpersonen tussen de vijftientwintig en de vierenzeventig jaar, die allemaal een telefonisch vraaggesprek van drie kwartier ondergingen en een twee uur durende vragenlijst invulden. Het onderzoeksinstrument waarmee de data werden geanalyseerd, bestond uit meer dan elfhonderd onderdelen. Het was een zeer grootschalig onderzoek. En ondanks een paar banale, uiterst voorspelbare uitkomsten – er stond bijvoorbeeld in dat mensen van middelbare leeftijd hun

gezondheid een lager cijfer geven dan jongere volwassenen. Wie had dat gedacht? – veranderde het MIDUS-onderzoek de orthodoxe sociaalwetenschappelijke ideeën radicaal. Het resultaat was dat het concept van de midlifecrisis rond het jaar 2000, toen het vijfendertig jaar oud was, een midlifecrisis beleefde.

Wat was de uitkomst van MIDUS? In de bundel *How Healthy Are We?*, die in 2004 werd uitgebracht onder redactie van Brim en zijn collega's Carol Ryff (net als Brim hoogleraar psychologie) en Ronald Kessler (hoogleraar Health Care Policy aan de Harvard Medical School), werden de resultaten zorgvuldig samengevat, en het beeld dat naar voren komt is gunstig: 'We ontdekten vooral een positieve kijk op het ouder worden: oudere volwassenen gaven vaak aan dat ze positief in het leven stonden, en vergeleken met jongeren en volwassenen van middelbare leeftijd kwamen er niet veel negatieve emoties voor.'²⁰ En het werd nog beter: 'Er was juist geen link te vinden met zware depressies; oudere volwassenen leken minder last te hebben van deze aandoening.'²¹ Het verhaal lijkt te wijzen op stabiliteit of verbetering vanaf de jonge jaren tot de middelbare leeftijd en daarna. Toen de resultaten in 1999 voor het eerst werden gepubliceerd, bracht *The Washington Post* een speciaal katern uit met de titel 'Midlife zonder de crisis'. Een kop in *The New York Times* luidde 'Conclusie nieuw onderzoek: middelbare leeftijd is bloeiperiode'.

Sociologe Elaine Wethington van de Cornell University leidde een vervolgonderzoek onder 724 van de oorspronkelijke deelnemers. Daarbij werd vooral gekeken naar psychologische keerpunten. Slechts zesentwintig procent van de veertigplussers vertelde een midlifecrisis te hebben gehad, waarbij het aantal mannen ongeveer even groot was als het aantal vrouwen.²² Dat is nauwelijks wijdverbreid of alomtegenwoordig te noemen, en zelfs dat getal van zesentwintig procent bleek misleidend te zijn.

Uit een vervolganalyse bleek dat de mensen die de vragenlijst hadden ingevuld een zeer rekbare definitie van de midlifecrisis hanteerden en de term toepasten op elke moeilijke periode in de betreffende jaren. Met andere woorden: als je van middelbare leeftijd bent, gebeuren er nu eenmaal heftige dingen met betrekking tot je kinderen, je ouders, je werk of je gezondheid. Als je dat een midlifecrisis noemt, alleen omdat die term beschikbaar is, beleeft ongeveer een kwart van alle Amerikanen een midlifecrisis. Maar misschien heeft zo'n moeilijke periode helemaal niets te maken met het besef dat we sterfelijk zijn, met de eindigheid van het leven, spijt over het verleden, gemiste kansen of gefnuikte ambities – laat staan onze kalenderleeftijd.

Andere studies leken het oordeel van MIDUS te ondersteunen. In 2001 verscheen de dikke pil *Handbook of Midlife Development*, onder redactie van Margie Lachman, hoogleraar psychologie aan de Brandeis University. Volgens een essay in het handboek blijkt dat 'onderzoeken gewoonlijk aantonen dat mensen van middelbare leeftijd minder psychologische klachten vertonen, gelukkiger zijn in hun huwelijk en in het leven in het algemeen, tevredener zijn over hun kennis dan jongere mensen, en over het algemeen een redelijk goede gezondheid hebben'.²³ In een ander essay vinden we: 'Een van de intrigerendste raadsels van de levenslooppsychologie is de mythe van de midlifecrisis'.²⁴ Er werd een nieuwe consensus gevormd, een nieuw beeld van de middelbare leeftijd als periode van competentie en persoonlijke groei, in plaats van onzekerheid of achteruitgang. In 2010 nam Susan Krauss Whitbourne, een scherpzinnige critica van het stereotype dat in de jaren zeventig van de vorige eeuw bestond, in haar boek *The Search for Fulfillment* een hele sectie op over 'de mythe van de midlifecrisis'. Ze baseerde zich voor een deel op een longitudinaal onderzoek naar driehonderdvijftig studenten

