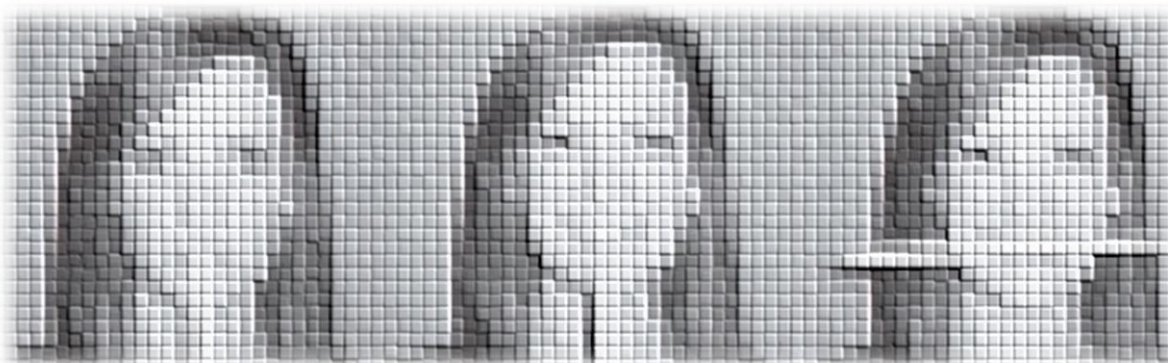
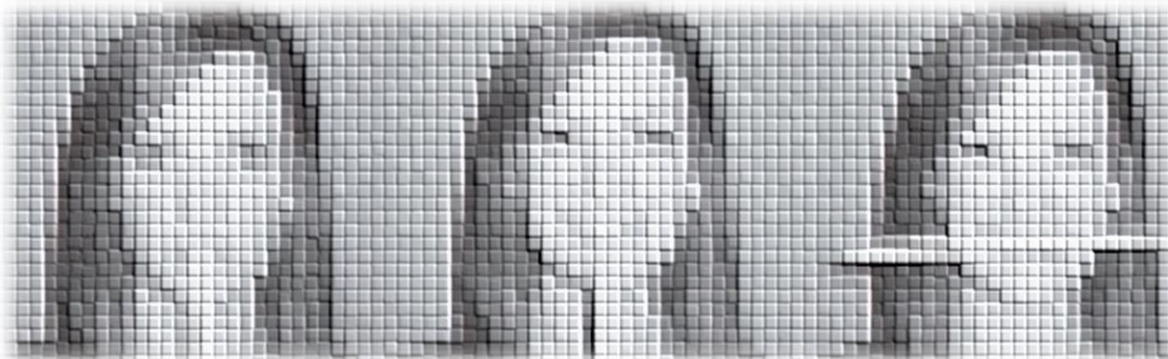
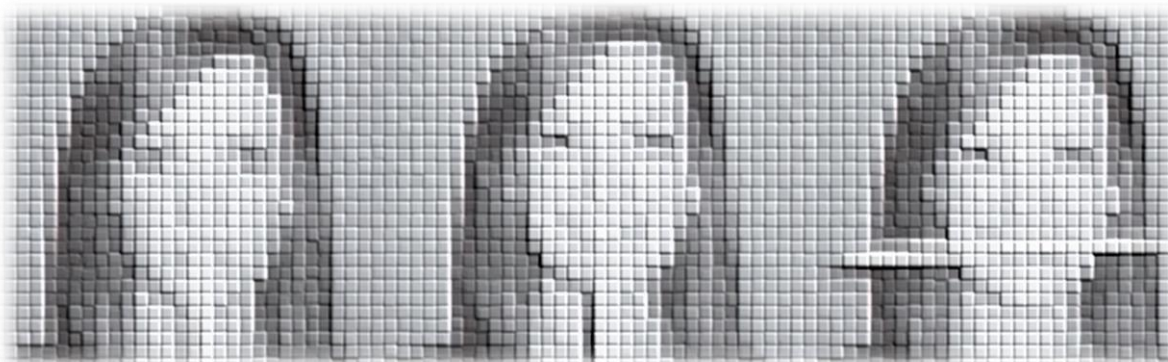


Lycka för fler

Kan ett samhälle med mer fokus på lycka öka människors välbefinnande?



What I used to be will pass away and then you'll see.
That all I want now is happiness for you and me.

Happiness
Elliot Smith

Förord

Forskningen om subjektivt välbefinnande eller lycka är nu så etablerad att det är möjligt att se hur dess insikter efterhand och successivt kommer kunna användas vid utformning av praktisk politik. Lyckoforskningen ger nya kunskaper om vad som verkligen betyder något för människors välbefinnande. Den ger svar med en bred uppsättning faktorer från olika dimensioner av människors liv. Den ger också fascinerande inblickar i hur människors lycka är beroende av den omgivning de befinner sig i, av förväntningar och hur människor vänjer sig och anpassar sig till nya förhållanden. Lyckoforskningens utgångspunkt är människors egen uppfattning om sina liv. Den kompletterar och utvecklar därmed de modeller för samhällsutveckling med koppling till välbefinnande och lycka som dominerar i dag där mänskligt beteende respektive mänskliga förmågor står i centrum.

Men det är en lång väg att gå. Trots omfattande forskning är exemplen på en mer samlad politisk ansats med subjektivt välbefinnande i centrum få. Exempel där resultaten används för att prioritera särskilda frågor och insatser är något fler. Att mäta lyckan i befolkningen och att relatera den till olika förhållanden i livet, levnadssätt och rambetingelser i samhället är vanligare. Internationella organisationer som FN, OECD och EU har subjektivt välbefinnande som en allt viktigare punkt på sina agendor. Det gäller numer också de flesta länder, under senare år även Sverige.

Västra Götalandsregionen bildades vid årsskiftet 1998/99. Visionen för regionen och för Västra Götaland har sedan dess och därmed i snart 20 år varit Det goda livet. I Västra Götaland finns dessutom en för en region i Europa unik kunskap om hur invånarna ser på sina liv, på samhället och om levnadsförhållanden och levnadssätt. SOM-institutet vid Göteborgs Universitet ställer varje år frågor till ett brett urval invånare i Västra Götaland i samarbete med regionen och andra aktörer. Fakta om hur lyckliga eller nöjda invånarna i Västra Götaland är med sina liv och vad det kan tänkas bero på har under det senaste decenniet också börjat användas allt mer aktivt som underlag för diskussioner om politiska prioriteringar. Det årliga budgetunderlaget för vad som är en av Nordens största arbetsgivare inleds med en analys av hur Västra Götaland utvecklas i ett invånarperspektiv. Här är frågan om invånarnas lycka central, liksom frågan om i vilken mån utveckling är socialt, ekonomiskt och miljömässigt hållbar.

Rapporten har tagits fram av Västra Götalandsregionen i samarbete med SOM-institutet och med stöd av Mistra Urban Futures. En referensgrupp med lyckoforskare från olika discipliner och regionala politiker har bidragit med synpunkter i inledningen. Tomas Ekberg, Chefanalytiker vid Västra Götalandsregionen, har skrivit rapporten och är ansvarig för innehåll och slutsatser.

Modellering och beräkningar har gjorts av Klara Wärnlöf Bové, undersökningsledare vid SOM-institutet. Jessica Alghed vid Mistra Urban Futures och som konsult har bidragit med struktur och genomgången av processer, praktiska exempel och text i del tre och fyra. Vi som arbetat med studien vill rikta ett särskilt tack till Birgitta Losman, ordförande i regionutvecklingsnämnden i Västra Götalandsregionen 2010-2018 som tidigt såg betydelsen av detta perspektiv på utveckling samt till Jörgen Larsson Chalmers, Kristina Jonäng nuvarande ordförande i regionutvecklingsnämnden Västra Götalandsregionen samt Annika Bergström SOM-institutet och Göteborgs Universitet.

Den inledande delen av rapporten innehåller en koncentrerad men relativt omfattande genomgång av lyckoforskningens utgångspunkter, relevans, förklaringsmodeller och huvudsakliga resultat. Del

två beskriver hur nöjda invånarna i Västra Götaland är med sina liv och analyserar hur det samvarierar med deras levnadsförhållanden och levnadssätt och på hur de ser på samhälle och samhällsutvecklingen i stort. Analysen baseras på ovan nämnda enkätdata från SOM-institutet. Tre angreppssätt/perspektiv används. Invånarnas lycka relateras till deras syn på det egna vardagslivet, till deras långsiktiga levnadsförhållanden och till hur aktiva de är och vilka aktiviteter de gör på sin fritid. Med bas i resultaten i dessa analyser tas en huvudmodell fram som används för en fördjupning kring hur resultaten skiljer sig för olika grupper i samhället. Särskilda fördjupningar görs dessutom kring frågor som berör arbete, arbetsmarknad, inkomster och framtidstro. Del tre innehåller en översikt av lyckoforskningens genomslag och av ett antal praktiska tillämpningar i ett internationellt perspektiv. Varje del avslutas med en sammanfattning.

I del fyra sammanfattas studiens resultat och slutsatser i sin helhet varefter rapporten avslutas med ett antal rekommendationer för fortsatt arbete i ett svenskt och västsvenskt perspektiv. Fokus i den senare delen ligger på att beskriva frågor som på sikt kan göra det möjligt att låta invånarnas egen syn på sitt välbefinnande bli ledstjärna för samhällets utveckling och för offentliga satsningar i Västra Götaland och Sverige. Men också på att uppmärksamma resultat och exempel på insatser som skulle kunna genomföras redan nu. Rekommendationerna är på fyra nivåer 1) Hur kan vi ge lycka en större roll i tankarna om hur samhället ska utvecklas? 2) Hur kan vi rusta individer att göra val och leva sina liv på ett sätt som ger bra förutsättningar för dem att vara nöjda med livet? 3) På vilket sätt kan strukturer i samhället påverkas så att de bättre möjliggör för människor att leva lyckliga liv? och 4) Vilka rekommendationer kan lyckoforskningen sägas ge till människor på ett mer individuellt plan?

En del av resultaten och därmed förslagen kan uppfattas som kontroversiella eller politiska. Och det är väl vad detta handlar om. Lyckoforskningen ger inte sällan resultat som ligger lite vid sidan av huvudtrenderna i dagens samhällsdebatt. En debatt som domineras av ekonomiska behov. Lyckoforskningen bidrar med nya perspektiv och ingångar. Att propagera för utbildning för bildningens skull och för ett bra liv, och inte primärt för näringslivets eller det offentligas behov av arbetskraft kan vara en sådan. Att se klara mänskliga skäl för successivt minskad arbetstid en annan.

Vi är samtidigt medvetna om att Sverige och de andra Nordiska länderna har invånare som i snitt är bland de som är mest nöjda med sina liv av alla länder i världen. Och det gäller vad vi sett hittills även migranter till våra länder. Det finns ingen anledning att laga det som inte är trasigt. Ett väl avvägt underhåll lär dock inte skada. Här kan lyckoforskningens resultat spela en viktig roll för vad som prioriteras och hur åtgärder och insatser formuleras. Ökad kunskap i fler och bredare kretsar är också nödvändigt om användningen av forskningen och dess resultat ska ta nästa steg och på allvar kunna påverka inriktningen på och utformningen av framtidens samhälle. Lyckoforskningen behöver flytta från kvällstidningarnas livsstilssidor in i beslutsrummen. Vår förhoppning är att denna rapport ska bidra till det.

Västergötland, hösten 2018

Helena L Nilsson

Regionutvecklingsdirektör

Västra Götalandsregionen

Mats Granér

Chef Samhällsanalys

Västra Götalandsregionen

Tomas Ekberg

Chefanalytiker

Västra Götalandsregionen

Innehåll

Förord	3
Inledning	8
Syfte, utgångspunkter, innehåll	8
Underlag och deltagare	10
Del 1 Lyckoforskningen och dess resultat – en översikt	11
1.1. Lycka som ett meningsfullt mål – Meningen med livet?.....	11
1.2. Olika lyckobegrepp och frågan om att mäta människors lycka	13
1.3. Vad gör människor nöjda för stunden? Ju mer vi är tillsammans ju gladare vi blir	16
1.4. Vad avgör människors långsiktiga välbefinnande?	17
1.5. Hur förändras lyckan över tid? - Sociala jämförelser, anpassning och förväntningar	21
1.6. Sammanfattning – Lyckoforskningen och dess resultat.....	27
Del 2 – Vad gör invånarna i Västra Götaland lyckliga?	29
2.1. Modell och perspektiv för att diskutera samvariation mellan levnadsförhållanden, levnadssätt, rambetingelser och lycka	29
2.2. Hur nöjda med livet är invånarna i Västra Götaland?	32
2.3. Perspektiv 1 - Vardagslivets betydelse för synen på det egna livet.....	37
2.4. Perspektiv 2 - Långsiktiga levnadsförhållanden, rambetingelser och lycka	39
2.4. Perspektiv 3 – Levnadssätt: Vanor, aktiviteter, engagemang och välbefinnande	42
2.5. Huvudmodell - Levnadsförhållanden, levnadssätt, rambetingelser och lycka.....	44
2.6. Olika frågor gör olika stor skillnad för olika grupper i samhället	48
2.7. Fördjupning 1 - Hur fungerar arbetslivet och hur påverkar det lyckan?.....	56
2.8. Fördjupning 2 – Pendling till arbete och studier	64
2.9. Fördjupning 3 - Inkomster, ekonomiska resurser, ekonomisk utveckling och lycka.....	68
2.10. Sammanfattning – Lycka i Västra Götaland.....	73
Del 3 Lyckopolitik i praktiken	80
3.1 Det en mäter blir gjort.....	80
3.2 Från mål till policyförslag	83
3.3 Från ord till handling – några konkreta exempel	84
3.4 Sammanfattning – Lyckopolitik i praktiken	89
Del 4 Sammanfattning, slutsatser, rekommendationer	90
Sammanfattning och slutsatser.....	90
Rekommendationer för fortsatt arbete i Västra Götaland och Sverige	100

Fortsatta analyser och sluddiskussion	105
Litteratur	107

Appendix 1 – Medelvärden

Appendix 2 – Beräkningsresultat

Figurförteckning

Figur 1 Olika aspekter av livstillfredsställelse, Västra Götaland 2013, %.....	14
Figur 2 Genomsnittligt nöje respektive meningsfullhet, aktiviteter, skala 0-6	16
Figur 3 Övergripande modell – förhållanden som påverkar livstillfredsställelse.....	17
Figur 4 Schematisk bild av påverkan på lycka av personlighet och värderingar	18
Figur 5 Lycka i USA, 1946-2008, medelvärde	22
Figur 6 Förväntningar och anpassning, Avvikelse från "normallycka" före och efter olika skeenden i livet, män och kvinnor, medelvärde.....	23
Figur 7 Förklaringsmodell - faktorer som påverkar livstillfredsställelse	29
Figur 8 Hur nöjda är invånarna i Västra Götaland med sitt liv, 2000-2014, %	32
Figur 9 Lycka - Medelvärden för kön, utbildning, ålder, arbete, civilstånd (kontrollvariabler)	33
Figur 10 Nöjda med livet efter ålder 2004 respektive 2014, medelvärde, %.....	34
Figur 11 Ingående variabler och faktorer i perspektiv 1 – Vardagslivets betydelse för lycka.....	37
Figur 12 Hur har ditt liv varit den senaste veckan? Meningsfullhet, självständighet, delaktighet, % ..	38
Figur 13 Vardagsliv – Faktorer med betydelse för invånarnas lycka – a/Samtliga, b/Arbetslösa.....	39
Figur 14 Ingående variabler och faktorer i perspektiv 2 Långsiktiga levnadsförhållanden.....	40
Figur 15 Grundfakta i perspektiv 2 Långsiktiga livsförhållanden – Hälsa och ekonomiska resurser	40
Figur 16 Grundfakta i perspektiv 2 Långsiktiga livsförhållanden – Tillit/påverkan på politiska beslut. 41	
Figur 17 Långsiktiga levnadsförhållanden – Faktorer med betydelse för lycka, Samtliga/Arbetslösa..	42
Figur 18 Ingående faktorer i perspektiv 3 – Levnadssätt	43
Figur 19 Vanor, aktiviteter och engagemang bland invånarna i Västra Götaland 2014, %	43
Figur 20 Levnadssätt – Varje faktors enkla samvariation med hur nöjda invånarna är med livet, % ..	44
Figur 21 Ingående faktorer och indikatorer i huvudmodell – Livet i sin helhet	45
Figur 22 Livet i sin helhet (Huvudmodell) – Faktorer med betydelse för invånarnas lycka	46
Figur 23 Vad gör kvinnor respektive män mer eller mindre lyckliga?.....	49
Figur 24 Vad påverkar arbetslösas lycka mest?	50
Figur 25 Vad är viktigast för att ensamstående ska vara lyckliga?.....	51
Figur 26 Invånarna i Västra Götaland fördelade på olika ortstyper, %	53
Figur 27 Vad gör mest skillnad för unga vuxnas lycka?.....	55
Figur 28 Ingående variabler och faktorer i analysen av arbete, arbetsliv, arbetsmarknad och lycka...	57
Figur 29 Hur viktigt är arbete och hur nöjda är de som arbetar med sitt arbete	57
Figur 30 Normal arbetstid och önskan om att arbeta fler eller färre timmar, %	58
Figur 31 Andel som vill arbeta färre, samma eller fler timmar, funktion av arbetade timmar, %.....	58
Figur 32 Andel som anser att de har tillräcklig kompetens respektive överkvalificerade i sitt jobb, % 59	
Figur 33 Andel som vill byta arbete respektive har svårt att hitta ett arbete där de bor, %	60
Figur 34 Arbetet som stor del av identitet respektive upplevd risk att bli arbetslösa inom ett år, % ..	61
Figur 35 Hur allvarliga bedömer du följande konsekvenser av att vara arbetslös för dig själv? %.....	61
Figur 36 Andel som anger att de kan välja var de utför arbetet, %	62

Figur 37 Vilka faktorer i arbetsliv/på arbetsmarknaden betyder mest för lyckan för de som jobbar?	63
Figur 38 Vad påverkar lyckan mest för de som arbetar?	64
Figur 39 Pendlingsavstånd i kilometer och tid (minuter), %	64
Figur 40 Pendlingstider för olika färdmedel och olika avstånd, kilometer och minuter	66
Figur 41 Pendlingssätt, Pendlare till arbete eller studier i Västra Götaland 2014, %	67
Figur 42 Bedömning av hur det fungerar att köra bil respektive åka kollektivt, samtliga invånare, %	67
Figur 43 Hur samvarierar pendling och lycka?	68
Figur 44 Egen månadsinkomst före skatt, tusental kronor	69
Figur 45 Sammanlagd inkomst per hushåll per år före skatt, tusental kronor	69
Figur 46 Hur ser invånarna på hushållets ekonomiska resurser, totalt (%) samt grupper (mv)	70
Figur 47 Syn på hushållets ekonomi som funktion av månadsinkomst, % resp. tusentals kronor	71
Figur 48 Hur har din egen ekonomiska situation förändrats under det senaste året respektive Hur tror du att din egen ekonomiska situation kommer förändras under det kommande året? %	71
Figur 49 Hur samvarierar inkomst och ekonomiska faktorer med lycka?.....	72

Tabeller

Tabell 1 Vad är viktigast för lycka? Västra Götaland samt generellt.....	48
Tabell 2 Pendlingslängd och pendlingstider 2014, %	65

Lycka för fler

Kan ett samhälle med mer fokus på lycka öka människors välbefinnande?

Inledning

Vad får människor att vara långsiktigt nöjda med sina liv? Vad karakteriserar ett samhälle där många får chansen att ha det bra? Hur kan politiska beslut få en inriktning som gör det möjligt för fler att vara lyckliga? Och hur kan invånarna själva välja att leva för att ha störst chanser att leva väl? Svaren på dessa frågor hämtas nu allt oftare i vad som kommit att kallas lyckoforskning. Ett brett forskningsfält som utgår från människors egen uppfattning om sina liv och som i svenskt språkbruk traditionellt handlar mer om välbefinnande och att vara nöjd med livet än om lycka.

Västra Götalandsregionen har sedan regionen bildades 1998/99 haft "Det goda livet" som vision. Frågan om hur den lokala och regionala politiken ska formas för att på bästa sätt bidra till att fler människor får förutsättningar att vara nöjda med sina liv är därmed ständigt aktuell. SOM-institutet vid Göteborgs Universitet har dessutom varje år sedan regionen bildades genomfört en omfattande enkät till invånarna om deras vanor, attityder och levnadsförhållanden där frågan om hur nöjda invånarna är med livet ingår. Sammantaget ger det unika förutsättningar att analysera och diskutera samband mellan invånarnas lycka, deras levnadsförhållanden och vanor och samhällets utveckling. Ett antal artiklar har skrivits i SOM-institutets bok- och rapportserier med grund i dessa data men detta är den första mer omfattande analysen av hur levnadsförhållanden och levnadssätt i Västra Götaland kan kopplas till invånarnas syn på sin livstillfredsställelse eller lycka.

Syfte, utgångspunkter, innehåll

Det övergripande syftet med studien är att diskutera vad det skulle innebära om lycka och livstillfredsställelse skulle stå än tydligare i centrum för hur vi lever våra liv och för inriktningen på omvandlingen av samhället. Kan ett samhälle med mer fokus på lycka öka människors välbefinnande? Vilka frågor blir mer intressanta? Vilka blir mindre? På vilket sätt och varför? Hur ändras synsätt, tyngdpunkter och fokus jämfört med i dag? Vad är det för synsätt som styr samhällets prioriteringar idag om det inte är invånarnas upplevda välbefinnande? Hur skulle en mer lyckodrivna utvecklingspolitik kunna utformas i ett svenskt sammanhang och i Västra Götaland? Vad krävs?

Utgångspunkten tas i en genomgång av läget inom internationell lyckoforskning. Ett antal frågor diskuteras. Den första handlar om i vilken mån lycka är ett meningsfullt mål, om den går att mäta och hur. Den andra om vad som gör människor mer eller mindre nöjda med sina liv för stunden. Den tredje om människors långsiktiga livstillfredsställelse och om vad som betyder mer eller mindre för att bevara eller förändra den i grunden. Huvudintresset ligger vid faktorer som påverkar det långsiktiga välbefinnandet. Beskrivningen utgår från en modell som betonar betydelsen av levnadsförhållanden, levnadssätt och utveckling i tidiga år, för hur livet i stort ska gestalta sig. Vi konstaterar också att några av de viktigaste valen en människa gör är var en blir född och av vilka

föräldrar. Val som det inte är helt lätta att styra över och som manar till ödmjukhet inför olika livsöden. Både arv och miljö har betydande påverkan på människors upplevda välbefinnande.

Slutsatserna i forskningen diskuteras i del 2 utifrån situationen i Västra Götaland. Vad betyder mer eller mindre för hur lyckliga invånarna i Västra Götaland är? Analysen baseras på enkätdata från SOM-institutet. Olika angreppssätt används. Sambandet mellan invånarnas lycka och deras uppfattning om det egna vardagslivet, deras långsiktiga levnadsförhållanden och deras beskrivningar av vilka aktiviteter de ägnar sig åt analyseras i tre olika perspektiv. De frågor som diskuteras sträcker sig från betydelsen av personlig, ekonomisk och politisk frihet över delaktighet, hälsa, meningsfullhet, autonomi, arbete, familjeliv, relationer och värderingar till i vilken mån invånarna har ett innehållsrikt liv och en aktiv fritid. En huvudmodell tas fram från resultaten och används också i ett antal fördjupningar med koppling till arbete och arbetsmarknad, pendling och inkomster. Särskilt fokus läggs på att diskutera hur levnadsförhållanden och levnadssätt påverkar livstillfredsställelsen för olika grupper i samhället. Hur skiljer sig lyckan beroende på ålder, kön, civilstånd, utbildningsnivå, arbetssituation, yrke, boendemiljö? Vilka faktorer är mer eller mindre viktiga för olika grupper och i skilda livssituationer? Resultaten ger underlag för att diskutera synsätt och prioriteringar på ett antal områden som berör utvecklingen i samhället generellt, för olika grupper och på individnivå.

De nordiska länderna, inte minst Sverige, ses inte sällan som något av idealländer i lyckoforskningen. Många av de policyförslag som läggs fram internationellt är genomförda här. Alla nordiska länder har invånare som i snitt är nöjda med sina liv. De nordiska länderna och den nordiska samhällsmodellen beskrivs i termer av en homogen befolkning med små skillnader mellan människor och med fokus på familjen (föräldraledighet, förskolor etc). Värderna som ofta beskrivs som värda att ta efter handlar om en bättre balans mellan arbete och fritid, en betoning av självständighet och social sammanhållning, jämlikhet och jämställdhet.¹ Sverige är också, i ett internationellt perspektiv, ett land med väl fungerande demokratiska institutioner, hög tillit mellan människor och har därmed ett starkt socialt kapital. En intressant fråga är i vilken mån den svenska eller kanske nordiska samhällsmodellen gör att vissa frågor blir viktigare eller att andra frågor blir viktiga för människors välbefinnande.^{2 3}

I del 3 ges exempel på hur lyckoforskningens resultat används praktiskt i olika sammanhang. Det kan gälla allt från hur individer själva kan leva ett liv som ger bra förutsättningar för högt välbefinnande över lokal mobilisering där utgångspunkten tas i frågor om livstillfredsställelse och ett meningsfullt liv, till kostnads/effektivitetsanalyser med människors upplevda välbefinnande som måttstock.

¹ Se till exempel Anand (2016) s.106 som också uppskattar ett utbildningssystem där studenterna får ta eget ansvar, utvecklas i egen takt med fokus på lärande och inte på provresultat (sic). Layard (2011) betonar progressiv beskattning, tillgång till utbildning och en kultur som bygger på ömsesidig respekt. Ett konkret exempel är att tre av fyra elever i åldern 11-15 år i Sverige menar att de flesta andra i klassen är justa och hjälpsamma. I USA, Ryssland och England ligger värdena runt hälften. Ibid s.163

² Någon total enighet råder givetvis inte. Höga skatter på arbete och konsumtion som ger utrymme för en omfattande offentligt finansierad service och (teoretiskt sett) begränsar jakten på materiell status kan ses som hämmande för möjligheten för invånarna att utvecklas så som de själva vill. Se t.ex. Graham (2017).

³ I den ofta diskuterade analysen av sambandet mellan jämlikhet och samhällsutveckling är ett huvudresultat att det finns en samvariation mellan små inkomstskillnader i befolkningen och tillit. Nordiska länder har relativt sett små inkomstskillnader och hög tillit. (Wilkinsson, Pickett (2009)) Det finns dock forskning som visar på motsatsen eller inget samband (Fors 2012). När det gäller inkomstskillnader och lycka ser betydelsen ut att bero på förhållande i respektive land (Ngamaba 2017) samt att mindre inkomstskillnad i ett land kan göra att inkomsterna betyder mer för lyckan (Ng-Diener 2018).

Resultaten sammanfattas och diskuteras i ett policyperspektiv i del 4. Vilka frågor blir mer eller mindre viktiga när invånarnas subjektiva välbefinnande utgör utgångspunkt för politik och samhällsutveckling? Vad får ökad vikt i diskussioner om prioriteringar inom olika områden? Hur kan offentliga insatser formas så att de inte i sig bidrar till att minska människors välbefinnande? Vilka praktiska exempel kan vara värda att ta efter i ett svenskt perspektiv? Hur kan vi gemensamt öka kunskaperna och stärka lyckoforskningens roll i arbetet med att utveckla samhället i Västra Götaland och Sverige? Och – även om det inte är en huvudfråga här – hur kan var och en av oss tänka för att själva öka vårt välbefinnande? Ett förslag på frågor att prioritera och arbeta vidare med presenteras.

Underlag och deltagare

Rapporten har skrivits av Tomas Ekberg vid Västra Götalandsregionen som också är ansvarig för innehåll och slutsatser. Klara Wärnlöf Bové vid SOM-institutet har gjort modellering och beräkningar. Jessica Algehed vid Mistra Urban Futures har bidragit med underlag, struktur i de avslutande delarna.

Modeller, beräkningar och resultat redovisas genomgående med hjälp av av figurer i texten. Detta för att göra texten tillgänglig för fler. Alla beräkningsresultat finns tillgängliga och redovisade på traditionellt sätt i Appendix 2 Beräkningsresultat. Här finns också kommentarer kring beräkningar och modeller. Detta appendix har tagits fram av Klara Wärnlöf Bové. Huvuddata är från Väst-SOMs enkät 2014 vars resultat fanns tillgängliga andra halvåret 2015. För de variabler som används i analysen är förändringarna mellan år normalt sett mycket små. En genomgång av modeller och beräkningar baserade på senare data bör göras och finns som förslag i avsnittet med rekommendationer.

En grupp med lyckoforskare från olika discipliner och politiker från Västra Götalandsregionen intervjuades och träffades i inledningen av arbetet för att diskutera utgångspunkter och ingångar i frågorna. De står givetvis helt fria från slutresultatet som är en rapport från Avdelningen för Data och Analys, enheten för Samhällsanalys vid regionen. Forskare och politiker anges nedan med de arbetsplatser etc. de hade när detta projekt inleddes 2015.

Forskare

Annika Bergström, medier/kommunikation, JMG/SOM-institutet, Göteborgs Universitet
 Ameli Gamble, psykologi, Göteborgs Universitet
 Filip Fors, sociologi/lyckoforskare, Umeå Universitet
 John Holmberg, fysisk resursteori/miljösystem, Chalmers
 Olof Stenman, nationalekonomi, Göteborgs Universitet
 Jörgen Larsson, fysisk resursteori, Chalmers

Politiker från Västra Götalandsregionen

Birgitta Losman (mp), regionråd och ordförande Regionutvecklingsnämnden
 Patrik Karlsson (s) vice ordförande Regionutvecklingsnämnden
 Kristina Jonäng (c) regionråd och ordförande miljönämnden
 Claes Redberg (s) vice ordförande miljönämnden
 Olof Svensson (s) kulturnämnden
 Emmyly Bönfors (c) kulturnämnden

Ett särskilt tack går till Birgitta Losman för ett starkt stöd i inledningen och till Jörgen Larsson, Kristina Jonäng och Annika Bergström SOM-institutet för extra engagemang i genomförandet.

Del 1 Lyckoforskningen och dess resultat – en översikt

1.1. Lycka som ett meningsfullt mål – Meningen med livet?

Det avgörande skälet att ha största möjliga lycka som mål för samhällets utveckling är att det på en central punkt skiljer sig från andra mål. Det är slutgiltigt. Mål som hälsa, självständighet, frihet eller varför inte självförverkligande är givetvis viktiga men i förlängningen framförallt genom de bidrag de ger till möjligheterna att leva ett lyckligt liv.⁴ Hälsa är ett uppenbart exempel på något som är mycket viktigt, men inte som slutmål, utan som en förutsättning – ett medel – för att leva ett lyckligt liv.⁵

Att mäta människors egen subjektiva syn på hur nöjda de är med sina liv ger ett bredare och mer relevant mått på mänskligt välbefinnande än mått på inkomster, fattigdom, hälsa, utbildning och hur demokratin fungerar var för sig. På samma sätt argumenterar ett antal forskare att jämlikhet eller bristen på densamma mäts bäst genom att studera skillnader i lycka mellan invånarna i ett samhälle.⁶ Lycka som mål för samhällets utveckling förutsätter att alla invånare räknas lika mycket och att allas lycka är lika mycket värd. När det gäller policy och insatser är det rimliga därmed att söka minska lidandet för de som är mindre lyckliga än att öka lyckan till allt högre nivåer för de redan lyckliga. Mer lycka för en redan lycklig person betyder dessutom i genomsnitt mindre än mer lycka för en olycklig. Vi vet också mer om vad som gör människor genuint olyckliga. Samtidigt är det givet att kunskaper om vad som gör människor lyckliga bör användas i utvecklingen av samhället mer generellt.⁷

I en region med ”Det goda livet” som vision är frågan om lycka som mål för samhällets utveckling inte kontroversiell. Målet för den regionala utvecklingsstrategin i Västra Götaland ligger i linje med detta och är att skapa bästa möjliga förutsättningar för invånarna att utvecklas. Att kontinuerligt mäta hur invånarna ser på sitt eget välbefinnande och koppla det till vilka faktorer som är viktigast för detsamma är därmed viktigt.

På nationell nivå togs 2017 steg mot en ökad användning av subjektiva välfärdsåtgärder då regeringen i den ekonomiska vårpropositionen för första gången valde att komplettera traditionella indikatorer för utveckling som BNP med en modell med mått på hållbarhet i tre dimensioner där subjektiva mått för självskattad hälsa, nöjd med livet/subjektivt välbefinnande/lycka och mellanmänsklig tillit ingick.⁸ I Västra Götalandsregionen har en liknande modell, inspirerad av OECD, använts sedan inledningen av 2000-talet i budgetunderlaget till de politiska partierna.⁹

⁴ Layard (2011), s.112 ff

⁵ Anand (2016), s.53 menar att hur bra livet är inte heller högre upp i åldrarna bör mätas i form av hälsa. En biomedicinsk syn på livet riskerar tömma det på annat innehåll. Tanken kan exemplifieras med ett äldreboende med friska äldre, utan glädje och aktiviteter. Men hälsa, inte minst psykisk hälsa, är en viktig faktor för att leva ett lyckligt liv. Det gäller internationellt, det gäller i hög grad för invånarna i Sverige och Västra Götaland. För svenska värden se Fors (2012) s.50 ff.

⁶ Det finns forskning som tyder på att människor är lyckligare (allt annat lika) när de lever i samhällen där skillnaderna i lycka är mindre.

⁷ Layard (2011) s.122

⁸ Proposition 2016/17:100, s.32 Tabell 2.2 Väststandsindikatorer samt Bilaga 4 – Nya mått på välbefinnande.

⁹ www.vgregion.se, Se t.ex. Vision Västra Götaland, Västra Götalandsregionen 2005 för en uppräknings av faktorer samt årliga budgetunderlag från senare år för en beskrivning av utvecklingen i regionen som innefattar subjektivt välbefinnande/lycka.

Lycka som avslöjas av våra val eller förverkligas när vi har tillräckligt med förmågor

Att lyckan kan definieras och mätas är en förutsättning om den ska kunna fungera som övergripande mål för samhällets utveckling. Vi återkommer strax till detta. Först ska vi dock kort diskutera de alternativa tankesystem som i dag är de som i huvudsak används för att analysera kopplingen mellan samhällsutveckling och invånarnas välbefinnande/lycka. Det är samtidigt viktigt att hålla i minnet att invånarnas lycka är det gemensamma målet oavsett tankesystem.

Det är i dag framförallt två andra synsätt som utgör alternativ och komplement till att ha människors egen bedömning av sin lycka som utgångspunkt eller huvudsakligt mål för samhällets utveckling.¹⁰ Båda handlar om att människor gör rationella val när de väl har förutsättningar att göra det. I det ena fallet via de val och prioriteringar de gör i sin vardag (s.k. revealed preferences). Inom ekonomin kan de valen beskrivas som konsumtionsval, t.ex. mellan äpplen och päron eller mellan arbete och fritid. I det andra är det förekomsten av förmågor och/eller resurser inom ett antal områden som är det centrala och det som ger förutsättningar att leva ett lyckligt liv.¹¹ Inom både dessa områden behöver givetvis ett antal förutsättningar vara på plats. Det är t.ex. fungerande marknader och väl informerade invånare i det första fallet och någon form av jämn fördelning och frihet i det andra.

Det är givet att båda dessa perspektiv säger mycket om människors preferenser respektive om vilka förutsättningar de har att leva ett lyckligt liv. Alternativet är att fråga invånarna hur de ser på sina liv, s.k. subjektiv lycka/livstillfredsställelse. I ett traditionellt ekonomiskt perspektiv är det inte nödvändigt då människors konsumtionsval och val i övrigt visar vad de föredrar för att leva ett lyckligt liv. Det finns numer en hel del kritik mot detta synsätt. Det gäller inte minst från forskning som visar att människor inte alltid gör helt rationella val och inte heller val som leder till största möjliga lycka för dem själva. Ett typexempel är att allt för stort fokus läggs på materiell konsumtion. Människor i gemen underskattar hur snabbt de anpassar sig till nya materiella tillgångar, de prioriterar därför dessa för högt och lägger för lite tid på saker som familj, vänner och olika intressen.¹²

Vi återkommer till detta och till skälen för det. Det som är tydligt är att användningen av subjektiv lycka/livstillfredsställelse som mått gör det möjligt att analysera de (eventuella) ”misstag” människor gör när de fattar beslut. Beslut som inte leder till långsiktigt högre lycka även om de för stunden ses som rätt, och därmed är helt rationella. Kopplat till detta finns också hela diskussionen om vad valarkitektur, situationer och sammanhang betyder. En snabbt växande forskning i skärningen mellan

¹⁰ Det fanns givetvis en tid innan nyttoteorin inom ekonomin där det som antogs ge lycka var betydligt mer i samklang med dagens forskningsresultat. Det skulle dock vara att gå för långt att föra den diskussionen här. För en genomgång och diskussion av dessa frågor se till exempel Sachs, Restoring virtue ethics in the search for Happiness (2013) i Helliwell, Layard, Sachs (2015) World Happiness Report 2015

¹¹ I Sverige finns en stark tradition att se människors resurser utifrån en förutbestämd uppsättning indikatorer som det centrala för individens ”levnadsnivå” och förmåga att styra och kontrollera livet. Ett fokus på vad samhället kan göra för att ge invånarna förutsättningar och oron för att fattiga men nöjda människor finner sig i sin situation, är några förklaringar till att intresset för att ta utgångspunkt i människors egen bedömning av sitt välbefinnande varit begränsat. Se till exempel Fors (2012). Så sent som 2015 föreslog *Utredningen om mått på livskvalitet* (SOU 2015:56) att det är detta synsätt som bör gälla. I remissvaren fanns en i stort enig kritik mot detta. I Västra Götaland menade till exempel Chalmers, Göteborgs Universitet och Västra Götalandsregionen att användningen av subjektiv livstillfredsställelse kan bidra till att utveckla synen på vilka resurser som är viktiga men också att det är ett centralt mått i sig. Detta är också den slutsats som OECD och den så kallade Stiglitzrapporten kommer fram till (Stiglitz et al 2009). Se också Helliwell (2016) nedan.

¹² Frey s8

ekonomi och psykologi får allt större uppmärksamhet och betydelse för hur vi ser på de val människor faktiskt gör.¹³

Det råder heller ingen tvekan om att det är viktigt att reda ut vilka förmågor/mänskliga resurser människor har och som går att realisera i ett bra liv. Det är samtidigt rimligt att tänka sig att större tillgång till dessa förmågor eller resurser skulle ge större lycka bland reflekterande och tänkande individer.¹⁴ Det verkar lika rimligt att koppla definitionen av vilka förmågor/resurser som är de mest centrala till vad som i praktiken visar sig ge människor lycka och välbefinnande.

Det finns dessutom flera andra skäl att ha subjektiv lycka som övergripande mål för samhällsutveckling. Ett är att det blir möjligt att diskutera hur *alla* typer av frågor förhåller sig till människors egen livstillfredsställelse. Det går dessutom att diskutera frågor som hur de som har allt kan vara mindre nöjda med sina liv än de som i stort sett inte har något. Det går till exempel knappast inom ramen för traditionell ekonomi.¹⁵ Det faktum att människor bryr sig om hur saker och ting fungerar och inte bara om de val som kan göras mellan olika saker understryker också lyckoforskningens relevans. Autonomi och deltagande har till exempel ett egenvärde som inte fångas av ekonomiska tillgångar eller konsumtionsval.¹⁶

1.2. Olika lyckobegrepp och frågan om att mäta människors lycka

De resonemang som förts ovan om människors egen upplevda lycka (subjektivt välbefinnande) som mål för samhällets utveckling förutsätter en definition av vilken typ av lycka som avses samt att den faktiskt går att mäta. Lycka kan vara för stunden, den kan vara mer långsiktig och handla om livstillfredsställelse i stort, men den kan också beskrivas som att leva ett meningsfullt liv.

Tre koncept eller nivåer av lycka kan alltså urskiljas.¹⁷

1. Lycka för stunden. Känslor av lycka och tillfredsställelse för stunden. Vad som inom psykologin kallas för positiva eller negativa känslor (affekt, sinnesstämningar).
2. Att generellt vara nöjd med livet. Normalt kallat livstillfredsställelse eller välbefinnande.
3. Livskvalitet som uppnås genom att utveckla och uppnå den egna (inneboende) potentialen och beskrivet som att leva det goda livet (Eudamonia).

Huvudbegreppet i denna rapport och i lyckoforskningen är lycka i form av att vara generellt lycklig eller *nöjd med livet* (punkt 2 ovan). Tekniskt sett är det varseblivet välbefinnande och speglar en rationell eller intellektuell sida av lycka.¹⁸ Det mäts i huvudsak genom frågor om hur nöjda eller lyckliga människor anser att de är med sitt liv på det hela taget. En rad olika begrepp används i litteraturen. Subjektiv livstillfredsställelse är sannolikt mest korrekt men lycka och välbefinnande används allmänt och här som om de betyder samma sak och är utbytbara mot varandra.¹⁹

¹³ Se t.ex. Kahnemann (2011), Thaler&Sunstein (2008), Sunstein (2014), Thaler (2015)

¹⁴ Helliwell (2016) om Sens capabilities approach (1990) s.149. I Bartolini et al (2016)

¹⁵ Bartolini et al (2016) Introduction

¹⁶ Ibid

¹⁷ Nettle (2005)

¹⁸ Frey (2008) s.17 ff

¹⁹ Graham (2016) i Bartolini s.96, Frey (2008) s3 Det finns en omfattande litteratur om hur olika begrepp, definitioner och operationaliseringar förhåller sig till varandra. Fokus här ligger dock inte på dessa frågor.

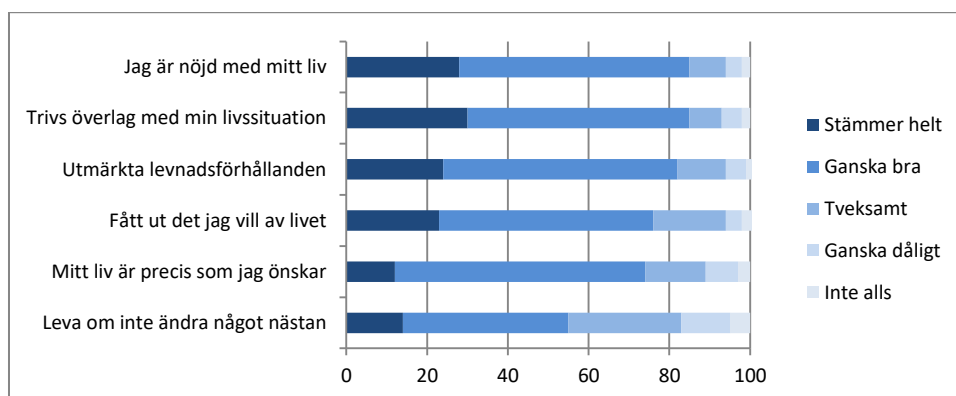
Affekt (punkt 1 ovan) handlar om känslor och sinnesstämningar. Det mäts ofta genom att fråga personer om vilka positiva och negativa känslor de har under en dag. Genom att koppla det till vilka aktiviteter de gör – och med vilka – skapas ett underlag för att diskutera vad vi skulle kunna kalla situationslycka. Det är givet att svaren ger värdefull information. Det är lika tydligt att de inte fångar hur invånarna ser på sina liv mer långsiktigt och i sin helhet. I utvecklade modeller får de som svarar inte bara ange hur lyckliga de är när de gör olika saker utan också hur meningsfulla de menar att de är. Resultaten ger då en tydligare koppling till långsiktig livstillfredsställelse och det goda livet (se exempel figur 2).

Lycka går ofta hand i hand med ett meningsfullt liv

Och så frågan om det goda livet, att leva livet på ett meningsfullt sätt, att utveckla den egna potentialen (punkt 3 ovan). Det får anses givet att ett meningsfullt lyckligt liv är ett mer meningsfullt mål än enbart ett lyckligt liv. Ett meningsfullt olyckligt liv är inte lika tilltalande. Det finns dock inte helt överraskande en stark samvariation mellan att vara nöjd med livet och att själv mena att en lever ett meningsfullt liv.

I figuren nedan visas svaren på ett antal frågor som söker ringa in människors syn på sina egna liv med koppling till lycka och livstillfredsställelse ur olika perspektiv i Västra Götaland. De tre övre frågorna besvaras i stort lika och ger en bild av invånare som inte bara är nöjda med livet utan som också i relativt hög grad menar att de trivs, att deras levnadsförhållanden är bra och att de fått ut det de vill av livet – att deras liv är meningsfulla.

Figur 1 Olika aspekter av livstillfredsställelse, Västra Götaland 2013, %



Källa: Väst SOM 2014

Våra analyser visar dessutom på ett starkt samband mellan hur lyckliga invånarna i Västra Götaland är och hur de subjektivt ser på om de gjort något meningsfullt eller lärt sig något nytt, om de kunnat bestämma över sin tid och kring hur de blivit behandlade av andra (avsnitt 2.3). Dessa frågor kan dessutom på ett övergripande plan sägas representera autonomi, kompetens och samhörighet. Autonomi, kompetens och samhörighet är samtidigt grundläggande värden för att skapa inre motivation som är en förutsättning för ett meningsfullt liv. Dessa värden stödjer därmed såväl

hedonisk (lycka som nöjd med livet i stort) som eudamonisk välbefinnande (lycka som ett meningsfullt liv) och kopplar på så sätt samman frågorna.²⁰

Mänsklig ”blomning” kan ses som ett begrepp som preciserar det meningsfulla livet. Det visar sig att det kan fångas genom att väga samman frågor om känslor, engagemang, meningsfullhet, självkänsla, optimism, relationer och motståndskraft vid förändringar. Alla dessa aspekter är också viktiga för människors lycka mer generellt. Ett index av dem visar stark korrelation med hur lyckliga människor är generellt och i vilken mån de menar att de lever ett meningsfullt liv.²¹

Lycka går att mäta och beräkna

Det samlade underlaget som talar för att lycka går att mäta på ett trovärdigt sätt är omfattande. Människor ger meningsfulla svar på hur nöjda eller lyckliga de är med sina liv. Svaren är inte slumpmässiga och de är konsistenta över tid. Människors egen syn på hur nöjda de är med sina liv har en koppling till positiva och negativa upplevelser i livet i sig.

Människors syn på sin egen lycka samvarierar dessutom med hur lyckliga vänner och bekanta uppfattar dem. Svaren visar sig också ha ett samband med hur äkta och långvariga deras genuina, så kallade Duchenne leenden, är. De som är mer nöjda med livet har högre aktivitet i de delar av hjärnan där lyckan ”bor”. Det går dessutom att med rimlig säkerhet förutsäga risken för hjärtsjukdomar om en vet hur nöjd med livet en person är.²²

Nästa fråga handlar om hur svaren på frågorna ska tolkas. I SOM-institutets årliga enkät till invånare i Västra Götaland ställs frågan om hur nöjda invånarna är med livet på det hela taget. De fyra svarsalternativen är mycket nöjd, ganska nöjd, inte särskilt nöjd, inte alls nöjd. Frågan är (något förenklat) om det går att anta att de som svarar ser svaret mycket nöjd som något mer än att vara ganska nöjd etc (ordinalskala), om det går att jämföra svar mellan olika individer och om det kan vara så att de som svarar också ser avstånden mellan de olika möjliga svaren som lika stora (kardinalskala).

Lyckoforskare ser generellt mycket positivt på möjligheterna att använda data. Om syftet inte är att jämföra nivåer av absolut lycka utan att hitta bestämningsfaktorer för lycka räcker det med att kraven på ordinalskala uppfylls. Att de är uppfyllda visas av att olika sätt att mäta subjektivt välbefinnande korrelerar med varandra och genom att måtten är relativt stabila och ändrar sig när omständigheter i livet ändras. Mätresultat i ekonometriska studier (statistiska sambandsanalyser) inom länder har dessutom upprepats och gett liknande svar så många gånger att de får anses vara tillförlitliga. Olika metoder har testas.²³

Forskarna menar dessutom att det visat sig att det inte spelar någon roll i vilken mån värdena behandlas som ordinal- eller kardinalskala när de används i ekonometriska funktioner och att avstånden i en verbal skala är ungefär detsamma för alla. Slutsatsen är att skalan kan användas som om den består av intervall av lika storlek och att det är rimligt att summera, dra ifrån, räkna ut medelvärden av lycka etc, åtminstone så länge vi befinner oss inom ett land.²⁴

²⁰ Frey (2008) s.17 ff

²¹ Layard (2011) s.250 f. Ca en av tio Européer ansågs ”blomstra” i en sammanställning av resultat 2009.

²² Powdtahvee (2010) s19 f

²³ Frey (2008) s.19 ff, Fors (2012) s.37

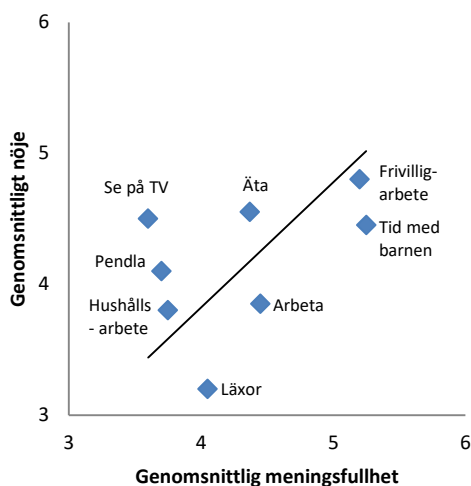
²⁴ Frey (2008) s.25 f, Powdtahvee (2010) s.29

1.3. Vad gör människor nöjda för stunden? Ju mer vi är tillsammans ju gladare vi blir

Vårt huvudintresse är vad som gör människor långsiktigt lyckliga men även frågan om vad som gör människor mer eller mindre lyckliga för stunden och hur detta kan kopplas till långsiktig lycka är intressant. Ett genomgående resultat vid studier av hur positivt eller negativt människor upplever olika aktiviteter under en dag är att allt går lättare om en är tillsammans med andra. Människan är ett sällskapsdjur. I en ofta citerad amerikansk studie av 900 arbetande kvinnor från Texas är de genomgående betydligt mer lyckliga när de är eller gör saker tillsammans med andra än när de är ensamma. Vänner, familj, partner och barn kommer högst. Att vara med kunder och medarbetare gör också olika aktiviteter mer nöjsamma. Enda undantaget från regeln i studien är umgänge med chefen. De mer sociala aktiviteterna är också de som gör kvinnorna från Texas mest lyckliga för stunden. Högst upp finner vi olika former av umgänge med andra, i mitten äta, träna och shoppa och i botten arbetsrelaterade aktiviteter som hushållsarbete, arbete och pendling.²⁵

Mer utvecklade analyser och modeller med större och mer balanserat underlag ger delvis andra resultat.²⁶ Det är fortfarande arbetsrelaterade aktiviteter som uppfattas ge minst nöje. Undantaget är frivilligarbete – att hjälpa andra – som anses ge mest nöje. När ytterligare en dimension, frågan om meningsfullhet, läggs till förändras bilden av vad som betyder mest en hel del. Frivilligarbete och tid med barnen blir mest meningsfullt tillsammans med arbete. Att titta på TV ger mycket nöje men är inte så meningsfullt. Att göra läxor är å andra sidan relativt meningsfullt men inte så kul. Aktiviteter som ger både mening och nöje är framförallt frivilligarbete och att umgås med egna barn.²⁷

Figur 2 Genomsnittligt nöje respektive meningsfullhet, aktiviteter, skala 0-6



Anm: Skala 0-6, 0=Inte alls nöjsamt/meningsfullt, 6=Väldigt nöjsamt/meningsfullt

Källa: Dolan (2014) s.32

²⁵ Kahnemann et al (2004)

²⁶ Dolan (2014) s.30 ff 13 000 amerikaner utgör underlag i studien. Liknande resultat nåddes i en studie där underlaget var 625 Tyskar. Ibid s.26 ff.

²⁷ Studien visar också att de amerikanska männen jobbade mer och såg mer på TV än de amerikanska kvinnorna vilka gjorde en timma mer hushållsarbete i genomsnitt.

Även i denna typ av analys bekräftas värdet av att umgås med andra. Både nöjet av och det meningsfulla i att göra något ökar för de flesta aktiviteter när de görs tillsammans med andra. Det gäller tydligast frivillig/föreningsarbete. Ett intressant undantag är pendling som innebär mindre nöje när det görs med andra samtidigt som det då upplevs som mer meningsfullt. Hemarbete eller läxor är roligare att göra med andra, men det blir inte längre lika meningsfullt.

Generellt ser skillnaderna ut att vara större mellan vad som bidrar till lycka respektive meningsfullhet för stunden än skillnaden mellan motsvarande frågor vid bedömning av långsiktigt subjektivt välbefinnande. I de följande avsnitten kommer vi samtidigt kunna konstatera att kopplingen till vad som gör människor långsiktigt lyckliga och lyckliga under en dag är relativt stark. Inte minst om hänsyn också tas till hur meningsfull en aktivitet är. Det är framförallt det stora värdet av sociala relationer och delaktighet som slår igenom både när det handlar om vad som är viktigt under en dag och vad som är mer generellt viktigt för människors välbefinnande.

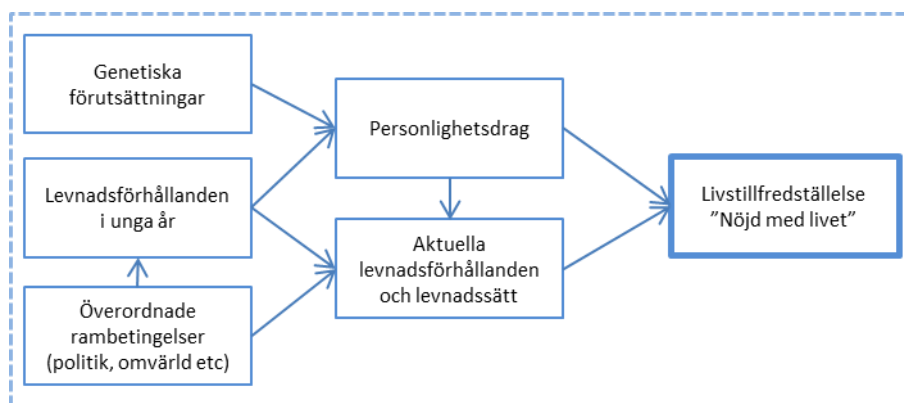
1.4. Vad avgör människors långsiktiga välbefinnande?

Huvudintresset i denna rapport kretsar kring frågan om vad som gör människor långsiktigt lyckliga eller nöjda med livet. Inom lyckoforskningen finns en betydande samsyn när det gäller vilka som är de viktigaste förutsättningarna att ta med i en modell för att diskutera dessa frågor. Bakomliggande orsaker handlar om en mix av genetiska förutsättningar, personlighetsdrag, samhälleliga ram-betingelser, levnadsförhållanden och levnadssätt (figur 3). Pilarna i figuren ger en schematisk bild av hur de olika förutsättningarna påverkar varandra och i slutändan invånarnas lycka.

Modellen skiljer mellan faktorer som är långsiktigt förankrade i människor och de som påverkas mer av omgivning och erfarenheter. Grundläggande karaktärs- och personlighetsdrag som extrovert, introvert och intelligens har genetisk bakgrund men förklaras också av levnadsförhållanden i unga år. I vuxen ålder ändrar sig dessa personlighetsdrag inte mycket. Våra erfarenheter påverkar dock hur vi ser på livet i vuxen ålder och hur vi tolkar dessa erfarenheter beror i sin tur på personlighetsdrag etc.

Fokus i den empiriska delen (del 2) ligger på frågan om kopplingen mellan levnadsförhållanden och levnadssätt för invånarna i Västra Götaland och vilket samband de har med hur lyckliga eller nöjda med livet de är. Att levnadsförhållanden i unga år har stor betydelse för hur invånarnas långsiktiga välbefinnande ska komma att utvecklas framgår tydligt i modellen. De bidrar till att forma personlighetsdrag och de påverkar framtida levnadsförhållanden och levnadssätt.

Figur 3 Övergripande modell – förhållanden som påverkar livstillfredsställelse



Källa: Köcher/Raffelhüschen (2011)

Arv och miljö

Den uppsättning gener vi har med oss spelar en stor roll för vår livstillfredsställelse. De ger vad som kan beskrivas som en genetisk ram för vilka möjligheter olika individer har att utvecklas.²⁸ De vanligaste bedömningarna pekar mot att så mycket som hälften av människors lycka eller subjektiva välbefinnande kan förklaras av de förutsättningar generna bidrar med.²⁹ De tydligaste bevisen handlar om studier av tvillingar. Enäggstvillingar är mer (men inte identiskt) lika nöjda med sina liv när de inte växer upp tillsammans än vad tvåäggstvillingar är under samma förhållanden. Vilka gener en person har är – som tidigare konstaterats – svårt att påverka.

Personlighetsdrag – Färdigheter, personlighet och värderingar

Personlighetsdrag påverkas av generna men är också påverkbara, framförallt i tidiga år och under uppväxttiden.³⁰ Barns- och ungdomars uppväxtvillkor är en huvudfråga när samhällets utveckling diskuteras med lyckoforskning som utgångspunkt. Frågorna som står i centrum för diskussionen om personlighetsdrag är för det första hur generella förutsättningar eller färdigheter för att leva ett lyckligt liv, som autonomi, kompetens, samhörighet, utvecklas under uppväxten. Den andra delen handlar om i vilken mån unga människor utvecklas i riktning mot att grunda sina liv i inre eller yttre (mer materialistiska) värden och i vilken mån de, utifrån sina förutsättningar, utvecklas till mer extroverta eller mer introverta individer.

Materialistiskt lagda personer lägger större vikt vid yttre värden som status, image, pengar. De är i genomsnitt mindre nöjda med sin liv och mer oroliga. Bevisen är omfattande. Det finns negativa kopplingar mellan materialistiska värderingar och välbefinnande dokumenterade redan från 10 års ålder och mönstret går igen i USA, Ryssland, Indien, Danmark, England, Kina, Tyskland etc.³¹ De som har fokus på inre värden, som självacceptans, har förmåga att sluta an till andra människor och skapa positiva relationer till familj och vänner samt har en känsla för samhället i stort är genomgående mer nöjda med livet.³² I vuxenlivet är de som är mer extroverta (utåtriktade/sociala) och grundar det i sina inre personliga intressen och inte i yttre bekräftelse betydligt lyckligare. De som söker yttre bekräftelse och status är mindre lyckliga.³³

Figur 4 Schematisk bild av påverkan på lycka av personlighet och värderingar

		Värderingar	
		Inre	Yttre
Personlighet	Extrovert	++	--
	Introvert	+	-

Not: Tolkning av betydelsen av personlighet och värderingar för generell livstillfredsställelse

Det bör påpekas att omfattande ansträngningar gjorts under lång tid, inte minst inom stora delar av det privata näringslivet, för att skapa en mer materialistisk värld och bidra till mer materiella

²⁸ Aroseus (2016) Arv och miljö, [www - psykologiska-perspektiv/biologiskt-perspektiv/arv-och-miljo/](http://www-psykologiska-perspektiv/biologiskt-perspektiv/arv-och-miljo/)

²⁹ Anand (2016) s.79 f

³⁰ Layard (2009)

³¹ Kasser (2005), Frey (2008) s.29

³² Kasser s.130 i Bartolini et al (2016)

³³ Powdtahvee (2010) s.51 f

värderingar.³⁴ Att något har förändrats ger en återkommande undersökning av förstaårs-studenter vid universitet i USA exempel på. På 1960-talet svarade två av tre studenter att det var ett viktigt livsmål att hitta en bra livsfilosofi och knappt hälften att det var viktigt att ha en mycket stark ekonomi. På 1980-talet hade dessa värden bytt plats och det är också situationen på 2010-talet.³⁵

Mot denna bakgrund känns det bra att konstatera att de egenskaper som 20-30-åringar i Västra Götaland respekterar extra mycket hos andra är att vara en bra vän som bryr sig om andra och att gå sin egen väg utan att bry sig om vad andra tycker. Sammantaget är sociala förmågor och självständighet viktigast följt av att vara kunnig och medveten. Att ha engagemang och drivkrafter för egen utveckling hamnar i mitten på skalan medan rent kändisskap inte är alls viktigt när det gäller att få respekt från dagens 20-30-åringar.³⁶ Grundförutsättningarna för en bra samhällsutveckling med invånare som har högt välbefinnande kan därmed än så länge ses som intakta i Västra Götaland.

Levnadsförhållanden, levnadssätt och rambetingelser – Vad gör verkligen skillnad?

Även när det gäller levnadsförhållanden och levnadssätt finns en stor samsyn om vilka som är de viktigaste faktorerna. Resultaten ser dessutom ut att gälla i olika länder och kulturer. Inkomst, familjeförhållanden, arbete, hälsa, vänner och delaktighet är centrala frågor liksom om en lever ett aktivt liv och har en tro. För hälsa betyder den psykiska hälsan mer än den fysiska. Det finns också forskning som tyder på att psykisk hälsa är den faktor som starkast bidrar till att förutsäga vilket välbefinnande barn kommer ha senare i livet.³⁷ Personlig och politisk frihet är två andra viktiga variabler som grundar sig i hur det omgivande samhället fungerar. Det är också viktigt hur processer fungerar och inte bara hur utfallet av dem blir.

De som är gifta är generellt sett mer lyckliga än de som inte är det. Yngre och äldre är mer nöjda med livet än medelålders och kvinnor är lyckligare än män i de flesta länder.³⁸ De med högre inkomst är lyckligare än de med lägre och detsamma gäller de som har arbete jämfört med de som är arbetslösa och de med bättre hälsa jämfört med de med sämre. De som är mer aktiva är mer lyckliga än de som är mindre aktiva. De som gör frivilliga insatser för samhället eller i föreningar, de som ger av sin tid och sina resurser till andra, är mer lyckliga än de som inte gör det. Samhällen där invånarna har tilltro till gemensamma institutioner som dessutom lyckas leverera den service invånarna förväntar sig har mer lyckliga invånare än samhällen med institutioner som fungerar sämre.³⁹ Så kallad riskaversion är en annan viktig fråga. Risken att bli arbetslös ger betydande negativa effekter på lyckan för människor. Och där någonstans tar listan över de allra viktigaste faktorerna slut.

I huvudsak är detta resultat där hänsyn tagits till hur olika faktorer samvarierar och där vi därmed kan avgöra hur stor betydelse olika faktorer har jämfört med andra – vad som verkligen gör skillnad. Utbildningsnivå är det vanligaste exemplet på en faktor som i sig har en starkt och tydlig samvariation med människors lycka men där sambandet snarare är indirekt än direkt. De med längre

³⁴ Bartolini et al (2016) s.8

³⁵ Layard (2011) s.265

³⁶ Västra Götalandsregionen (2016), s.16

³⁷ Clark et al (2018) *The Origins of Happiness* s.214, Clark et al, "The Key Determinants of Happiness and Missery", i Helliwell i *Layard, Sachs 2017*.

³⁸ Det gäller framförallt i Nordiska, Anglosaxiska länder samt ett antal länder i Nord-Afrika. Helliwell, Layard, Sachs (2015) s.46

³⁹ En del forskare menar att väl fungerande institutioner – ett samhälle som fungerar väl – har helt avgörande effekter på såväl ekonomisk utveckling som invånarnas lycka. se Helliwell (2003, 2016 b), Rothstein (2011).

utbildning är i genomsnitt betydligt mer nöjda med livet än de med kortare, så också i Västra Götaland. Detta är dock en effekt av hur deras liv gestaltar sig när det gäller arbete, inkomst, hälsa, civilstånd, etc och inte av utbildningen i sig. En hög utbildning ger en rad fördelar i livet som bidrar till den högre lyckan. När hänsyn tagits till levnadsförhållande och levnadssätt är de med lägre utbildning ofta lika nöjda med livet. Det är möjligen en ringa tröst för de utan högre utbildning.

När det gäller **rambetingelser** är de som diskuteras mest i litteraturen hur väl demokratin fungerar, och då inte bara i form av institutioner och delaktighet – utan också och minst lika viktigt – hur väl de offentliga tjänsterna fungerar i praktiken. Så kallade välfärdssamhällen har generellt invånare som är mer nöjda med livet även när hänsyn tas till hur invånarna har det i övrigt.⁴⁰ Skillnaderna mellan länder är betydligt större än inom länder. I analyserna av vilken betydelse rambetingelser i Västra Götaland har för invånarnas lycka i Västra Götaland i senare avsnitt representeras politisk frihet av i vilken mån invånarna menar att de kan påverka politiken och personlig frihet av om de anser sig ha blivit diskriminerade eller inte när de använt olika välfärdstjänster.

När vi i del två sammanfattar resultaten i Västra Götaland och jämför dem med internationella resultat görs det i en modell som delar in de viktigaste faktorerna för mänsklig lycka i vad som kommit att kallas "the big seven". De är familj och vänner, ekonomi, arbete, delaktighet, hälsa, personlig frihet och personliga värderingar.⁴¹ Att relationer är ett centralt begrepp framgår av uppräkningsarna här och av resultaten i studierna av hur människor värderar olika aktiviteter under en dag.⁴² Trygghet är ett annat nyckelbegrepp. Det gäller för den egna ekonomin, i familjerelationer och där en bor. Arbetslöshet eller risk för arbetslöshet, skilsmässor och en omgivning med hög grad av brottslighet eller otrygghet ger betydande negativa effekter på välbefinnandet.⁴³ Och lyckan är givetvis beroende av att ett antal dimensioner i livet fungerar väl. Ett smörgåsbord av faktorer krävs. Enbart hälsa ger inget lyckligt liv lika lite som enbart en hög inkomst gör det.

Glädjespridare! Lycka smittar

Som vi ska se i det följande avsnittet är det också en mängd andra faktorer som påverkar lyckan för den enskilde. Det handlar oftast om vilka sammanhang vi befinner oss inom, vilken grupp vi tillhör, och vad som därmed utgör vår referens- eller jämförelsepunkt. En speciell variant av detta är förekomsten av glädjespridare. Lycka smittar och de som är lyckliga gör andra lyckligare. Effekten är betydande och störst genom vänner och grannar som bor relativt nära. Det är inte antalet vänner som är det viktiga för den som vill bli smittad, det är hur nöjda de är med livet. Glada arbetskamrater ser tyvärr inte ut att ha samma effekt. Som tur är verkar inte heller glädjedödarna ha lika stor effekt på sin omgivning. Lyckoeffekten vid glädjespridning är dock övergående och behöver fyllas på med jämna mellanrum.⁴⁴ Resultaten kan antas gälla även för invånarna i Västra Götaland. I den följande delen kan vi konstatera att invånarna är mer nöjda med livet ju oftare de umgås med vänner, även när hänsyn tagits till levnadssätt och levnadsförhållanden i övrigt.

⁴⁰ Se till exempel Rothstein (2011) s.68 f

⁴¹ Layard (2011) s.63 ff

⁴² Bruni and Porta (2007), Helliwell and Putnam (2005), Powdthavee (2007).

⁴³ Layard (2011) s.7, 17 Som också konstaterar att rika generellt har mycket trygghet och fattiga lite. Och att ett lyckligt samhälle förutsätter att alla har trygghet. Ibid s.168

⁴⁴ Fowler and Christakis (2008) I Powdthavee (2010) s.178

Lyckliga människor är mer framgångsrika men alla påverkas i samma riktning

Vi har konstaterat att det finns klara samband mellan olika levnadsförhållanden och levnadssätt och människors lycka. Frågan om orsakssambandens riktning är givetvis central. Kan det i själva verket vara så att de som är mer lyckliga i grunden är de som lyckas bäst t.ex ekonomiskt eller socialt? Forskningens slutsats är att det är både och. Människor som är lyckliga i grunden är till exempel mer framgångsrika i arbetslivet, i sociala relationer och har bättre hälsa.⁴⁵ Detta är inte oväntat med tanke på den stora betydelsen gener och personlighetsdrag har för människors välbefinnande.

Det finns också ett antal ytterligare mer eller mindre oväntade sammanhang där personlighetsdragen får betydelse. Lyckliga människor gör mer frivilligarbete. De dör mer sällan i bilolyckor. De överlever längre efter en svår sjukdom. Återigen blir det tydligt hur viktigt det är att alla barn och unga får en bra uppväxt med möjligheter att utveckla personlighetsdrag som gynnar dem senare i livet. Med bättre grundförutsättningar påverkar faktiska negativa händelser livet mindre i negativ riktning. Det är samtidigt viktigt att hålla i minnet att faktiska händelser påverkar "allas" lycka i samma riktning.

1.5. Hur förändras lyckan över tid? - Sociala jämförelser, anpassning och förväntningar

Samsynen inom lyckoforskningen är stor när det gäller vilka faktorer som betyder mest för ett lyckligt liv i en viss stund och generellt. Resultaten kan också ses som logiska och enkla att förstå. Frågan om hur lycka förändras över tiden och vad det betyder för hur samhället bör utvecklas för att invånarna ska leva så bra liv som möjligt är vid en första anblick mer komplex. I praktiken är det ofta allmänmänsklig kunskap om hur vi förhåller oss till varandra som förklarar hur saker och ting fungerar. Det märks inte minst genom alla de talesätt som passar in för att beskriva forskningsresultaten. Och kunskaperna kommer från en mix av olika ämnesområden som ekonomi, psykologi, sociologi, antropologi etc. Lyckoforskning är genuint tvärvetenskaplig.

Allt är relativt – Teorin om sociala jämförelser central inom lyckoforskningen

En lämplig startpunkt för en diskussion kring dessa frågor är den s.k. Easterlins paradox (se figur 5). Genom att jämföra data om hur lyckliga invånare i olika länder själva ansåg sig vara med utvecklingen av de ekonomiska tillgångarna i respektive land kunde Easterlin konstatera att det i de flesta länder inte fanns något samband mellan ökad BNP och människors lycka över tid.⁴⁶ Vad detta beror på behöver givetvis diskuteras men också vad all strävan efter ekonomisk tillväxt är värd om bilden stämmer. Easterlins egen slutsats på den andra frågan är än i dag att ekonomisk tillväxt inte gör att ett samhälle utvecklas till en plats där allt är tillgängligt i någon slutgiltig mening. Istället leder tillväxten i sig till nya behov som kräver fortsatt tillväxt.⁴⁷

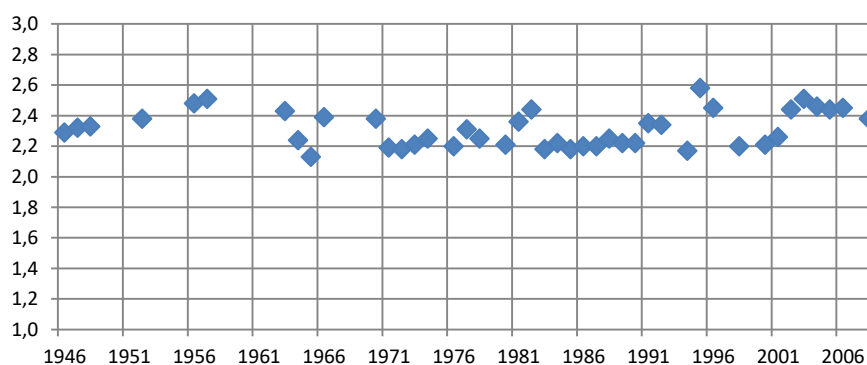
Bakgrunden handlar om hur människor är och fungerar i grunden. En central insikt är att vi ständigt jämför oss med varandra. En inkomst är inte bara absolut, den är också något i förhållande till alla andras inkomster, och i högsta grad relativ. En inkomstökning över tiden gör dig inte givetvis lyckligare om det visar sig att dina kollegor eller grannar får än mer i sitt lönekuvert.

⁴⁵ Powdthavee (2010) s.171 ff

⁴⁶ Easterlin (1974) Clark (2018) s.43 Utvecklingen från 2008/2010-2015/17 innebär en relativt snabb nedgång av medelvärdet på lycka i USA. Totalt sett rankas USA som nr 18 i världen 2015/2017. När det gäller utveckling från finanskrisen och framåt 107 av 141 länder och nedgången i genomsnittlig lycka är i nivå med Sudan, Irland, Mexico, Irak och Egypten. Värdena för Sverige minskar också något, i nivå med de i Österrike, Australien och Nederländerna vilket motsvarar en tredjedel av den amerikanska nedgången. Helliwell et al (2018) s.19 ff

⁴⁷ Easterlin (2010) s.45

Figur 5 Lycka i USA, 1946-2008, medelvärde



Anm: In general, how happy would you say you are? Skala 3=Very, 2=Fairly, 1=Not

Källa: World Database of Happiness, egen bearbetning

En rad studier bekräftar teorin. Brittiska arbetare blir inte alls mer nöjda med livet när alla får samma löneökning. När några får en högre lön än de övriga gör det dem lyckligare.⁴⁸ Den genomsnittliga lönenivån där en bor i förhållande till den egna inkomsten spelar betydande roll för hur nöjd en är med livet i USA.⁴⁹ Migranter från landet till städer i Kina är mindre materiellt nöjda med sin standard trots att den är betydligt högre än tidigare. De har bytt jämförelsenorm.⁵⁰ Att förväntningar på inkomsten bland de som är mer socialt aktiva i ett område påverkas mer av den genomsnittliga inkomsten i området visar att effekten är äkta.⁵¹ Att de som är rikare eller har högst inkomst i genomsnitt är mer nöjda med sina liv förklaras i detta perspektiv åtminstone delvis av att deras referensgrupp med stor sannolikhet består av människor med lägre inkomster.⁵²

Teorin om sociala jämförelser säger att vad som betyder något för hur nöjda människor är med sina liv beror på deras relativa position i den grupp de jämför sig med – deras referensgrupp. Ökade inkomster och tillväxt kan då ge negligerbara effekter på lyckan. Några blir rikare, andra blir fattigare, relativt sett.⁵³ Ett klassiskt experiment som bekräftats i flera studier visar att en majoritet i en grupp väljer en lön som är hälften så stor (50 istället för 100) om alternativet är att resten i gruppen får dubbelt så hög lön (200) respektive hälften så hög lön som dem själva (25). Detta trots att prisnivån i samhället anges vara densamma.⁵⁴

Slutsatserna har beskrivits som ett nedärvt resultat av evolutionen. Att grupper fungerar har varit avgörande för människans överlevnad och utveckling vilket har förutsatt att alla hittar sin position relativt de andra i gruppen. Att söka status i den egna gruppen och att söka högre status är då grundläggande mänskliga egenskaper.⁵⁵ Att status betyder mycket blir uppenbart i de studier som visar att såväl apor som brittiska tjänstepersoner lever längre ju högre rang de har när hänsyn tagits till levnadsförhållanden och levnadssätt i övrigt. Att Oscarsvinnare lever i genomsnitt fyra år längre än de som nominerats utan att vinna är ett annat känt exempel på betydelsen av status.

⁴⁸ Oswald & Clark i Powdtahvee (2010) s.36

⁴⁹ Luttmer (2005)

⁵⁰ Graham (2016) i Bartolini et al s.104

⁵¹ Frey (2008) s.38

⁵² Layard (2011) s.45

⁵³ Bartolini et al (2016) s.176

⁵⁴ Layard (2011) s.41 ff, Solnick, Hemenway (2005)

⁵⁵ Frey (2008) s.28 f

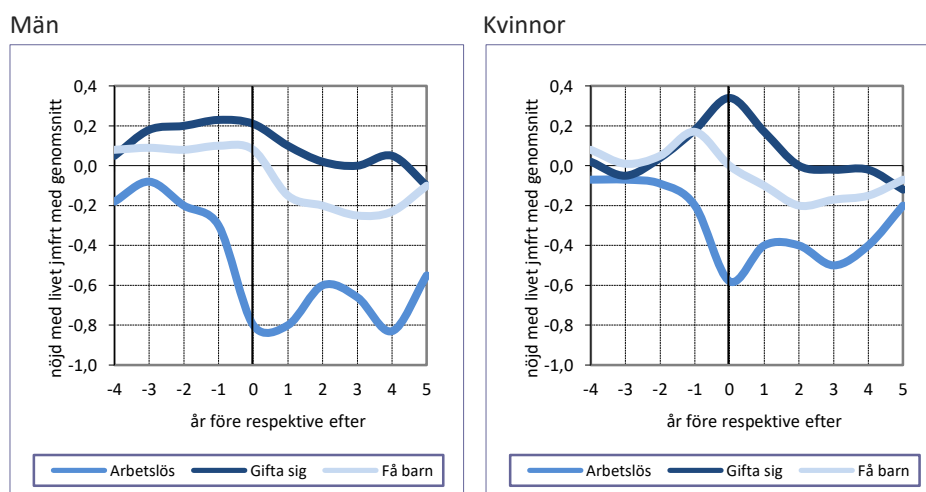
Sociala jämförelser och status handlar alltså inte bara om inkomster och standard. En arbetslös som flyttar till en region med högre arbetslöshet ökar sitt välbefinnande. En person som har arbete och flyttar till samma region minskar sitt välbefinnande något. En arbetslös som har en arbetslös partner blir relativt sett lyckligare.⁵⁶ Känslan av att vara överviktig ökar med hög vikt men minskar om du befinner dig bland andra överviktiga. Det gäller än tydligare om din partner också är överviktig.⁵⁷ I ett område med hög kriminalitet påverkas alla. Efterhand minskar gapet mellan de som drabbats direkt och de som inte drabbats. De som inte drabbats drabbas av risken. De som drabbats antar att det de upplevt är det normala. I utsatta förorter i England beräknas de som har arbete och de som inte har ett arbete nå samma livstillfredsställelse när arbetslösheten i området går upp mot 25 procent.⁵⁸

Värdet av lyckoforskning och att ha subjektiv livstillfredsställelse/välbefinnande som mål blir uppenbart genom dessa resultat. Frågor analyseras med invånarnas välbefinnande som måttstock. Det är tydligt att sociala jämförelser kan bidra till negativa spiraler med stor påverkan på människors välbefinnande. Det geografiska perspektivet är viktigt. Stora skillnader inom och mellan regioner bör motverkas så långt som möjligt.

Man vänjer sig – Tiden läker de flesta sår

Nästa del av svaret om vad som påverkar hur lycka förändras över tid handlar om ett annat kännetecken för människan – förmågan att anpassa sig. Visst var det bra med den nya lönen, den nya bilen, en bättre mobiltelefon, det renoverade köket, men du vänjer sig snabbt. Beräkningar tyder på att det tar ca tre år att vänja sig vid en inkomstökning på 50 procent.⁵⁹ Och anpassning handlar inte bara om materiella ting. Efter några år har genomsnittsinvånaren vant sig vid såväl sorgen efter en skilsmässa som glädjen av ett giftermål och lyckan pendlar tillbaka mot den tidigare nivån.

Figur 6 Förväntningar och anpassning, Avvikelse från "normallycka" före och efter olika skeenden i livet, män och kvinnor, medelvärde



Källa: Adaption to life events Clark et al ww.voxeu.org (egen bearbetning)

Figur 6 baseras på ett mycket stort underlag observationer där samma invånare i Tyskland följts över tid. Det blir därmed möjligt att studera vad olika livshändelser betyder för deras lycka. Tre händelser

⁵⁶ Clark (2016) s74 ff, i Bartolini et al.

⁵⁷ Ibid s84

⁵⁸ Powdtahvee (2010) s.132 ff.

⁵⁹ Powdtahvee (2010) s.114 f

redovisas i figuren: att bli och vara arbetslös, att gifta sig och att få barn. De som ska gifta sig är som lyckligast innan eller samma år de gifter sig. Efter två år är lyckan åter på normal nivå för både kvinnor och män.⁶⁰ Att få barn innebär en stor förändring i livet och den ökade lycka som byggs upp innan födelsen förbyts under småbarnsåren i en negativ effekt för att sedan återgå till tidigare nivåer. Anpassningen när det gäller arbetslöshet är mindre och senare och effekterna på lyckan är mycket stor. Även här finns en nedgång året innan själva arbetslösheten som tyder på att de som ska bli arbetslösa har det på känn. Det är i sig något vi vet påverkar lyckan markant och visar sig gälla också i Västra Götaland (se del 2).

Normer och värderingar i samhället spelar in för hur lyckan utvecklas i olika livssituationer. Det gäller tydligt för frågor som arbetslöshet och giftermål. Mäns lycka går ner betydligt mer vid arbetslöshet, kvinnors ökar mer under det år som giftermålet sker.⁶¹ Det är värt att notera att ingen eller mycket liten anpassning sker i de fall grundläggande inre värden påverkas negativt så som vid psykisk ohälsa eller kronisk smärta. Anpassningen till arbetslöshet är mycket långsam. Tiden läker alla sår, utom de som hela tiden kräver vår uppmärksamhet. Sammantaget är sociala jämförelser och anpassning nu accepterade teorier som också har stöd av studier på mikronivå.⁶²

Vi går mot bättre tider, tro mig, tro mig - förväntningssamhället

Anpassningen innebär samtidigt att förväntningarna på vad som är normalt eller rimligt ändras. En tidigare tillräcklig inkomst bedöms nu som låg, den nya som normal medan tanken fortsatt är att den framtida högre kommer göra dig mycket lyckligare. När den nya inkomsten väl sitter där på kontot är det den normala. Och så upprepas resan i ekorrhjulet. Ett varv till. Vid en given tidpunkt är alltid de med högre inkomst (i genomsnitt) lyckligare än de med lägre. Över en livscykel är dock lyckan i en grupp i stort sett oförändrad. Samtidigt tycker en majoritet att de hade det sämre förr och tror att de kommer att få det bättre i framtiden.⁶³

I praktiken är det mer korrekt att tala om två ekorrhjul. Ett som handlar om att jaga lycka via konsumtion av varor som en snabbt vänjer sig vid eller via andra former av status som snabbt riskerar förblekna (hedonic treadmill). Ett andra som handlar om att jaga positioner i olika former i relation till andra människor (positional treadmill).⁶⁴ En del av resonemangen är mer tillämpliga i länder som uppnått en viss levnadsstandard men själva koncepten kring förväntningar, anpassning och sociala jämförelser är universella och generella.

To do or to have? Konsumtion av upplevelser för mer beständiga och positiva effekter

En viktig slutsats från forskningen är att den snabbt övergående och i vissa fall negativa påverkan på lyckan av materiell konsumtion och statusökande, genom sociala jämförelser, förväntningar och anpassning, istället kan fungera som en positiv kraft i familjeliv eller sociala sammanhang.⁶⁵

⁶⁰ Med data från Storbritannien och Australien visar det sig att en positiv effekt av att ingå partnerskap finns kvar fyra år efter att det ingåtts. Det stämmer i sig väl med den negativa påverkan ensamhet har på välbefinnandet. För Tyskland är dock värdena fortsatt desamma. Åtminstone för kvinnor. Clark et al 2018 s.80 ff

⁶¹ Normerna i Tyskland under den tid individerna följts var att det var viktigare för män att arbeta och kvinnor att gifta sig. I tidigare Öst Tyskland svarade de flesta att det var lika viktigt att kvinnor och män arbetade medan svaren i Väst Tyskland var att det var betydligt viktigare för män att ha ett arbete. Köcher et al 2011.

⁶² Powdtahvee (2010) s.121, Bartolini et al (2016) s.176

⁶³ Easterlin (2010) s.133

⁶⁴ Bartolini et al (2016) s.175

⁶⁵ Easterlin (2010) s.95

Sociala jämförelser kan till och med ge en omvänd och positiv betydelse när det gäller olika former av upplevelser.⁶⁶ Skälen är flera. En upplevelse ger mer positiva reaktioner från omgivningen. Upplevelser delas ofta med andra. Upplevelser innebär möten och social samvaro med vänner och familj. Upplevelser kan också återanvändas i form av gemensamma minnen som bidrar till ett bättre liv. Upplevelser ger dessutom de som deltar en känsla av att "känna sig mer levande".⁶⁷

Samma studenter som valde en lägre lön för att andra inte skulle ha mer än dem själva, trots att det innebar en halverad inkomst, tog hellre fyra veckors semester än två, även om andra fick åtta istället för en.⁶⁸ En studie där 150 studenter beskrev värdet av en vara respektive en upplevelse de köpt under de tre senaste månaderna, för att göra sig själva "mer nöjda med sina liv", visar hur "investeringar" i aktiviteter och upplevelser ger en mer bestående positiv effekt än motsvarande för varor.⁶⁹

Sammantaget och generaliserat innebär konsumtion av varor inte ökad lycka samtidigt som det ger ett tryck på andra att konsumera mer varor medan konsumtion av upplevelser leder till ökat välbefinnande som kan delas av fler.

Skillnader i lycka mellan länder

När det gäller genomsnittlig lycka i olika länder hade Sverige det nionde högsta genomsnittsvärdet i de internationella Gallupundersökningarna 2015/2017.⁷⁰ För immigranter var värdet det åttonde högsta. Sveriges position varierar mellan sex och tio över de senaste dryga tio åren. De andra nordiska länderna intar topp-positionerna ihop med Schweiz, Nederländerna, Nya Zeeland, Kanada och Australien. *Skillnader mellan länder* samvarierar med BNP per invånare justerad efter prisnivå i landet, hälsa i form av återstående friska levnadsår, socialt stöd mätt som någon att vända sig till om det händer något, politisk frihet i form av hur nöjda eller missnöjda invånarna är att göra vad de vill med sina liv, altruism genom andelen som givit pengar till välgörenhet samt svaret på frågan om hur utbredd korruption är i samhället och i den storleksordningen i de allra flesta länder.⁷¹ Länder i Latinamerika har generellt en högre lyckonivå bland befolkningen än förväntat. Förklaringen är mycket starka familjeband och att betydelsen av familj och familjeband tillmäts extra stor betydelse i Latinamerika.

Lost in transition – När samhällen förändras snabbt får invånarna svårt hänga med

När det gäller utveckling av lycka i länder över tid över tid visar en rad exempel också under det senaste decenniet hur den kan ändras mycket snabbt i negativ riktning vid mer omfattande samhällskriser.⁷² Tydligast är Venezuela som faller som en sten mellan 2008/10 – 2015/17 i en tid när centrala samhällsfunktioner, ekonomi och tillit till ledningen i stort sett kollapsar. Italien och Grekland är andra närliggande exempel där samhällets institutioner sviktat men också i USA minskar välbefinnandet relativt kraftigt under det senaste decenniet. Positiva exempel är bland annat Bulgarien, Ungern, Rumänien och Island. I Bulgarien, Ungern och Rumänien har arbetslösheten minskat med mer än hälften sedan 2010 och är 2018 betydligt lägre än den i Sverige och EU. För

⁶⁶ Scitovsky (1976)

⁶⁷ Gilovich, van Boven (2003), Howell (2009)

⁶⁸ Solnick, Hemenway (1998) i Layard (2011) s.47

⁶⁹ För varor finns till och med försök att klassificera hur mycket nyttan av dem påverkas av sociala jämförelser. Se till exempel Ng (1978)

⁷⁰ Helliwell, Layard, Sachs (2018). s23ff

⁷¹ Ofta återstår efter det ca 40 procent av skillnaderna att förklara vilka beror på andra förhållanden.

⁷² Helliwell, Layard, Sachs (2018). s23ff

Island har den generella återhämtningen i samhället efter tidigare kriser varit mycket stark. I Sverige är tendensen i Gallups mätningar under senare år en långsamt sjunkande nivå för det subjektiva välbefinnandet.