van de University of Rochester in het noorden van de staat New York.²⁵

Tot op zekere hoogte was het verzet tegen de midlifecrisis een overreactie op een karikatuur. De term kan vreselijk negatief klinken: een rampzalige crisis. En er waren aanwijzingen dat de crisis helemaal niet zo alomtegenwoordig was als Morris Stein in het genoemde citaat beweert. De ontdekkingen die kort voor het jaar 2000 werden gedaan, leken een wijdverbreid trauma beslist tegen te spreken. Maar de midlifecrisis werd nooit gezien als iets wat alleen maar slecht was, zelfs niet door de mensen die verantwoordelijk waren geweest voor de omschrijving. Vanaf het begin had Elliott Jaques de midlifecrisis in verband gebracht met transformatie en een creatieve hergeboorte. Zijn essay was een correctie op van *American Nervousness* van George Miller Beard uit 1881, waarin wordt gesteld dat 'neurasthenie' een aandoening is van de ontwikkelde klassen en dat de artistieke productie vanaf de leeftijd van negenendertig jaar snel afneemt.²⁶ Net als Jaques zag Sheehy in de middelbare leeftijd potentie voor positieve veranderingen. Ze definieerden de crisis geen van beiden als een puur biologisch fenomeen dat enkel door leeftijd wordt getriggerd, in plaats van als iets wat door de veranderende omstandigheden van de middelbare leeftijd kan ontstaan. En ze beweerden ook niet dat het verschijnsel universeel was, of universeel moest zijn om daadwerkelijk te bestaan. Een crisis die, laten we zeggen, tien procent van de volwassenen tussen de veertig en de zestig jaar treft, is al de moeite waard om over na te denken.

Maar het lijdt geen twijfel dat de midlifecrisis in sociaalwetenschappelijke zin de wind niet meer in de zeilen had. Wetenschappers konden de crisis nu beschouwen als een *urban legend*, een populair verzinsel in plaats van een psychologisch feit. Als het concept op zijn middelbare leeftijd wilde floreren, zou het

zichzelf moeten heruitvinden, zijn psychologische partner moeten verlaten en van carrière moeten wisselen. En dat is precies wat er is gebeurd. Omdat het concept van de midlifecrisis een nieuwe start nodig had, richtte het zich op iets nieuws: de economische aspecten van ons welzijn.

Het leven begint op je veertigste

Vroeger richtte de ontwikkelingseconomie zich bijna volledig op het bruto nationaal product, maar inmiddels kijken nationale regeringen, de Verenigde Naties en de Wereldbank naar veel bredere maatstelsels. Dit is niet de plek om ons met die (overigens interessante) verschuiving bezig te houden, maar vanuit ons perspectief is het wel zinvol om het werk te belichten van Amartya Sen, econoom en filosoof aan Harvard. In de jaren tachtig van de vorige eeuw leidde zijn werk ertoe dat het UN Development Program gebruik ging maken van de Human Development Index (HDI). Sen vond het belangrijk dat er niet alleen werd gekeken naar producten, maar ook naar vermogen, de resultaten van menselijk potentieel. De HDI, die voor het eerst naar buiten werd gebracht in 1990, is een eerste poging om dat idee verder uit te werken. Het bnp, maar ook de levensverwachting en het opleidingsniveau van de bevolking werden per land in één cijfer uitgedrukt. Tijdens de twee decennia daarna ontstond er een explosie van werk op het gebied van economische welzijnsaspecten. In allerlei sociale en demografische contexten werd onderzoek gedaan naar kortstondig geluk en algehele tevredenheid. De economie hield zich niet langer alleen met rijkdom bezig.

Met name één studie veranderde het lot, en misschien wel de betekenis, van de midlifecrisis. In 2008 publiceerden economen

David Blanchflower van het Dartmouth College en Andrew Oswald van de University of Warwick een artikel, 'Is Well-Being U-Shaped over the Life Cycle?'²⁷ Ze baseerden zich op onderzoeken waarin aan volwassenen van verschillende leeftijden werd gevraagd: 'Als u alles in overweging neemt, hoe tevreden bent u dan op dit punt met uw leven?' Blanchflower en Oswald hielden bij de resultaten rekening met inkomen, huwelijkse staat en werk, en concludeerden dat het geluksgevoel in het menselijk leven de curve volgt van een ondiepe U. De hoogste punten zien we bij jongvolwassenen en bij mensen op leeftijd, en het dieptepunt ligt gemiddeld op de leeftijd van zesenvestig jaar. Het patroon deed zich voor in tweeënzeventig landen over de hele wereld, zowel bij mannen als bij vrouwen, en een regressieanalyse toonde aan dat de uitslagen niet verklaard konden worden door ouderschapsstress. De U-curve was overal aanwezig, stond als een huis en was psychologisch aantoonbaar. Op zijn drieënveertigste werd het concept van de midlifecrisis nieuw leven in geblazen.