Att förändring av lycka och välbefinnande beror på betydligt mer än en växande ekonomi och högre inkomster är omdaningen av de före det östeuropeiska staterna ett uppenbart bevis på. I en närmast experimentell situation ändrades i stort sett alla ingredienser som betyder något för välbefinnandet. Både antalet och tillgängligheten av varor liksom inkomsterna ökade efterhand medan lyckan utvecklades i motsatt riktning eller i bästa fall var konstant. Inkomstökningen skedde på bekostnad av minskad trygghet i jobbet, familjer som splittrades, sämre hälso och sjukvård och sämre barnomsorg.⁷³ Skillnader i lycka inom befolkningen ökade. De med lägre utbildning och de över 30 drabbades hårdast när den värld de kände som den perfekta upphörde att existera. År 2005 hade lyckan nått tillbaks till nivåerna 1990. Då var BNP per capita ca 25 procent högre än 1990. Sammantaget hände massor med livsförutsättningarna som inte fångas av BNP. Den fria sjukvården och barnomsorgen försvann. Familjesplittringarna ökade. Alkoholism och drogbruk ökade. Självmorden ökade, liksom våld mot kvinnor i hemmet. Inte heller måtten på inkomstskillnader fångar vidden av förändringarna. Måtten på livstillfredsställelse ger ett tydligt utslag. Om lycka varit ett mål i omvandlingen hade sannolikt inte lika många blivit "Lost in Transition".⁷⁴

Kina har visat ett liknande mönster som många östeuropeiska stater, liksom Indien. En stark utveckling av ekonomi och köpkraft gav lägre eller bibehållen lycka. Slutsatsen är att familjeliv är viktigt, jobbtrygghet är viktigt, hälsa är viktigt. Lyckoeffekterna av högre inkomster och mer materiell välfärd kan till och med vara negligerbara genom den anpassning som sker, genom förlusten av socialt kapital och genom de ständigt högre kraven på mer varor och tjänster. Olika faktorer har utvecklats olika väl i olika länder. I Kina är det framförallt ändrade jämförelsenormer som ligger bakom den svaga utvecklingen av invånarnas upplevda välbefinnande medan det i Indien är förlusten av socialt kapital.⁷⁵ Under senare år har utvecklingen vänt i Kina och lyckan har ökat betydligt. En möjlig förklaring är att den starka utveckling av ekonomi och välfärd för många kineser nu förändrats mer i grunden och att nya sociala mönster skapats i städerna. I Indien syns ingen bättring. Snarare har den negativa utvecklingen fortsatt.⁷⁶

Migration och lycka - Levnadsförhållandena i det nya landet påverkar

Migranter påverkas av levnadsförhållanden och rambetingelser i det land de kommer till. De kommer i genomsnitt ha en lyckonivå som ligger nära den som de som är födda i landet har. Men anpassningen är inte total. Om migranten kommer från ett land med mer lyckliga invånare än dit de flyttat kommer de fortsätta ligga något över lyckonivån i det land de flyttat till. Om de kommer från ett land med lägre lycka än dit de flyttat kommer de ligga något under. Sociala jämförelser spelar roll. Förhållandena ser ut att finnas kvar även för andra generationens invandrare.⁷⁷

Hur lika det upplevda välbefinnandet blir mellan migranter och infödda beror dessutom på synen på migranter bland de som är födda i landet. En mer positiv syn bidrar till att göra immigranterna lyckligare. En bra lösning för att jämnat ut nivåerna mellan invånare med olika bakgrund är enligt

⁷³ Easterlin (2010) s.249

⁷⁴ Easterlin (2010) s.107 f

⁷⁵ Se t.ex. Easterlin och Helliwell

⁷⁶ Helliwell, Layard, Sachs (2018) s.24 ff

⁷⁷ Ibid s.6ff

forskarna att se till att migranter får möjlighet att vara i sociala sammanhang med de som har bakgrund i landet de kommer till. Forskarna menar också att det finns en gräns för hur många nya immigranter som kan komma till ett land varje år utan att det sociala kittet i ett land påverkas. Men återigen, det centrala när det gäller hur hög migration eller migration påverkar lyckan i mottagarlandet är invånarnas syn på migration och andra kulturer. Om den är positiv finns det goda chanser till framgångsrik integration.⁷⁸

1.6. Sammanfattning – Lyckoforskningen och dess resultat

Lycka är ett meningsfullt mål för samhällets utveckling. Den går att mäta och analysera. Subjektivt välbefinnande kompletterar traditionella ekonomiska modeller där mänskligt beteende är i centrum och de som sätter mänskliga förmågor i centrum och bidrar med viktig ny kunskap. Lyckoforskning och lyckodata gör det möjligt att föra in nya värden och värderingar i dagens modeller för samhällsutveckling men också att värdera en mängd saker som tidigare inte hade något värde. Det kan gälla vänskap, partnerskap/giftermål, barn, hälsa – med människors eget upplevda välbefinnande som måttstock.

På övergripande nivå finns en relativt tydlig bild av vilka förutsättningar som påverkar människors lycka och hur de förhåller sig till varandra. Det finns också en samsyn kring vilka faktorer som betyder mest för människors långsiktiga välbefinnande när det gäller levnadsförhållanden och levnadssätt.

I vilket land en föds och av vilka föräldrar bestämmer de samhälleliga respektive genetiska ramarna för människors möjlighet att leva lyckliga liv. Att det är val och förutsättningar som inte går att påverka för den enskilde stämmer till eftertanke när det gäller synen på egen och andras lycka. Men mycket ligger också i egna händer. Det handlar om hur gener och samhällets förutsättningar utnyttjas och om utveckling av den egna personligheten.

Generellt är människor som utvecklar mer materialistiska värderingar och som styrs mer av att söka status mindre lyckliga än de som är mer sociala/utåtriktade och litat mer till egna inre värderingar. De egenskaper som är viktiga för att kunna utvecklas och leva ett lyckligt liv kan sammanfattas i begreppen autonomi, kompetens och samhörighet. De beskrivs också som grundläggande egenskaper för att skapa inre motivation. De stödjer därmed såväl hedonisk lycka (lycka som lycka) som eudamoniskt välbefinnande (lycka i form av ett meningsfullt liv).

De centrala frågorna när det gäller levnadsförhållanden och levnadssätt med koppling till lycka är familj och vänner, ekonomi, arbete, delaktighet, hälsa, personlig frihet och personliga värderingar. Relationer är ett centralt begrepp både i ett kort och långsiktigt perspektiv. Ett positivt socialt kapital i ett samhälle ger bra förutsättningar för invånarna att leva lyckliga liv. I samhällen med ett positivt socialt kapital är tilliten mellan människor hög, det finns tilltro till de demokratiska institutionerna och samhällets tjänster och människor stöttar och bryr sig om varandra. Forskningen inom området är enig i att mycket av förutsättningarna för välbefinnande bestäms i ungdomen. Ett samhälle med fokus på lycka gör därmed allt för att se till att alla barn och unga får en bra uppväxt.

Frågan om hur lyckan förändras över tid är mer komplex. Och det gäller både på det personliga planet och för samhället som helhet. Nyckelbegreppen är sociala jämförelser, anpassning och

⁷⁸ Ibid s.12

förväntningar. Människors lycka är inte bara personlig utan också relativ och beror till stor del på hur den egna jämförelsegruppen har det. Om andra också blir arbetslösa blir arbetslösheten lättare att bära. Om andra får högre inkomst blir den egna inkomsten mindre värd. Om normen ändras så att jeansen ska vara utsvängda eller klackarna höga, har snart de flesta utsvängda jeans och höga klackar. Människor söker status i gruppen. Ekonomisk tillväxt och mer saker ger i det läget ingen eller bara begränsad långsiktig effekt på människors välbefinnande.

Människans förmåga till anpassning förstärker effekten av sociala jämförelser. Lyckoeffekten av en högre inkomst eller en ny mobiltelefon går snabbt över. Anpassning är samtidigt en värdefull egenskap. Den ger möjligheter att gå vidare från svåra skeenden i livet som skilsmässor eller när nära och kära går bort. Samtidigt anpassar vi oss betydligt sämre eller inte alls till det som kräver ständig uppmärksamhet. Det må gälla kronisk smärta, psykisk ohälsa eller arbetslöshet.

Och så förväntningar. När du väl anpassat dig till din nya inkomst är det den som utgör utgångspunkten för framtida bedömningar. Att den inte i sig ledde till ökad lycka är glömt. Den gamla inkomsten ses nu som låg och nästa lönehöjning förväntas göra allt bättre. Och så kämpar vi vidare i ekorrhjulen. Det ena för att söka lycka i form av mer pengar, ägodelar eller status och det andra för att nå högre i hierarkin. Relationen mellan förväntningar och anpassning beskrivs också som en av de viktigaste drivkrafterna för så kallad överflöds konsumtion. Den kick som en ny tröja ger går snabbt över. Men kicken är verklig och förväntningen inför nästa tröja är lika stor.

En viktig lärdom är att saker som en gör, och helst tillsammans med andra, har en mer positiv effekt på välbefinnandet. Frivilligarbete, föreningsengagemang, upplevelser, middagar, konserter, vandring, etc ger ofta positiva minnen som kan delas och som lever kvar och som heller inte påverkar andra att jaga status i samma omfattning.

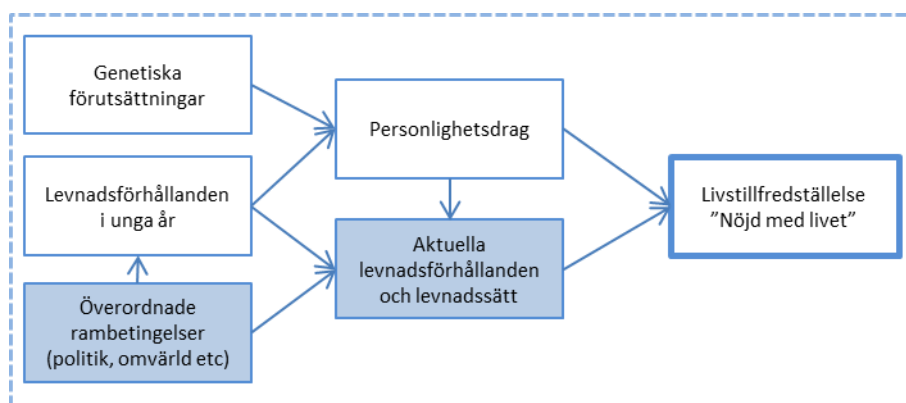
Del 2 – Vad gör invånarna i Västra Götaland lyckliga?

I del 2 flyttas fokus från en genomgång av teorin bakom, motiven för och centrala resultat inom lyckoforskningen till frågan om hur nöjda invånarna i Västra Götaland är med sina liv och vilken koppling det har till levnadsförhållanden, levnadssätt och samhällets rambetingelser. Den genomgång av forskningsläget som gjordes i del 1 utgör utgångspunkt för de antaganden som görs och för de perspektiv och modeller som används. Samtliga data hämtas från SOM-institutets årliga enkät till invånarna i Västra Götaland. Data i beräkningarna är från Väst SOM 2014.

2.1. Modell och perspektiv för att diskutera samvariation mellan levnadsförhållanden, levnadssätt, rambetingelser och lycka

Den övergripande förklaringsmodell som presenterades tidigare används här för att definiera grundförutsättningar och avgränsningar för den empiriska analysen för Västra Götaland.⁷⁹ Fokus ligger således på levnadsförhållanden och levnadssätt och hur invånarna ser på omgivande rambetingelser som t.ex. politisk och personlig frihet (de mörkare delarna i figuren).

Figur 7 Förklaringsmodell - faktorer som påverkar livstillfredsställelse



Källa: Köcher/Raffelhüschen (2011)

Sambandet mellan lycka och levnadsförhållanden/levnadssätt/rambetingelser analyseras inledningsvis ur tre olika perspektiv. Det handlar (1) om olika aspekter av hur invånarna upplevt sitt vardagsliv den senaste veckan. Har de gjort något de ser som intressant, har de blivit väl behandlade av andra eller inte, etc. Det handlar därefter (2) om frågor som har en koppling till invånarnas levnadsförhållanden mer långsiktigt, som hur de ser på sin hälsa, tillit till andra, ekonomiska resurser, möjligheten att påverka politiskt, om de känt sig diskriminerade, osv. Det handlar avslutningsvis (3) om hur aktiva och engagerade liv invånarna lever. Vad betyder deltagande i föreningsverksamhet, umgänge med vänner, att träna, gå på restaurang, sjunga i kör, att vara aktivt religiös, osv för hur lyckliga invånarna är? Resultaten av analyserna i dessa perspektiv är intressanta var för sig men ger också underlag för att välja de mest relevanta variablerna att föra in i den huvudmodell som används för den samlade analysen av betydelsen av olika faktorer för hela befolkningen och för olika grupper.

⁷⁹ Se avsnitt 1.4 för en mer utförlig tolkning av innehåll och samband i figuren.

Som vi konstaterat finns det en samsyn inom den internationella forskningen kring vilka frågor som är viktigast för att människor ska vara långsiktigt nöjda med sina liv. I korthet kan de beskrivas som hur familjerelationer och andra nära relationer ser ut, inkomster och arbete, delaktighet och hälsa. Till detta kommer t.ex. frågor om personlig och politisk frihet. I analyserna av de tre första perspektiven ovan visar det sig att dessa frågor eller områden betyder mycket för invånarnas välbefinnande även i Västra Götaland. De bidrar därmed med ett ramverk som gör det möjligt att på ett strukturerat sätt välja variabler till huvudmodellen.

Huvudmodellen används först för en samlad analys av vilka levnadsförhållanden, levnadssätt och rambetingelser som betyder mest för att invånarna i Västra Götaland ska vara mer eller mindre lyckliga eller nöjda med sina liv. Därefter görs motsvarande analys för olika grupper i samhället och för människor i olika livssituationer. Är det skillnad när det gäller vad som påverkar den upplevda lyckan för kvinnor respektive män? För unga och gamla? Vad blir viktigare för någon som är arbetslös? Skiljer sig betydelsen av olika faktorer mellan invånare med olika yrken? För de som bor i staden eller på landet? Vad betyder platsen för lyckan? Analysen blir på detta sätt än mer relevant för att diskutera hur en utvecklingspolitik med ett tydligare fokus på invånarnas lycka kan utformas.

I tre fördjupningsavsnitt diskuteras därefter frågor om kopplingen mellan olika aspekter på arbetsliv, inkomster och lycka. Det första perspektivet handlar om arbetets betydelse och om förhållanden med direkt koppling till arbetet och arbetsmarknaden. Hur nöjda är invånarna i Västra Götaland med sitt arbete och vad betyder det för deras välbefinnande? Hur påverkar tillgången på arbete, arbetstidens längd, synen på den egna kompetensen, etc., lyckan? Det andra perspektivet gäller pendling till arbete och studier och i vilken mån pendlingsavstånd eller färdmedel påverkar invånarnas lycka. Är de som cyklar eller går till arbetet mer nöjda än de som åker kollektivt? Det tredje berör inkomster och framtidstro och ger ett kort bidrag till diskussionen om absoluta och relativa inkomsters betydelse för människors lycka men också kring vad synen på den egna ekonomin respektive samhällets utveckling generellt betyder för välbefinnandet.

Vi kan redan här konstatera att en relativt stor del av skillnaderna i välbefinnande mellan olika individer och grupper förklaras i analyserna. Inte minst i internationell jämförelse. I huvudmodellen förklaras mellan en fjärdedel och upp mot fyrtio procent av variationen i invånarnas lycka av de ingående faktorerna beroende på vilken grupp vi ser på. För mindre urval, som arbetslösa, förklaras upp emot hälften av variationen. Det är svårt att nå högre samvarians med de skalor som används. Inte minst när vi påminner oss att forskningen pekar på att runt hälften av hur nöjda vi är med våra liv bestäms av genetiska faktorer eller relativt tidigt i våra liv (se del 1 samt figur 7).

Källor, representativitet, kodning

Dataunderlaget för de analyser som görs här kommer från SOM-institutets årliga enkätundersökning av förhållanden i Västsverige, Väst SOM 2014.⁸⁰ Den västsvenska SOM-undersökningen 2014 omfattade ett systematiskt sannolikhetsurval om 6000 personer mellan 16 och 85 år. Undersökningen riktades till personer boende i Västra Götaland och Kungsbacka kommun och både svenska och utländska medborgare ingår i urvalet. Drygt 80 frågor ställdes om allt från användning av nyheter och media, synen på politik och demokrati, offentlig service, aktiviteter, intressen, värderingar, boende, arbetsliv mm, tillsammans med frågor om de svarandes bakgrund och privata situation.

⁸⁰ Samtliga frågor och hur de kodats 2014 och andra år finns här: som.gu.se/undersokningar/den-vastsvenska-som-undersokningen/kodbocker_vast-som

Väst SOM har genomförts varje år sedan Västra Götalandsregionen bildades 1998/99, men också tidigare med något mer ojämna mellanrum. Det innebär att det i Västra Götaland finns en unik regional tidsserie med svar på frågor som hur nöjda invånarna är med livet, i vilken mån de litar på andra, hur de ser på sin egen hälsa, på demokrati, politik etc. Svarsfrekvensen 2014 var 52 procent. SOM-institutet bedömer i sina analyser att den demografiska representativiteten i svarsgruppen i de flesta avseenden är god. Träffsäkerheten i attitydfrågor om politiska förslag och bedömningar av ekonomin är hög. Frågor där det existerar större generations- eller andra skillnader påverkas något mer av att delar av befolkningen – särskilt yngre - har en lägre representation.⁸¹

När hela befolkningen utgör underlag för analyserna är det därför bra att ha i åtanke att det finns en underrepresentation av yngre, av födda i andra länder och i viss mån av de som lever under mer utsatta förhållanden jämfört med den faktiska befolkningen i Västra Götaland. I de redovisningar och beräkningar som görs inom ramen för analysen har inga justeringar gjorts för att väga olika grupper till deras exakta andel av befolkningen. Våra kontrollberäkningar visar att de huvudsakliga relationerna i materialet inte förändras av en sådan justering.

Frågan om de svarande inom olika grupper är representativa för gruppen i sig är lika viktig. Appendix 1 redovisar medelvärden för olika gruppers svar på ett stort antal av de frågor som ingår i analysen. Vi kan konstatera att svaren genomgående är helt i linje med kända fakta när det gäller skillnader mellan kvinnor och män, invånare med olika utbildning, i olika åldrar, för de som har arbete eller inte har arbete, etc. Slutsatsen av detta och av SOM-institutets egna analyser (se ovan) är att det sammantaget finns en god representativitet inom grupperna.

Modellering, kodning och beräkningar har gjorts av Klara Wärnlöf Bové, undersökningsledare vid SOM-institutet vid Göteborgs Universitet. Den beroende variabeln 'nöjd med livet' har på grund av sin skeva fördelning (relativt många nöjda och relativt få missnöjda), logaritmerats i beräkningarna. Hur resultatet av beräkningarna ska tolkas redovisas under varje figur. I Appendix 2 redovisas värden för samtliga variabler samt resultat av samtliga bi- och multivariata regressioner. Logaritmeringen gör att det är betydelsen av förändring av ett steg i den oberoende variabeln (t.ex. hälsa) på den beroende variabeln lycka/nöjd med livet som beräknas.

Samtliga variabler är kodade (i vissa fall omkodade) så att 'lite' negativt' och 'nej' har respektive skalas lägsta värde och 'mycket', 'positivt' och 'ja' har respektive skalas högsta värde. Vissa variabler som används i beräkningarna är en sammanslagning av ett antal variabler. Detta har gjorts huvudsakligen på två sätt: indexering och "rowmax". Se förtydligande och redovisning för samtliga variabler i appendix 2 där också alla beräkningsresultat redovisas i form av regressionstabeller.

Kollinearitet (att de variabler som används inte i sig är högt korrelerade med varandra) är kontrollerad för/mellan samtliga oberoende variabler i respektive perspektiv och är acceptabla i samtliga fall med ett givet undantag för relationen ålder och arbetsför ålder. När jämförande regressioner görs på mer begränsade urval i befolkningen blir resultaten mindre säkra. Detta noteras i texten.

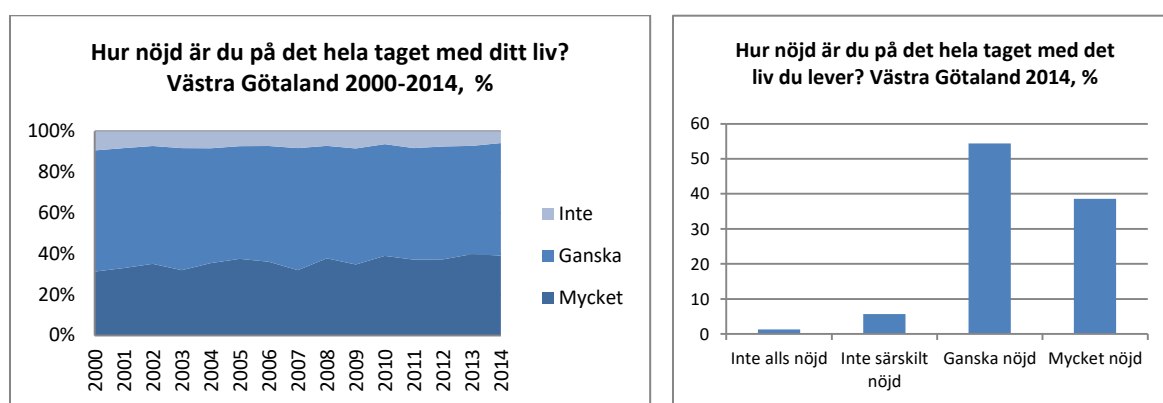
Det är värt att notera att svaren i SOM för Västsverige genomgående och över tid visat sig ligga väl i linje med och vara representativa för den svenska befolkningen som helhet. Resultaten i denna studie kan därmed på goda grunder, på övergripande nivå, antas gälla även för Sverige som helhet.

⁸¹ Elias Markstedt (2014) Representativitet och viktning. SOM-rapport 2014:20, SOM-institutet, GU

2.2. Hur nöjda med livet är invånarna i Västra Götaland?

Fler än nio av tio invånare i Västra Götaland är nöjda med sina liv. Internationellt sett är det en mycket hög andel. I ett svenskt perspektiv är det i nivå med riksgenomsnittet. Andelen nöjda invånare i Västra Götaland ligger också på i stort sett samma nivå som i de båda andra storstadsregionerna.⁸² Sett över de senaste två decennierna har andelen invånare som är mycket nöjda med sitt liv i Västra Götaland ökat med hela tio procentenheter samtidigt som andelen som inte är särskilt eller alls nöjda minskat något. Ökningen skedde i huvudsak under det första decenniet. I ett internationellt perspektiv är detta en stor positiv förändring. Inte minst då lyckoforskningen ofta betonar att ökade ekonomiska resurser när ett land nått en viss inkomstnivå har marginella effekter på lyckan i de flesta länder (se sid 21 f).

Figur 8 Hur nöjda är invånarna i Västra Götaland med sitt liv, 2000-2014, %



Anm: Skala 1: Inte alls nöjd, 2: Inte särskilt nöjd, 3: Ganska nöjd och 4: Mycket nöjd. I figuren med data för 2000-2014 är Inte alls nöjd och Inte särskilt nöjd sammanslagna till Inte nöjda. I figuren som visar andelar 2014 är n=2659. Mellan två och fyra procent väljer varje år att inte svara på frågan. De ingår inte i redovisningen eller analysen.

Men utvecklingen är inte helt överraskande. De flesta av de faktorer som generellt visar samband med välbefinnande så som tillit, subjektiv hälsa, delaktighet i samhällslivet, umgänge med vänner och bekanta och realinkomst utvecklas relativt positivt bland respondenterna i SOM-institutets undersökningar över de två decennierna.⁸³

1998, som är det första mätåret för Västra Götaland, ligger dessutom tätt inpå effekterna av den svenska bank-, finans- och fastighetskrisen 1990-1994. En kris som drabbade människor i hela samhället med t.ex. långvarigt höjd arbetslöshet på en nivå som var den högsta på drygt 60 år, räntor på tio till femton procent och sänkta priser på fastigheter. Krisen 2008 drabbade betydligt mer selektivt och i första hand de resurssvaga i samhället. Den innebar för en majoritet ökade realinkomster via sänkta inkomstskatter och sänkta räntekostnader.⁸⁴ Att reda ut betydelsen av hur respondenterna i sig förändrats med s.k. generationseffekter och svarsfrekvenser för olika grupper i befolkningen kräver mer omfattande analyser.⁸⁵

⁸² Annerstedt, Bergström, Olsson (2017) *SOM rapport 2017:30*, s.4 ff. Innehåller värden från 1998-2016.

⁸³ *SOM rapport 2017:30* samt *2017:40* visar utvecklingen för de flesta av dessa variabler från 1998-2016 för Västra Götaland

⁸⁴ Bakgrund till och effekter av kriserna 1990-94 och 2008 beskrivs relativt utförligt på wikipedia

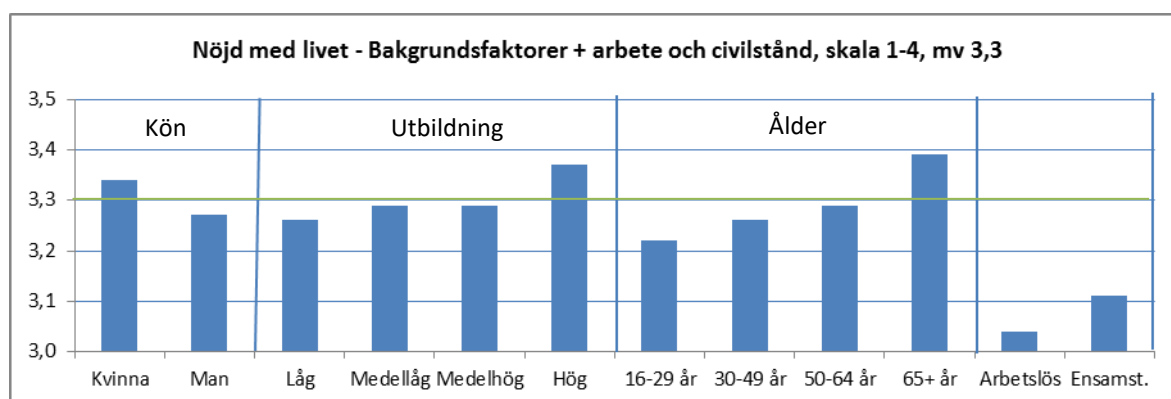
⁸⁵ Förändring av lycka över tid utgör ingen huvudfråga i den empiriska delen i denna rapport men är en given fråga för framtida analyser. SOM-institutets tidsserie med data för Västra Götaland är sannolikt unik i Europa.

Skillnader i lycka efter kön, utbildningsnivå, ålder, arbetssituation och civilstånd

Resultaten när det gäller vilka grupper av invånare som är mer eller mindre lyckliga stämmer i allt väsentligt med hur situationen är i Sverige och de flesta länder. Kvinnor är i genomsnitt något mer nöjda med livet än män. De med högskoleutbildning är mer nöjda än de som inte har en sådan utbildning. De som är äldre är tydligt mer nöjda än de som är i s.k. arbetsför ålder. Som referens har vi lagt in genomsnittsvärdena för de som är arbetslösa respektive ensamstående. Översatt i ord kan de som är arbetslösa och ensamstående sägas vara ganska nöjda med livet i genomsnitt medan de med högskoleutbildning och de över 65 är nöjda (se figur 9 samt faktaruta nedan).

Det enda värde som avviker mer från forskningens generella resultat är att unga i Västra Götaland (16-29 år) är minst nöjda när befolkningen delas in i olika åldrar. Normalt sett är invånarna mest nöjda med livet i unga år och på äldre dar. Ålderskurvan för lycka brukar representeras av en smiley. Människor är normalt mer nöjda med sina liv när de har livet framför sig och – om inte bakom sig – när de kan se tillbaka på vad de åstadkommit och vant sig eller accepterat den situation de befinner sig i. Det finns dock data från WHO som tyder på att "lyckonivån" bland yngre i Sverige är relativt sett lägre vid en jämförelse med andra länder och sjunkande i denna grupp. Vissa data från andra länder tyder också på att dagens unga är mindre nöjda med sina liv än tidigare.⁸⁶ Vad som kan tänkas ligga bakom detta diskuteras något mer nedan och analyseras därefter i avsnitt 2.6.

Figur 9 Lycka - Medelvärden för kön, utbildning, ålder, arbete, civilstånd (kontrollvariabler)



Anm: Arbetslös består av arbetslösa, i åtgärder och förtidspensionerade. Ensamst.=Ensamstående
Skala 1: Inte alls nöjd, 2: Inte särskilt nöjd, 3: Ganska nöjd och 4: Mycket nöjd.

Lyckoskalan och synen på skillnader i genomsnittlig lycka

I ett i grunden väl fungerande svenskt samhälle är skillnaderna i hur nöjda olika grupper av invånare är med sina liv små i absoluta tal. Skalan är begränsad till värden mellan ett och fyra där ett står för inte alls nöjd, två inte särskilt nöjd, tre ganska nöjd och fyra mycket nöjd. Relativt små skillnader i genomsnittlig "numerisk lycka" uttrycker därmed betydande skillnader i hur livet uppfattas. Gruppen med arbetslösa, i arbetsmarknadsåtgärder och förtidspensionärer har t.ex. ett medelvärde på 3,0 jämfört med den genomsnittliga invånarens 3,3. Det kan tolkas som en skillnad som motsvarar att vara ganska nöjd med livet jämfört med att vara nöjd. Eller som skillnaden mellan att vara ganska lycklig och lycklig.

⁸⁶ Layard (2011) s.275 beskriver liknande tendenser för USA, England och Australien.

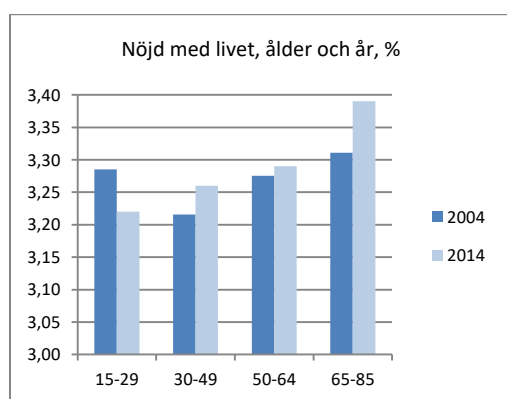
Utveckling av lycka över tid i olika grupper

För att få en jämförelse över tid har motsvarande data som i figuren ovan tagits fram för 2004. Den generella tendensen är att skillnaderna mellan de olika grupperna förstärkts något. Kvinnor är nu något mer nöjda med livet än män än de var 2004. Detsamma gäller de som har en högre utbildning och de som lever ihop med någon annan jämfört med de som har kortare utbildning och är ensamstående. För arbetslösa jämfört med de som har arbete är situationen oförändrad.

Resultaten kan överlag bedömas som logiska. Den generella höjningen av värdena har diskuterats ovan. Utöver det har skillnaderna mellan människor med olika förutsättningar ökat i Sverige under perioden. Gini Index för disponibel inkomst som är ett sätt att beskriva skillnader inom en population har till exempel ökat relativt sett snabbt för Sverige i en jämförelse med övriga OECD-länder det senaste decenniet.⁸⁷ Sverige tillhör dock fortfarande de 10 länder i OECD med minst skillnader i inkomst. Skillnaderna är samtidigt mindre i Norge, Danmark och Finland. Gini Index för disponibel inkomst har också ökat i Västra Götaland och dess olika delar. Skillnaderna är störst i Göteborgs-regionen men ökar under 2010-talet snabbare i Skaraborg och Fyrbodal. Kvinnors ökade lycka relativt männens kan ha ett samband med minskade löneskillnader, ett mer jämställt vardagsliv (representerat av ett mer lika uttag av föräldradighet etc.) och av en generellt starkare arbetsmarknad och lägre arbetslöshet för kvinnor än för män. Ett mer tillförlitligt svar kräver dock betydligt mer analys.

Den tydligaste skillnaden mellan 2004 och 2014 är att det typiska ”smiley-mönstret” med högst värden för den yngsta och äldsta gruppen fanns i Västra Götaland år 2004 (se figur 10). Det går också att avläsa att det upplevda välbefinnandet ökat i alla åldersgrupper utom den yngsta mellan 2004 och 2014 i Västra Götaland, allra mest för de över 65 år. Det är de så kallade 40-talisterna som tillkommit som nya ”pensionärer” under perioden.

Figur 10 Nöjda med livet efter ålder 2004 respektive 2014, medelvärde, %



Anm: Medelvärden, Skala 1: Inte alls nöjd, 2: Inte särskilt nöjd, 3: Ganska nöjd och 4: Mycket nöjd.

Vad betyder ålder, kön, utbildning, civilstånd, arbetssituation, boendeort egentligen?

Vi har konstaterat att de som är högt utbildade eller äldre i Västra Götaland är mer nöjda med livet än de med kort utbildning och de som är yngre. Men frågan är givetvis om det är utbildningen eller åldern i sig som är avgörande eller om det är levnadsförhållanden och levnadssätt i dessa grupper som förklarar att välbefinnandet skiljer sig åt.

⁸⁷ Se t.ex. OECD (2016) Income Inequality Update (November 2016) s.1 samt Västra Götalandsregionen (2017) - Towards a Megaregion of Western Scandinavia – West Sweden Facts and Key Policy Challenges s. 56

Med statistisk analys där hänsyn tas till flera variabler samtidigt (multivariat regressionsanalys) går det att avgöra vilka faktorer som är de som egentligen påverkar lyckan i positiv eller negativ riktning. Resultatet är genomgående så att ålder, kön, utbildning betyder en del men inte alls är avgörande. Hur livet faktiskt levs och vilka levnadsförhållanden en lever med är det som gör skillnad. Det är ett logiskt och glädjande resultat. Om det vore tvärtom, och ålder, kön, utbildning automatiskt avgjorde människors välbefinnande, vore livet både mer förutbestämt och mer innehållslöst för stora grupper.

Ålder, kön, utbildningsnivå, civilstånd, ortstyp samt arbetssituation (om en har arbete eller inte) är de bakgrundsfaktorer genomgående används som så kallade kontrollvariabler i samtliga perspektiv som analyseras.⁸⁸ Genom detta blir det möjligt att dels konstatera att det inte är dessa trögrörliga bakgrundsfaktorer som egentligen är de som gör skillnad, dels att se vilken skillnad de faktiskt gör inom respektive perspektiv.

För att presentera en del av det som utmärker levnadsförhållanden och levnadssätt för olika grupper och för att ge en samlad bild av bakgrunds- och kontrollvariablernas betydelse när de sätts in i ett större sammanhang görs här en kort sammanfattning av resultaten i dessa delar.

Totalt sett är det viktigt att notera de traditionella kontroll-/ bakgrundsvariablernas begränsade förmåga att förklara hur lyckliga invånarna i Västra Götaland är. Det är betydligt enklare att förutsäga hur nöjd en invånare i Västra Götaland är med sitt liv om en vet hur hen själv anser sig blivit behandlad senaste veckan än om en vet hans ålder, kön, utbildningsnivå och typ av bostadsort. Det är mer avgörande att leva ett aktivt liv och att umgås med vänner än att vara man eller kvinna eller att ha högre eller lägre utbildning.

Högre utbildning ger bättre levnadsförhållanden inom i stort sett alla områden

För utbildning är standardresonemanget i litteraturen att det inte är utbildningen (eller bildningen) i sig utan de konsekvenser den får för livet i övrigt som ger skillnader i lyckonivån. Bilden bekräftas fullt ut för Västra Götaland. Vi har konstaterat att de med högskoleutbildning är mer nöjda med livet inom i stort sett alla områden. Det förklaras dock av att högre utbildning i högre grad leder till arbete, god hälsa, hög inkomst, en positiv syn på de egna ekonomiska resurserna, mer tillit till andra, större aktivitet på fritiden, etc. Det är också den grupp där flest menar att de fått det bättre ekonomiskt under senare år.⁸⁹ Det är dessa och andra faktorer som gör skillnad och inte den högre utbildningen. Det är snarare så att de med kortare utbildning är mer nöjda när hänsyn tas till de fördelar i livet som den högre utbildningen ger högutbildade. Resultatet kan ses som rimligt i ett relativt jämlikt samhälle. Resultaten ger, oavsett bakgrund, mycket starka incitament för invånarna att utbilda sig väl och för samhället att verka för att en hög andel av befolkningen genomgår högre utbildning.

Yngre mer osäkra på sin framtid medan kvinnor lever mer aktiva och sociala liv

Även ålder har en relativt begränsad betydelse när det sätts in som en faktor av flera i de olika perspektiven. Det finns dock en liten men återkommande effekt där det är positivt för lyckan att bli äldre. Extra tydligt blir det för de som är arbetslösa. Även arbetslösa ser i slutändan ut att vänja eller förlika sig med sin situation. Vi kan konstatera att unga generellt har lägre inkomster men ser positivt på sina ekonomiska resurser och på sin förmåga att påverka. De tycker oftare än andra grupper att

⁸⁸ Ålder och kön är faktorer som i stort sett är opåverkbara. Formell utbildningsnivå förändras sällan efter en viss ålder. Civilstånd, arbetssituation och ortstyp är delvis trögrörliga men också viktig bakgrundsinformation i en diskussion av vilka faktorer som betyder mer eller mindre för invånarnas lycka i samtliga perspektiv.

⁸⁹ För samtliga fakta när det gäller skillnad mellan grupper i detta avsnitt se Appendix 1 Medelvärden.

de gjort något intressant. De litar dock i genomsnitt mindre på andra än de äldre i befolkningen, oroar sig mer för att bli arbetslösa och känner sig oftare diskriminerade i kontakter med offentlig service. De tycker också oftare att de överkvalificerade för sina arbetsuppgifter, vill i högre grad byta arbete och har svårare att hitta ett arbete där de bor.

Att kvinnor är något mer nöjda med livet är inte oväntat och i linje med resultaten i de flesta länder. Resultaten i analysen för Västra Götaland pekar (helt enligt rådande "fördomar") mot att kvinnor är mer sociala. Det blir extra tydligt när det visar sig att det inte är signifikant negativt (allt annat lika) för kvinnor att vara ensamstående medan det har en mycket negativ effekt på hur nöjd med livet genomsnittsmannen är. Kvinnor umgås mer med vänner än män, de motionerar oftare och de har lättare att hitta ett arbete där de bor. Kvinnor anger också i högre utsträckning än män att de blivit väl behandlade av andra och gjort något intressant under den senaste veckan. I de flesta perspektiv/modeller vi analyserar finns en begränsad positiv effekt på lyckan av att vara kvinna även när hänsyn tagits till levnadsförhållanden på kort och lång sikt. Det gäller dock inte för huvudmodellen där de faktorer som betyder mest samlats i en och samma analys.

Ensamhet minskar välbefinnandet radikalt och arbetslöshet ger känsla av utanförskap

Även när det gäller civilstånd är resultatet förväntat. Att vara ensamstående har en betydande negativ effekt på välbefinnandet även när hänsyn tas till hur de som är ensamstående har det i övrigt i livet eller hur de lever sina liv. Det gäller också internationellt. Den extra negativa effekten finns i alla perspektiv som analyseras men gäller som vi konstaterat först och främst män. Socialt umgänge och relationer med andra människor är fundamentalt för människors lycka. De som är gifta (eller sambor) får dessutom en rad andra fördelar inom områden som har koppling till frågor som bidrar till högre lycka. Giftna tjänar mer. Giftna och samboende har lägre kostnader för boende, mat, etc. Forskningen beskriver dessutom en generell extra "lyckoeffekt" av att var gift utöver att vara samboende. Den fastare och mer trygga relationen antas ligga bakom.

Forskningen internationellt är också helt enig i att arbetslösa är betydligt mindre nöjda med livet. Det gäller ofta även när de jämförs med personer som i övrigt är i samma livssituation.⁹⁰ Även i Västra Götaland är de arbetslösa mindre lyckliga än andra "grupper" i befolkningen. Listan på områden där de som är arbetslösa upplever sin situation som sämre än andra kan göras mycket lång. Arbetslösa har betydligt lägre tillit till andra, känner sig oftare diskriminerade, har sämre hälsa, har gjort mindre intressanta saker och motionerar mindre. Arbetslösa umgås dock med vänner minst lika mycket som befolkningen i övrigt.

När hänsyn bara tas till hur aktiva liv invånarna lever finns en kvarvarande negativ effekt på lyckan av att vara arbetslös i Västra Götaland. När långsiktiga levnadsförhållanden analyseras i ett sammanhang finns däremot ingen särskild negativ effekt av arbetslöshet. Den rimliga tolkningen är att det inte är arbetslösheten i sig som är problemet utan vad den leder till i livet. Vi återkommer nedan till analyser av vilka frågor som blir mer eller mindre viktiga för välbefinnandet för de som är ensamstående och/eller arbetslösa.

⁹⁰ I en studie av Di Tella, MacCulloch, Oswald 2003 beräknas livstillfredsställelsen sjunka med 0,33 på en skala från 1-4. Samma grundeffect kan avläsas för Västra Götaland i figur 9. (Frey s.46)

Små skillnader mellan olika täta boendemiljöer

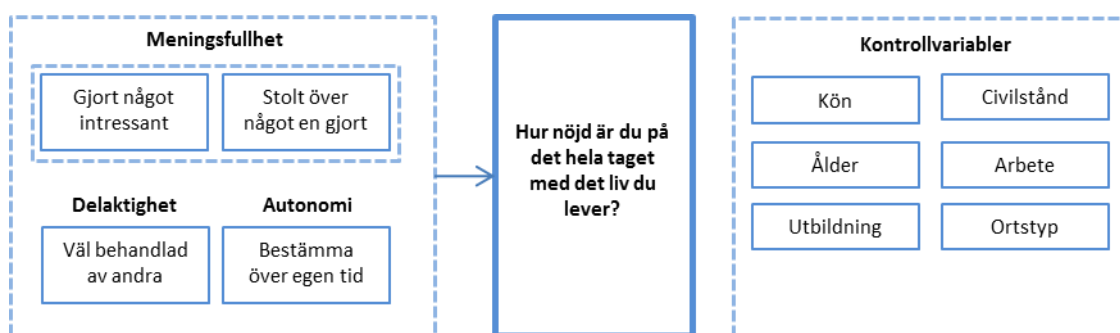
När det gäller ortstyp finns det i Västra Götaland genomgående en liten men positiv effekt av att bo i glesare områden jämfört med att bo i storstaden då hänsyn tagits till andra faktorer som gör skillnad för människors lycka. På de flesta faktorer ger invånarna dock väldigt likartade svar oavsett om de lever på ren landsbygd, i mindre tätorter, i större tätorter eller städer eller i Göteborg. Den självskattade hälsan är i genomsnitt lika god, tilliten till andra är lika stark, en ungefär lika stor andel anser att de gjort något intressant senaste veckan. Det som sticker ut är att medelinkomsten är betydligt högre i Göteborg. När invånarna själva anger hur de ser på sina ekonomiska resurser jämnas talen ut igen. Det är också tydligt att det är svårt att hitta arbete i mindre tätorter (särskilt jämfört med Göteborg) och att de på landsbygden är mest nöjda med sina jobb.

2.3. Perspektiv 1 - Vardagslivets betydelse för synen på det egna livet

Det första perspektivet utgår från att det finns ett samband mellan invånarnas vardagsliv som det ser ut och fungerar här och nu och hur nöjda de är med sina liv. Fyra frågor står i fokus (se figur 11). De handlar om meningsfullhet, utveckling, delaktighet och självbestämmande (som kan ses som ett uttryck för autonomi) och gäller hur livet varit den senaste veckan. Har en gjort något intressant eller lärt sig något nytt, känt sig stolt, blivit väl behandlad av andra, kunnat bestämma över sin egen tid.

Till höger i figuren redovisas de bakgrunds-/kontrollvariabler som ingår i analysen. Upplevelsen av livet den senaste veckan har givetvis en koppling till förhållanden i livet i stort. Det finns dock fördelar med att analysera frågan också i ett kortare perspektiv. Dels kan alla svara på den typ av frågor som ställs (oavsett om en t.ex. arbetar eller inte), dels kan betydelsen av svaren jämföras med betydelsen av hur invånarna ser på livet mer långsiktigt. Utgångspunkten är att frågorna så som de ställts (och därmed svaren) handlar om känslor av livstillfredsställelse (kognitiv lycka) och inte i första hand om känslotillstånd (affektiv lycka).⁹¹ I klartext innebär det att de kan antas ha en koppling till frågan om hur lyckliga eller nöjda invånarna är med sitt liv i ett bredare perspektiv och att de är relevanta i sammanhanget.

Figur 11 Ingående variabler och faktorer i perspektiv 1 – Vardagslivets betydelse för lycka



En betydande majoritet känner sig delaktiga och lever meningsfulla liv

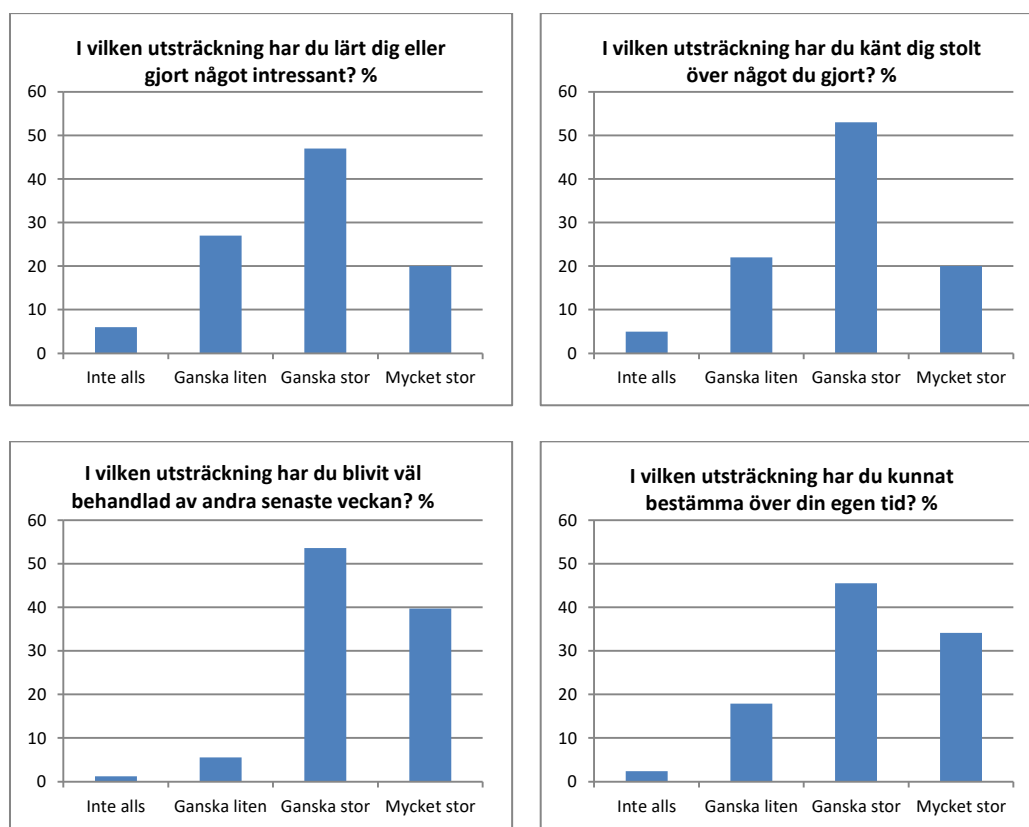
När invånarna i Västra Götaland ser tillbaka på den senaste veckan ger de genomgående en positiv bild av sina liv. En stor majoritet anger att de i ganska eller mycket stor utsträckning lärt sig eller gjort något intressant, känt sig stolt över något de gjort, kunnat bestämma över sin egen tid och att de blivit väl behandlade av andra (se figur 12). Tre av fyra menar att de i ganska stor eller mycket stor

⁹¹ Se t.ex. Brülde (2009) "Lyckans och Lidandets Etik" (2009)

omfattning kunnat bestämma över sin egen tid. Det talar för att den inte sällan livliga diskussionen om svårigheter med att få ihop "livspusslet" inte gäller en majoritet av befolkningen. Det finns givetvis utrymme för förbättringar. En av fyra invånare upplever inte att de gjort eller lärt sig något intressant eller känt sig stolta över något de gjort den senaste veckan. Vissa svar sticker ut. De med lägre utbildning anger betydligt mindre ofta att de gjort något intressant eller att de är stolta över något de gjort (se Appendix 1 Medelvärden).

Svaren för Västra Götaland ligger genomgående mycket nära de värden OECD redovisar för Sverige i en genomgång av läget internationellt.⁹² Av 40 länder (OECD, Ryssland, Kina, etc.) rankas Sverige som nummer fem på frågan om att ha lärt sig eller gjort något intressant. Kring plats tio när det gäller att bli väl behandlad och var stolt över något en gjort och i mitten för möjligheten att styra över sin tid. De skandinaviska länderna ligger i topp på den fråga som ligger närmast meningsfullhet – att ha lärt sig eller gjort något intressant – tillsammans med USA, Kanada och Nya Zeeland. Lägst andel positiva svar på denna fråga – drygt en av tre positiv - har Kina, Indien, Ryssland, Syd-Korea och Ungern.

Figur 12 Hur har ditt liv varit den senaste veckan? Meningsfullhet, självständighet, delaktighet, %



Anm: Antalet som svarat på samtliga frågor ovan är 2472 och med små variationer mellan frågorna

Stark koppling mellan meningsfullhet, delaktighet och välbefinnande

Att känna delaktighet (anse att en blivit väl behandlad) och att göra något meningsfullt är centralt för invånarnas välbefinnande.⁹³ Kopplingen mellan ovanstående frågor och hur nöjda invånarna är med sina liv är stark (se figur 13). En fjärdedel av hela variationen i "lycka" förklaras (se figur 13 (a)). De

⁹² OECD Factbook 2010: Economic, Environmental and Social Statistics - ISBN 92-64-08356-1 - © OECD 2010

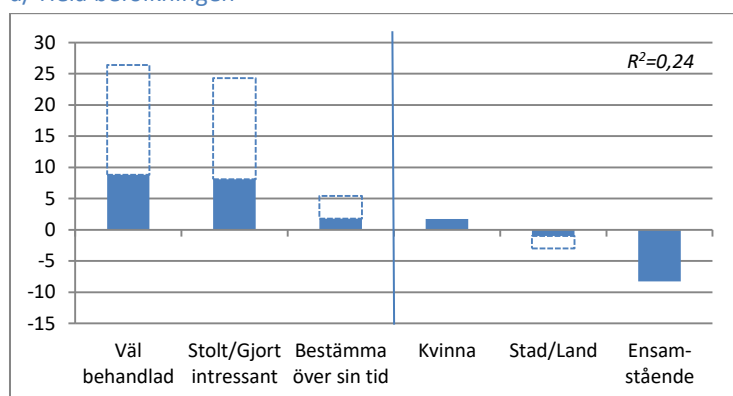
⁹³ I de statistiska analyserna har frågorna om att ha lärt sig eller gjort något intressant slagits ihop med frågan om en är stolt över något en gjort till en faktor som här beskrivs i termer av meningsfullhet

bakomliggande analyserna visar att faktorerna tillsammans förklarar mer av hur nöjda invånarna är än vad de gör var för sig. Resultaten har kontrollerats för utbildning, kön, ålder, ortstyp och civilstånd. De som är ensamstående är betydligt mindre lyckliga oavsett om de upplevt sitt liv som mer eller mindre meningsfullt, självständigt eller blivit mer eller mindre väl behandlade den senaste veckan. Det finns också en liten effekt där kvinnor och de som bor på mindre orter är mer nöjda när hänsyn tagit till övriga faktorer.

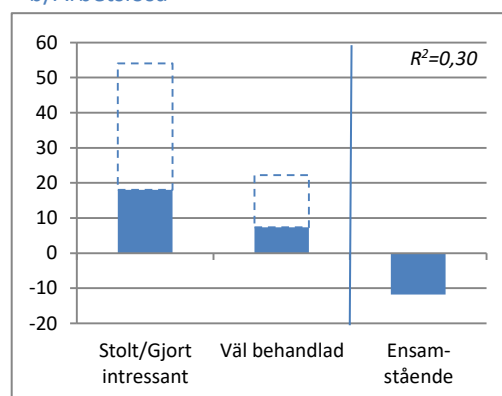
Resultaten förstärks och betydelsen av att ha något meningsfullt att göra och bli väl behandlad gör än större skillnad när den grupp som består av arbetslösa, i arbetsmarknadsåtgärder eller är förtidspensionerade (arbetslösa+) analyseras för sig (figur 13 (b)). För denna grupp motsvarar effekten av att inte alls ha lärt sig något eller gjort något meningsfullt till att ha gjort det i stor utsträckning teoretiskt skillnaden mellan att inte vara särskilt nöjd med sitt liv till att vara mycket nöjd med livet. Effekten av att bestämma över sin egen tid försvinner helt för de arbetslösa. Det är inte oväntat för en grupp som ibland beskrivs ha "all tid i världen". Samtidigt ökar den negativa betydelsen av att vara ensamstående. Alla skillnader som beror på kön, geografi eller dylikt fångas i analysen. Att ha gjort något meningsfullt, blivit väl behandlad och leva i någon form av familjeförhållanden förklarar 30 procent av hur lyckliga de invånare som står utanför arbetsmarknaden i Västra Götaland är.

Figur 13 Vardagsliv – Faktorer med betydelse för invånarnas lycka – a/Hela befolkningen, b/Arbetslösa

a/ Hela befolkningen



b/Arbetslösa+



Anm: Resultat av multivariata regressionsanalyser, n=2472 (a) n=158 (b) Den mörka delen visar beräknad procentuell förändring av lycka av ett stegs förändring av denna faktor. Det streckade området visar beräknad procentuell förändring för en person som går från lägsta till högsta värde på respektive faktor. Om en person går från att inte alls anse sig ha blivit väl behandlad till att anse sig ha blivit mycket väl behandlad (tre steg) innebär det statistiskt ett ökat välbefinnande på drygt 25 % i figur 13 a. För underlag och samtliga beräkningsresultat Appendix 2 Paket 1 Variabelöversikt samt tabellerna 1.1 och 1.2. Tabell 1.1 modell 5 ger värdet 0,088 (8,8%) för Välbehandlad. Det motsvarar den blå ytan på faktorn i figur 13 a ovan.

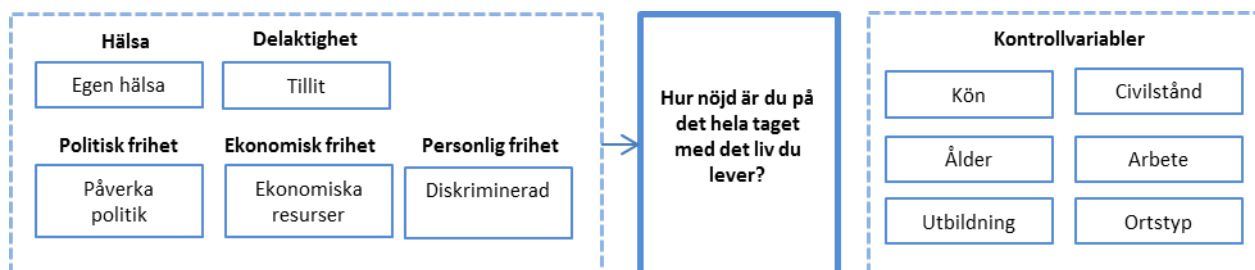
Att bli väl behandlad och göra meningsfulla saker i vardagen samt att ha någon att leva med gör sammantaget mycket stor skillnad för människors långsiktiga lycka i Västra Götaland. När dessa delar av livet fungerar spelar frågor som ålder, kön, utbildning och var en bor mindre roll.

2.4 Perspektiv 2 - Långsiktiga levnadsförhållanden, rambetingelser och lycka

Det andra perspektivet är det vanligaste inom lyckoforskningen. Det handlar om hur invånarna ser på livet i stort. Levnadsförhållanden på övergripande nivå utgör grund för analysen. Hur upplever invånarna sin hälsa, delaktighet, ekonomi och möjlighet att påverka samhällsutvecklingen och vad betyder de olika faktorerna för hur nöjda de är med sina liv. De frågor som används beskriver

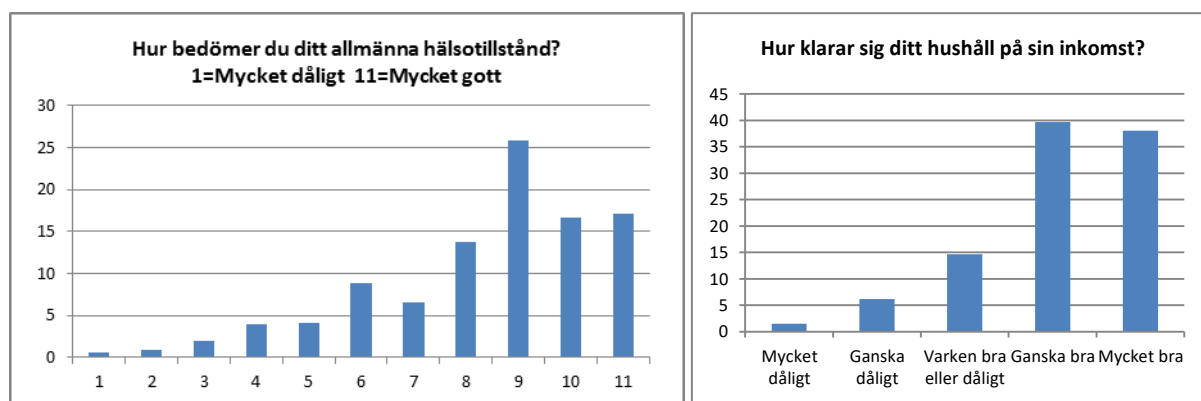
självskattad hälsa, invånarnas syn på om det går att lita på andra, synen på möjligheterna att påverka politiska beslut, invånarnas bedömning av om de blivit diskriminerade i kontakter med offentlig service av olika slag och hur de anser att det egna hushållet klarar sig på sin inkomst. Möjligheten att påverka politiska beslut, diskriminering i mötet med offentlig service och ekonomiska resurser har en koppling till frågan om invånarnas frihet i tre dimensioner; politisk frihet, personlig frihet och ekonomisk frihet (se figur 14). Det har också en koppling till så kallad procedural rättvisa. Att processen är viktig. Inte bara resultatet av densamma.⁹⁴

Figur 14 Ingående variabler och faktorer i perspektiv 2 – Här är mitt liv – Långsiktiga levnadsförhållanden



Invånarna i Västra Götaland ger totalt sett en positiv bild av sina långsiktiga levnadsförhållanden. De flesta upplever sin hälsa som god eller mycket god. Medelvärdet är 8,5 på en elva-gradig skala (se figur 15). De flesta anser att de kan lita på andra, 7,8 på motsvarande skala (figur 16 på följande sida). Nästan åtta av tio menar att deras hushåll klarar sig ganska bra eller mycket bra på sin årsinkomst. Åtta procent anger att de klarar sig ganska eller mycket dåligt. Genomsnittsinvånaren ser det åtminstone inte som omöjligt att påverka politiken i Sverige, regionen, kommunen och i den egna stadsdelen. Och trenden är att andelen som menar sig kunna påverka ökat under senare år.⁹⁵ Drygt tio procent av invånarna har känt sig diskriminerade vid kontakt med myndigheter av olika slag.

Figur 15 Grundfakta i perspektiv 2 Långsiktiga livsförhållanden – Hälsa och ekonomiska resurser

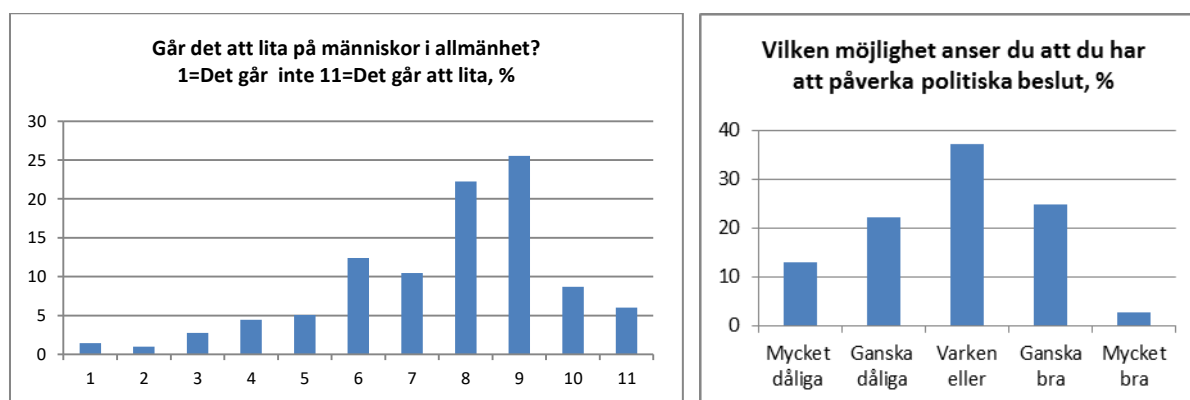


Anm: Antalet svar Hälsa n=2686, Ekonomiska resurser n=2680

⁹⁴ Diskriminering har generellt negativ påverkan på lycka, mest för grupper med mindre resurser. Frey s.110

⁹⁵ Annerstedt, Bergström, Olsson (2017) SOM rapport 2017:30

Figur 16 Grundfakta i perspektiv 2 Långsiktiga livsförhållanden – Tillit och påverkan på politiska beslut



Anm: Antalet svar Tillit n=2654, Påverka politiska beslut n=2645

Som väntat finns ett tydligt samband mellan hur invånarna bedömer sina levnadsförhållanden i stort och hur nöjda de är med sina liv. Närmare 30 procent av invånarnas lycka förklaras när kontrollvariablerna inkluderas (fig 17 (a)). Hälsa, ekonomiska resurser och tillit till andra är inte oväntat helt centrala faktorer för människors välbefinnande i Västra Götaland.⁹⁶ Politisk och personlig frihet är viktiga var för sig men fångas i den samlade analys som görs här upp av tillit och ekonomiska resurser. Precis som när det gällde vardagslivet visar de bakomliggande analyserna att faktorerna delvis beskriver samma sak, samtidigt som de tillsammans förklarar mer av hur nöjda invånarna är, än vad de gör var för sig. Frågor om hälsa, ekonomiska resurser och tillit hänger samman.

Beräkningarna har kontrollerats för utbildning, kön, ålder, ortstyp, civilstånd. Även här liknar resultaten det i det mer kortsiktiga perspektivet ovan. De som är ensamstående är betydligt mindre nöjda oavsett hur de ser på sin hälsa, sina ekonomiska resurser etc. Det gäller också i viss mån de i arbetsför ålder. För kvinnor och de som bor glesare/på mindre orter finns en liten positiv effekt som inte fångas i övergripande levnadsförhållanden. Beräkningarna har också kontrollerats för gruppen som består av arbetslösa, i arbetsmarknadsåtgärder och förtidspensionerade (arbetslösa+). Arbetslöshet ger inget utslag när hänsyn tagits tillövriga faktorer. Det antyder att det inte är arbetslösheten i sig utan vad den för med sig i form av bristande ekonomiska resurser, svagare hälsa, sämre delaktighet och tillit som gör skillnad och är det egentliga problemet.

På en direkt fråga om vad invånarna upplever som värst med att bli arbetslösa kommer ekonomiska frågor först. Det handlar om oro för att inte kunna försörja sig och för den egna framtiden. Därefter följer att inte ha något meningsfullt att göra och att inte känna sig behövd. Först därefter kommer mer tydliga sociala skäl som att sakna arbetskamrater eller att ses som mindre värd (figur 35). Åtta av tio ser det som mycket allvarligt för den egna ekonomin om de skulle bli arbetslösa.⁹⁷

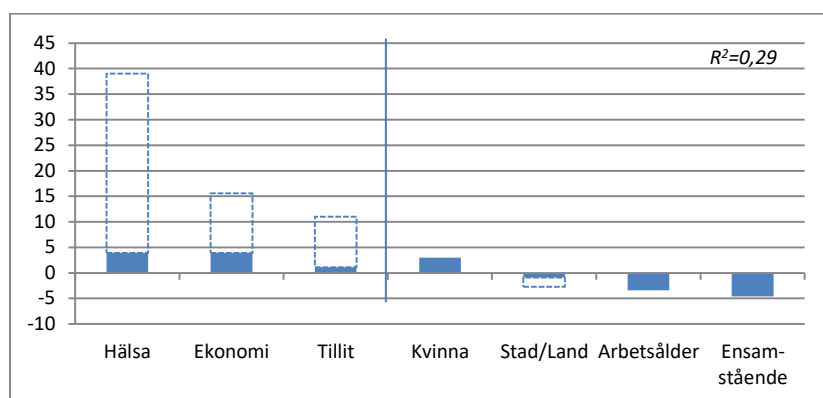
⁹⁶ I internationella forskningsresultat beskrivs hälsa ofta som viktig men inte alltid som den viktigaste frågan för välbefinnandet. Se till exempel Layard (2011) s.69. I ett svenskt sammanhang är hälsa en av de viktigaste om inte den viktigaste faktorn för människors lycka. Psykisk ohälsa anses generellt vara den viktigaste orsaken till social misär (viktigare än fattigdom) i "västvärlden" och dessutom något som människor inte vänjer sig vid. När det gäller åtgärder för ökat välbefinnande kommer det därmed högt upp i prioritering. Ibid s.181

⁹⁷ Att, som vi konstaterat i del 1, normen i samhället är att arbeta medan det snarare är att göra något meningsfullt som är det som bidrar till människors välbefinnande stämmer väl med dessa resultat. Fors, Brülde (2012) menar att orsaken till arbetslösas lägre välbefinnande är att den bidrar till lägre självförtroende.

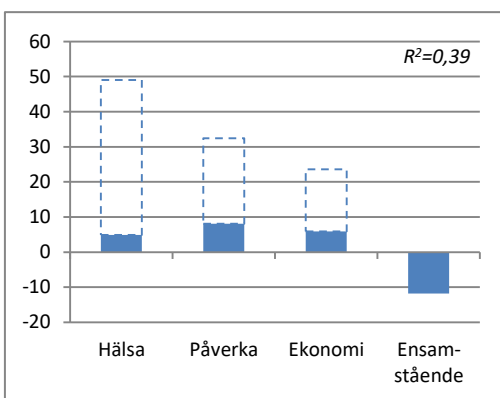
Effekterna av arbetslöshet fångades av övriga faktorer när analysen omfattade hela befolkningen. När vi väljer att bara titta på gruppen som är arbetslösa, i åtgärder och förtidspensionerade och se vilka frågor som verkligen gör skillnad för denna grupp förstärks slutsatsen ovan (figur 17 (b)). Hälsa, känslan av att ha möjlighet att påverka, den egna ekonomin och frågan om en lever ensam eller tillsammans med andra blir avgörande och förklarar närmare 40 procent av variansen i hur nöjda invånare som är arbetslösa, i åtgärder eller pensionerade i förtid är. Det som sticker ut är att känslan av att ha möjlighet att påverka (politisk frihet) gör sådan stor skillnad för gruppen. Det bör tas på stort allvar när det handlar om åtgärder i denna "åtgärdstunga" grupp.

Figur 17 Långsiktiga levnadsförhållanden – Faktorer med betydelse för lycka, a/Samtliga b/Arbetslösa

a/ Hela befolkning



b/Arbetslösa+



Anm: Resultat av multivariat regressionsanalys, n=1992 (a) n=122 (b) Den mörka delen visar beräknad procentuell förändring av lycka av ett stegs förändring av denna faktor. Det streckade området visar beräknad procentuell förändring för en person som går från lägsta till högsta värde på respektive faktor. Om en person går från att bedöma sin hälsa som mycket dålig till mycket bra (tio steg) innebär det statistiskt en ökning av välbefinnande på nästan 40 % i figur 17 a. För underlag och samtliga beräkningsresultat se Appendix 2 Paket 2 Variabelöversikt samt tabellerna 2.1, 2.2 och 2.3. Tabell 2.2 modell 2 ger värdet 0,039 (3,9%) för Hälsa. Det motsvarar den blå ytan på faktorn i figur 17 a ovan.

När vi ser på långsiktiga levnadsförhållanden gör det sammantaget stor skillnad för välbefinnandet för invånarna i Västra Götaland hur de upplever den egna hälsan, sina ekonomiska resurser och om det går att lita på andra. Allt annat lika är kvinnor, de som bor på landet och äldre något mer nöjda med livet. Att vara ensamstående gör betydande skillnad men i motsatt riktning. För de som är utanför arbetsmarknaden är frågan om att själv vara med och påverka mycket viktig.

2.4. Perspektiv 3 – Levnadssätt: Vanor, aktiviteter, engagemang och välbefinnande

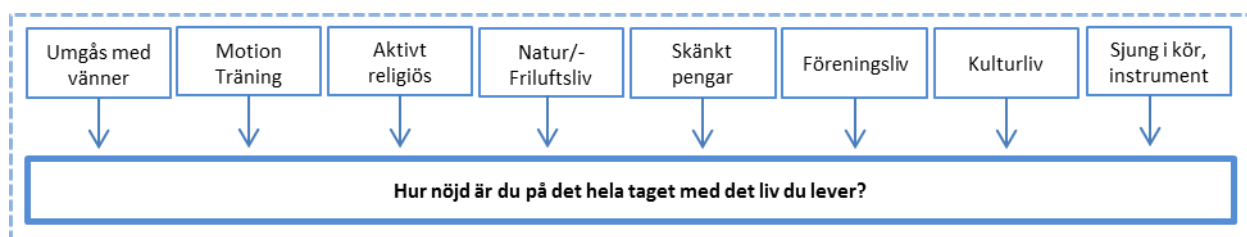
Så byter vi utgångspunkt från kort- och långsiktiga levnadsförhållanden till levnadssätt. Det tredje perspektivet handlar om vilka vanor invånarna i Västra Götaland har och vilket samband det har med hur nöjda de är med livet. Vad gör de på den tid de kan bestämma över själva? Vilka intressen har de? Hur aktiva och engagerade är de generellt och i samhälle och föreningsliv?

De aktiviteter som ingår i analysen är att mer eller mindre frekvent ha umgåtts med vänner, varit ute i naturen/idkat friluftsliv, deltagit i det klassiska kulturlivet (teater, opera, klassisk konsert, museum), själv gjort kulturella aktiviteter som att sjunga i kör, motionerat/tränat samt besökt gudstjänst eller religiöst möte. Dessutom diskuteras omfattningen och betydelsen av föreningsengagemang (mäts genom medlemskap i föreningar som en inte blir automatiskt ansluten till) och bredare samhälls-

engagemang/altruism. Här används i vilken mån invånarna anger att de valt att skänka pengar till välgörande ändamål som mått.

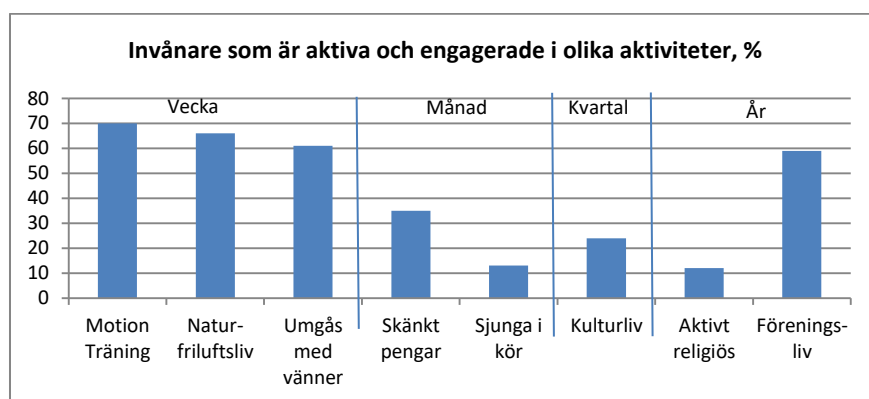
I detta perspektiv redovisas inte analysen av faktorernas samlade betydelse för hur nöjda invånarna i Västra Götaland är med livet i figur.⁹⁸ Det viktiga är att konstatera att invånare som är aktiva är mer nöjda med sina liv generellt. I de beräkningar som ändå gjorts (se Appendix 2 Paket 3) förklaras ca 10 procent av hur nöjda invånarna är med sina liv när samtliga faktorer nedan och kontrollvariablerna ingår i analysen. De faktorer som visar sig göra egentlig skillnad är att umgås med vänner, motion/träning och att vara aktivt religiös. Betydelsen av civilstånd, om en har arbete eller inte och att vara kvinna blir dock relativt stora i detta perspektiv och vi vill varna för övertolkning.

Figur 18 Ingående faktorer i perspektiv 3 – Levnadssätt



Invånarna i Västra Götaland är aktiva. Sju av tio motionerar, två av tre är ute i naturen/idkar friluftsliv, sex av tio umgås med vänner, allt minst en gång i veckan. En av fyra invånare har gått på teater, opera, musikal, klassisk konsert eller museum det senaste kvartalet. Tre av tio har varit på gudstjänst eller annat religiöst möte det senaste året. Sex av tio invånare är medlem i en idrotts- eller friluftsförening, miljöorganisation, politiskt parti, kulturförening, välgörenhetsorganisation eller lokal samhällsförening/byalag. En av tre har skänkt pengar till någon hjälporganisation minst en gång i månaden. En av tio sjunger i kör eller spelar instrument regelbundet.

Figur 19 Vanor, aktiviteter och engagemang bland invånarna i Västra Götaland 2014, %

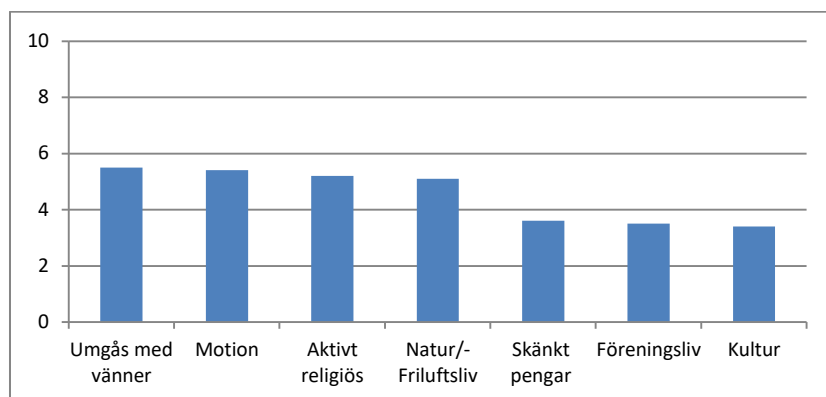


Det är tydligt att ett aktivt och engagerat liv bidrar till ökad livstillfredsställelse. De som är mer aktiva och engagerade på sin fritid är genomgående mer nöjda med livet. Det gäller oavsett vad aktiviteten består i. Att umgås med vänner har starkast samband med att vara mer eller mindre nöjd med livet. Många av de aktiviteter som ingår kan göras och görs med vänner. I del 1 konstaterade vi den positiva betydelsen på såväl nöje som meningsfullhet som det har att göra saker med andra istället

⁹⁸ För samtliga ingående faktorer och beräkningsresultat se Appendix 2 Paket 3 Variabelöversikt samt tabellerna 3.1, 3.2 och 3.3.

för själv, samt den stora betydelsen av relationer. I övrigt är det att motionera, att vara aktivt religiös och att idka natur och friluftsliv som var för sig har starkast samband med hur nöjda invånarna är med sina liv. Att skänka pengar och att delta mer aktivt i det klassiska kulturlivet ger ett något mindre men positivt utfall. Skillnaderna mellan olika aktiviteter är små.

Figur 20 Levnadssätt – Varje faktors enkla samvariation med hur nöjda invånarna är med livet, %



Anm: Bivariat regressionsanalys n=2174, Figuren beskriver en analys av samvariationen mellan de olika indikatorerna och frågan om hur nöjda invånarna är med livet å det hela taget. Analysen har gjorts för en fråga i taget och ingen hänsyn tas till samvariation mellan variablerna eller till kontrollvariabler som kön, ålder, etc. I figuren innebär det en ökad lycka med drygt fem procent för genomsnittsinvånaren att gå från att inte umgås med vänner ofta till att göra det. För samtliga beräkningsresultat för denna modell se Appendix 2 Paket 3 Variabelöversikt samt tabellerna 3.1, 3.2 och 3.3.

De levnadssätt som ingår har en koppling till några av de frågor om vardagslivet som diskuterades i 2.3. Flera av aktiviteterna ovan kan innebära att invånarna anser att de lärt sig eller gjort något intressant eller gjort något de känt sig stolta över under senare tid. Resultaten här pekar mot att aktiva invånare när det gäller levnadssätt också lever ett mer innehållsrikt liv generellt. Det är givetvis inte på något sätt förvånande. Det går också att diskutera om sambandet mellan levnadssätt och lycka beror på tillgång till ekonomiska resurser. De aktiviteter som ingår i analysen är dock i huvudsak inte av typen att de behöver innebära höga kostnader.

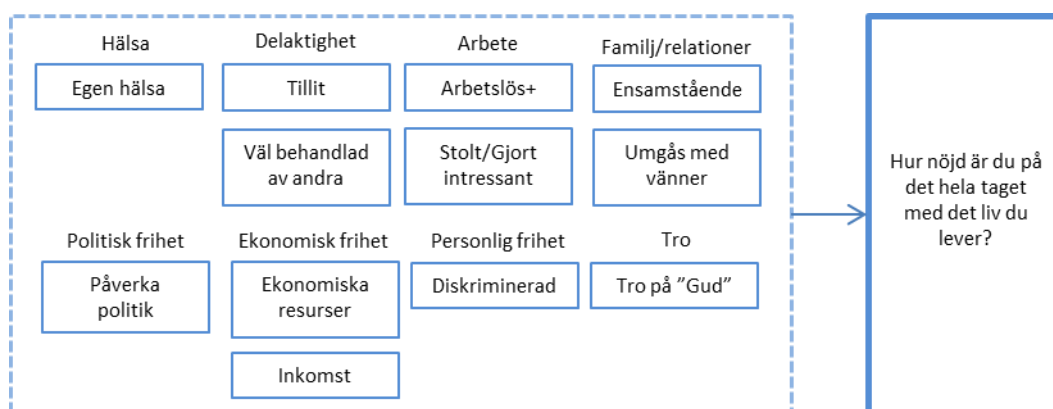
Sammantaget är det att leva ett aktivt och engagerat liv och att umgås med vänner som gör skillnad för den som vill ha ett lyckligare liv om vi diskuterar levnadssätt. Vad aktiviteten består i verkar betyda mindre. En aning motion och träning verkar dock inte skada. Det är den enskilda faktor som betyder mest efter att umgås med vänner tillsammans med att vara aktivt religiös. När vi nedan sätter samman resultaten i de nu tre redovisade modellerna låter vi samtliga faktorer/levnadssätt här vara en del av analysen. Det visar sig då att det är att umgås med vänner som gör extra skillnad när hälsa, frågan om att ha gjort något meningsfullt etc. finns med i analysen (se 2.5 samt Appendix 2 Tabell 4.3).

2.5. Huvudmodell - Levnadsförhållanden, levnadssätt, rambetingelser och lycka

Vi konstaterade inledningsvis att det finns en betydande samsyn kring ett antal grundläggande faktorer som är avgörande för om människor i gemen är långsiktigt lyckliga. Den genomgång av olika perspektiv som gjorts här vidimerar i stort denna bild för invånarna i Västra Götaland. Den ger också förutsättningar att välja de mest relevanta indikatorerna till en samlad analysmodell. En modell som då inkluderar levnadsförhållanden som de ses både på kort och lång sikt och levnadssätt i form av aktiviteter och intressen. Faktorerna har beskrivits som "The big seven". I praktiken mäts de oftast

med minst nio indikatorer. Här redovisas de som åtta faktorer och vi väljer att ta med tolv indikatorer i analysen (se figur 21).

Figur 21 Ingående faktorer och indikatorer i huvudmodell – Livet i sin helhet (exklusive kontrollvariabler)



När det gäller betydelsen av arbete, delaktighet (socialt kapital) och inkomster/ekonomisk frihet används flera indikatorer (se figur 21). Var för sig har dessa indikatorer ett klart samband med hur nöjda invånarna är med livet men de speglar också olika sidor av samma mynt. Det betyder t.ex. att det går att göra något meningsfullt utan att arbeta. Det går att känna tillit utan att ha blivit väl behandlad under senare tid (även om det är mindre vanligt än annars). Det finns också en samvariation mellan ekonomisk, politisk och personlig frihet där de som upplever att de har ekonomisk frihet i mindre grad känner sig diskriminerade och i högre grad menar att de har möjlighet att påverka politiken. Som vi konstaterat tidigare mäter dock de olika indikatorerna för liknande faktorer olika saker.⁹⁹

Samma kontrollvariabler som tidigare används. Modellen har också kontrollerats för ett stort antal andra faktorer t.ex. när det gäller levnadssätt så som att delta aktivt i kulturlivet, skänka pengar eller idka natur och friluftsliv mer frekvent, träna eller motionera mer eller mindre ofta eller att dricka alkohol mer eller mindre frekvent. Ingen av dessa faktorer bidrar med någon ytterligare förklaring – gör någon ytterligare skillnad – för hur nöjda invånarna är med sina liv i sammanhanget.¹⁰⁰

Hälsa, meningsfullt att göra, ekonomisk frihet, delaktighet och relationer gör skillnad

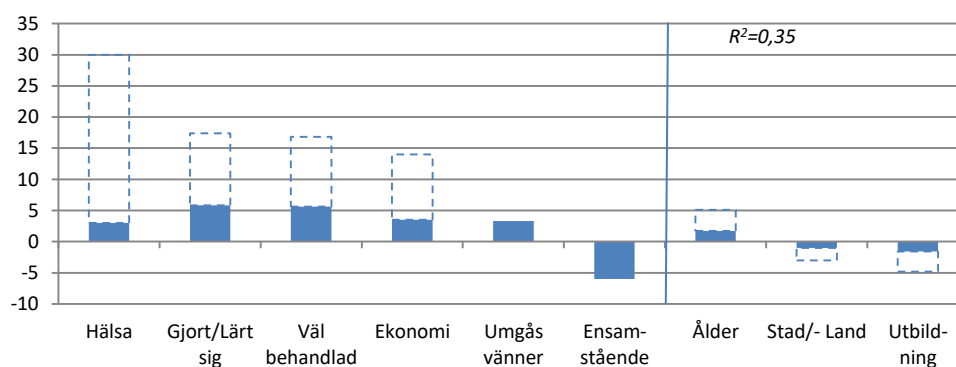
När alla indikatorer analyseras i ett sammanhang utkristalliserar fem faktorer som de som i huvudsak förklarar hur nöjda invånarna i Västra Götaland är med sina liv (figur 22). De är hälsa, arbete (något meningsfullt att göra), delaktighet (uppleva att en blivit väl behandlad av andra), ekonomisk frihet (hur en upplever sina ekonomiska resurser) och familje- och andra nära relationer (att leva med någon och att umgås med vänner). Mer än en tredjedel av hur nöjd genomsnittsinvånaren är förklaras. Samtliga faktorer minskar i betydelse jämfört med hur vad de betyder var för sig. De faktorer som var för sig har störst sammantagen effekt på lyckan är också delvis beroende av varandra.

⁹⁹ Se även Appendix 2 Tabell 4.2 samt Tabell 6.2 som visar hur indikatorerna inom samma område gör signifikant skillnad för lyckan när de testas tillsammans som oberoende variabler.

¹⁰⁰ Det hindrar givetvis inte att det finns bakomliggande orsakskedjor där till exempel motion är en av de faktorer som anses göra en avgörande skillnad för hälsan om denna varit den beroende variabeln i analysen.

Resultaten kan vid en första anblick verka självklara. Men riktigt så banalt är det inte. Att vara arbetslös/förtidspensionerad ger t.ex. ingen signifikant effekt på hur nöjda invånarna är med livet när hela modellen analyseras. Samtidigt råder ingen tvekan om att arbetslöshet är ett gissel och ett problem för samhället och för de som drabbas. Som vi konstaterat tidigare är det dock inte arbetslösheten i sig utan vad den leder till i fråga om passivitet, minskat umgänge och förlorade ekonomiska resurser som är huvudproblemet. När analysen av ovanstående modell görs enbart för de arbetslösa/förtidspensionerade (se nedan) blir att ha gjort något meningsfullt och/eller vara stolt över något en gjort, det som gör störst skillnad för att förklara de arbetslösas syn på sina liv.

Figur 22 Livet i sin helhet (Huvudmodell) – Faktorer med betydelse för invånarnas lycka



Anm: Resultat av multivariat regressionsanalys, n=1788. Den mörka delen visar beräknad procentuell förändring av lycka av ett stegs förändring av denna faktor. Det streckade området visar beräknad procentuell förändring för en person som går från lägsta till högsta värde på respektive faktor. Om en person går från att bedöma sin hälsa som mycket dålig till mycket bra (tio steg) innebär det statistiskt en ökning av välbefinnande på 30 % enligt figur 22. För underlag och samtliga beräkningsresultat se Appendix 2 Paket 4 Variabelöversikt samt tabellerna 4.1, 4.2 och 4.3. Tabell 4.3 modell 3.2 ger värdet 0,030 (3,0%) för Hälsa. Det motsvarar den blå ytan på faktorn i figur 22 ovan.

Inte heller tillit, en annan av de indikatorer som internationellt sett är mest använd och betydelsefull för att förklara lyckan inom olika nationer, visar något statistiskt säkerställt samband med hur nöjda invånarna i Västra Götaland är med sina liv i huvudmodellen. Här är det frågan om att ha blivit väl behandlad som tar över och gör skillnad. Resultaten pekar mot den uppmuntrande slutsatsen att bristande tillit till omvärlden liksom arbetslöshet/utanförskap är något som kan påverkas genom att vi behandlar varandra väl och genom att alla invånare har möjlighet att göra något meningsfullt. Detta resultat visar sig gälla oavsett om analysen omfattar alla invånare, kvinnor respektive män, för de som bor på landet eller i storstaden, för ensamstående eller sambor, för de som har arbete och de som inte har det eller för olika yrkesgrupper.

Ett tredje "icke-resultat" som är värt att diskutera är att inkomsten inte spelar någon signifikant roll för hur nöjda invånarna är med livet när hänsyn tas till hur de ser på sina ekonomiska resurser och övriga faktorer. Det finns en stark samvariation mellan inkomst och synen på den egna ekonomin, men det är inte så att det i varje enskilt fall är självklart att ett hushåll med högre inkomst uppfattar den egna ekonomin som mer tillfredställande. Det finns tillvänjningseffekter, det går att leva på olika sätt och i olika typer av miljöer och vi vet också att synen på den egna ekonomin beror på vilken grupp en jämför sig med. Sociala jämförelser förstärker betydelsen av skillnader i var en bor och vilka en umgås med och gör uppfattningen om de ekonomiska resurserna mer betydelsefull än den faktiska inkomsten.

För det fjärde kan vi konstatera att inte heller personlig eller politisk frihet visar någon statistiskt signifikant samvariation med hur nöjda invånarna är med livet. Indikatorerna är om en anser sig diskriminerad i utnyttjandet av olika former av offentlig service respektive att en kan påverka politiken på olika nivåer i Sverige. Var för sig och i en analys där bara en faktor i taget ingår är detta två faktorer som betyder en hel del för hur nöjda invånarna är med livet. I den samlade modellen fångas dock dessa aspekter upp av frågor kring tillit, resurser, umgänge etc. Resultatet kan givetvis också tolkas så att dessa två frågor inte är urskiljande i nuläget, i ett relativt homogent land med lång demokratisk tradition och med en i grunden relativt väl fungerande servicedemokrati. Att personlig och politisk frihet är fundamentalt viktigt för hur lyckliga människor är blir extra tydligt vid jämförelser mellan olika länder. Länder med bristande demokrati och omfattande korrupktion hamnar långt ner i internationella jämförelser. Detta samband gäller också när jämförelsen inkluderar ländernas ekonomiska nivå.

Inte heller att tro på någon gud gör någon extra skillnad för lyckan när hänsyn tas till samtliga faktorer i modellen. Detta är ett resultat som skiljer sig i förhållande till många andra regioner/länder i världen. En möjlig förklaring är att Sverige är ett sekulariserat land. Det visar sig att det för religiösa grupper som är i minoritet i ett land inte är lika självklart att den tro en har gör en lyckligare. Vi har dessutom konstaterat att frågor om aktiviteter som kultur, motion, natur- och friluftsliv, att skänka pengar, etc inte gör någon extra skillnad inom ramen för denna huvudmodell.

Ett antal kontrollvariabler ger ett litet men signifikant utfall. I förhållande till de livsförhållanden och levnadssätt som de olika bakgrundsfaktorerna generellt bidrar med är äldre, de med kortare utbildning och de som bor på mindre snarare än mer folkrika platser något mer nöjda med livet.