De studie bood nog plaats voor scepsis. Een transversaal snapshot geeft ruimte aan een 'cohort-uitleg', waarin de U-curve niet wordt verklaard aan de hand van leeftijd en de bijbehorende effecten, maar aan de hand van de soortgelijke levens van mensen die rond dezelfde tijd zijn geboren. Je zou bijvoorbeeld kunnen speculeren dat de midlifecrisis van de jaren zestig niet werden veroorzaakt door de middelbare leeftijd, maar door het feit dat die middelbare leeftijd werd bereikt in het oog van een tegenculturele orkaan waarin de mensen zich niet thuis voelden. De hedendaagse crises worden beïnvloed door een groeiende ongelijkheid, de recessie en een krimpende arbeidsmarkt. De sociale context is niet uit te vlakken. Maar Blanchflower en Oswald hielden daar al rekening mee, en de U-curve wordt bevestigd

door longitudinale onderzoeken, die dezelfde proefpersonen jaar na jaar volgen.²⁸ De U-curve wordt niet gevormd door verschillen in geboortedata of de toestand in de maatschappij, maar door wat er met ons gebeurt als we ouder worden.

Op een bepaalde manier wordt die conclusie op een uiterst bizarre manier bevestigd door een onderzoek naar mensapen, dat in 2012 is gepubliceerd.²⁹ Onderzoekers vroegen aan verzorgers, vrijwilligers en oppassers in dierentuinen om de stemming, de sociale tevredenheid en de bereikte doelen te beoordelen van twee groepen chimpansees en een groep orang-oetans, die allemaal van verschillende leeftijden waren. Een erg grappige, verrassende vraag was of de observeerders zich in hun studieobjecten wilden verplaatsen en konden aangeven hoe gelukkig zij zouden zijn als ze een week lang in de huid van de aap zouden zitten. (Waarschijnlijk zouden ze vooral in paniek raken bij het ontwaaken in het lichaam van een primate!) Hoewel het voor de observeerders natuurlijk moeilijk was om dergelijke vragen te beantwoorden, leken de consistente resultaten te suggereren dat de data niet subjectief zijn. Ook als de primatologen rekening hielden met de verschillen tussen de seksen en de individuen, zagen ze dat de tevredenheidscurve gedurende het leven van de primaten de vorm beschrijft van een ondiepe U.

Misschien wel het opvallendste aan het artikel, dat werd gepubliceerd in de *Proceedings of the National Academy of Sciences*, is de titel: 'Evidence for a Midlife Crisis in Great Apes Consistent with the U-shape in Human Well-Being' (Bewijzen voor midlife-crisis onder primaten consistent met U-vorm bij menselijk welzijn). Het zal niemand verrassen dat de opgeblazen retoriek werd herhaald in de media, van de *National Geographic* tot aan de BBC en in praktisch elke grote krant: 'Mensapen kennen ook midlife-crises.' Volgens deze nieuwe interpretatie is de midlifecrisis een

voorspelbare dip in ons levensgeluk, die optreedt rond de middelbare leeftijd en niets te maken heeft met de verwarrende levensangst uit het oorspronkelijke verhaal.

Dat is de manier waarop we in de komende hoofdstukken naar de midlifecrisis zullen kijken. Het is een fase die rond de middelbare leeftijd optreedt en waarin we relatief ongelukkig zijn. Tegelijkertijd is de u-curve niet zonder betekenis voor extremere omstandigheden. Als ons levensgeluk gemiddeld een dieptepunt bereikt als we zesenvestig jaar zijn, valt te verwachten dat emotionele problemen rond die leeftijd een hoogtepunt bereiken. Dat is ook wat Blanchflower en Oswald tegenkwamen. Toen ze een UK Labor Force Survey onderzochten op depressies en stressklachten ontdekten ze dat die bij mensen van rond de vijfenveertig jaar ongeveer vier keer zo vaak voorkwamen als bij tieners, en drie keer zo vaak als bij ouderen. De kansen op een inzinking zijn op de middelbare leeftijd aanzienlijk groter dan anders, ook al valt het bij de meerderheid van de mensen wel mee.

Ook de meest voorzichtige pogingen om de u-curve te verklaren roepen het traditionele stereotype op. Het onderzoek dat het meest te denken geeft, is dat van de Duitse econoom Hannes Schwandt. Hij bestudeerde longitudinale data van drieëntwintigduizend mensen van tussen de zeventien en de vijfentachtig jaar, die werden gevolgd tussen 1991 en 2004. De proefpersonen kregen de vraag hoe gelukkig ze op een bepaald moment waren en hoe gelukkig ze over vijf jaar verwachtten te zijn. Schwandt ontdekte dat jongere mensen hun toekomstige geluksniveau vaak overschatten, en dat mensen van middelbare leeftijd de ouderdom vaak onderschatten. De middelbare leeftijd wordt consequent als erger ervaren dan gedacht, en tegelijkertijd neemt de hoop voor de toekomst af. Dat is de reden voor het treurige dieptepunt van de u-curve.