Sammantaget och i en modell som försöker ta hänsyn till levnadsförhållanden och levnadssätt och berör samhällets rambetingelser i form av personlig och politisk frihet är en bra upplevd hälsa, att göra något meningsfullt, att bli väl behandlad av andra, att ha tillräckliga ekonomiska resurser, att umgås med vänner och att ha någon att dela sitt liv med det som gör skillnad. När hänsyn tagits till dessa faktorer är äldre något lyckligare än yngre, de som bor på landet något lyckligare än de som bor mer tätt och de med kortare utbildning något lyckligare än de med längre. Frågor som arbetslöshet, tillit, inkomstnivå gör i detta sammanhan ingen signifikant skillnad på lyckan för invånarna.

Om beskrivningen gäller faktorerna i sig och inte hur de mäts blir svaret att hälsa, arbete, delaktighet, familj/relationer och ekonomisk frihet är det som gör störst skillnad för invånarnas välbefinnande.

Vad betyder stegvis förändringar i livet för lyckan – internationell jämförelse

En samlad analys av den relativa betydelsen av olika faktorer för hur nöjda invånarna är med livet kan också ske genom att göra en bedömning av vad som är en rimlig förbättring eller försämring på respektive faktor och des ingående faktorer. Vi kan ta hälsa som exempel. Hälsa är den indikator som totalt sett betyder mest. Det är dock inte särskilt sannolikt att invånarna går från mycket dålig självskattad hälsa till mycket bra eller från mycket bra till mycket dålig. Det är oftast några steg på vägen

I nedanstående tabell görs tolkningar av realistiska negativa förändringar i människors liv för de indikatorer som är signifikanta i huvudmodellen. Resultaten redovisas enligt modellens rubriker och den internationella jämförelsen bygger på negativa förändringar i samma storleksordning som de

som antagits för Västra Götaland. Den antagna storleken på förändringarna anges i tabellen. Det finns en slående likhet i olika faktorerers betydelse för Västra Götaland (Sverige) och internationellt när det gäller hur realistiska förändringar i levnadsförhållanden och levnadssätt påverkar hur nöjda invånarna är med livet.

Betydelsen av familj, vänner och känslan av samhörighet – relationer - blir tydlig, liksom frågan om meningsfullhet, att göra saker som en själv uppfattar som intressanta och lärorika och som gör en stolt. Hälsan betyder mest om en ser en normal förändring som att gå ner tre steg på en skala på tio steg från en bra hälsa till en mindre bra. En kraftig försämring av hälsan påverkar då välbefinnandet två till tre gånger mer än den här angivna nivån. Ekonomin är viktig men en något svagare ekonomi betyder, i detta "real case scenario", mindre för genomsnittsinvånaren än att ha känt sig väl behandlad under senare tid. Det är värt att notera att effekten på välbefinnandet blir mycket stora för en invånare som går från t.ex. ett arbete som uppfattas som meningsfullt till arbetslöshet utan meningsfulla aktiviteter, med en försämrade ekonomi och med ofta en försämrade hälsa som följd.

Tabell 1 Vad är viktigast för lycka? Västra Götaland samt generellt

Faktorer	Indikator	Minskad "lycka" %	
		Västra Götaland	Generellt
Familj och vänner	Vara ensamstående istället för att inte vara ensamstående	6	8
	Sluta umgås med vänner minst en gång per vecka	3	
Ekonomi	Ekonomiska resurser från mycket bra till ganska bra	4	2
Arbete	Gjort, lärt sig något, stolt. Ett steg ned på fyrgradig skala	6	6
Delaktighet	Väl behandlad av andra. Ett steg ned på fyrgradig skala	6	2
Hälsa	Självuppskattad hälsa. Ner tre steg på tiogradig skala	9	6
Personlig frihet	Från mycket till ganska goda möjligheter påverka politik	-	5
Personliga värderingar	Att inte tro på någon Gud jämfört med att tro	-	4

Anm: Källa för de generella (internationella) värdena: Layard 2011 s.62 ff. baserat på Helliwell (2003) Metoder och angreppssätt är inte helt jämförbara för data för Västra Götaland och de som redovisas som generella. Det spelar dock mindre roll i en mer övergripande diskussion. För ekonomi och delaktighet ger mer heltäckande begrepp för Västra Götaland större utslag. För personlig frihet är de fem procent som står som generellt värde baserat på en internationell jämförelse av demokratier och länder och kunde därmed använts som proxy också för Västra Götaland.

Även när det gäller skillnader i lycka mellan länder finns en stark samvariation med faktorer med koppling till de i modellen ovan. Skilsmässor, arbetslöshet, tillit, föreningsmedlemskap, hur demokratin fungerar och andelen troende förklarar 80 procent av skillnaden mellan olika länder när utgångspunkten togs i World Value Survey i inledningen av 2000-talet.¹⁰¹

2.6. Olika frågor gör olika stor skillnad för olika grupper i samhället

Vi har redan konstaterat att olika faktorer betyder olika mycket för olika grupper i befolkningen, dels beroende på levnadsförhållanden och levnadssätt, men det ser också ut att finnas skillnader som beror på förväntningar, roller och normer i samhället. I grunden finns ett mönster där hälsa, att bli väl behandlad, att umgås med vänner, att göra något meningsfullt och att ha tillräckliga ekonomiska resurser är viktigt för lyckan i princip i alla grupper. Den fördjupade analysen kring hur "vad som gör skillnad" skiljer sig mellan olika grupper ger utöver det en rad resultat som kan diskuteras i ett policyperspektiv.

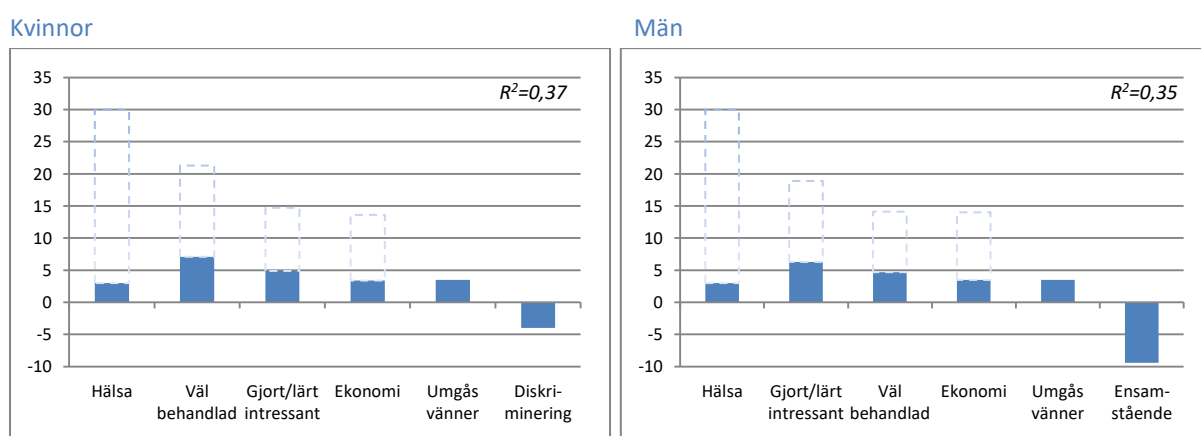
¹⁰¹ Helliwell (2003) i Layard (2011) s.70 f.

Kvinnor mer sociala och mer utsatta, män ska göra saker och bör inte leva ensamma

Kvinnor är i genomsnitt något mer nöjda med livet än män. Kvinnor är också ofta något mer nöjda med livet än män när hänsyn tagits till kvinnors respektive mäns levnadsförhållanden och levnadssätt i stort. När frågan om vad som betyder mest för kvinnors respektive mäns välbefinnande analyseras var för sig finns också en grundstomme där frågor om hälsa, att bli väl behandlad av andra, ekonomiska resurser, att umgås med vänner och att göra något intressant är centrala ingredienser, men i övrigt och i betydelsen av några av faktorerna är skillnaderna stora och intressanta. Det dominerande intrycket blir ett samhälle där traditionella könsroller lever kvar. Kvinnor framstår som mer sociala, som de som tar ansvar för hem och familj och som mer utsatta. Genomsnittsmannen har mycket svårt att klara ensamhet och har ett större behov av att göra saker för att vara lycklig.

Ett av de mer oväntade resultaten i materialet är att det inte finns någon signifikant negativ effekt av att leva ensam för kvinnor när hänsyn tagits till levnadsförhållanden och levnadssätt i övrigt. För män minskar välbefinnandet i genomsnitt med hela tio procent av att vara ensamstående. Kvinnor påverkas samtidigt negativt av att de upplever sig som mindre väl behandlade i olika myndighetskontakter. Här finns ingen signifikant effekt för män. Ett tecken på att samhällets rambetingelser inte ser ut att ge jämlika förutsättningar för kvinnor och män. Det betyder dessutom mer för kvinnor generellt än för män hur de menar att de blir behandlade av sin omgivning. För män är det, förutom den stora negativa effekten det har att vara ensamstående, det stora värdet av att ha haft något meningsfullt att göra som sticker ut.

Figur 23 Vad gör kvinnor respektive män mer eller mindre lyckliga?



Anm: Resultat av multivariat regressionsanalys, n=878 kvinnor, n=910 män. Den mörka delen visar beräknad procentuell förändring av lycka av ett stegs förändring av denna faktor. Det streckade området visar beräknad procentuell förändring för en person som går från lägsta till högsta värde på respektive faktor. Om en kvinna eller man går från att bedöma sin hälsa som mycket dålig till mycket bra (tio steg) innebär det statistiskt en ökning av välbefinnande på 30 % enligt figur 23. För underlag och samtliga beräkningsresultat se Appendix 2 Paket 4 Variabelöversikt samt tabell 4.6. Tabell 4.6 modell 1 och 2 ger värdet 0,030 (3,0%) för Hälsa. Det motsvarar den blå ytan på faktorn i figur 23 Kvinnor och 23 Män ovan.

Lycka för arbetslösa förutsätter något meningsfullt att göra och en känsla av delaktighet

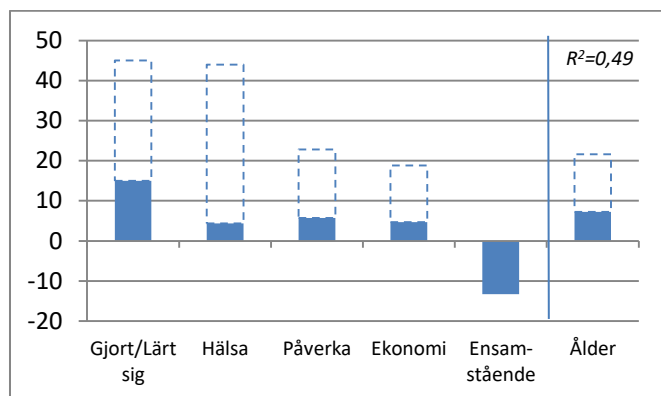
Vi har genomgående i analyserna i de tidigare avsnitten diskuterat betydelsen av olika faktorer för de som är i utanförskap på arbetsmarknaden jämfört med befolkningen som helhet. En slutsats har varit att det inte är arbetslösheten i sig som är huvudproblemet utan vad arbetslösheten innebär i form av brist på meningsfull sysselsättning, socialt utanförskap, mindre självförtroende/självkänsla och sämre ekonomiska resurser.

När frågan om vad i levnadsförhållanden och levnadssätt som betyder mest för de som är arbetslösa, i arbetsmarknadsåtgärder eller förtidspensionerade analyseras i vår huvudmodell känns svaren igen. Den negativa effekten av att vara ensamstående är närmast tre gånger så stor för den som är utanför arbetsmarknaden än för övriga invånare. För de som inte möter någon i en arbetsituation blir ensamheten så mycket tyngre att bära. Det är dessutom betydligt vanligare att de som är arbetslösa eller förtidspensionerade är ensamstående.¹⁰² Även betydelsen av att ha gjort något intressant, lärt sig något och känt sig stolt över något en gjort är tre gånger större än för övriga invånare.

Det finns dessutom en positiv effekt för de som känner att de är en del av och kan påverka politiken. Och ju äldre de arbetslösa är desto mindre negativ effekt har det på deras välbefinnande. Vi har från internationella resultat konstaterat att det tar tid att anpassa sig till ett liv utanför arbetsmarknaden, att det sker mycket långsamt (se del 1).¹⁰³ Det ser ut att gälla också för Västra Götaland.

Allt pekar på att satsningar på att bidra till att skapa en meningsfull tillvaro, kontakter med andra människor och delaktighet i de beslut som tas är avgörande frågor för att motverka de negativa effekterna av arbetslöshet och utanförskap på invånarnas välbefinnande. En fungerande ekonomi är givetvis också viktig. Insatserna är dessutom mer betydelsefulla ju yngre de som hamnat utanför arbetsmarknaden är. Resultaten ser ut att bekräfta de analyser som ligger bakom arbetsmarknadspolitiken. Frågan är väl snarare om dessa kunskaper används fullt ut när olika åtgärds paket och aktiviteter utformas.

Figur 24 Vad påverkar arbetslösas lycka mest?



Anm: Resultat av multivariat regressionsanalys, n=103. Den mörka delen visar beräknad procentuell förändring av lycka av ett stegs förändring av denna faktor. Det streckade området visar beräknad procentuell förändring för en person som går från lägsta till högsta värde på respektive faktor. Om en person går från att själva bedöma att hen inte alls lärt sig/gjort något nytt under den senaste veckan till att ha gjort det i mycket stor utsträckning (tre steg) innebär det statistiskt en ökning av välbefinnande på 45 % enligt figur 24. För underlag och samtliga beräkningsresultat se Appendix 2 Paket 4 Variabelöversikt samt tabell 4.4. Tabell 4.4 modell 2 ger värdet 0,15 (15%) för Gjort något intressant/Lärt något nytt. Det motsvarar den blå ytan på faktorn i figur 24 ovan. De resultat som visas är logiska och statistiskt signifikanta men viss försiktighet i tolkningarna när det gäller storleksordningarna krävs då underlaget för analysen är begränsat.

Att umgås med vänner blir inte signifikant betydelsefullt för hur nöjda med livet de som är arbetslösa är. Vi kan som tidigare tolka det som att det inte är tiden att umgås med vänner som saknas. Det kan

¹⁰² 23 procent av respondenterna är ensamstående. För gruppen med arbetslösa, i åtgärder och förtidspensionerade är det 45 procent. Att vara ensamstående är mer ovanligt bland de med låg och hög utbildning. Se Appendix 1 Medelvärden.

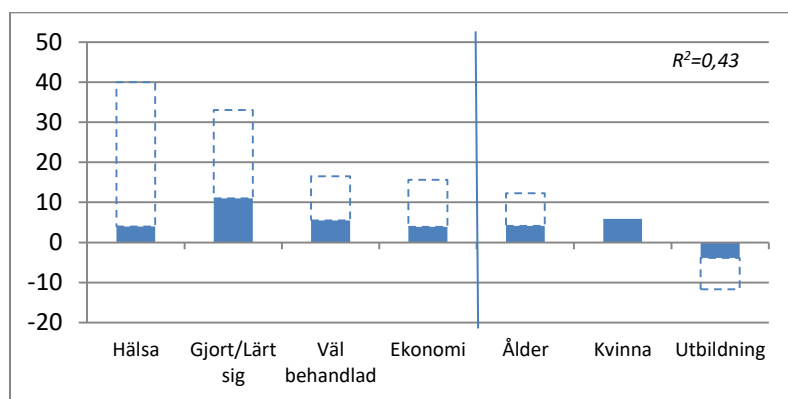
¹⁰³ Även om det ligger utanför den här analysen är det i sammanhanget befogat att konstatera att en genomsnittlig ålderspensionär, till skillnad från en dito förtidspensionärer, oftast är nöjd med sitt liv.

snarare vara vännerna i sig som saknas bland människor som i betydligt högre grad är ensamstående än för de som har ett jobb.

Ensamhet förutsätter aktivitet

För de som är ensamstående fördubblas betydelsen av att ha gjort något meningsfullt jämfört med snittinvånaren. Alla resultat pekar (helt logiskt och åter) på att de som är ensamstående (och de utan arbete) har ett större behov av att leva ett aktivt liv för att kompensera för de mer begränsade kontakterna inom familjen.

Figur 25 Vad är viktigast för att ensamstående ska vara lyckliga?



Anm: Resultat av multivariat regressionsanalys, n=373. Den mörka delen visar beräknad procentuell förändring av lycka av ett stegs förändring av denna faktor. Det streckade området visar beräknad procentuell förändring för en person som går från lägsta till högsta värde på respektive faktor. Om en ensamstående går från att bedöma sin hälsa som mycket dålig till mycket bra (tio steg) innebär det statistiskt en ökning av välbefinnande på 40 % enligt figur 25. För underlag och samtliga beräkningsresultat se Appendix 2 Paket 4 Variabelöversikt samt tabell 4.7. Tabell 4.7 modell 1 ger värdet 0,040 (4,0%) för Hälsa. Det motsvarar den blå ytan på faktorn i figur 25 ovan.

Att leva ensam påverkar livet mer i negativ riktning för invånare med högre utbildning. Precis som när det gäller arbetslösa finns en tillvänjningseffekt eller acceptans med stigande ålder. Inte heller för ensamstående gör det dock någon signifikant skillnad att umgås mer eller mindre med vänner. En möjlig orsak är att vännerna till stor del saknas även bland de som är ensamstående. En annan är att de som är aktiva bland de som är ensamstående är de som umgås med vänner. En djupare analys krävs och är viktig. Vi påminner också om att kvinnor i genomsnitt upplever det som betydligt mindre problematiskt att leva ensamma. Mer än 40 procent av hur nöjda de ensamstående är med livet förklaras av de faktorer som redovisas i figur 25.

De som är sambor, gifta eller änker är betydligt mer nöjda med livet och lyckan är mer jämnt fördelad över åldrarna och mellan kvinnor och män (ingen figur visas). I praktiken är det de som är gifta som är tydligt mer nöjda. För sambor eller änker finns ingen särskild samvariation med lycka. Att gifta är mer nöjda med livet är väl känt. Samboskapet ser samtidigt ut att neutralisera det mesta av de skillnader som annars finns mellan kvinnor och män, frågan behöver dock analyseras mer i detalj

Arketyperiska yrkesgrupper? Aktiva företagare och chefer som mår processer

Resultaten för olika yrkesgrupper visar på relativt stora skillnader. Även här finns en tendens att de bekräftar vardagliga föreställningar om de olika roller och drivkrafter människor har i samhället. För de som definierar sig själva som företagare gör det betydligt större skillnad för den egna lyckan att ha gjort något intressant och att det ger utfall i bra ekonomiska resurser än för genomsnittsinvånaren.

Fyra faktorer förklarar ensamma fyrtio procent av hur nöjda företagare är med livet. Att ha gjort något intressant, att bli väl behandlad, hälsa och ekonomiska resurser. Övriga faktorer är inte signifikanta. Och resultaten gäller lika för kvinnor och män, för olika åldrar och för olika utbildningsnivåer, i stad och land (för beräkningsresultat för yrkesgrupper se Appendix 2 Tabell 4.8).

För tjänstepersoner i ledande positioner är betydelsen av att bli väl behandlad ungefär dubbelt så stor som för genomsnittsinvånaren. I övrigt är hälsa viktigt och de med lägre utbildningsnivå som har denna typ av arbete, som kanske gjort en mer oväntad karriär, är betydligt mer nöjda än de med högre utbildning (allt annat lika). Det är också intressant att det inte finns någon signifikant effekt bland tjänstepersoner i ledande positioner av att ha gjort eller lärt sig något intressant. Det är unikt i materialet (tillsammans med gruppen med lägst utbildning) och bidrar till en föreställning om tjänstepersoner i arbets- och företagsledande positioner som en grupp som har fokus på om saker fungerar som de ska och att alla behandlar varandra väl. Gruppen är dock relativt liten och viss försiktighet när det gäller tolkning av resultaten krävs.

Tjänstepersoner utan ledande funktion kan sägas utgöra medelinvånaren när faktorer som är viktiga för att vara nöjd med livet ska beskrivas. Två undantag finns. Tjänstepersoner är den yrkesgrupp som tydligast blir mer nöjda med livet i takt med att de blir äldre. De är också, och det är mindre bra, de där det finns en effekt av att känna sig diskriminerad i kontakter med den offentliga sektorn. En effekt som inte finns för arbetare eller har en position som företagare eller chefer.

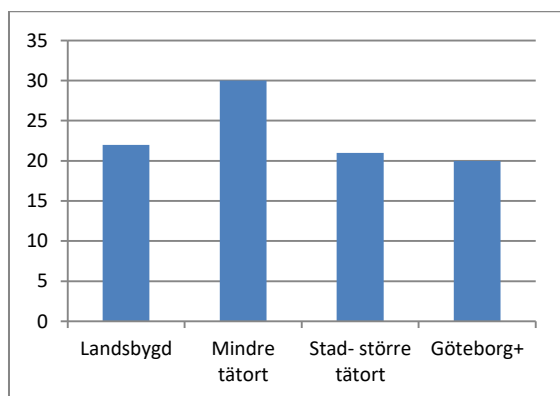
För de som definierat sig som att vara eller ha varit arbetare ger det en betydligt större negativ effekt på välbefinnandet att vara ensamstående. Det är också viktigare än för de andra grupperna att ha gjort något meningsfullt. De flesta som definierat sig som arbetare är män och det finns därmed en stark samvariation mellan faktorer som är viktiga för arbetare och män.

Platsens betydelse för lyckan – Lycklig på landet eller i storstaden?

Invånarna har själv definierat om de bor på ren landsbygd, i mindre tätort, i stad/större tätort eller i storstad. I figur 26 ser vi att befolkningen i materialet är relativt väl fördelad mellan olika ortstyper. Bilden stämmer väl överens med den faktiska befolkningsfördelningen bland de 1,7 miljoner invånarna i Västra Götaland.

Skillnaderna i hur nöjda invånarna är med sina liv mellan mer eller mindre täta livsmiljöer är liten. När vi inte tar hänsyn till befolkningens sammansättning är dock de som bor i glesare miljöer mer nöjda med sina liv än de som bor i täta. Att befolkningsstrukturen skiljer sig mellan de olika typerna av områden, med en äldre befolkningen i glesare områden, samt att arbetsmarknaden är något mer begränsad här, är fakta som vidimeras i data. De som bor på mindre orter och på landsbygden är samtidigt de som är mest nöjda med sitt arbete. Resultaten ska tolkas försiktigt och vi kan konstatera att denna faktor i huvudsak är intressant som bakgrunds-/kontrollvariabel. Det är då den ger en bild av om de skillnader som finns i livsmiljön fångas upp av invånarnas levnadsförhållanden och levnadssätt eller inte (samtliga beräkningsresultat för ortstyper redovisas i Appendix 2 Tabell 4.5).

Figur 26 Invånarna i Västra Götaland fördelade på olika ortstyper, %



Men några axplock. För de som bor på landsbygden framstår det som särskilt viktigt att ha tillräckliga ekonomiska resurser. Inkomsterna och därmed marginalerna är betydligt lägre i genomsnitt här men synen på de ekonomiska resurserna är positiv (Appendix 1). Det är också så att det ger en mer negativ effekt på lyckan att vara arbetslös och ensamstående för de som bor på landet än för snittsinvånaren medan kvinnor är lyckligare på landsbygden när hänsyn tagits till levnadsförhållanden och levnadssätt i stort. För de som bor i mindre tätorter finns en dubbelt så stor negativ effekt av att bo ensam jämfört med snittsinvånaren. Invånare i städer och större tätorter framstår som snittsinvånare men i de tätare miljöerna ger det något mindre negativa effekter på lyckan att vara ensamstående. För de som bor i Göteborg förklaras fyrtio procent av variationen i invånarnas lycka av om de gjort eller lärt sig något intressant, blivit väl behandlade, av hälsa, civilstånd och ekonomiska resurser. Men som sagt. Vi talar, inte minst när det gäller Göteborg, om en befolkning där det råder stora skillnader mellan olika grupper.

Platsens betydelse för lyckan – Områden med olika resurser i Göteborg

I vilken mån platsen betyder något för invånarnas välbefinnande eller om det är levnadsförhållanden och levnadssätt som är viktigast är en central samhällsfråga. Vi har ovan använt ortstyp för att se om det finns någon generell skillnad mellan olika täta miljöer och mellan storstad och landsbygd och om det finns miljöer som kan tänkas ge en extra positiv skillnad i förhållande till resultaten i stort. Svaret har genomgående varit att livet på landet har en liten men egen positiv effekt på välbefinnandet när hänsyn tagits till övriga faktorer.

Underlaget ger också möjlighet att studera vilka faktorer som betyder mest fördelat på olika så kallade resursområden i Göteborg. Resursområde bygger på primärområdestillhörighet i Göteborg och indelningen baseras på medelinkomst och andel som får ekonomiskt bistånd. Respondenterna delas in som boende i fyra resursområden från resurssvaga över medelområden till resursstarka.

Huvudresultatet är tydligt. Det är invånarnas levnadsförhållanden och levnadssätt som betyder något. Det som gör skillnad för välbefinnandet i i Göteborg är hur invånarna upplever sin hälsa, om de gjort något intressant, hur väl de behandlar varandra, om de umgås med vänner eller inte, vilka ekonomiska resurser de har och om de lever ensamma eller tillsammans med någon. Boende i Göteborg skiljer sig inte från befolkningen i Västra Götaland i övrigt. När hänsyn tagits till dessa faktorer – som är de som gör verklig skillnad för lyckan – finns ingen effekt, positiv eller negativ för i vilken typ av resursområden en bor. De olika områden eller platserna är varken onda eller goda. Det

är hur invånarna har det som är det centrala (samtliga beräkningsresultat för resursområden redovisas i Appendix 2 Tabell 4.11 och 4.12).

Vi ska samtidigt påminna om att risken för att levnadsförhållanden och levnadssätt ska vara mer eller mindre positiva för lyckan skiljer sig betydligt mellan olika resursområden (se del 1). Invånarna i Västra Götaland lever inte sällan relativt segregerat med grupper som liknar dem själva.

Arbetslösheten är koncentrerad till vissa områden vilket teoretiskt innebär att de negativa effekterna av arbetslöshet och utanförskap blir större än vad de annars skulle varit.¹⁰⁴ I områden med hög arbetslöshet riskerar just arbetslösheten att bli normen. I områden med hög brottslighet drabbas alla av brottslighetens effekter, direkt eller indirekt. De normer som ger grund för de sociala jämförelser som invånarna gör i unga år riskerar skilja sig radikalt och i sig ge långsiktiga effekter på invånarnas livsförhållanden och levnadssätt och därmed på deras lycka.

Ung och fri och lycklig?

Vi konstaterade tidigare att dagens unga generation i Västra Götaland avviker från det "normala" mönstret där de unga och äldre i befolkningen är mest nöjda med sina liv. Den u-formade kurva som i vanliga fall bildas liknades vid en smiley-kurva. Bland invånarna i Västra Götaland idag är kurvan ersatt av en långsamt lutande uppförsbacke där dock livet uppfattas som mer lyckligt ju närmare toppen en kommer. En given fråga är om dagens unga kommer följa det traditionella mönstret med en nedgång i de mest yrkesverksamma åldrarna följt av en uppgång senare i livet. Om det sker kan vi förvänta oss en minskning av hur nöjda invånarna är med livet i framtiden.

I data för de mellan 16 och 29 år finns betydande negativa effekter av sämre hälsa, av att inte leva ihop med någon och av att inte ha avslutat sin utbildning. Hälften av variationen i ungas livstillfredsställelse förklaras (figur 27). Mer omfattande analyser krävs för att kunna ge en kvalificerad tolkning av resultaten men det ligger nära till hands att se en högre psykisk ohälsa bland unga, en relativt tuff arbetsmarknad med långa utbildningstider,¹⁰⁵ ett sent inträde på arbetsmarknaden för många och en bostadsmarknad som inte fungerar för de utan goda ekonomiska resurser och/eller fast anställning som bakomliggande faktorer.¹⁰⁶ För de som etablerat sig tidigare (inte utbildat sig lika länge) är värdena bättre vilket stärker denna tolkning.

Om invånarnas välbefinnande ska stå mer i centrum för politiken lokalt, regionalt och nationellt blir det viktigt att öka takten och genomströmningen i den högre utbildningen, att sänka etableringsåldern på arbetsmarknaden och inte minst att få till en fungerande bostadsmarknad för alla grupper i samhället. För detta finns också många mer traditionella samhällsekonomiska skäl.

I de data vi har tillgång till här finns inga värden för de under 16 år. Analyser av i vilken mån det är akademiska resultat, beteenden eller känslomässig utveckling som har störst betydelse för välbefinnandet senare i livet för barn och unga tyder på att den känslomässiga utvecklingen är viktigast. Förebyggande arbete för att stärka förutsättningarna för känslomässig utveckling blir då

¹⁰⁴ Se t.ex. Göteborgsregionens kommunalförbunds kartor över var invånare med olika utbildningslängd, bakgrund etc bor i Västsverige.

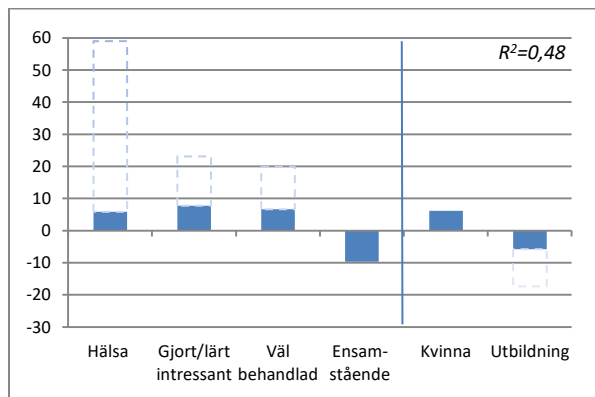
grkom.se/images/18.2d6b207714a34458948837f/1418226069896/H%C3%B6gutbildade_VGR_HR.jpg

¹⁰⁵ I Sverige är genomsnittsåldern för att inleda högre utbildning 24 år. För en kandidatexamen är det 28 år, näst högst i OECD. För en masterexamen är värdena ca 33 år, den sjunde högsta i OECD (ekonomifakta.se)

¹⁰⁶ I en enkätstudie av ungdomars livssituation i Västra Götaland med data från 2015 framstår boendefrågan som det största enskilda problemet bland dagens unga vuxna. Västra Götalandsregionen (2016): Kan vi gå före? 1000 unga vuxna i Västra Götaland om hur de ser på sin och samhällets framtid. Rapport 2016:4

viktigt viktigt. Forskarna menar att varje skola borde ha en välbefinnande kod och att frågor kring och att mäta det subjektiva välbefinnandet hos de som går i skolan från unga år är lika viktigt som att mäta de akademiska framstegen.¹⁰⁷

Figur 27 Vad gör mest skillnad för unga vuxnas lycka?



Anm: Resultat av multivariat regressionsanalys, n=228. Den mörka delen visar beräknad procentuell förändring av lycka av ett stegs förändring av denna faktor. Det streckade området visar beräknad procentuell förändring för en person som går från lägsta till högsta värde på respektive faktor. Om en person mellan 16 och 29 år går från att bedöma sin hälsa som mycket dålig till mycket bra (tio steg) innebär det statistiskt en ökning av välbefinnande på 60 % enligt figur 23. För underlag och samtliga beräkningsresultat se Appendix 2 Paket 4 Variabelöversikt samt tabell 4.10. Tabell 4.10 kolumn 16-29 ger värdet 0,059 (5,9%) för Hälsa. Det motsvarar den blå ytan på faktorn i figur 27 ovan.

Invånarna mellan 30 och 49 år har värden som ligger nära genomsnittet. De utgör precis som tjänstepersoner en medelgrupp i befolkningen. För de medelålders (50-64 år) är det framförallt den extra negativa effekten av att vara ensamstående som sticker ut. Men också att tillit och hur en blir behandlad ger mindre utslag i denna relativt "etablerade" ålder. Hur en känner sig behandlad av omvärlden och i vilken mån det går att lita på andra är viktigare för de som är över 65 år. Här kan det givetvis finnas en generationseffekt i en grupp vars yngsta invånare är födda kring 1950. Att vara ensamstående samvarierar inte med hur nöjda invånarna är med livet bland de äldre när hänsyn tas till övriga faktorer.

Oavsett ålder betyder det mycket för hur nöjd en är med livet om en lärt sig något nytt och/eller är stolt över något en gjort och hur en ser på den egna hälsan. Att ha goda ekonomiska resurser ser ut att betyda mest i åldrarna 30-64 år, de år som för de flesta innebär ett mer intensivt arbets- och familjeliv, med ansvar för barn och unga etc. Att resultaten även i dessa delar kan ses som logiska stärker tilltron till materialet som helhet.

Små skillnader för vad som gör invånare med olika utbildning lyckliga

När materialet analyseras utifrån invånarnas utbildningsnivå är huvudresultatet att skillnaderna är små. Det är i stort sett samma frågor som är viktiga för hur nöjda invånarna är med sina liv oavsett om de har utbildat sig kort eller lång tid. Det stärker bilden av att det finns ett antal frågor och förhållanden som är centrala för livstillfredsställelse oavsett människors bakgrund. Hur livet levs och vart det leder oss, verkar av de data vi sett ovan, göra desto större skillnad. Olika faktorer betyder i högre grad mer eller mindre för de som till exempel är arbetslösa, ensamstående, företagare, och för kvinnor och män, etc.

¹⁰⁷ Helliwell, Layard, Sachs (2015) s.8

De med kortast utbildning (högst grundskola) skiljer dock ut sig genom att de (tillsammans med ledande tjänstepersoner) är de där det inte finns något signifikant samband mellan att vara nöjd med livet och att ha gjort något intressant eller lärt sig något nytt. Det är istället att umgås med vänner som betyder extra mycket. En möjlig tolkning är att de med kort utbildning har mer repetitiva jobb och att fritid och vänner blir viktigare. De med kortast utbildning har också enligt sina egna svar mer sällan gjort något intressant/lärt sig något nytt. De tycker dock att arbetet är viktigt och är också i genomsnitt de som är mest nöjda med arbetet och den grupp där lägst andel vill byta jobb. Att gruppen består av fler äldre är inte förklaringen. För äldre finns ett klart samband mellan att lära sig och göra något och det egna välbefinnandet.

För de som har högst gymnasieutbildning är synen på hur starka de ekonomiska resurserna är mer betydelsefull än för övriga grupper. De med mer än treårig högskoleutbildning blir i genomsnitt mer nöjda med livet med stigande ålder och även i denna grupp finns en större positiv effekt än för genomsnittsinvånaren av att umgås mer intensivt med vänner och bekanta. Samtliga beräkningsresultat när det gäller utbildningsnivåer finns i Appendix 2 Tabell 4.9.

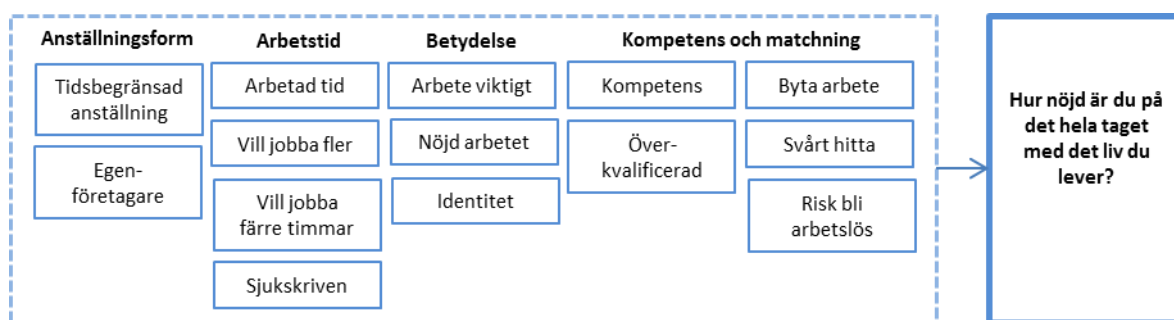
2.7. Fördjupning 1 - Hur fungerar arbetslivet och hur påverkar det lyckan?

I detta fördjupningsavsnitt diskuteras frågor om hur arbetsliv och arbetsmarknad fungerar och vilken betydelse det har för hur nöjda de invånare som är i arbetslivet är med sina liv. Frågan är central för invånarna och därmed för stat, kommun, region och organisationer med koppling till arbetsmarknaden. Tidigare avsnitt har visat betydelsen av att ha något meningsfullt att göra, av ekonomiska resurser, av känslan av delaktighet. Dessa frågor har en stark koppling till arbetslivet för en stor del av befolkningen.

Den offentliga bilden av hur arbetsliv och arbetsmarknad fungerar kommer ofta från olika intresseorganisationer medan den bild vi får här är den invånarna själva ger. Avsnittet inleds därför med en något mer detaljerad genomgång av hur de som bor i Västra Götaland ser på arbetslivet. I senare fördjupningar kompletteras denna bild med frågor kring pendling till arbete och utbildning, inkomster/ekonomi och frågan om hur framtidstron ser ut och betydelsen av densamma. Det finns stort utrymme för mer djupgående analyser inom dessa områden och med tydligare koppling till nationell och internationell forskning. De tre fördjupningsavsnitten kan bäst beskrivas som översikter i respektive fråga.

Ett flertal indikatorer används för att analysera invånarnas arbetssituation och syn på frågor kring anställningsform, arbetstid, arbetets betydelse samt kompetens och matchning (figur 28). Efter en relativt omfattande presentation av grundfakta görs en samlad analys av vilka av faktorerna som betyder mest för välbefinnandet för de som arbetar. Resultaten kontrolleras för kön, ålder, utbildning och ortstyp. Avslutningsvis sätts de faktorer med starkast samband in i den tidigare redovisade huvudmodellen. Det ger en samlad analys för de som arbetar där betydelsen av arbetsliv och arbetsmarknad för välbefinnandet ingår.

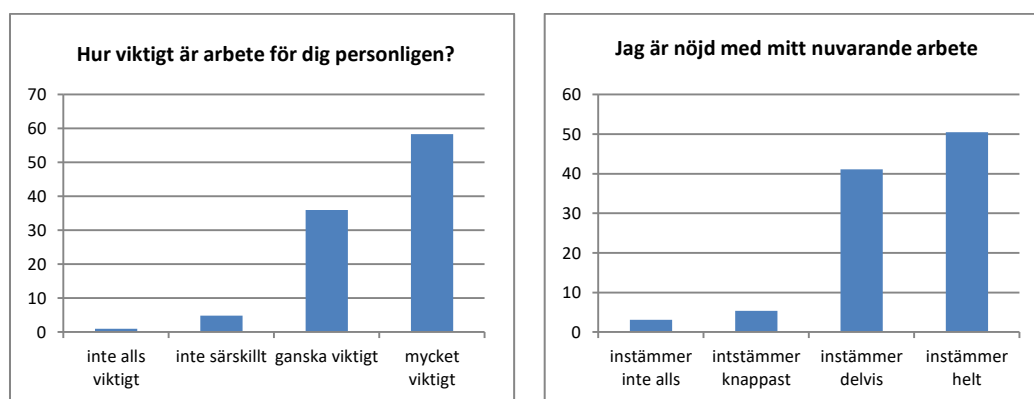
Figur 28 Ingående variabler och faktorer i analysen av arbete, arbetsliv, arbetsmarknad och lycka



Arbete är viktigt och de allra flesta är nöjda med sitt arbete

Arbete är viktigt för en överväldigande majoritet av invånarna i Västra Götaland. Fem procent av de som arbetar nu eller arbetat tidigare tycker inte arbetet är viktigt medan sex av tio tycker arbetet är mycket viktigt. Nio av tio av de som arbetar är nöjda med sitt arbete. Hälften är mycket nöjda. Unga och ensamstående är minst nöjda. Äldre, de på landsbygden och de med låg utbildning är grupper som är särskilt nöjda. Det finns en stark samvariation mellan att vara nöjd med arbetet och nöjd med livet. Vad som är orsak och verkan är i någon mån en öppen fråga. Lyckliga människor har lättare att se positivt på sitt jobb. Ett jobb som är meningsfullt påverkar lyckan totalt sett. Vi återkommer i slutet av avsnittet till den samlade analysen.¹⁰⁸

Figur 29 Hur viktigt är arbete och hur nöjda är de som arbetar med sitt arbete



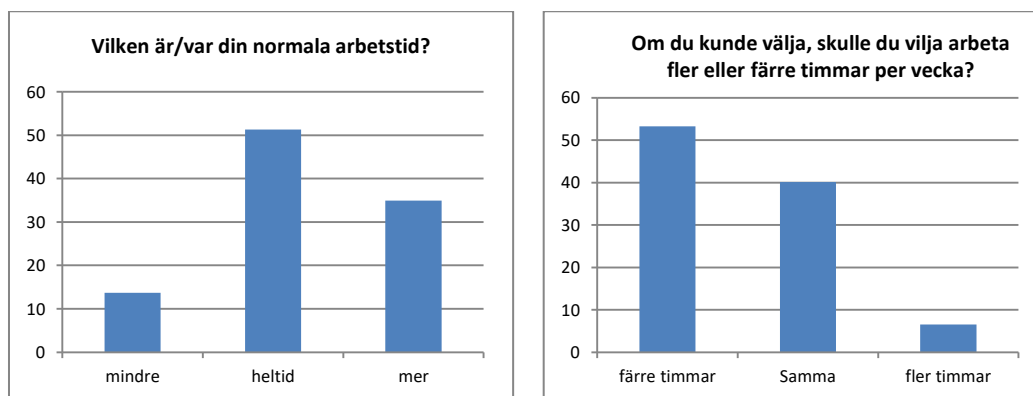
Anm: I några fall när det gäller frågorna om arbetsliv har samtliga som arbetar nu eller arbetat tidigare ombetts svara. För merparten har de som arbetar nu ombetts svara. För vilken fråga som det ena eller andra gäller framgår av antalet svarande (n). I analyserna av hur olika aspekter av arbetslivet hänger ihop med välbefinnandet för de som arbetar ingår de som svarat på samtliga frågor, dvs bara de som är i arbetslivet nu. Arbetets vikt n=2583, Nöjd med arbetet n=1613

Arbete är inte allt - Sex av tio som arbetar heltid skulle vilja arbeta färre timmar

Arbete är dock inte allt. Närmare fyra av tio skulle arbeta färre timmar i veckan om de kunde välja. Av de som arbetar "heltid" gäller det 60 procent. Och det är ingen liten grupp. Fler än en tredjedel uppger själva att de arbetar mer än 40 timmar per vecka. För de med kort utbildning är valet inte lika självklart. De ekonomiska marginalerna kan antas vara mindre och två av tio säger att de skulle vilja arbeta färre timmar. Nästan hälften av samtliga med högre utbildning skulle vilja arbeta färre timmar om de fick välja (Appendix 1).

¹⁰⁸ För data kring olika grupper i befolkningen se Appendix 1 Medelvärden

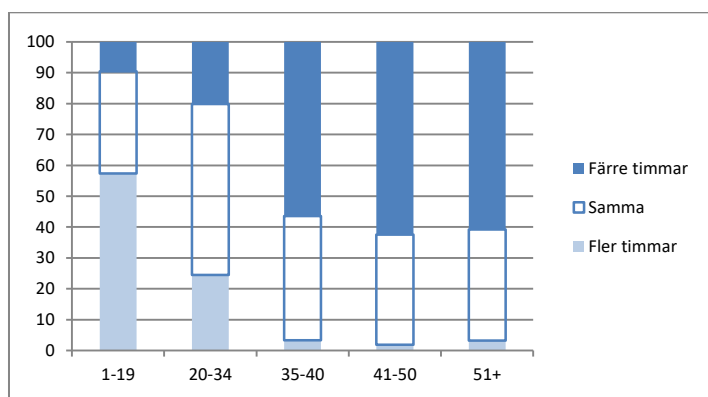
Figur 30 Normal arbetstid och önskan om att arbeta fler eller färre timmar, %



Anm: Arbetstid n=2466, Fler eller färre timmar n=1859

Bland de som har en arbetstid på eller under 20 timmar är situationen en motsatt spegling av den för de som jobbar mer än 35 timmar. Här skulle sex av tio välja att jobba mer om de fick välja. Högst andel som är nöjda med sin arbetstid finns bland de som arbetar 20-34 timmar per vecka. Det är också i detta intervall den ideala eller rimliga arbetstiden verkar ligga för en majoritet av invånarna (se figur 31). I takt med höjd pensionsålder och med höga krav i arbetslivet är det inte orimligt med ett samhällsmål om att successivt sänka den genomsnittliga veckoarbetstiden till en nivå som ligger närmare invånarnas syn. Vi kan i samband med detta konstatera att åtta av tio av de med arbete har fast tjänst. En av tio är egenföretagare. Knappt tio procent har tidsbegränsad anställning.

Figur 31 Andel som vill arbeta färre, samma eller fler timmar, funktion av arbetade timmar, %



Anm: n=1849

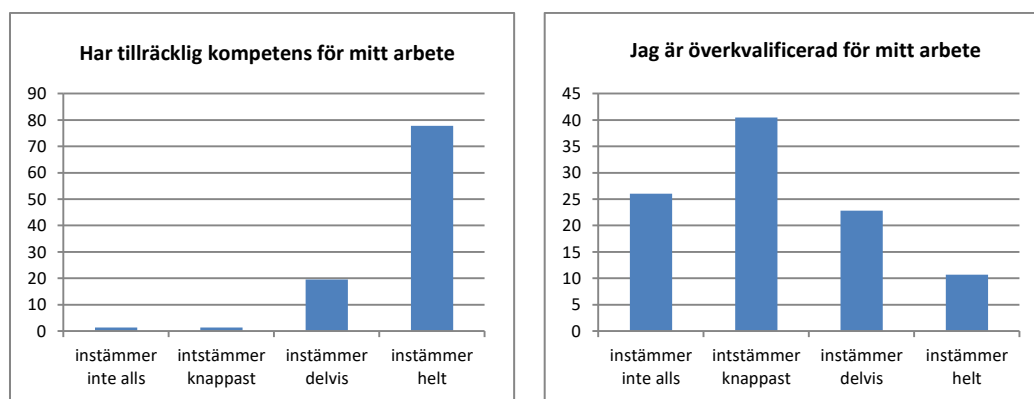
Bra matchning av kompetens – lågutbildade ser sig oftare som överkvalificerade

En generellt viktig fråga är hur de som arbetar uppfattar sin kompetens. Har de tillräcklig kompetens? Är de överkvalificerade för de uppgifter de har? Resultaten tyder på en bra matchning mellan utbud och efterfrågan när det gäller kunskaper och kompetens för de som är inne på arbetsmarknaden i Västra Götaland när de själva gör bedömningen. Åtta av tio instämmer helt i att de har tillräcklig kompetens för sitt arbete. Två av tio instämmer delvis. En tredjedel säger att de är överkvalificerade. De som anser sig vara mer kompetenta är något mer nöjda med livet. De som anser sig vara överkvalificerade är något mindre nöjda.

Skillnader mellan olika grupper när det gäller hur en ser på sin kompetens är små. Det stärker bilden av en arbetsmarknad som fungerar relativt väl ur ett arbetstagarperspektiv. Män, unga och de med låg utbildning anser i högre grad att de är överkvalificerade för de jobb de har (Appendix 1). Det är således inte i första hand personer med högre utbildning som anser att de har jobb som de är allt för kvalificerade för. Någon "överutbildning" på högskolenivå går inte att se när utgångspunkten som här är invånarnas perspektiv.

Att de flesta invånare som har sysselsättning menar att de har rätt kompetens och inte är överkvalificerade innebär inte att allt är frid och fröjd i ett företags- eller samhällsperspektiv. När vi närmar oss 2020 är det uppenbart att delar av den högre utbildningen varit underdimensionerad. Det gäller inte minst inom relativt lättprognosticerade områden med koppling till vård, skola, omsorg men också inom naturvetenskap och teknik. Dessutom finns fortfarande många människor utanför arbetsmarknaden och en växande andel av dessa bedöms "stå långt ifrån" arbetsmarknaden.¹⁰⁹

Figur 32 Andel som anser att de har tillräcklig kompetens respektive är överkvalificerade i sitt jobb, %



Anm: Kompetens n=1584, Överkvalificerad n=1583

En av tre vill byta arbete

Oavsett att de flesta är nöjda med arbetet och ser att de har tillräcklig kompetens vill fler än var tredje byta arbete (figur 32). En lika hög andel som de som anser att de är överkvalificerade. Detta kan möjligen ses som en bra nivå för att upprätthålla en dynamisk och rörlig arbetsmarknad. Den negativa effekten på välbefinnandet av att se sig själv som överkvalificerad är begränsad och faktorn gör ingen mätbar skillnad när hänsyn tas till situationen i arbetslivet i stort (se nedan).

Det är främst unga som vill byta arbete och det är främst de med kort utbildning som inte ser något behov av att byta. Även här är resultaten logiska. Motiven för de med lägre utbildning att byta arbete eller arbetsplats blir svaga i jobb där det ofta är små skillnader i arbetsuppgifter och lön mellan olika arbetsgivare och där karriärmöjligheterna är begränsade. Anställningstrygghet, god gemenskap med arbetskamrater samt att arbetet går att kombinera med privat- och familjeliv hamnar också högst på listan över vad som generellt är de viktigaste aspekterna i ett arbete i Västra Götaland.¹¹⁰

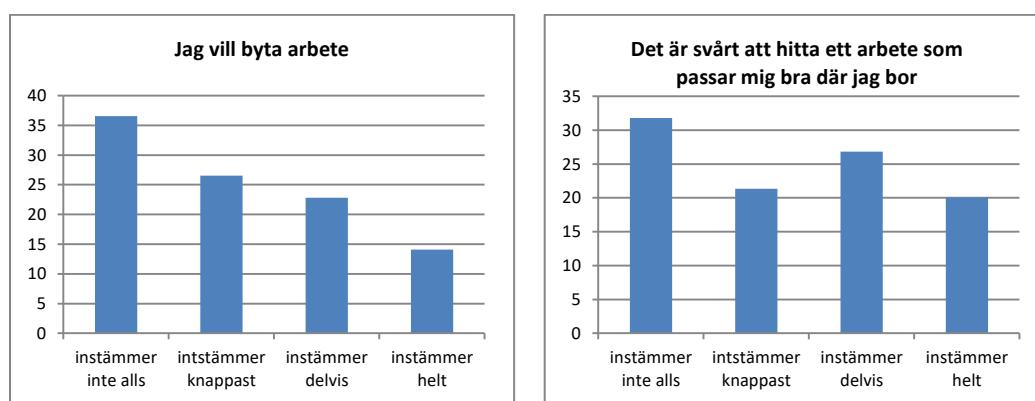
¹⁰⁹ www.svt.se/nyheter/inrikes/fyra-av-fem-arbetslosa-kommer-ha-svart-att-fa-jobb

¹¹⁰ Berglund T (2015), Attityder till arbete i Västsverige s.165 ff, I Alla dessa val SOM Institutet Bok 64 (2015)

En hög andel har svårt att hitta arbete där de bor, unga på mindre orter har det svårast

Mer oroande är att en femtedel instämmer helt i påståendet att det är svårt att hitta ett arbete som passar dem bra där de bor. Om vi lägger till de som delvis instämmer närmar vi oss hälften av de som arbetar. Att ökningen av arbetspendling fortsätter i hög takt är då inte förvånande.¹¹¹ Resultaten understryker betydelsen av att det finns bra förutsättningar att pendla till arbetet. Störst problem att hitta ett arbete där de bor har unga på mindre orter. Minst problem har de med högre utbildning, de som bor i Göteborgsregionen och kvinnor (se Appendix 1). För kvinnor är det sannolikt så att den könsuppdelade arbetsmarknaden i detta fall ger en fördel. Arbeten där kvinnor utgör en majoritet av de som jobbar – oftast inom vård, skola, omsorg – är mer spridda i geografien i Västra Götaland (och Sverige) än de jobb som traditionellt sett oftare innehas av män. Män har i högre grad jobb inom delar av den privata sektorn där det ofta finns starka drivkrafter att lägga verksamheter i lokala arbetsmarknader med så stort utbud av kvalificerad arbetskraft som möjligt och där arbetsmarknaden varierar mer i samband med upp och nedgångar i konjunkturen.

Figur 33 Andel som vill byta arbete respektive har svårt att hitta ett arbete där de bor, %



Anm: Byta arbete n=1590, Hitta arbete där jag bor n=1585

Svårigheter att hitta ett arbete där en bor påverkar välbefinnande och samhälle

Både för de som vill byta arbete och för de som har svårt att hitta ett arbete som passar dem där de bor finns en klar samvariation med att vara mindre nöjd med livet. När sambandet mellan situationen på arbetsmarknaden och hur nöjda de som arbetar är med livet analyseras i ett sammanhang (nedan), blir det tydligt att det är svårigheten att hitta ett arbete där en bor som gör skillnad. En effekt som kvarstår även efter kontroller för den tid det tar att pendla till jobbet.

I den internationella forskningen på området betonas betydelsen av att människor har möjlighet att bo kvar på en plats där de har uppbyggda nätverk och vänner. Både för deras egen lyckas skull och för samhällets. Att ofrivilligt jaga omkring efter nya platser och nya jobb kan möjligen ge produktivitetsvinster men innebär också uppbrott från fungerande relationer. Det visar sig leda till fler skilsmässor och till en ökad brottslighet i de områden där utflyttningen är som störst. Det finns också forskningsresultat som visar att antalet vänner inom 15 minuters gångavstånd från den egna bostaden har ett samband med brottsligheten i ett område. Brottsligheten är lägre om människor

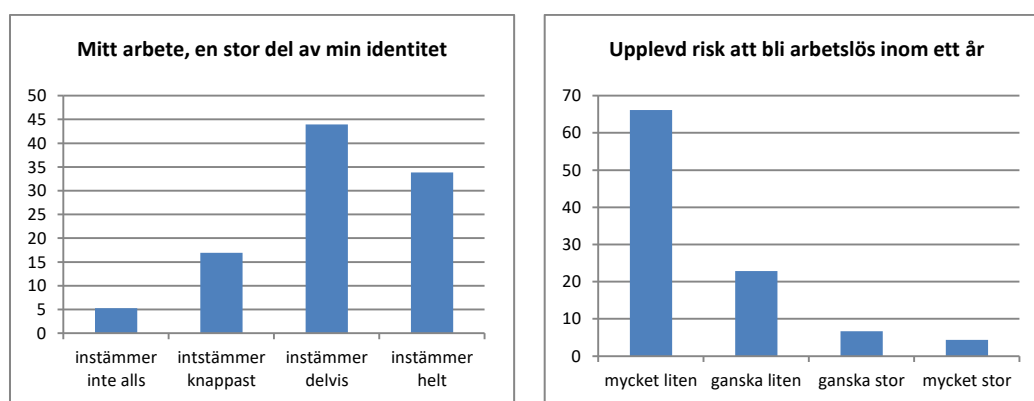
¹¹¹ Mellan 2004 och 2014 ökade arbetspendlingen över kommungräns med mer än 20 procent i Västra Götaland. I dag är det normalt att fler än en av tre av de som bor i en kommun och har arbete, arbetar i en annan kommun. Västra Götalandsregionen (2017): Towards a Megaregion of Western Scandinavia.

litar på varandra. Människor litar mer på varandra om antalet flyttningar är färre och om bostadsområden är mer homogena.¹¹²

Arbete är viktigt för identiteten och risken att bli arbetslös ett direkt hot mot lyckan

Vi har redan sett att arbete är generellt viktigt för en stor majoritet av invånarna. För de flesta som har arbete är arbetet dessutom en stor del av identiteten. Åtta av tio instämmer helt eller delvis på frågan (figur 34). Risken att bli arbetslös är dessutom en av de frågor som gör störst skillnad för om de invånare som arbetar i Västra Götaland är mer eller mindre lyckliga när situationen på arbetsmarknaden som helhet ingår i bedömningen (se nedan, figur 37). Risken att bli arbetslös upplevs som starkast av de med kort utbildning och de som är yngre. Högutbildade i gemen ser mycket liten risk att bli arbetslösa (se Appendix 1).

Figur 34 Arbetet som stor del av identitet respektive upplevd risk att bli arbetslösa inom ett år, %

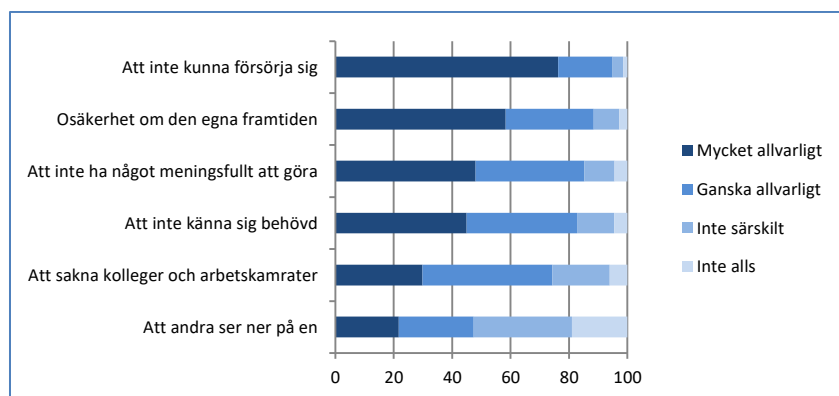


Anm: Arbete och identitet n=1598, Risk att bli arbetslös n=1463

Oro för ekonomi och framtid allvarligaste konsekvenserna vid arbetslöshet

Som vi konstaterat tidigare är oron för hur det ska gå med den egna ekonomin det som upplevs som det största problemet kopplat till risken för arbetslöshet (figur 35 värden Väst SOM 2013). Resultaten hänger väl samman med att anställningstrygghet är den enskilt viktigaste aspekten på arbete. Två av tre anser att anställningstrygghet och gemenskap är mycket viktigt i arbetet. Hög inkomst är inte lika viktigt. En av fem menar att det är mycket viktigt.¹¹³

Figur 35 Hur allvarliga bedömer du följande konsekvenser av att vara arbetslös för dig själv? %



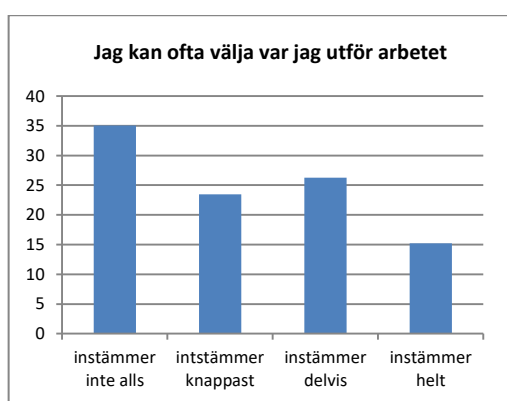
¹¹² Layard (2011) s.179 f

¹¹³ Berglund T (2015)

Många kan välja var de arbetar – inte minst bland män på landsbygden

Vi kan dessutom notera att en inte obetydlig del av de som arbetar ser ut att ha möjlighet att välja var de vill utföra arbetet. Här kan det finnas öppningar för minskat resande och för mer levande samhällen i hela Västra Götaland. Fyra av tio kan helt eller delvis välja var de utför sina uppgifter. Något överraskande är det oftast invånare med kortare utbildning och män som anger att de har bra möjligheter att jobba var de vill. En möjlig tolkning är att det är män med hantverksyrken av olika slag som är vanligast i gruppen. Det innebär samtidigt att det bör finnas ett betydande utrymme för förändring inom många yrken för de med högre utbildning vars möjligheter att jobba mer geografiskt fritt ligger kring genomsnittet. Med allt mer utvecklad informations- och kommunikationsteknik och med nya sätt att organisera arbetet bör dessa värden kunna höjas betydligt och relativt snabbt.

Figur 36 Andel som anger att de kan välja var de utför arbetet, %



Anm: n=1589

Hur påverkar förhållanden på arbetsmarknaden lyckan för de som arbetar?

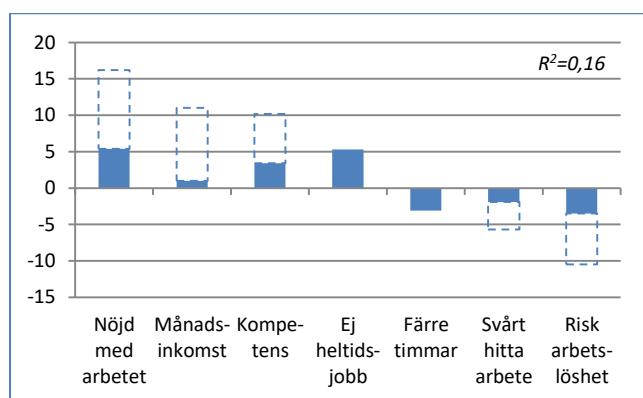
Vid en samlad analys av sambandet mellan hur nöjda de som arbetar är med sina liv och olika faktorer med koppling till arbetsmarknaden, inklusive inkomst och den tid som läggs på pendling är det att vara nöjd med arbetet, att ha kompetens, att inte jobba för mycket och att ha ett tryggt arbete (inte riskera att bli arbetslös) som gör störst skillnad. Att det är svårt att hitta arbete där en bor påverkar också lyckan, liksom inkomsten. Pendlingstid och att vara överkvalificerad gör ingen skillnad när hänsyn tagits till övriga faktorer.¹¹⁴

En relativt hög andel av lyckan för de som arbetar (16 %) förklaras i modellen. Analysen har kontrollerats för kön, ålder, utbildning och ortstyp. De som bor mer glest är något mer nöjda när hänsyn tagits till ovanstående faktorer. Resultatet har testats genom att ta bort den övergripande frågan om nöjd med arbetet som i någon mån kan antas spegla de andra variablerna.¹¹⁵ Resultaten är i stort sett intakta. Skillnaden blir att önskan att byta arbete gör signifikant negativ skillnad för välbefinnandet för de i arbetslivet. Att inte vara nöjd med arbetet och att vilja byta arbetet har således ett helt logiskt samband. Motsvarande test för pendlingstid ger inga utslag alls.

¹¹⁴ Att pendlingstid i sig inte påverkar lyckan märkbart är också slutsatsen för befolkningen i hela Sverige i den analys som Framtidskommissionen genomförde. Fors (2012) s.60 f

¹¹⁵ Indikatorerna är dock testade för samvariation (kollinearitet) med godkända resultat.

Figur 37 Vilka faktorer i arbetslivet och på arbetsmarknaden betyder mest för lyckan för de som jobbar?



Anm: Resultat av multivariat regressionsanalys, n=1120. Den mörka delen visar beräknad procentuell förändring av lycka av ett stegs förändring av denna faktor. Det streckade området visar beräknad procentuell förändring för en person som går från lägsta till högsta värde på respektive faktor. Om en person i arbetslivet går från att inte instämma alls till att instämma helt i att hen är nöjd med arbetet (tre steg) innebär det statistiskt en ökning av välbefinnande på drygt 15 % enligt figur 37. För underlag och samtliga beräkningsresultat se Appendix 2 Paket 7 Variabelöversikt samt tabell 7.3. Tabell 7.3 modell 3 ger värdet 0,054 (5,4%) för Hälsa. Det motsvarar den blå ytan på faktorn i figur 37 ovan.

Frågan om arbetstider, trygghet, kompetens och att göra meningsfulla saker är givetvis inte frågor som är viktiga bara i Västra Götaland. I World Happiness Report konstateras att de som har bättre betalda jobb är mer nöjda med sitt liv och sitt arbete. I övrigt känner vi igen de flesta av de aspekter som har en koppling till ett högre generellt välbefinnande bland de som jobbar. Det handlar om balansen mellan arbete och fritid, självständighet och variation i arbetsuppgifter, ett tryggt jobb, bra arbetskamrater och en arbetsplats där du inte riskerar hälsan.¹¹⁶

Vad betyder arbetet när vi inkluderar levnadsförhållanden och levnadssätt i övrigt?

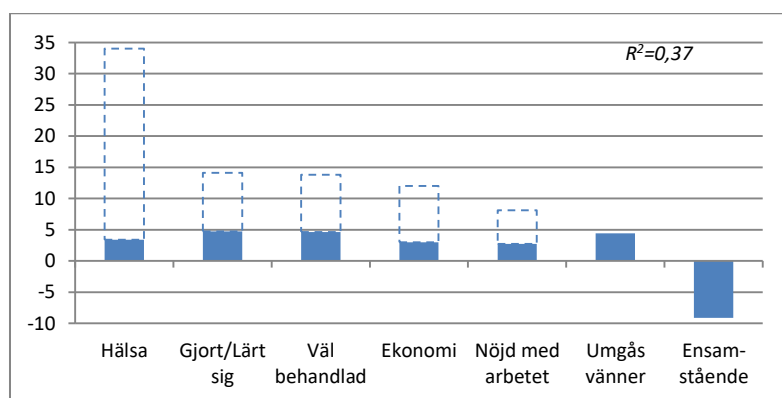
När vi för in frågor om hur nöjda de som arbetar är med arbetslivet och pendlingstid i den huvudmodell som presenterats tidigare (se avsnitt 2.5), och därmed får en samlad analys av olika faktorer betydelse för lyckan där bara de som arbetar ingår är det i stort samma frågor som för hela befolkningen som gör skillnad för lyckan och i samma storleksordning. Att vara nöjd med arbetet är samtidigt viktigt även när hänsyn tagits till hälsa, ekonomiska resurser, inkomster, hur en blivit behandlad av andra, etc.

Arbete är dock, som vi konstaterat tidigare, inget substitut för familj och vänner. Den negativa effekten på livstillfredsställelsen av att vara ensamstående är istället större bland de som arbetar. Faktorn nöjd med arbetet fångar dock in en del av betydelsen av att ha gjort något meningsfullt och av att ha blivit väl behandlad. Nästan 40 procent av variationen i hur nöjda de som arbetar är med sina liv förklaras i den samlade modellen. Det är mycket höga värden.

Den tid det tar att pendla gör inte heller i detta samlade perspektiv någon signifikant skillnad för människors lycka. När hänsyn tas till levnadsförhållanden, levnadssätt och situationen i arbetslivet finns heller inga särskilda faktorer som har med kön, ålder eller var en bor att göra som gör skillnad för välbefinnandet för de som arbetar.

¹¹⁶ De Neve & Ward, Happiness at work (2017) s.144, I Helliwell, Layard, Sachs (2017)

Figur 38 Vad påverkar lyckan mest för de som arbetar? Huvudmodell med kontroll för arbete och pendling



Anm: Resultat av multivariat regressionsanalys, n=1085. Den mörka delen visar beräknad procentuell förändring av lycka av ett stegs förändring av denna faktor. Det streckade området visar beräknad procentuell förändring för en person som går från lägsta till högsta värde på respektive faktor. Om en person går från att bedöma sin hälsa som mycket dålig till mycket bra (tio steg) innebär det statistiskt en ökning av välbefinnande på ca 35 % enligt figur 38. För underlag och samtliga beräkningsresultat se Appendix 2 Paket 4 Variabelöversikt samt tabell 4.3 modell 4. Tabell 4.3 modell 4 ger värdet 0,034 (3,4%) för Hälsa. Det motsvarar den blå ytan på faktorn i figur 38 ovan.

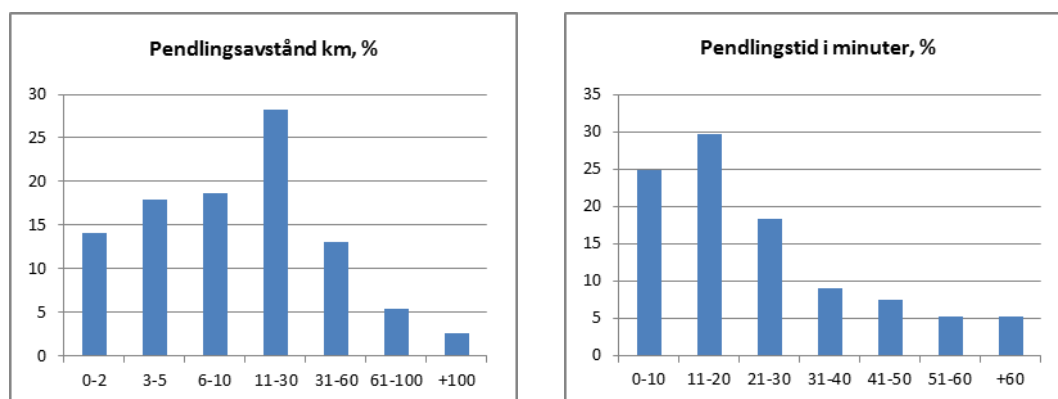
2.8. Fördjupning 2 – Pendling till arbete och studier

Vi har konstaterat att pendling inte är en avgörande fråga för lyckan för invånarna i Västra Götaland när analysen görs utifrån hur levnadsförhållanden och levnadssätt ser ut som helhet. SOM-enkäten för Västsverige innehåller ett omfattande frågebatteri kring invånarnas pendling till arbete eller studier. Det ger möjlighet att presentera en detaljerad bild av hur detta resande ser ut och att diskutera vilka faktorer som var för sig samvarierar med resenärernas lycka. I det följande presenteras invånarnas (pendlarnas) egen bild av hur långt de pendlar, vilken tid det tar, vilket färdmedel de normalt använder, hur deras resa fungerar och hur det generellt fungerar att ta sig fram med olika färdmedel.

Tre av fyra pendlar till arbete eller studier – få pendlar mer än 50 minuter

Tre av fyra invånare mellan 16 och 85 år anger att de pendlar till arbete eller studier. Det motsvarar ca en miljon invånare i Västra Götaland. Det vanligaste avståndet är en till tre mil enkel väg. Andelen som pendlar mer än sex mil är mindre än 10 procent och hälften av de som pendlar har mindre än en mil dit de ska.

Figur 39 Pendlingsavstånd i kilometer och tid (minuter), %



Anm: Pendlingsavstånd n=1502, Pendlingstid n=1618

Om vi ser på resandet i form av den tid respondenterna angett att resan tar visar det sig att 25 procent har högst tio minuter till jobb eller studier och för mer än hälften av pendlarna tar resan mindre än 20 minuter. Om vi ökar tiden till 40 minuter täcker vi in fler än åtta av tio pendlare i Västra Götaland. Ca 100 000 invånare, motsvarande tio procent av de som pendlar, reser mer än 50 minuter enkel väg till arbete eller studier.

Resultaten stämmer väl med forskning inom området som visar en snabbt avtagande pendling när restiden enkel väg överstiger 40-45 minuter. De vanligaste pendlingsresorna på mellan en och tre mil tar normalt mellan 10 och 30 minuter. I tabell 2 kan vi utläsa att åtta av tio rör sig mindre än tre mil och att sju av tio av dessa gör det på mindre än en halvtimme från dörr till dörr.

Tabell 2 Pendlingslängd och pendlingstider 2014, %

Tid (min)	Sträcka (km)								Sum	Kumulativ
	0-2	3-5	6-10	11-30	31-60	61-100	+100			
0-10	10	8	4	0	0	0	0	23	23	
11-20	3	6	8	13	0	0	0	30	53	
21-30	1	2	4	9	4	0	0	19	72	
31-40	0	1	1	3	4	0	0	9	82	
41-50	0	0	1	2	3	1	0	7	89	
51-60	0	0	0	1	2	2	0	5	94	
+60	0	0	0	1	1	2	2	6	100	
Sum	14	18	18	29	13	5	2	100		
Kumulativ	14	32	50	79	92	98	100			

Anm: n=1452

Högutbildade, yngre och de som bor i Göteborgsregionen har, tillsammans med de som bor på ren landsbygd, de längsta genomsnittliga pendlingstiderna.¹¹⁷ Landsbygdsborna har längst genomsnittlig pendlingstid. En mindre diversifierad arbetsmarknad gör det dessutom ofta nödvändigt att pendla till arbetet för de som bor på landsbygden.¹¹⁸ Högutbildade har generellt en större arbetsmarknad att välja på och det lönar sig därmed oftare för denna grupp att pendla, både ekonomiskt och när det gäller arbetets innehåll. Göteborgsregionen har en betydligt högre andel högutbildade än de andra delarna av Västsverige. I Göteborgsregionen finns också betydligt större trängsel i trafiksystemet.

Kortast pendlingstid har invånarna i Skaraborg, de med kort utbildning och de som bor i en större stad eller tätort. De med kort utbildning har oftast en mer begränsad lokal arbetsmarknad och tjänar mindre eller inte alls ekonomiskt på att pendla längre sträckor. Större städer utanför Göteborgsregionen har inga större trängseffekter, pendlingstiderna blir därmed kortare och de framstår som de geografiskt mest effektiva ur pendlingsynpunkt. Detta förhållande kan också tänkas förklara att de genomsnittliga pendlingstiderna är betydligt kortare i Skaraborg än i någon annan del av eller för

¹¹⁷ Se Appendix 1 Medelvärden

¹¹⁸ Det visar sig också att de som bor på landsbygden är mycket bilberoende. I en särskild fråga i Väst SOM 2015 kring vad som vore möjligt att avstå av klimatskäl är det en av tjugo av de boende på landsbygden som menar att de kan avstå från bilen. För genomsnittsinvånaren i Västra Götaland är motsvarande andel 18 procent och för unga och de i Göteborgsregionen kring 30 procent. Källa: Bové, Jansson, Harring, SOM-institutet (2016), Visionsrapporten *SOM-rapport nr 2016:36*, sid 56

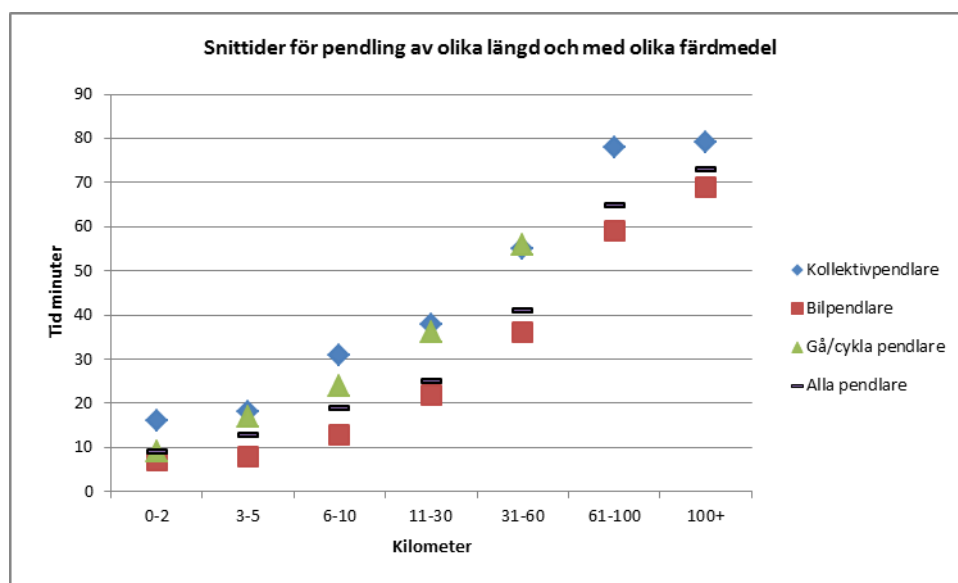
någon grupp i Västra Götaland (se Appendix 1). Invånarna i Skaraborg pendlar i hög omfattning till arbetet men Skaraborg består av ett stort antal mindre eller medelstora städer/kommuner som dessutom har korta avstånd mellan varandra.

Den samlade restiden med kollektivtrafik blir ofta besvärande lång

Tiden för pendling skiljer sig avsevärt mellan olika färdmedel. Upp till resor på tre mil anger invånarna själva att kollektivtrafiken i genomsnitt tar dubbelt så lång tid som bilresan från dörr till dörr.¹¹⁹ Mellan tre och sex mil är skillnaden 50 procent motsvarande ca 20 minuter mer för en resa med kollektivtrafik. Mellan sex och tio mil skiljer lika mycket i tid vilket motsvarar 30 procent längre restid med kollektivtrafiken.

I s.k. restidskvoter (tid för att resa kollektivt/resa med bil) går inte värdet under 1,5 för medelpendlaren förrän på resor över sex mil. Att gå eller cykla går i genomsnitt snabbare än att använda kollektivtrafiken på resor upp till en mil. Skillnaderna kan verka oväntat och orimligt stora men stämmer väl med bl.a. teoretiskt beräknade skillnader i Göteborg.¹²⁰

Figur 40 Pendlingstider för olika färdmedel och olika avstånd, kilometer och minuter



Anm: n=1452

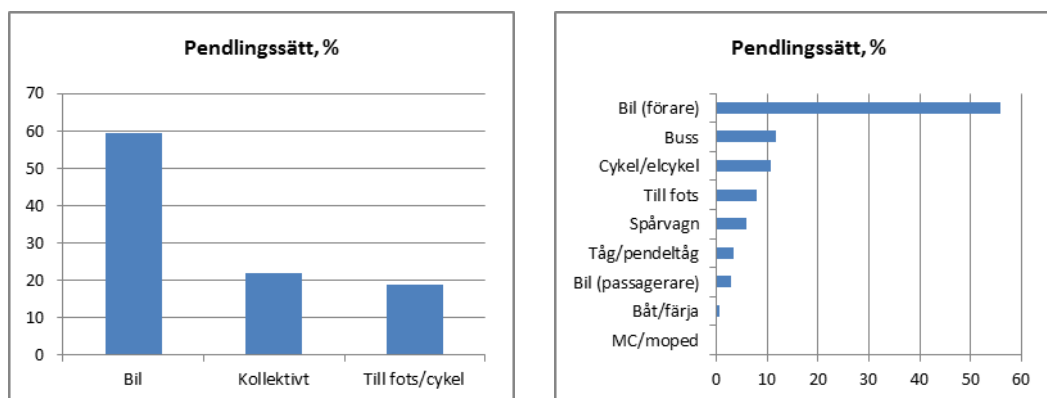
Med bakgrund i de värden som redovisas ovan är det inte överraskande att pendling med bil dominerar. Sex av tio pendlingsresor sker med bil medan kollektivtrafik och att gå eller cykla har ungefär 20 procent var av resandet.

Att de flesta bilpendlare åker ensamma i bilen blir uppenbart i den mer detaljerade bilden (figur 41). Bussresande är det dominerande inom kollektivtrafiken och fler åker spårvagn än tåg eller pendeltåg. Pendling med båt/färja och mc/moped är relativt begränsad.

¹¹⁹ Den fråga som ställs lyder: Ungefär hur lång resväg respektive restid har du normalt till arbetet/skolan? Respondenterna svarar med antal kilometer respektive antal minuter. En del av förklaringen till de stora skillnaderna mellan olika färdmedel och till att kollektivtrafiken blir så uttalat långsam är att frågan på detta sätt täcker hela resvägen och hela restiden – från dörr till dörr.

¹²⁰ Göteborgs stad Trafikkontoret (2013), *Trafik och Resandeutveckling i Göteborg meddelande 1:2013*

Figur 41 Pendlingssätt, Pendlare till arbete eller studier i Västra Götaland 2014, %

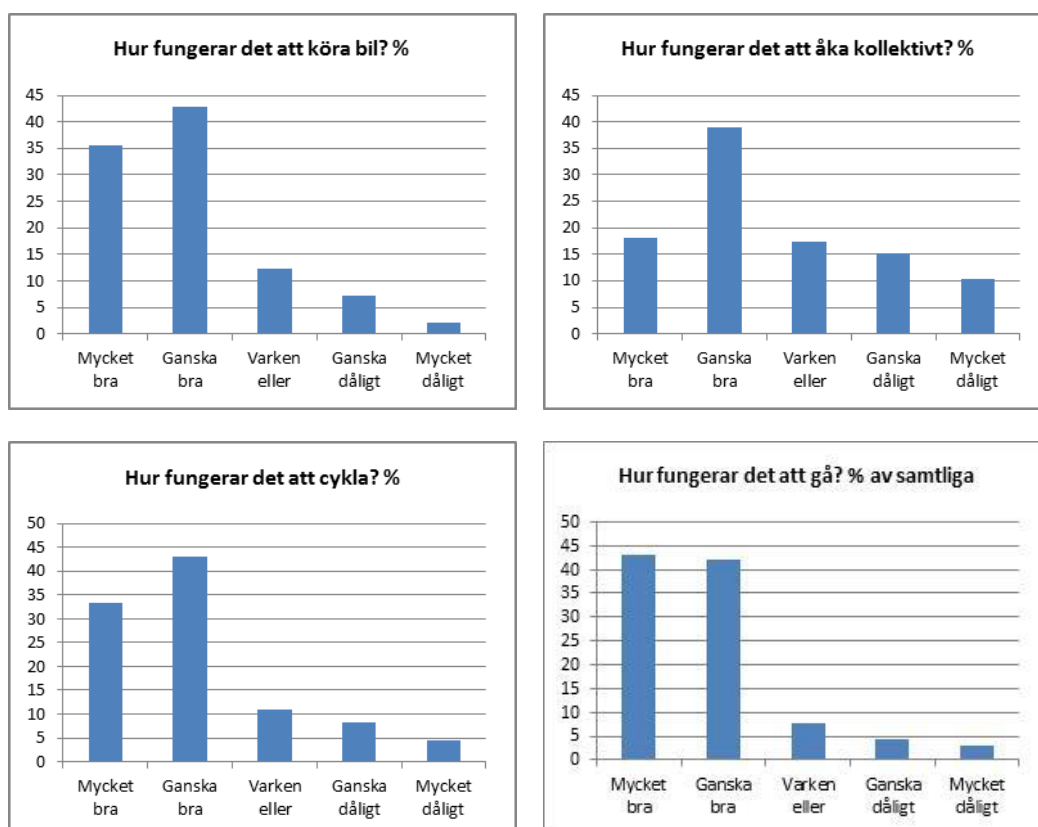


Anm: Tio procent motsvarar ungefär 100 000 pendlare, n=1723

Det fungerar bra för de allra flesta att gå, cykla och köra bil i Västra Götaland

En överväldigande majoritet av invånare i Västra Götaland tycker att det fungerar mycket eller ganska bra att resa med bil, cykla eller gå. Även för kollektivtrafiken är fler positiva än negativa. Här finns dock en grupp på 25 procent av befolkningen som är mer negativa till hur det fungerar. Notera att denna fråga besvarats av samtliga invånare. Inte bara brukare eller pendlare.

Figur 42 Bedömning av hur det fungerar att köra bil respektive åka kollektivt, samtliga invånare, %



Anm: Frågan som ställts är: Hur tycker du att det fungerar att ta sig fram på följande sätt i den kommun där du bor? Antalet som svarat på respektive fråga n= bil 2662, kollektivt 2629, cykla 2594, gå 2611.

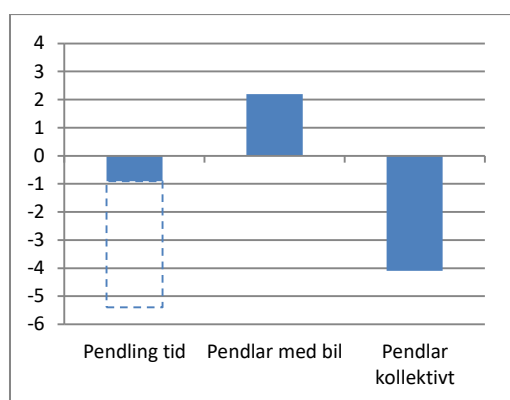
Såväl nationellt som i kommuner och region finns politiska mål om att fler bör resa kollektivt och cykla. Med de värden vi ser här verkar det inte som om det är brister i hur det fungerar att ta sig fram med till exempel cykel som är det största hindren för en sådan utveckling. Prioriterad framkomlighet

och kvalitet i kollektivtrafiken tillsammans med olika styrmedel för att minska biltrafiken och för att stimulera nya former av kollektivt resande, där det anses nödvändigt, verkar vara rimligare lösningar som kan tänkas angå en betydande majoritet av invånarna.

Pendling har en begränsad påverkan på människors välbefinnande i Västra Götaland

Resandet och val av färdmedel styrs i huvudsak av var en bor, den egna ekonomin och av hur transportinfrastrukturen ser ut. När kopplingen mellan pendling och välbefinnande analyseras på enklast möjliga sätt finns viss samvariation där längre pendlingstid och att resa kollektivt samvarierar med mindre lycka och att pendla med bil samvarierar med större lycka. För de som cyklar eller går finns – möjligen något överraskande – ingen direkt samvariation med lycka. (se figur 43). De beräknade effekterna är relativt små. De försvinner också helt, som vi konstaterat ovan, då den tid pendlingen tar sätts in som en faktor i huvudmodellen för att se vilka faktorer som totalt sett gör skillnad för människors välbefinnande. Resultatet pekar mot att arbetsmarknaden i Västra Götaland fungerar relativt väl även i detta perspektiv. De som pendlar ser ut att bedöma att det är värt det. Pendling ger i ett större sammanhang varken någon negativ eller positiv effekt på välbefinnandet för den genomsnittlige pendlaren till arbete eller studier i Västra Götaland då hänsyn tas till de fördelar resandet innebär med avseende på levnadsförhållanden och levnadssätt i övrigt.¹²¹

Figur 43 Hur samvarierar pendling och lycka?



Anm: Bivariat regressionsanalys N=1259, Figuren beskriver en analys av samvariationen mellan de olika indikatorerna och frågan om hur nöjda invånarna är med livet på det hela taget. Analysen har gjorts för en fråga i taget och ingen hänsyn tas till andra variabler, till samvariation mellan variablerna eller till kontrollvariabler som kön, ålder, etc. I figuren innebär det en minskad lycka med en procent för genomsnittsinvånaren att t.ex. gå från att pendla 30 till 40 minuter. Se Appendix 2 Paket 5 Variabelöversikt och tabell 5.6. Tabell 5.6 modell 3 ger värdet 0,009 för Avstånd minuter. Det motsvarar den blå ytan på faktorn Pendling tid i figur 43 ovan.

2.9. Fördjupning 3 - Inkomster, ekonomiska resurser, ekonomisk utveckling och lycka

I detta avsnitt görs en kort genomgång av frågor som berör invånarnas ekonomiska situation samt utveckling av ekonomin i samhället och hur dessa förhåller sig till hur nöjda invånarna är med sina liv. Inkomsternas och ekonomins betydelse har tidigare analyserats i ett samlat perspektiv i avsnitten om långsiktiga levnadsförhållanden 2.4. och i huvudmodellen 2.5. Detta avsnitt ger möjlighet att föra en

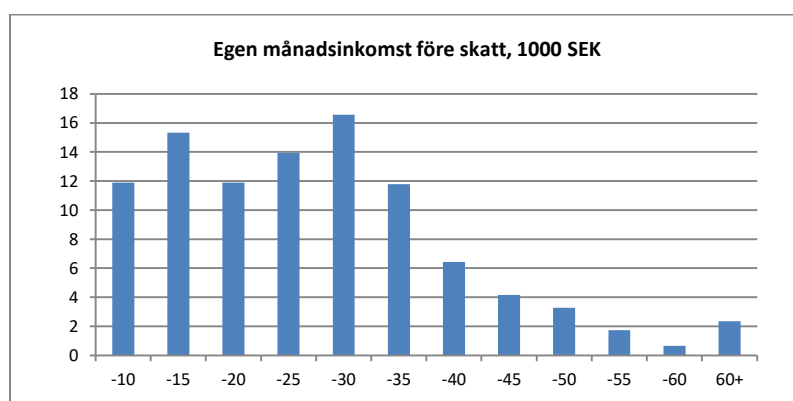
¹²¹ Samma bedöms gälla för Sverige totalt sett. Se Fors (2012) I ett antal svenska studier om effekter av lång pendling (över 45 minuter) bedöms dessa leda till sämre hälsa, fler skillmässor etc. I vilken mån dessa personer hade fått denna typ av problem även om de inte långpendlat är dock ofta oklart. Skillnaden i förhållande till resultaten här och i t.ex. Fors ovan är givetvis också att det i stort alltid hälsa eller hälsorelaterade faktorer som stress och sömn som utgör beroende variabel och inte det egna upplevda välbefinnandet i livet totalt sett.

något mer detaljerad diskussion kring de olika inkomstbegreppens betydelse och en fördjupad redovisning av data.

Högutbildade mest nöjda med sina inkomster, små skillnader över Västra Götaland

SOM-institutets enkät ställer frågor om invånarnas månadsinkomst före skatt, årsinkomst per hushåll och hur invånarna själva menar att det egna hushållet klarar sig på sin inkomst. Från svaren har inkomst per person i hushåll beräknats. Invånarna har också angett hur de ser på sin egen och Sveriges ekonomi de senaste 12 månaderna respektive hur de ser på motsvarande frågor för de kommande 12 månaderna. I figurerna nedan visas egen månadsinkomst, sammanlagd inkomst per hushåll och hur invånarna i snitt och i olika socioekonomiska grupper uppfattar sina ekonomiska resurser. Knappt 20 procent av invånarna i Västra Götaland hade en månadsinkomst över 35 000 kronor 2014. Spridningen över inkomstskalan är betydande samtidigt som det finns en viss koncentration av inkomster kring medianvärdet. Högre andelar i de lägsta grupperna har delvis sin förklaring i deltidarbete.

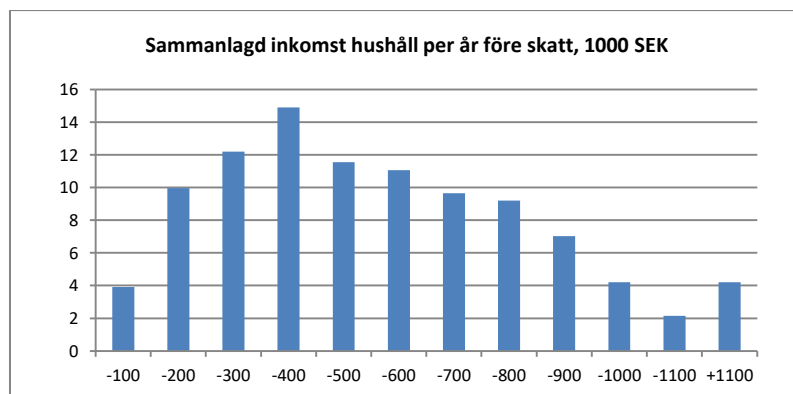
Figur 44 Egen månadsinkomst före skatt, tusental kronor



Anm: n=2534

Även på hushållsnivå är spridningen av inkomster betydande. På varje inkomstnivå från 200 000 kronor till 800 000 kronor per år finns i runda tal 10 procent av befolkningen representerad. För medelinkomst per hushåll och person i hushållet är spridningen mindre och inkomsterna högre i Göteborgsregionen, lägre i övriga delar av regionen, låga i Skaraborg och lägst på landsbygden.¹²²

Figur 45 Sammanlagd inkomst per hushåll per år före skatt, tusental kronor



Anm: n=2415

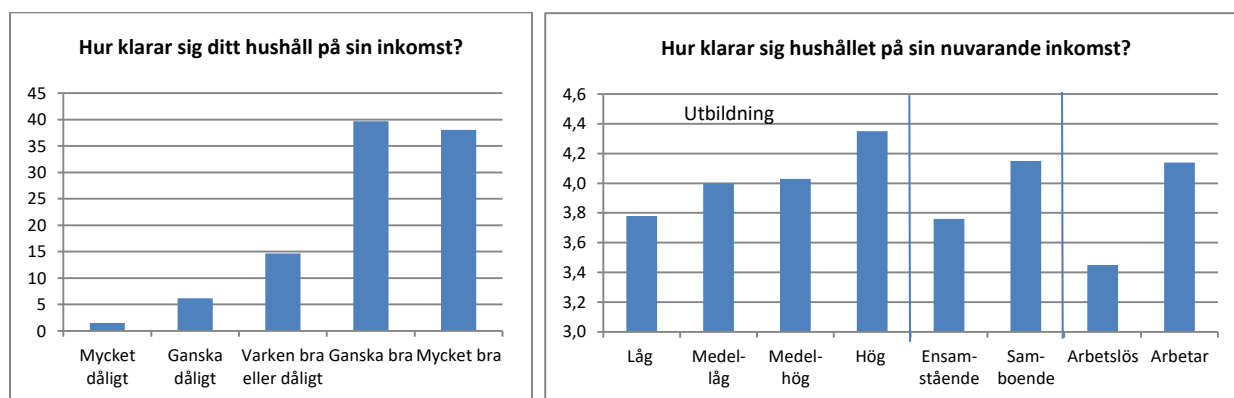
¹²² Se Appendix 1 Medelvärden

När frågan gäller hur invånarna klarar sig på sin inkomst jämnas bilden ut (figur 46). Fler än tre av fyra anser att de klarar sig ganska eller mycket bra. Drygt fem procent klarar sig sämre. Svaren för olika grupper skiljer sig åt på ett i huvudsak förväntat sätt. De med högre utbildning är mest positiva till sina egna ekonomiska resurser, de med låg utbildning är klart mindre positiva. Arbetslösa ser i genomsnitt sin ekonomi som betydligt svagare än de som arbetar. Ensamstående bedömer att de har en svagare ekonomisk situation än de som lever i någon form av partnerskap. Samtidigt är den faktiska medelinkomsten per person högre för ensamstående än för de som sambor. För ensamstående finns dock ingen att dela hushållets kostnader med och ensamstående är som vi sett ovan en grupp som inte bara anser att de har en sämre ekonomi, de är också klart mindre nöjda med sina liv.

Skillnaderna i synen på den egna ekonomin mellan invånare i olika åldrar och mellan kvinnor och män är samtidigt liten. Män är något mer nöjda än kvinnor. Invånarna är också i genomsnitt i stort sett lika nöjda med sina ekonomiska resurser oavsett i vilken del av regionen de bor eller om de bor i mer tät eller glesa miljöer, i stad eller på landet. Resultaten i dessa delar är glädjande i ett regionalt utvecklingsperspektiv. Invånarna i olika delar av regionen ser generellt sett likartat och positivt på sin ekonomiska situation och på sin egen lycka. Att olika grupper jämför sig med andra i samma situation som sig själva är sannolikt en bakgrund till detta resultat, se del 1. En annan faktor är givetvis olika levnadsomkostnader i olika delar av och inom dessa i Västra Götaland.

Vi kan också konstatera att den återkommande diskussionen om behovet av ökade löneskillnader och högre utbildningspremie för de med högre utbildning inte får något stöd i dessa data. Högutbildade anger själva i högre grad än några andra grupper att de är mycket nöjda med sina ekonomiska resurser och som vi kunnat konstatera tidigare är de också mest nöjda med livet i stort.¹²³

Figur 46 Hur ser invånarna på hushållets ekonomiska resurser, totalt (%) samt grupper (medelvärden)



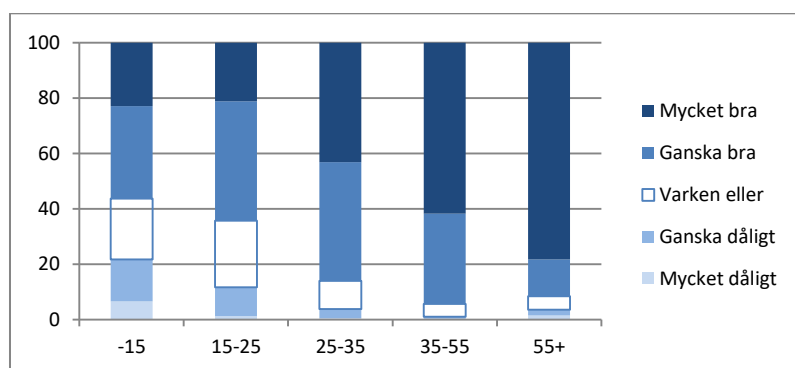
Anm: Svarsskalan beskrivs i första figuren. Den går från 1-5 där motsvarar Mycket dåligt och 5 Mycket bra. n=2609. Se även Appendix 1 Medelvärden.

Figur 47 visar att nästan nio av tio invånare menar att de klarar sig ganska eller mycket bra på sin inkomst vid en egen månadsinkomst på mellan 25 och 35 tusen kronor. Inkomster över 35 tusen kronor ökar enbart andelen som anser att de klarar sig mycket bra. Resultaten kan tolkas som att det också i Västra Götaland finns en avtagande margineffekt när det gäller inkomst. De kan också tolkas så som att som att lönenivåer över 35 000 per månad i 2014 års priser gav utrymme för mer

¹²³ Det kan givetvis finnas andra skäl till ett behov av ökade löneskillnader men invånare som själva är nöjda med och klarar sig bra på sin ekonomi är givetvis en helt väsentlig faktor i sammanhanget. Värden i Appendix 1.

konsumtion men att den gällde grupper som redan ansåg att de hade en ganska bra eller mycket bra ekonomi. Samvariationen mellan inkomster och synen på hushållets ekonomi är dock stark.

Figur 47 Syn på hushållets ekonomi som funktion av månadsinkomst, % respektive tusentals kronor



Sammantaget ger inkomstdata en bild av att det är möjligt att leva väl på olika inkomstnivåer på olika platser i Västra Götaland. De som är yngre har lägre förväntningar på vad som är en bra ekonomi. De skillnader i inkomster som angetts stämmer också väl med registerstatistik. Män tjänar mer än kvinnor och högutbildade tjänar i genomsnitt betydligt mer än lågutbildade före skatt. Hushåll där någon arbetar tjänar mer än de där någon är arbetslös.

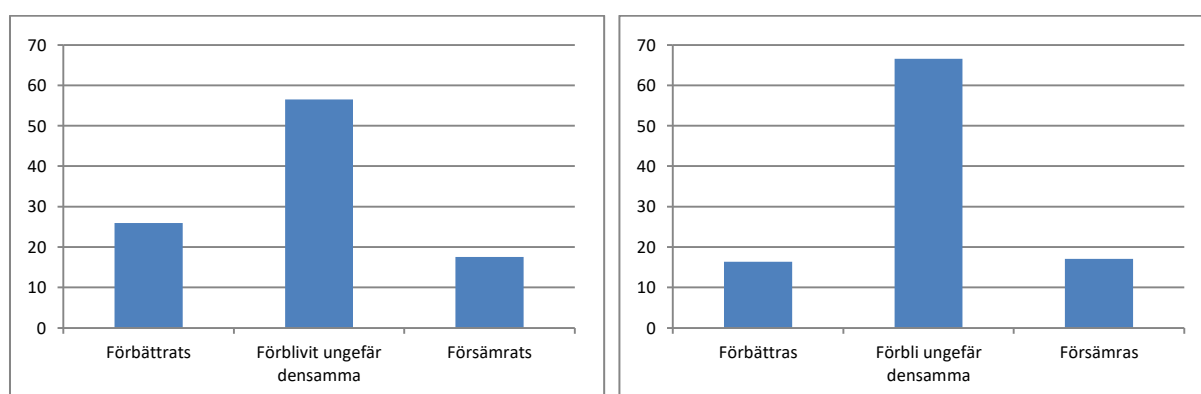
Högutbildade som går ut i arbetslivet ser mest positivt på utvecklingen

En av fyra invånare i Västra Götaland ansåg att de själva fått det bättre ekonomiskt under 2014. Andelen var lika hög för kvinnor som män (figur 48).¹²⁴

Figur 48 Hur har din egen ekonomiska situation förändrats under det senaste året respektive Hur tror du att din egen ekonomiska situation kommer förändras under det kommande året? %

Senaste 12 månaderna

Kommande 12 månaderna



Anm: n=2659 respektive 2645

Den fortsatta utvecklingen mot ett samhälle där högre utbildning blir viktigare och värderas allt högre går att avläsa. En av tre bland de med högst utbildning tyckte själva att de fått det bättre. För de med låg utbildning var det en av tio. Yngre dominerar bland de som själva säger att de fått det bättre. Det tyder på att gruppen till stor del består av de som går ut i och avancerar i arbetslivet, bildar familj etc. Fyra av tio i åldern 16-29 år menade att de fått det bättre. Skillnaderna mellan olika

¹²⁴ För värden för olika grupper se Appendix 1 Medelvärden

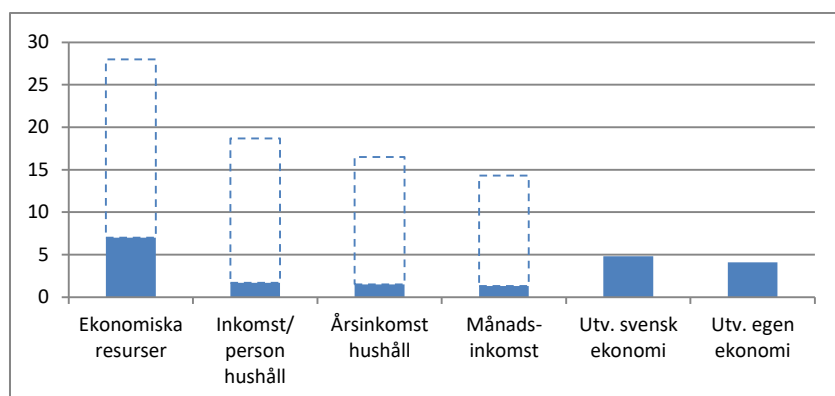
delar av regionen är relativt små. På motsvarande sätt är de som menar att de fått det sämre oftare lågutbildade. På frågan om hur Sverige utvecklats de senaste tolv månaderna var det åter främst de med längre utbildning som var mest positiva. De med kort utbildning och de i Skaraborg och Sjuhärad var betydligt mer negativa.

Ekonomi är viktigt - Synen på ekonomiska resurser och reell utveckling viktigast

De olika inkomstbegreppen speglar olika frågor men har givetvis koppling till varandra. Var för sig samvarierar de med hur nöjda invånarna är med sina liv (se figur 49). Den egna synen på hushållets inkomst – vad vi valt att kalla ekonomiska resurser – gör störst skillnad för invånarnas lycka (se också avsnitt 2.4 ff). Inkomsten per person i hushållet betyder därefter mer än den egna månadsinkomsten. Att det subjektiva måttet om hur en uppfattar hushållets ekonomi betyder mest är väntat. Här har de som svarat satt in den egna hushållsekonomin i ett sammanhang. Det visar också att den relativa inkomsten, över en viss inkomstnivå, är viktigare än den absoluta.

När det gäller synen på betydelsen av hur den ekonomiska utvecklingen har varit och hur invånarna ser på framtiden blir det tydligt att det är den reella utvecklingen som gör skillnad för människors välbefinnande. Såväl synen på hur utvecklingen av den egna ekonomin varit som på hur den varit för Sverige samvarierar med hur nöjda invånarna i snitt är med livet. Bedömningen av den egna eller samhällets utveckling i framtiden samvarierar inte med det egna bedömda välbefinnandet.

Figur 49 Hur samvarierar inkomst och ekonomiska faktorer med lycka?



Anm: Bivariat regressionsanalys N=2671, Figuren beskriver en analys av samvariationen mellan de olika indikatorerna och frågan om hur nöjda invånarna är med livet på det hela taget. Analysen har gjorts för en fråga i taget och ingen hänsyn tas till samvariation mellan variablerna eller till kontrollvariabler som kön, ålder, etc. I figuren innebär det en ökad lycka med drygt fem procent för genomsnittsinvånaren att till exempel gå från att bo i ett hushåll med "varken eller" till ganska bra ekonomiska resurser (ett "stegs" förändring). Set Appendix 2 Paket 6 Variabelöversikt samt tabell 6.1. Tabell 6.1 modell 6 ger värdet 0,073 (7,3%) för Ekonomiska resurser. Det motsvarar den blå ytan på faktorn i figur 49 ovan.

Exkurs – en samlad modell med bara ekonomi

När de olika sätten att mäta inkomstens betydelse för invånarnas lycka analyseras i en modell (tillsammans med kontrollvariabler för utbildning, ålder, kön och var en bor) är det precis som i de tidigare avsnitten synen på de egna ekonomiska resurserna som gör skillnad för människors lycka (ingen figur redovisas). Även hushållsinkomst gör i detta partiella perspektiv viss skillnad. Vi kan också konstatera att äldre, kvinnor och de som bor utanför de största orterna i genomsnitt är mer nöjda med livet i förhållande till de ekonomiska resurser de har tillgång till. Det kan också uttryckas som att de får lov att ha eller har möjlighet att klara sig på mindre resurser. Kostnaderna för att köpa

en bostad skiljer sig till exempel betydligt. När synen på utvecklingen sätts in i denna modell kvarstår en liten positiv effekt på lyckan av en mer allmänt optimistisk syn på hur utvecklingen i Sverige varit.

I någon mening strider resultaten mot den generella slutsatsen inom lyckoforskningen där framtidstro är väsentligt för människors syn på sitt liv. Den stora negativa betydelsen för människors lycka som risken att bli arbetslös visat sig ha, också i Västra Götaland, talar dock för att samma krafter (inte oväntat) verkar här som i andra delar av världen. Och det talar för att riskaversion och reell utveckling är betydligt viktigare frågor för välbefinnandet än hur invånarna rent allmänt ser på ekonomins framtida utveckling för en själv eller Sverige. Frågor som betyder något ligger generellt sett nära människors egen situation och vardag. Något som också ligger i linje med insikten om att det är vad den offentliga sektorn levererar som är avgörande för synen på hur demokratin fungerar.¹²⁵

Också sammantaget har vi kunnat konstatera att det är synen på hur en klarar sig på sin inkomst som är den fråga som gör skillnad när det gäller människors lycka. I samtliga de perspektiv som analyserats tidigare i rapporten, där månadsinkomst och ”ekonomiska resurser” ingått tillsammans med en rad andra frågor, är det synen på de egna ekonomiska resurserna som visat ett starkt och signifikant samband med invånarnas lycka. Att ha tillräckliga inkomster och en stark ekonomi är viktigt. Men av data här och i förlängningen av den teoretiska diskussionen i del 1 kan vi konstatera att det är hur stark den upplevs i förhållande till omgivningen och till livsförhållanden och levnadssätt i stort som det viktigaste.

2.10. Sammanfattning – Lycka i Västra Götaland

Lycka i Västra Götaland

Invånarna i Västra Götaland är generellt sett nöjda med sina liv. Värdena är höga internationellt sett. De ligger runt eller något över genomsnittet i en svensk jämförelse beroende på år. Skillnader mellan olika delar av Västra Götaland är små. I takt med en lång period av bra välfärdsutveckling för de allra flesta i Västra Götaland ökar andelen mycket nöjda invånare över tid medan andelen inte nöjda är i stort sett konstant. Att en stor majoritet av invånarna i Västra Götaland lever ett bra liv bekräftas av att de flesta ser sin hälsa som god, anser att det är möjligt att lita på andra, lever aktiva liv, lär sig nya saker, blir väl behandlade av andra, har en bra ekonomi, etc. Men allt är givetvis inte problemfritt. Unga, de med en svag position på arbetsmarknaden och ensamstående är mindre nöjda med livet.

Den följande beskrivningen av vilka variabler och faktorer inom dessa som betyder mest för människors lycka i Västra Götaland tar sin utgångspunkt i tre modeller som beskriver invånarnas verklighet utifrån levnadssätt, levnadsförhållanden och samhällets rambetingelser. Det handlar om hur invånarna själva upplevt sitt vardagsliv den senaste veckan, hur de ser på sina liv mer långsiktigt samt hur aktiva och engagerade liv de lever. Resultaten av dessa analyser har givit underlag för att välja de mest relevanta faktorerna och indikatorerna för dessa att föra in i en så kallad huvudmodell. En modell som därefter också använts för att analysera vad som betyder mer eller mindre för lyckan för olika grupper i samhället och för människor i olika livssituationer. Analysen blir därmed extra relevant för att diskutera hur en utvecklingspolitik med ett tydligare fokus på invånarnas lycka skulle

¹²⁵ Rothstein (2011) Social tillit, lycka, korruption och välfärdsstat i Holmberg, Weibull, Oscarsson (red) Lycksalighetens ö. Göteborg: SOM-institutet, Göteborgs universitet.

kunna utformas. De beräkningar som gjorts har i samtliga fall kontrollerats för bakgrundsvariabler som kön, ålder, civilstånd, utbildning och ortstyp.

Huvudresultatet när det gäller vilka levnadssätt och levnadsförhållanden som gör invånarna i Västra Götaland mer eller mindre nöjda med sina liv visar stora likheter med internationell forskning på området. Hälsa, arbete (att göra något meningsfullt), delaktighet (bli väl behandlad av andra), ekonomisk frihet (ekonomiska resurser), familj/relationer (någon att leva med och umgås med vänner) är det som gör störst skillnad för invånarnas välbefinnande och i den ordningen. Relationer och socialt kapital är särskilt viktiga begrepp. Mer än en tredjedel av variationen i hur nöjda invånarna är med sina liv förklaras av dessa faktorer.¹²⁶ Förklaringsgraden är hög i sig och i internationell jämförelse. Det gäller inte minst om vi betänker att runt hälften av invånarnas lycka generellt bedöms ha starkt samband med genetiska förutsättningar och påverkas av levnadsförhållanden i unga år.

Sambandet mellan invånarnas lycka och ett självständigt, meningsfullt och delaktigt vardagsliv är starkt. Invånare som har blivit väl behandlad av andra, har lärt sig något nytt eller gjort något meningsfullt den senaste veckan och har kunnat styra över sitt liv är signifikant mer nöjda med livet och det förklarar en betydande del av deras välbefinnande. Sambanden är starkare än för de motsvarande mer övergripande frågorna om tillit i stort och om en har arbete eller inte. Utfallet är intressant på flera sätt. Det visar att hur vi behandlar varandra och vad vi gör och inte gör i vardagen har stor betydelse för vårt välbefinnande och att vi påverkar varandras lycka. Det är också vardagsfrågor som ger förutsättningar att diskutera betydelsen av vilka frågor som är viktigast i hela befolkningen och inte bara för de som är i arbetslivet.

Vi kan också konstatera att ett aktivt och engagerat liv och att hjälpa andra har betydelse för det egna välbefinnandet. Resultaten kan tolkas som att de bekräftar några av lyckoforskningens mer kända citat – ”To do is better than to have” och ”To do good is better than to do well” – för den egna lyckan också i Västra Götaland. Att umgås med vänner och göra saker tillsammans rekommenderas. Motion och träning gör skillnad. Effekterna på det egna välbefinnandet inom de här områdena är dock begränsade i förhållanden till betydelsen av hur levnadsförhållanden som helhet ser ut. Ett aktivt och engagerat liv ger dock givetvis bättre förutsättningar för att just levnadsförhållandena i stort ska bli bra.

Lycka i olika skeden i livet och i olika livssituationer

Unga (16-29 år) i Västra Götaland avviker från ett etablerat mönster i många länder genom att vara minst nöjda med livet av samtliga åldersgrupper. De har merparten av livet framför sig och är normalt de som är mest nöjda med livet tillsammans med de som är över 65 år. Ensamhet, sämre psykisk hälsa kombinerat med långa utbildningstider och sen etablering på arbets- och bostadsmarknaden ser ut att vara de viktigaste förklaringarna till att unga i Västra Götaland är mindre lyckliga än förväntat. Resultaten är negativt för såväl individer som för samhället och dess långsiktiga utveckling. Resultaten vidimeras av att unga med högre utbildning vilka gått ut i arbetslivet är den grupp av samtliga som tycker att deras situation påverkats mest positivt under de senaste 12 månaderna. Allt är givetvis inte nattsvart.

¹²⁶ I analyser av lyckan mellan länder visar det sig betyda mer för invånarnas välbefinnande att lyfta sociala faktorer från dåliga till medel än att lyfta den ekonomiska nivån och hälsan i motsvarande grad. Helliwell, Layard, Sachs (2017) s.6

Arbetslöshet är ett gissel och arbetslöshet påverkar inte bara de som drabbas – även en upplevd risk att bli arbetslös visar sig sänka välbefinnandet rejält. Bristen på sociala kontakter, på något meningsfullt att göra och en sämre ekonomi påverkar välbefinnandet mest för de som är arbetslösa i Västra Götaland. Det ger också en tre gånger större negativ effekt på det egna välbefinnandet för arbetslösa att vara ensamstående än för den övriga befolkningen samtidigt som det är dubbelt så vanligt att vara ensamstående bland de som är arbetslösa. Närmare hälften av de som var arbetslösa, sjukskrivna eller förtidspensionerade bland respondenterna i Väst SOM 2014 var dessutom ensamstående. Frågan om vad som är orsak och verkan kan givetvis diskuteras. Även att göra något meningsfullt blir tre gånger så viktigt för de som är arbetslösa jämfört med de som inte är det. Det hjälper inte den som är arbetslös att det går att visa att det inte är arbetslösheten i sig som är problemet utan effekterna av den. Det gör dock att det går att bedriva en politik som medvetet mildrar arbetslöshetens negativa effekter. Fokus på meningsfullhet och att själv få vara med och påverka den egna situationen är centrala frågor enligt analysen.

För de som är ensamstående fördubblas betydelsen av att ha gjort något meningsfullt. De som är ensamstående eller utan arbete ser generellt ut att ha ett större behov av att leva ett aktivt liv för att kompensera för de mer begränsade kontakterna inom familjen eller på jobbet. Att leva ensam ger en större negativ effekt på välbefinnandet för invånare med högre utbildning. Effekten av att vara ensamstående avtar dock med stigande ålder. Även de som lever ensamma vänjer sig efterhand. Att bli väl behandlad av och att kunna lita på andra är det som är extra viktigt för de som är äldre än 65 år. Här kan det givetvis finnas generationseffekter som inte kunnat analyseras i detta sammanhang.

Resultaten visar också hur olika grupper lever med olika förutsättningar och att det påverkar vilka frågor som blir mer eller mindre betydelsefulla för hur nöjda de är med sina liv. För såväl kvinnor som män pekar resultaten på att traditionella könsroller fortsatt präglar livet på ett övergripande plan. Kvinnor framstår som mer sociala, som de som tar ansvar för hem och familj och upplever sig betydligt oftare som diskriminerade i kontakter med offentlig service av olika slag, vilket gör direkt skillnad för kvinnors välbefinnande. För kvinnor är det inte signifikant negativt för välbefinnandet att leva ensamma. Ensam kvinna är stark. Genomsnittsmännens lycka påverkas mycket negativt av att leva ensam och kopplingen mellan att göra saker och välbefinnande är betydligt starkare för män.

Även skillnader i drivkrafter och dess betydelse för hur lycklig en är bekräftas i analysen. En stark egen ekonomi gör betydligt större skillnad för att företagare och chefer ska vara lyckliga. För chefer är det också mycket viktigt att saker och ting flyter på, att alla behandlar varandra väl. Samtidigt är de, tillsammans med de med grundskola som högsta utbildning, den enda gruppen i analysen där frågan om att ha lärt sig något intressant eller vara stolt för det en gjort inte gör skillnad för den egna lyckan när hänsyn tas till levnadssätt och levnadsförhållanden i sin helhet. För företagare är det tvärtom mycket och betydligt mer viktigt än för genomsnittsinvånaren att ha gjort eller lärt sig något intressant och vara stolt över något en gjort för att vara lycklig. Tjänstepersoner upplever sig oftare än andra som diskriminerade i kontakter med olika former av samhällsservice och är den enda yrkesgrupp där dessa kontakter gör särskild skillnad för välbefinnandet.

När materialet analyseras utifrån utbildningsnivå blir skillnaderna små. I stort sett samma frågor är viktiga för hur nöjda invånarna är med sina liv oavsett om de har utbildat sig kort eller lång tid. Bilden av att det finns frågor och förhållanden som är centrala för människors lycka oavsett bakgrund stärks.

Hur livet sedan levs och vart det leder påverkar desto mer. Olika faktorer betyder, som vi sett, olika mycket för de som till exempel är arbetslösa, ensamstående, företagare, för kvinnor och män, osv.

Slutligen kan det vid en internationell jämförelse verka förvånande att de som tror på någon gud inte är signifikant lyckligare än övriga invånare då hänsyn tas till hur livet levs i övrigt. Sverige kan dock ses som ett relativt sekulariserat samhälle och motsvarande resultat fås i internationella studier för grupper i samhället som inte tillhör majoriteten av de troende etc. De som är flitiga besökare av gudstjänster i Sverige är dock liksom andra *aktiva* föreningsmänniskor mer nöjda med livet.

Arbetslivets betydelse för och koppling till invånarnas lycka

Arbetslivet i Västra Götaland fungerar sammantaget och i huvudsak väl. Nio av tio instämmer helt eller delvis i att de är nöjda med sitt arbete. Det gäller i ett invånarperspektiv och för de som är inne på arbetsmarknaden. Med den högsta sysselsättningsgraden i EU är det dock ett bra betyg. Åtta av tio instämmer helt i att de har tillräcklig kompetens för sitt arbete. En av tio instämmer helt i att de är överkvalificerade och 15 procent i att de vill byta arbete. Fler än fyra av tio instämmer samtidigt helt eller delvis i att det är svårt att hitta ett arbete som passar dem bra där de bor.

Vid en samlad analys av sambandet mellan hur lyckliga de som arbetar är och olika faktorer med koppling till arbetsmarknaden är det att vara nöjd med arbetet, att ha rätt kompetens, att inte jobba för mycket, att ha ett tryggt arbete (inte riskera att bli arbetslös) och inkomst som gör skillnad tillsammans med hur lätt det är att hitta ett arbete där en bor. Den tid det tar att pendla, att se sig själv som överkvalificerad, möjligheten att välja var arbetet ska utföras påverkar inte välbefinnandet när hänsyn tagits till dessa faktorer och till kontrollvariablerna. En sjättedel av hur nöjda med livet de som arbetar är förklaras. Vi kan konstatera att det i första hand är män, unga och de med kort utbildning som anser att de är överkvalificerade för de jobb de har. Det är också främst unga som vill byta arbete och de med låg utbildning som inte ser något behov av det. För de med kort utbildning som deltar i arbetslivet betyder umgänget med vänner betydligt mer än arbetet för den egna lyckan.

Att vara nöjd med arbetet ger en klart positiv effekt på lyckan för de som arbetar även när hänsyn tas till andra levnadsförhållanden som hälsa, ekonomiska resurser, att ha gjort/lärt sig något intressant, att umgås med vänner och hur en blivit behandlad av andra. Att vara nöjd med arbetet gör i princip lika stor skillnad som att umgås med vänner och ekonomin för de som arbetar. Den negativa effekten på livstillfredsställelsen av att vara ensamstående är samtidigt betydligt större bland de som jobbar än för befolkningen som helhet. Hela 40 procent av variationen i lycka bland de som arbetar förklaras när synen på arbetslivet läggs till i den ovan redovisade huvudmodellen. Pendling eller pendlingens längd gör ingen avgörande skillnad. Att bo kvar, att kunna umgås med vänner och familj, att vara nöjd med arbetet, att tjäna hyfsat med pengar, framstår som viktigare.

En majoritet av de som jobbar skulle välja att jobba mindre om de kunde välja. Av den tredjedel som säger att de jobbar mer än 40 timmar i veckan skulle sex av tio jobba mindre. De som vill jobba mindre är dessutom mindre lyckliga även när hänsyn tas till hur de har det i livet i övrigt och kontrollerat för bakgrundsvariabler som kön, ålder, utbildning, etc. För de med kort utbildning är valet inte lika självklart. De ekonomiska marginalerna kan antas vara sämre och två av tio säger att de skulle vilja arbeta färre timmar. Högst andel som är nöjda med sin arbetstid (sex av tio) finns bland de som arbetar 20-34 timmar per vecka. I takt med höjd pensionsålder och med höga krav i arbetslivet verkar det inte orimligt med ett samhällsmål om att successivt sänka den genomsnittliga vecko-

arbetstiden till en nivå som ligger närmare invånarnas syn på vad som är en rimlig arbetstid och till en veckoarbetstid som dessutom kan antas påverka välbefinnandet positivt.

Svårigheten att hitta ett arbete där en bor ger en negativ påverkan på lyckan. En effekt som kvarstår även efter kontroll för den tid det tar att pendla till jobbet. Störst problem att hitta ett arbete där de bor har unga på mindre orter. Minst problem har de med högre utbildning, de som bor i Göteborg och mer generellt kvinnor. Den starkt könsuppdelade arbetsmarknaden gör att de jobb där kvinnor är i majoritet är mer spridda i geografien. Synen på hur utvecklingen varit skiljer sig också mellan de med lägre och högre utbildning och mellan de som bor på olika platser i regionen. Dagens grundläggande drivkrafter i ekonomin ger tveklöst effekter där regionala centra och storstadsregioner utvecklas starkt och där invånare med lång utbildning har fördelar.

Risken att bli arbetslös är en av de frågor som är starkast kopplade till om de som jobbar i Västra Götaland är mer eller mindre nöjda med livet när situationen på arbetsmarknaden bedöms. Oro för hur det ska gå med den egna ekonomin och den egna framtiden upplevs som de allvarigaste effekterna kopplat till risken för att bli arbetslös. Därefter kommer oro för att inte ha något meningsfullt att göra, att inte vara behövd och längst ned på listan frågan om sociala kontakter. Forskningsresultat pekar generellt på att sociala kontakter i arbetslivet inte kan ersätta sociala kontakter i livet i stort. De flesta går inte i första hand till jobbet för att umgås utan för att göra något meningsfullt.

Vi kan också konstatera att en stor majoritet är nöjda med sin ekonomi. Den relativa ekonomin är därmed sammantaget viktigare för människors lycka än den absolut inkomsten. Sambandet mellan absolut och relativ inkomst är dock betydande. Men vi jämför oss med varandra och lever delvis i "skilda världar", också i Sverige och Västra Götaland. Personliga inkomster över 35.000 kronor år 2014 gav bara begränsade positiva bidrag till synen på de egna ekonomiska resurserna.

Pendling verkar för de flesta vara en del av vardagen som inte gör någon större skillnad för hur nöjda invånarna är med livet i stort. Det finns en tendens till att lång pendlartid minskar välbefinnandet men inte när hänsyn tas till frågor med koppling till arbetslivet som helhet eller till levnadsförhållanden och levnadssätt i stort. Att de som går och cyklar i genomsnitt är mindre lyckliga, och de som kör bil mer, kan antas bero på vilka som kör bil respektive går. Träning och rörelse gör dock skillnad för välbefinnandet också i dessa beräkningar och för invånarna i Västra Götaland.

Kort policydiskussion – relevant kunskap för policyförändringar

Genomgången av vilka frågor som gör mer eller mindre skillnad för det upplevda välbefinnandet för olika grupper i samhället ger ett omfattande och bra underlag för att diskutera hur dagens samhälle fungerar i stort och för vilka som är de mest centrala frågorna att ta hänsyn till när det gäller att undanröja hinder för lycka för olika grupper. De tydligaste och viktigaste resultaten gäller kvinnor, män, arbetslösa och unga vuxna.

Skillnaderna mellan kvinnor och män är stora, delvis oväntade, och ger en bild av ett samhälle där jämställdheten har en fortsatt lång väg att gå. 15 procent av kvinnorna har känt sig diskriminerade i mötet med offentlig service medan det gäller 8 procent av männen. Och att känna sig diskriminerad gör märkbar skillnad för kvinnors lycka, inte för mäns. Kvinnor och män är lika ofta ensamstående men det gör stor skillnad för mäns lycka, inte för kvinnor. Att komma åt de negativa effekterna av den manliga ensamheten förutsätter sannolikt förändringar från tidig skolålder. Den offentliga

sektorns olika sätt att behandla kvinnor eller de som har täta kontakter med olika former av service på ett annat sätt än män bör gå att rätta till nu.

De som står utanför arbetsmarknaden behöver något *meningsfullt* att göra och de behöver *känna delaktighet* i det som sker i samhället och i den egna situationen. Alla s.k. åtgärder bör ta hänsyn till dessa enkla fakta. Att det sker är helt avgörande för att ge de arbetslösa bättre förutsättningar att öka sitt välbefinnande.

För unga vuxna (16-29 år) framstår åtgärder som bidrar till en snabbare etablering i samhället, med mer kontinuitet och ökad genomströmning i utbildningssystemet och en bostadsmarknad som fungerar även för de utan stora egna resurser eller kontakter som avgörande för att skapa ökad framtidstro. Att frågan tas på fullt allvar är mycket viktigt. De unga vuxna har i dag sammantaget lägst subjektivt välbefinnande av de olika åldersgrupperna. Det är en ohållbar situation och strider mot kärnan i vad lyckoforskningen betonar för att människor ska ha ett bra liv i stort. En bra start är avgörande för hur livet utvecklas för de flesta. Utvecklingen när det gäller ungas lycka har varit negativ de senaste tio åren. Det lägre värdet jämfört med äldre är inte unik för Västra Götaland och Sverige, det gäller nu också i flera andra s.k. västländer, men skiljer sig mot hur det är i de flesta länder i världen och mot hur det var i Västra Götaland för 10 år sedan.

Det är också viktigt att notera att den återkommande diskussionen om behoven av större löneskillnader och högre utbildningspremier inte får något stöd i en analys som sätter invånarnas eget välbefinnande i centrum. De med högre utbildning uppvisar mer positiva värden på i stort sett samtliga faktorer i det mycket omfattande datamaterial som utgör underlag för analyserna. Utbildningen ger fördelar i levnadsförhållanden och livsinnehåll som mer än väl ser ut att uppväga den "upppoffring" det är att utveckla den egna personen och kompetensen via en högre utbildning. Den sammantagna slutsatsen i ett lyckoperspektiv är i första hand att fler borde gå högre utbildning.

När det gäller platsens betydelse för invånarnas välbefinnande i Västra Götaland finns en begränsad men återkommande effekt med en positiv påverkan av att bo på landsbygden. Men i stort, och också när det gäller olika resursområden i Göteborg, är det invånarnas levnadsförhållanden och levnadssätt som betyder något. Det som gör skillnad är hur invånarna upplever sin hälsa, om de gjort något intressant, hur väl de behandlar varandra, om de umgås med vänner eller inte, vilka ekonomiska resurser de har och om de lever ensamma eller tillsammans med någon.

Samtidigt lever invånarna i Västra Götaland inte sällan relativt segregerat, med grupper som liknar dem själva. Med en arbetslöshet som är mycket koncentrerad till vissa områden ger det teoretiskt ökade negativa effekter av arbetslöshet och utanförskap. I områden med hög arbetslöshet riskerar just arbetslösheten att bli normen. I områden med hög brottslighet drabbas alla av brottslighetens effekter, direkt eller indirekt. De normer som ger grund för de sociala jämförelser som invånarna gör i unga år riskerar skilja sig radikalt och i sig ge långsiktiga effekter på invånarnas livsförhållanden och levnadssätt och därmed på deras lycka. Socioekonomisk segregation, oavsett vilka uttryck den tar sig, är därmed något som är mycket viktigt att motverka.

Resultaten på arbetsmarknadsområdet pekar mot att en successiv minskning av arbetstiden ner mot 35 timmar per vecka är en viktig reform om invånarnas välbefinnande ska stå i centrum för samhällsutvecklingen. Det gäller inte minst i tider när pensionsåldern förskjuts upp i åldrarna. Att värna tryggheten på arbetsmarknaden är också viktigt liksom att fortsätta ansträngningarna att

bygga samman dagens lokala arbetsmarknader med väl fungerande kommunikationer. En omfattande pendling till arbetet är i ett lyckoperspektiv oftast bättre än att flytta efter jobben. Bra sociala relationer är en grundförutsättning för bra välbefinnande. Det hindrar givetvis inte de som vill flytta av andra än tvingande skäl att göra det.

Del 3 Lyckopolitik i praktiken

I denna del görs en översiktlig genomgång av några av de processer som pågår nationellt och internationellt. Vi presenterar forskares rekommendationer för hur forskningsresultaten kan användas generellt och exempel från olika områden med koppling till lokal och regional utveckling där resultaten använts mer konkret. Beskrivningarna är korta och övergripande. Ett huvudsyfte är att ringa in möjliga strategier för en mer lyckodrivna utvecklingspolitik i Västra Götaland. Frågor där denna koppling är tydlig prioriteras i sammanställningen.

3.1 Det en mäter blir gjort

Grunden i den internationella diskussionen om en mer lycko-orienterad samhällsutveckling är hur vi mäter samhällets framgång. Frågan om hur vi kan hitta nya sätt att mäta välbefinnande förs idag på olika nivåer och i olika forum. 2008 gav Frankrikes dåvarande president Nicolas Sarkozy den amerikanska nobelpristagaren och ekonomiprofessorn Joseph Stiglitz i uppdrag att tillsammans med en grupp forskare utreda hur man kan mäta ett lands utveckling på ett mer holistiskt sätt. I rapporten¹²⁷ gör gruppen en omfattande genomgång av bristerna med BNP som huvudsakligt mått på framgång och ger förslag på alternativa sätt att mäta samhällsutvecklingen mer korrekt. I sammanfattning ges följande rekommendationer till världens beslutsfattare:

1. För att uppskatta materiell välfärd, mät invånarnas konsumtion och inkomst istället för landets produktion.
2. Fokusera på hushållens ekonomi och synliggör förmåner som återförs från skatter till hushållen i form av exempelvis sjukvård.
3. Fokusera inte bara på inkomster och konsumtion som mått på välbefinnande, mät även kapital i form av hushållens besparingar respektive belåningsgrad, socialt kapital och miljöskulder. På så sätt mäts om ekonomin är långsiktigt hållbar.
4. Lägg vikt vid hur inkomster, konsumtionsutrymme och förmögenhet fördelas mellan grupper.
5. Inkludera obetalt arbete i beräkningarna, t ex värdet av frivilligarbete och hushållsarbete i hemmen. På så sätt kan även tillgången till fritid synliggöras och bli ett mått på välbefinnande.
6. Människors livskvalitet beror också på faktorer som hälsa, utbildning, miljö och möjlighet att leva aktiva liv. Finn sätt att inkludera dessa faktorer i utvärderingen av samhällsutveckling, liksom robusta sätt att inkludera faktorer som sociala relationer, politiskt inflytande och trygghet, vilka också visat sig väga tungt när det gäller livstillfredsställelse.
7. Visa skillnad i livskvalitet mellan olika grupper.
8. Utforma undersökningar så att kopplingen mellan olika faktorer kan utläsas för individer/grupper och använd denna kunskap för att utforma policy.
9. Statistikmyndigheter bör samla in och tillgängliggöra statistik så att det blir möjligt att skapa olika typer av index.
10. Mätningar av människors objektiva och subjektiva välbefinnande är avgörande för att kunna mäta människors livskvalitet. Statistikmyndigheter bör inkludera frågor i sina undersökningar som på olika sätt mäter människors självskattade välbefinnande.

¹²⁷ Stiglitz 2008, Report by the Commission on the Measurement of Economic Performance and Social Progress

Vad mäts internationellt?

Frankrike har efter rapporten utvecklat nya sätt för att mäta samhällsutvecklingen¹²⁸. Även i andra länder har nya sätt att mäta hur invånarna mår utvecklats. Kanada har till exempel tagit fram Canadian Index of Wellbeing¹²⁹ och i Tyskland ger Deutsche Post sedan flera år ut en Glucksatlas¹³⁰ som mäter tyskarnas välbefinnande och visar på skillnader mellan olika delstater. I Polen genomförs sedan några år en omfattande enkät för att fånga såväl objektiva som subjektiva mått på välbefinnande med syfte att mäta den sociala situationen i landet och bedöma effekter av de initiativ som tas för minskad fattigdom, öka den sociala integrationen och för att stärka human och socialt kapital.¹³¹

På liknande sätt har OECD varit med och drivit utvecklingen och presenterar globala mätningar av lycka och välbefinnande inom ramen för "Better Life Index"¹³² vilket inkluderar både subjektiva och objektiva faktorer kring människors välbefinnande och möjliggör jämförelser mellan olika länder.¹³³ EU gav 2015 (via Eurostat) för första gången ut en mer omfattande rapport om livskvalitet "Quality of life" där subjektivt välbefinnande finns med som en central fråga.¹³⁴

Och så Buthan. Kungadömet Buthan intar i någon mån en särställning när det gäller lyckodrivna samhällsutveckling. Redan 1979 slog den dåvarande kungen fast att ökad "Bruttonationallycka" är ett viktigare mål för Buthans utveckling än BNP, även om ekonomisk utveckling fortsatte att vara viktigt för att minska fattigdomen i landet. Sedan dessa har Buthan på olika sätt försökt integrera lycka i beslutsfattandet och varit aktiva i den internationella debatten när det gäller lyckopolitik. Idag mäter Buthan människornas lycka på kontinuerlig basis. År 2015 intervjuades 9 000 av landets invånare enskilt i en nationell lyckomätning¹³⁵. För att mäta bruttonationallyckan har man utvecklat ett eget index som väger samman faktorer som självskattad lycka, moralisk uppfattning, lokal förankring och tillit till andra med mer vanliga utvecklingsparametrar som tillgång till rent vatten, utbildning och hälsa.

De nationella initiativen i exempelvis Buthan, Frankrike och Storbritanien har lyft upp frågan om lycka på högsta internationella nivå och 2011 antog FN på initiativ av Buthan en resolution där man uppmanade världens länder att ge lycka och välbefinnande en större roll i samhällsutvecklingen¹³⁶. Resolutionen blev startskottet för en djupare diskussion om frågan inom FN, inte minst som en viktig diskurs i utvecklingen av de nya globala målen för hållbar utveckling. FN har de senaste åren gett ut en årlig publikation "World Happiness Report". Rapporten jämför välbefinnande i olika länder,

¹²⁸ Tavernier, J.-L., Cuneo, P. and Plateau, C. (2015), Measurement of Quality of Life and Well-Being in France: The Drivers of Subjective Well-Being. *Review of Income and Wealth*, 61: 25–33. doi:10.1111/roiw.12157

¹²⁹ uwaterloo.ca/canadian-index-wellbeing/

¹³⁰ www.gluecksatlas.de

¹³¹ www.stat.gov.pl Leaflets on *Values and Social Trust in Poland, Subjective Wellbeing in Poland*.

¹³² www.oecd.org/statistics/better-life-initiative.html

¹³³ I Sverige har ett försök att etablera ett liknande index kallat BRP+ gjorts via Tillväxtverket och ett fristående nätverket för regional statistik och analys Reglab. Indexet innehöll inledningsvis ett stort antal variabler på olika nivåer medan värden för subjektivt välbefinnande saknades.

¹³⁴ ec.europa.eu/eurostat/documents/3217494/6856423/KS-05-14-073-EN-N/742aee45-4085-4dac-9e2e-9ed7e9501f23

¹³⁵ www.bhutanstudies.org.bt/publicationFiles/2015GNH/Summaryof2015GNHIndex.pdf För att genomföra studien anlätades studenter som tillsammans med institutet för Buthanstudier reste land och rike runt och intervjuade människor. Varje intervju tog ca en timma. Ibland fick intervjuarna gå i flera dagar för att nå avlägsna bergsbyar. Studenterna fick möta båda tragiska öden och fantastiska berättelser om människors strävan efter lycka och välbefinnande.

¹³⁶ UN resolution 65/309

diskuterar lycka ur olika perspektiv och bidrar med inspel i diskussionen om hur lyckoforskningen kan användas för att driva samhällsutvecklingen i en mer hållbar riktning. FN har också utsett den 20 mars till "World Happiness Day".

Vad vi mäter i Sverige

I Sverige har, som vi konstaterade i del 1, omsvängningen varit långsam. Regeringens Framtidskommission genomförde 2012 en analys av *Nya mått på välfärd och livskvalitet i samhället*.¹³⁷ Denna konstaterade att det både är möjligt och finns ett värde i att använda livstillfredsställelse och känslomässigt välbefinnande för utveckling av välbefinnandet i samhället.¹³⁸ Den efterföljande offentliga utredningen var dock ljummet intresserad och menade att Sverige borde fortsätta på den inslagna vägen med en förutbestämd uppsättning indikatorer som anses centrala för individens "levnadsnivå".¹³⁹ Remissinstanserna var genomgående kritiska till utredningens slutsatser.

Som redovisats tidigare valde regeringen våren 2017 att ta fram 15 indikatorer – "Nya mått på välbefinnande" – jämnt fördelade på ekonomi, miljö och sociala frågor, vilka ska mätas kontinuerligt som ett komplement till BNP och som ett sätt att fånga hållbar utveckling samt anknyta till FN:s globala mål för hållbar utveckling till 2030.¹⁴⁰ Bland de 15 indikatorerna är tre subjektiva; välbefinnande (nöjd med livet), hälsa och tillit. De övriga är: BNP per capita, sysselsättningsgrad, arbetslöshet, hushållens skuldsättning, den offentlig sektorns konsoliderade bruttoskuld inom ekonomi, luftkvalitet, vattenkvalitet, skyddad natur, kemikaliebelastning, utsläpp av växthusgaser för miljön samt disponibel inkomst och utbildningsnivå i den social dimensionen.

Västra Götalandsregionen har sedan regionen bildades 1998/99 haft "Det goda livet" som vision och ledstjärna. I visionen från 2005 beskrivs en modell för analys av samhällsutvecklingen som i stora drag lever upp till regeringens 15 nya mått på välbefinnande.¹⁴¹ Hållbar utveckling står i centrum och samhällets utveckling ska mätas och analyseras likvärdigt i tre dimensioner. I den ekonomiska dimensionen diskuteras ekonomisk utveckling, produktivitet, investeringar/sparande, finansiell stabilitet, nyskapande och infrastruktur. I den sociala dimensionen hälsa, arbetsliv, delaktighet, inkomster, utbildning, kultur och kreativitet. I miljödimensionen biologisk mångfald, ekosystem, klimatpåverkan, hållbar produktion och konsumtion, miljöns påverkan på hälsan samt utvecklingen när det gäller de svenska miljömålen.

Genom samarbete med SOM-institutet vid Göteborgs Universitet finns dessutom sedan regionens bildande en omfattande årlig enkät till invånarna om deras vanor, attityder och levnadsförhållanden, där bland annat frågan om hur nöjda invånarna är med livet ställts, vilken också utgör underlag för de empiriska delarna i denna rapport.¹⁴² Sammantaget ger det goda förutsättningar att både analysera utvecklingen av människors välbefinnande och att utforma en mer lyckodrivna politik med grund i internationell forskning och i de förutsättningar som gäller i regionen i sig.

I analyser av utvecklingen i Västra Götaland har frågan om subjektivt välbefinnande fått allt större utrymme under senare år. Regionens budgetunderlag har sedan tidigt 2000-tal och fram till 2018

¹³⁷ Fors (2012)

¹³⁸ Ibid s.9 f

¹³⁹ SOU 2015:56

¹⁴⁰ www.regeringen.se/pressmeddelanden/2017/04/regeringen-kompletterar-bnp-med-nya-matt-pa-valstand/

¹⁴¹ www.vgregion.se/om-vgr/styrande-dokument/ Vision Västra Götaland (2005) Västra Götalandsregionen

¹⁴² som.gu.se/undersokningar/den-vastsvenska-som-undersokningen

tagit sin utgångspunkt i en beskrivning av invånarnas välbefinnande och hållbar utveckling.¹⁴³ Tillståndet i Västra Götaland beskrivs i återkommande rapporter med samma värdegrund.¹⁴⁴ När det gäller mer konkret användning av lyckoforskningens resultat i olika styrdokument och åtgärder finns dock mycket kvar att göra.

3.2 Från mål till policyförslag

Det är tydligt att det finns en växande insikt hos forskare, politiker, näringsliv och civilsamhället om att vi behöver bli bättre på att utgå från människors upplevda välbefinnande när vi fördelar gemensamma resurser och formar framtidens samhälle. Lycka är en universell strävan som i princip alla andra samhällsmål relaterar till. Att gå från ord till handling är dock inte helt enkelt och det finns få om några egentliga exempel där ett land eller en region medvetet, och med kunskap från lyckoforskning, drivit fram en mer lyckoorienterad samhällsutveckling.

Forskningen är heller inte överens om hur lyckoperspektivet bäst förs in i politiska beslut. Olika vägar behöver testas och anpassas efter lokala förutsättningar. Därmed inte sagt att det inte redan idag finns samhällsmodeller och välfärdssystem som i högre utsträckning än andra verkar bidra till människors lycka. I inledningen har vi konstaterat att många menar att den så kallade nordiska modellen sammantaget leder till ett högt välbefinnande. Något som också bekräftas av globala jämförelser. Norden beskrivs som ett område med en homogen befolkning, med mindre skillnader mellan människor än på många andra ställen och med ett starkt fokus på familjen. Vi bedöms ha en bättre balans mellan arbete och fritid, en betoning av självständighet och social sammanhållning och på jämlikhet och jämställdhet. Sverige och Västsverige är i ett internationellt perspektiv ett land och en region med väl fungerande demokratiska institutioner, hög tillit mellan människor och starkt socialt kapital.¹⁴⁵

Det mest genomarbetade förslaget till en samlad politik för lycka anses allmänt ha gjorts av Richard Layard. I korthet ser hans förslag ut på följande sätt.¹⁴⁶ Utvecklingen av hur nöjda med livet invånarna är bör följas lika noggrant som vi följer utvecklingen av BNP, inkomster eller arbetslöshet. En central fråga är att tänka igenom de attityder som styr vårt tänkande inom olika områden. Han ger en rad exempel med lyckoforskningens resultat som grund. Höga marginalskatter kan ses som ett verktyg för att minska jakten på status. Stor geografisk rörlighet bör undvikas då det riskerar att ge allvarliga effekter på gemenskap och relationer och därmed också kan leda till ökad brottslighet i områden med hög omsättning av invånare. Vi bör hjälpa fattiga och utsatta över hela världen betydligt mer aktivt än i dag. Vi bör satsa mer på att arbetet mot psykisk ohälsa. Aktiviteter som gynnar gemenskap och relationer i samhället bör stödjas av samhället. Arbetslöshet bör begränsas så långt som möjligt. Han menar också att reklam till barn och i offentliga miljöer i möjligaste mån bör begränsas.

FN:s World Happiness Report (där Layard är en av författarna och redaktörerna) menar att den långsiktiga ambitionen bör vara betydligt högre. Ett ramverk för samhällsutvecklingen som tar

¹⁴³ www.vgregion.se/upload/Regionkanslierna/Regionstyrelsens%20kansli/Ekonomiavdelningen/Budget/Budgetunderlag%202017-2019.pdf s.8 ff

¹⁴⁴ Se till exempel: Västra Götalandsregionen (2015), Tillståndet I Västra Götaland 2014/15, Invånarperspektivet

¹⁴⁵ OECD Regional Wellbeing Database

¹⁴⁶ Layard (2011) s.232 ff.

avstamp i lyckoforskningen beskrivs i form av vad de kallar "The great Happiness Principle".¹⁴⁷ Fritt översatt föreslår de följande principer i vad som skulle kunna kallas ett "lyckokoncept":

- Lycka ska vara det övergripande samhällsmålet och vi ska mäta samhällets framgång i termer av hur nöjda människor är med sina liv. Det handlar om att mäta spridningen av lycka och välbefinnande, eller omvänt - avsaknaden av olycka.
- Som en följd av att lycka är ett övergripande samhällsmål ska syftet med alla regeringar – lokala, regionala och nationella - vara att skapa förutsättningar för största möjliga lycka och minsta möjliga lidande hos alla invånare.
- På motsvarande sätt menar de att vi alla har ett personligt ansvar att leva livet så att det ger största möjliga lycka och välbefinnande både för oss själva och andra.

Förutsättningarna för denna mer grundläggande förändring av samhället finns inte än. Bättre kunskaper behövs dels om samband mellan lycka och människors levnadsförhållanden och levnadssätt men framförallt om hur olika policies och åtgärder ska formas i praktiken för att nå de mål som ställs upp. Samtidigt är det uppenbart att det redan i dag är fullt möjligt att använda den omfattande kunskapsbank som lyckoforskningen byggt upp för att diskutera inriktningen på samhällsutveckling, policies och åtgärder. 2018 utkom *The Origins of Happiness* (Clark et al 2018) som söker sammanfatta kunskapsläget och presenterar mer långtgående policyförslag. Fokus i underlaget ligger på longitudinella studier där samma invånare följs över ett stort antal år. Resultaten baseras på data från Tyskland, UK, USA och Australien. Författarna konstaterar samtidigt att det fortfarande handlar om en inledande diskussion.

När det gäller den tredje frågan, om människors ansvar att leva sina liv på vissa sätt, finns det givetvis fler ingångar och uppfattningar. Formuleringen ligger samtidigt relativt nära de som med ett gemensamt namn benämns "Den gyllene regeln". En utgångspunkt som finns inom de flesta religioner och som i grunden handlar om att du ska behandla andra som du vill bli behandlad själv.¹⁴⁸

3.3 Från ord till handling – några konkreta exempel

Det finns samtidigt flera exempel på såväl enskilda åtgärder som mer sammanhållna program och strategier som har ökat lycka och välbefinnande som central drivkraft. Här lyfter vi fram några av dessa från olika länder. Vi har medvetet valt att enbart ta med åtgärder som genomförs i offentlig regi. Till dessa skall förstås läggas allt det utvecklingsarbete som görs genom privata initiativ och av frivilligorganisationer. Exempelen är beroende av sitt sammanhang och ger inte svar på hur man bör arbeta för ökat välbefinnande inom olika sektorer i Sverige eller Västra Götaland. Snarare bör de betraktas som illustrationer av hur reellt lyckoarbete tagit sig uttryck runt om i världen.

Nationella försök till helhetsgrepp

Som ett svar på lyckoforskarens, såväl som andra samhällsdebattörers inspel, formerade Storbritanniens parlament år 2009 en partiövergripande gruppering¹⁴⁹ som likt den i Frankrike gavs i uppdrag att

¹⁴⁷ World Happiness Report tillägg 1, FN, 2016

¹⁴⁸ en.wikipedia.org/wiki/Golden_Rule

¹⁴⁹ I Storbritanniens parlament har man ett system där man kan bilda partiöverskridande grupper för att diskutera olika frågor, så kallade All-Party Parliamentary Groups. Se www.parliament.uk/about/mps-and-lords/members/appg/. I Sverige görs motsvarande arbete inom kommittéväsendet. En kommitté är en egen

diskutera lyckoforskningen i sig men också att ge förslag på hur forskningen kunde användas praktiskt för att ändra policy inom olika områden. I gruppen ingick både forskare och politiker och New Economic Foundation (NEF)¹⁵⁰ anlätades som kansli. 2014 gav gruppen ut en rapport med följande policyrekommendationer:

- *Mental hälsa* – mental ohälsa ska ses på samma sätt som fysiska åkommor och människor som lider av depressioner och ångestsymtom ska få tillgång till samma vård som de med fysiska besvär.
- *Stöd till föräldrar* - Föräldrar ska erbjudas utbildning om barns fysiska och emotionella utveckling och barns inverkan på föräldrarelationen. Föräldrar som hamnar i svårigheter ska erbjudas parterapi.
- *Personlig utveckling* – Skolor ska lära ut "livskunskap". Barns välbefinnande ska mätas regelbundet och lärare ska utbildas om mental hälsa och barns beteenden.
- *Styrning och medborgarinflytande* – Medborgare ska ges ökade möjligheter till inflytande.
- *Frivilligarbete och gåvor* – Frivilligarbete, gåvor och donationer ska uppmuntras då det är ett sätt att öka människors välbefinnande.
- *Upprätthålla en stabil tillväxt* – en inkomstminskning sänker välbefinnandet mer än motsvarande inkomstökning höjer välbefinnandet. Att reducera svängningar och osäkerheter, även om det leder till en totalt sett lägre tillväxt bör vara ett primärt ekonomiskt mål.
- *Välbefinnande på jobbet* – arbetsgivare bör var mer lyhörda för arbetstagarnas psykiska hälsa. Problem med den psykiska hälsan står för en betydande del av all sjukfrånvaro.

Förslaget är väl formulerat och skulle kunna vara framtaget i ett svenskt eller nordiskt sammanhang.

Buthan är det land i världen som har gått längst inte bara när det gäller att mäta lycka utan också när det gäller att göra försök att integrera lycka i den nationella styrningen av samhället. Buthans utveckling vilar idag på fyra pelare: 1) god ledning och styrning (governance), 2) hållbar socioekonomisk utveckling, 3) bevarande av kulturarv och 4) miljövård. För att säkerställa att alla nationella beslut bidrar till ökat välbefinnande och lycka har man bildat en "Bruttonationallyckokommission" som utvärderar nya lagförslag och olika typer av program ur ett lyckoperspektiv både före de genomförs och när de genomförts. Kommissionen leds av landets primärminister och består av företrädare för olika ministerier.¹⁵¹ De exakta resultaten av ansträngningarna är svåra att utvärdera med ledning av den engelska hemsidan.

Fler länder experimenterar. Ohood Al Roumi utsågs 2016 till lyckominister i Förenade Arabemiraten. Exakt vad posten som världens första lyckominister innebär är inte helt tydligt, men Al Roumi säger i ett uttalande i den lokala tidningen The National att "min uppgift är att tillsammans med landets 50 olika ministerier säkerställa att den nationella budgeten används på ett sätt så att den bidrar till invånarnas lycka". Det syns tydligt i hennes fortsatta resonemang att hon tagit intryck av

myndighet, lämnar sina utredningsförslag via en SOU och en parlamentarisk kommitté kan sägas ligga nära den brittiska modellen med Parliamentary Group.

¹⁵⁰ www.neweconomics.org

¹⁵¹ www.gnhc.gov.bt/en/

lyckoforskningens resultat.¹⁵² Bland annat avser hon att arbeta för bättre arbetsmiljö och en mer ”kundorienterad” offentlig administration. Förenade Arabemiraten ligger idag på plats 20 i FNs globala lyckomätning.¹⁵³

Lokala agendor

Det finns också en rad exempel där offentliga aktörer på lokal nivå arbetar för en samhällsutveckling med mer tydligt fokus på invånarnas välbefinnande. Två intressant fall är Sankta Monica i USA¹⁵⁴ och Dragør i Danmark¹⁵⁵. Båda dessa städers lyckoarbete har utgått från lokala mätningar av medborgarnas välbefinnande och vilka faktorer som påverkar detsamma. Dessa har sedan använts för att ta fram policyförslag. Stora och små åtgärder föreslås inom olika områden som hälso-och sjukvård, fysisk planering, arbetsmarknad, näringslivsutveckling, kultur och för föreningslivet. Åtgärderna riktas både mot att påverka människors förutsättningar att leva lyckliga liv (t.ex. satsningar på utbildning och stärkta arbetsmarknader) och människors personliga förmåga och psykiska hälsa (t.ex. satsningar på personlig utveckling och bättre psykiatrisk vård). De lokala förslagen är konkreta och handfasta och handlar till exempel om insatser i skolan som leder till bättre psykisk hälsa hos unga, skapande av sociala mötesplatser och försök med förkortad arbetstid.

Arbetsdelning som ger trygghet

Oron för att bli arbetslös är en starkt bidragande orsak till lågt välbefinnande och en stabil arbetsmarknad är viktig ur ett lyckoperspektiv. I Kanada har man sedan 70-talet ett nationellt program för arbetsdelning vid lågkonjunktur med ett tydligt mål att minska mänskligt lidande vid uppsägning.¹⁵⁶ Andra mål är att programmet ska leda till minskade kostnader för arbetsgivarna, som kan behålla personal och undvika kostnader för exempelvis utbildning av nyanställda. Programmet är uppbyggt som en försäkring och går ut på att arbetare går ner till fyradagarsveckor i sämre tider med 8 - 10 % löneavdrag istället för att bli friställda. Kostnaderna täcks via ett försäkringssystem, som arbetsgivarna betalar. Under de senaste tio åren har man med programmets hjälp kunnat undvika ca 50 000 uppsägningar vid lågkonjunktur.¹⁵⁷ Under finanskrisen 2009 gjordes några liknande temporära överenskommelser i Sverige.¹⁵⁸

Offentliga prioriteringar och politik byggd på lyckoforskning

En relativt omfattande men ännu tidig diskussion förs kring behovet av och möjligheten att använda förändringen av subjektivt välbefinnande som målvärde vid offentliga satsningar. En princip som bör gälla oavsett om det handlar om att införa eller ändra en reglering i någon form, förändring av skatter, en ny utgift eller en mix av dessa tre. Den tillgängliga budgeten kan ses som politiskt vald och därefter gäller det att slå fast vilken utgiftsmix som ger högst tillskott till invånarnas lycka.

En fördel är att många av problemen i dagens kostnads-nyttomodeller kan hanteras. Att en satsad krona ger betydligt mer för de med mindre resurser än de med mer hanteras automatiskt med denna utgångspunkt. I och med att subjektivt välbefinnande innefattar alla faktorer också vid sidan av nytta

¹⁵² www.thenational.ae/uae/government/uae-minister-aims-to-maintain-happiness-established-by-leaders

¹⁵³ Helliwell, Layard, Sachs, eds. (2015). World Happiness Report 2015

¹⁵⁴ Se exempelvis Sankta Monica wellbeing.smgov.net,

¹⁵⁵ www.lykkeforskning.dk/projekter/4589303541

¹⁵⁶ Olika trygghetsfonder/trygghetsråd i Sverige kan sägas ha motsvarande funktion

¹⁵⁷ www.esdc.gc.ca/en/reports/ei/monitoring2015/chapter2_worksharing_benefits.page

¹⁵⁸ www.dn.se/ekonomi/metall-oppnar-for-sankt-lon/

i form av till exempel extra inkomster kan en sådan modell dessutom användas i fler sammanhang än traditionella kostnads-intäktsanalyser.¹⁵⁹

Givetvis finns också en rad frågor att ta ställning kring. Hur ska en bedömd lycka i framtiden vägas mot lycka nu? Vilken ränta ska användas? är bara en sådan. Det behövs också bättre kunskap än i dag om sambanden mellan olika former av levnadsförhållanden, levnadssätt och lycka och om lycka i ett generationsperspektiv. Det behövs dessutom ökad kunskap och förståelse kring hur olika insatser påverkar välbefinnandet. Baserat på forskningsresultat och kunskaper om vad som gör extra skillnad för lyckan för invånarna generellt och för olika grupper i befolkningen bör satsningar ske på ökad forskning (se till exempel förslaget att upprätta ett forskningscentrum efter modell av What works Centre for Well-Being nedan) men också på att redan nu genomföra tester och experiment.

Forskarna som ansvarar för World Happiness Report drar sammantaget följande slutsatser:

- Där betalningsvilja inte är ett bra mått på värdet av något bör nya metoder utvecklas för policies och åtgärder baserat på lycka som mått på nytta.
- Alla förändringar av policies och åtgärder behöver utvärderas genom kontrollerade experiment där påverkan på lyckan mäts rutinmässigt
- Ett centralt mål för samhällsvetenskapen bör vara att arbeta vidare med att finna orsaker till välbefinnande, hur den kan påverkas i positiv riktning och vad olika åtgärder kostar.¹⁶⁰

Positiv psykologi som rustar individen – fokusera på barnen

Olika människor är olika bra på att leva lyckliga liv. Vissa egenskaper är enligt forskningen medfödda, men många färdigheter kan också tränas upp. Det finns flera dokumenterade exempel där olika insatser gjorts för att öka människors personliga förmåga att leva lyckliga liv och må bra, oavsett vilka yttre förutsättningar de har att utgå från. Det handlar till exempel om att öka människors mentala och sociala kapacitet att hantera svårigheter som arbetslöshet, sorg m.m. och att bidra till förmågan att göra hälsosamma livsval.

Positive Psychology Centre vid Penn University i USA¹⁶¹ är ett intressant exempel. Här bedrivs forskning inom positiv psykologi, ett fält som handlar om hur man kan rusta människor och samhällen att må bra och utvecklas. Centret har under flera år genomfört ett brett utbildningsprogram, the Penn Resiliency Programme, som utbildat över 400 000 personer, bland annat lärare, vårdpersonal och ledare inom amerikanska armén, i positiv psykologi.¹⁶²

Lyckoforskning pekar, som vi konstaterat, på att det är klokt att fokusera särskilt på att ge barn och unga vuxna en bra start i livet. Många av de vanor och personliga färdigheter som möjliggör ett lyckligt liv grundläggs i tidig ålder och en god utbildning är grundläggande för flera av de faktorer som påverkar framtida lycka och välbefinnande. Det finns en rad exempel på såväl strukturella åtgärder som självhjälpsinitiativ särskilt riktade mot barn och ungdomar. Ofta argumenteras det för dessa åtgärder från ett samhällsekonomiskt perspektiv. Satsningar i tidiga år förväntas ge betydligt lägre

¹⁵⁹ Layard & O'Donnell – How to make policy when happiness is the goal (2015) s.77ff i Helliwell, Layard, Sachs (2015). I The Origins of Happiness presenterar Clark et al (2018 s.197 ff.) en modell för att prioritera mellan politiska förslag med en kostnads-effektivitetsanalys baserad på kunskaper från lyckoforskningen.

¹⁶⁰ Ibid s.81

¹⁶¹ ppc.sas.upenn.edu

¹⁶² Positive education: positive psychology and classroom interventions, Martin E. P. Seligman, Randal M. Ernst, Jane Gillham, Karen Reivich, and Mark Linkins, Oxford Review Of Education Vol. 35 , Iss. 3, 2009

framtida kostnader för exempelvis psykiatri och kriminalvård. En svårighet är att många av de investeringar och åtgärder som behövs ger effekter först på lång sikt, medan budgetcykler och politiska mandatperioder är relativt korta. En annan svårighet är att nyttorna av en åtgärd ofta uppkommer i en sektor medan kostnaderna tas på annat håll.

Ett exempel när det gäller barns välbefinnande och att rusta barn för framtiden är det försöksprogram som Richard Layard startade i Storbritannien 2011 där barn och ungdomar undervisas enligt samma metod som använts av Penn Resilience Programme för vuxna¹⁶³. Satsningen utgick från en samhällsekonomisk analys som visade att programmets nyttor vida skulle överväga dess kostnader. 2017 arbetade fler än 60 skolor i Storbritannien med programmet, som har utvecklats över tid. Flera utvärderingar har gjorts och det är tydligt att den 140 timmar långa utbildningen ger långsiktiga kvarstående effekter.

Som ett resultat av Layards initiativ på London School of Economics har dessutom ett samlat och banbrytande program för att öka tillgängligheten till psykiatrisk vård (IATP) startats inom National Health Service i Storbritannien. Programmet behandlar i dag 400 000 personer om året varav närmare hälften bedöms få vård som gör att de tillfrisknar.¹⁶⁴

Forskningscentrum som samlande kraft

Arbetet med lyckodrivna samhällsutveckling är fortfarande i sin linda. Ett antal länder har instiftat forskningscentrum och tankesmedjor för lyckoforskning. De tillför kunskap i debatten och blir till mötesplatser och katalysatorer för nya tankar och idéer. Med lokalt förankrad forskning blir det också lättare för politiker och andra beslutsfattare att föra djupare resonemang baserat på egna erfarenheter och det lokala sammanhanget. Flera av dessa institutioner är praktiskt inriktade och genomför utvecklingsprojekt tillsammans med lokala, regionala och nationella aktörer. Exempel på frågeställningar man arbetar med är: Vad gör olika grupper lyckliga? Hur kan lycka mätas? Är lycka ett bra samhällsmål? Hur kan samhällen organiseras för ökat välbefinnande? Vilka konkreta metoder fungerar?

Några forskningscentrum som varit tongivande i debatten och som arbetar nära de utmaningar som finns i praktiken är: The programme for Happiness and Policy” på London School of Economic¹⁶⁵, The Happiness Institute i Danmark¹⁶⁶, Institute for Studies in Happiness, Economy and Society¹⁶⁷ i Japan och Gross National Happiness Centre¹⁶⁸ i Buthan.

Det program som ser ut att ligga närmast vad som skulle behövas för att lyfta frågan om en politik med lycka som utgångspunkt mer generellt i samhället finns sannolikt i England. What Works Centre for Well-being bedriver och sammanställer kunskap om forskning kring subjektivt välbefinnande i nätverk mellan olika universitet men utformar också konkreta guider kring hur välbefinnande kan mätas och användas i dagligt arbete. Denna modell skulle kunna användas för att etablera ett liknande centrum kring lyckoforskning i Sverige med bas i Göteborg. Den har likhet med flera av de

¹⁶³ www.lse.ac.uk/researchAndExpertise/researchImpact/caseStudies/layard-happiness-wellbeing-public-policy.aspx.

¹⁶⁴ Ibid

¹⁶⁵ cep.lse.ac.uk/new/research/wellbeing/happiness.asp

¹⁶⁶ www.lykkeforskning.dk

¹⁶⁷ ishes.org/en/

¹⁶⁸ <http://www.gnhcentrebhutan.org>

projekt som i dag finansieras av Mistra inom olika framtidsområden men är tydligare inriktad på att i samverkan mellan olika forskningsinstitutioner göra tillgänglig forskning mer begriplig, analysera och utforma evidensbaserade tillämpningar och sprida praktiska exempel.¹⁶⁹

3.4 Sammanfattning – Lyckopolitik i praktiken

Genomgången av hur lyckoforskningen allt mer tydligt påverkar centrala processer i samhällsutveckling, både när det gäller synen på hur utveckling och välbefinnande bör mätas och analyseras och hur policies, strategier och åtgärder bör utformas, visar på en stark rörelse som samtidigt kan sägas vara i sin linda. Alla ledande mellanstatliga organisationer och några av världens största ekonomier har nu frågan om invånarnas subjektiva välbefinnande på agendan. Även i Sverige har ett trendbrott skett under senare år när regeringen i sina vårpropositioner från 2017 kompletterat hur utveckling och tillväxt i Sverige mäts med mått på upplevd lycka, tillit till andra och subjektiv hälsa. I samhällsdebatten eller bland det som brukar kallas allmänheten är dock frågan än så länge närmast okänd och i nyhetsmedia presenteras ofta lyckonyheter som notiser kring enskilda forskningsresultat.

När det gäller genomarbetade policies, strategier och åtgärder är steget långt till att använda lycka som grund för vad som tas fram och genomförs. Goda exempel från olika delar av världen visar samtidigt på stor potential. En slutsats är att det kan var relativt enkelt att successivt föra in kunskaper från lyckoforskningen i olika åtgärder i frågor som prioriteras i dag. Steget till en samhällsutveckling som mer helt utgår från forskningsresultaten ligger längre fram i tiden. Att det behövs ökad forskning men också ökade kunskaper i samhället generellt kring forskningens resultat och slutsatser är mycket tydligt.

Flera av förslagen om hur utveckling kan och bör mätas och kring vilka områden som är centrala att agera inom bör kunna användas också i Sverige och Västra Götaland och utifrån de förutsättningar som gäller här. Även bland de konkreta projekt som redovisats finns erfarenhet att hämta. De gäller inte minst för de projekt som riktar sig till barn och unga för kraftsamling kring psykisk ohälsa. Att mäta och studera ungas subjektiva välbefinnande kontinuerligt och förstå de faktorer som påverkar densamma framstår som centralt. Exempelen visar sammantaget att det är möjligt att formulera och driva en meningsfull lyckodrivna utvecklingspolitik lokalt, regional, nationellt och inom viktiga områden. Men också att det kommer att ta tid att nå dit.

¹⁶⁹ whatworkswellbeing.org/

Del 4 Sammanfattning, slutsatser, rekommendationer

Att samhällen som tar hänsyn till människors faktiskt upplevda välbefinnande när de utformar sin politik har förutsättningar att bli lyckligare samhällen är knappast längre en kontroversiell fråga. Lyckoforskningen har utvecklats mycket snabbt under senare decennier. De flesta internationella organisationer med inriktning på samhällsutveckling som FN, OECD, EU och en rad länder har subjektivt välbefinnande som en allt viktigare fråga på sina agendor. Det finns också en hel del exempel på praktisk användning av forskningens resultat. Större helhetliga grepp är dock sällsynta.

För Västra Götaland – med en gemensam vision om Det goda livet – är frågan om invånarnas lycka central. Huvudsyftet med denna rapport är att skapa en grund att stå på för att gå vidare i en diskussion kring utformningen av framtidens samhälle och med en utvecklingspolitik där invånarnas syn på sitt välbefinnande och lyckoforskningens generella insikter får ökad betydelse.

Rapporten första del gav en översikt av lyckoforskningens begrepp, ingångar och huvudresultat. Denna översikt följdes av en genomgång och analys av invånarnas välbefinnande i Västra Götaland i mitten av 2010-talet. Huvudfrågan var vad i levnadsförhållanden och levnadssätt som egentligen gör skillnad för invånarnas lycka generellt och för olika grupper i befolkningen. Resultaten relaterades till internationell forskning på området. I del tre presenterades några av de processer som pågår nationellt och internationellt samt forskarnas rekommendationer för hur forskningsresultaten kan användas. Exempel gavs också från olika områden med koppling till lokal och regional utveckling där resultaten använts mer konkret.

Data som beskriver levnadsförhållanden, levnadssätt och rambetingelser i Västra Götaland och som används i beräkningar kommer i huvudsak från SOM-institutets enkät till ett systematiskt sannolikhetsurval om 6000 personer mellan 16 och 85 år som genomförts sedan regionen bildades 1998/99.

Rapporten har tagits fram av Västra Götalandsregionen i samverkan med SOM-institutet, med stöd av Mistra Urban Futures. En referensgrupp med lyckoforskare från olika discipliner och regionala politiker har bidragit med synpunkter i inledningen. Tomas Ekberg, Chefanalytiker vid Västra Götalandsregionen, har skrivit rapporten och är ansvarig för innehåll och slutsatser. Modellering och beräkningar har gjorts av Klara Wärnlöf Bové vid SOM-institutet. Jessica Algehed vid Mistra Urban Futures och senare som konsult har bidragit med struktur och med genomgången av processer, praktiska exempel och text i de avslutande delarna.

Sammanfattning och slutsatser

Subjektivt välbefinnande – Lycka – som mål för samhällets utveckling

Forskning visar på ett övertygande sätt att människors lycka går att mäta och att subjektivt välbefinnande – dvs människors egen uppfattning om hur nöjda eller lyckliga de är i sina liv på det hela taget – är en relevant utgångspunkt för om människor lever bra liv eller inte. Generellt och i Västra Götaland finns också en tydlig koppling mellan att vara nöjd med livet och uppleva att livet är meningsfullt. Kunskaper från lyckoforskningen bör därmed i ökad utsträckning användas både i diskussionen om inriktning och prioriteringar för framtidens samhälle och i beslut om policies och

åtgärder i vardagen.¹⁷⁰ Lycka, välbefinnande och att vara nöjd med livet används här och i lyckoforskningen generellt (när forskningen inte diskuterar begreppen i sig) omväxlande för att beskriva samma sak - hur nöjda eller lyckliga invånarna själva menar att de är med livet i stort.

Människors konsumtionsval (*revealed preferences*) eller den uppsättning *förmågor* de har tillgång till är de dominerande tanke-system som utgör alternativ och komplement till att ha människors egen bedömning av sin lycka som utgångspunkt för samhällets utformning. Det är givet att dessa perspektiv säger mycket om människors preferenser respektive om vilka förutsättningar de har att leva ett lyckligt liv. Men de har också svagheter.

När det gäller att utgå från de val människor gör – mellan till exempel äpplen och päron eller arbete och fritid – och när det gäller frågan i vilken mån de är rationella och/eller leder till största möjliga lycka eller inte finns en växande forskning som visar att en hel del av de val vi gör snarare kan ses som förutsägbart irrationella. Det innebär förenklat att de är rationella när de görs men att de inte alls är säkert att de leder till ökat välbefinnande. Ett vanligt exempel är tendensen att vi lägger allt för stort fokus på materiell konsumtion i förhållande till det välbefinnande denna typ av konsumtion ger. Vi underskattar hur snabbt vi anpassar oss till nya materiella tillgångar, prioriterar dessa för högt och lägger för lite tid på saker som familj, vänner (relationer) och olika intressen, och för mycket på arbete.

Att mäta människors egen subjektiva syn på hur nöjda de är med sina liv ger ett bredare och mer relevant mått på mänskligt välbefinnande än mått på inkomster, fattigdom, hälsa, utbildning och hur demokratin fungerar var för sig. På samma sätt argumenterar ett antal forskare att jämlikhet eller bristen på densamma mäts bäst genom att studera skillnader i lycka mellan invånarna i ett samhälle. Det finns också forskning som visar att människor är signifikant lyckligare (allt annat lika) när de lever i samhällen där skillnaderna i lycka är mindre.¹⁷¹ När det gäller frågan om att definiera vilka de viktigaste förmågorna är för att människor ska leva ett lyckligt liv kan det verka självklart att koppla det till vad som i praktiken visar sig ge människor lycka och välbefinnande. Med invånarnas egen uppfattning om sitt välbefinnande som grund går det dessutom att diskutera frågan utifrån olika livssituationer och med en bred uppsättning indikatorer.

Lycka som mål för samhällets utveckling förutsätter att alla invånare räknas lika mycket och att allas lycka är lika mycket värd. När det gäller policy och åtgärder i vardagen är det rimliga därmed att först och främst söka öka välbefinnandet för de som är mindre lyckliga. Mer lycka för någon som redan är lycklig betyder också i genomsnitt mindre än mer lycka för den som är mindre nöjd med livet. Vi vet också mer om vad som gör människor genuint olyckliga. Samtidigt bör givetvis kunskaper om vad som gör människor nöjda med livet i möjligaste mån ligga till grund för vår strävan att utveckla samhället.

Invånarnas uppfattning om sitt eget välbefinnande ger sammantaget ett mer helhetligt och mer rättvisande mått på mänsklig utveckling än andra mått och modeller som används i dag. Utvecklingen

¹⁷⁰ På nationell nivå i Sverige togs 2017 ett viktigt steg mot en ökad användning av subjektiva välfärdsått när regeringen i den ekonomiska vårpropositionen valde att komplettera traditionella indikatorer för utveckling med självskattad hälsa, lycka och mellanmänsklig tillit i en ambition att mäta utvecklingen bredare än med BNP.

¹⁷¹ Helliwell, Layard, Sachs (2016) s.4. När det gäller skillnader i inkomster inom länder är svaret inte lika givet och forskningens slutsatser tyder på att betydelsen av inkomstskillnader är olika för olika länder.

av lyckan i befolkningen är också viktig att följa för politiker som vill bli omvalda. Det subjektiva välbefinnandet i befolkningen är en central faktor för att förklara om en regering blir omvald eller inte. Det gäller före faktorer som ekonomisk tillväxt, arbetslöshet eller inflation i Europa från 1970 och fram till mitten av 2010-talet.¹⁷²

Förutsättningar, faktorer och egenskaper som påverkar lyckan

Det finns en betydande samsyn om vilka de viktigaste förutsättningarna är att ha med i en diskussion av vad som gör människor mer eller mindre lyckliga. Bakomliggande orsaker handlar om en mix av genetiska förutsättningar, personlighetsdrag, samhälleliga rambetingelser, levnadsförhållanden och levnadssätt.

Att vara född av rätt föräldrar på rätt plats beskrivs ofta som de viktigaste val en människa kan göra för att få ett lyckligt liv. Föräldrar är svåra att ändra medan samhället kan stödja människors utveckling och strävan mot välbefinnande mer eller mindre väl. En växande forskning ser också ut att bekräfta att de som flyttar till samhällen med bättre förutsättningar för invånarna att vara lyckliga påverkas positivt av dessa samhällen och ökar sitt välbefinnande. Genetiska förutsättningar är således viktiga men det betyder också mycket vilka förutsättningar människor får att utnyttja dessa. Inte ens en äggstvillingar lever identiskt lyckliga liv. Betydelsen av förhållanden i unga år är stor. En generell och oomtvistad slutsats är att barn- och ungdomars uppväxtvillkor bör prioriteras mycket högt i samhällen där invånarnas välbefinnande står i centrum. Det kan givetvis också beskrivas som att de får förutsättningar och förmågor att göra kloka val senare i livet.

Våra personlighetsdrag är genetisk betingade men påverkas också av omgivning och uppväxt. De som är mindre intresserade av yttre värden, som materiell status och pengar, är generellt sett lyckligare. I vuxenlivet är de som är mer extroverta (utåtriktade/sociala) och grundar det i inre personliga intressen och inte i yttre bekräftelse betydligt mer nöjda med sina liv i stort. De som söker yttre bekräftelse och status är då mindre lyckliga. De senaste decennierna har det skett en förskjutning mot mer materiella värderingar i t.ex. USA. Det är inte lika uppenbart att motsvarande förskjutning skett (ännu) i Sverige och Västra Götaland. Många forskare inom området betonar vikten av att frågor som berör värderingar och självkänsla finns med i utbildningen från tidiga åldrar. Att det kan behövas som motvikt till kommersiella intressen, vilka inte sällan har som främsta mål att få oss att konsumera allt mer i allt snabbare takt, kan verka självklart.

Människors levnadssätt och levnadsförhållanden och de förutsättningar samhället ger för människor att leva lyckliga liv står i centrum i den empiriska delen av studien. Det finns en relativt stor samstämmighet i den internationella forskningen om vad som är viktigt och om frågornas relativa betydelse. Inkomst, familjeförhållanden, arbete, hälsa, vänner och delaktighet är centrala frågor liksom om en lever ett aktivt liv och har en tro. Personlig och politisk frihet är två andra viktiga variabler som grundar sig i hur det omgivande samhället fungerar. Hur olika processer fungerar är också viktigt, inte bara hur utfallet av dem blir. Relationer och trygghet är centrala begrepp.

De egenskaper som är viktiga för att kunna utvecklas och leva ett lyckligt liv kan sammanfattas som autonomi, kompetens och samhörighet. De ses inom forskningen också som grundläggande egenskaper för att skapa inre motivation. Autonomi, kompetens och samhörighet kan därmed fungera som ledord i samhällsutvecklingen generellt. Ett viktigt bidrag från forskningen när det gäller

¹⁷² Clark et al The Key Determinants of Happiness (2017) s.123 i Helliwell, Layard, Sachs (2017)

utformning av policier inom olika områden med koppling till detta är att mer generella satsningar har bättre förutsättningar att bidra till välbefinnande medan program som bygger på ständiga kontroller av individer och ifrågasättanden, i sig själva, leder till minskat välbefinnande.

Allt är inte guld som glimmar – sociala jämförelser central mänsklig drivkraft

Att leva i ett samhälle som ger bra förutsättningar för goda levnadsförhållanden och levnadssätt och som värnar begrepp som autonomi, kompetens och samhörighet ger dock inte hela bilden av vad som påverkar lyckan. Människan är mer komplex. Teorin om sociala jämförelser är central och innebär att vad som betyder något för hur nöjda människor är med sina liv också beror på ens relativa position i den grupp en jämför sig med, ens referensgrupp. Ökade inkomster och tillväxt kan då ge negligerbara effekter på lyckan. Några blir rikare, andra blir alltid fattigare, relativt sett. Och det gäller inte bara inkomster. Det kan till exempel handla om hur arbetslöshet eller kriminalitet i ett område eller övervikt påverkar lyckan. Arbetslöshet och en omgivning med hög grad av brottslighet eller otrygghet ger betydande negativa effekter på välbefinnandet för betydligt fler än de som är direkt drabbade. Övervikt upplevs mindre negativt i en grupp med överviktiga.¹⁷³ Det mesta är således relativt. Vi jämför oss med varandra och *när grundläggande behov är uppfyllda* ser livet delvis ut att utvecklas till en tävlan att vara framstående inom den grupp en jämför sig med. Att finna sin position. När det gäller inkomster och materiell standard är bevisen från forskningen mycket övertygande.

Easterlin – som etablerade den så kallade lyckoparadoxen genom att visa att utveckling av ekonomiska tillgångar och välbefinnande inte följer varandra ens över mycket låga tidsperioder – drar från sin forskning en slutsats som känns aktuell. Ekonomisk tillväxt leder inte till att ett samhälle utvecklas till en plats där allt är tillgängligt i någon slutgiltig mening. Den leder snarare till nya behov som kräver fortsatt tillväxt. I linje med detta är ett av lyckoforskningens tydligaste resultat att en vänjer sig. Och det gäller i många sammanhang. En ökad lön, en separation skilsmässa, osv. Undantag är tillstånd som gör sig påmind hela tiden som psykisk ohälsa, kronisk smärta eller arbetslöshet. Det senare i samhällen där arbetslöshet ses som ett personligt misslyckande. Även normer och värderingar påverkar lyckan när sociala jämförelser är viktiga.

Att en vänjer sig innebär samtidigt att förväntningarna på vad som är normalt eller rimligt ändras. Nästa bil, mobil, par skor eller skjorta gör dig lyckligare en kort stund. Slutsatsen blir att vi rusar runt i två ekorrhjul. Ett där det gäller att upprätthålla positionen i den grupp eller det samhälle vi jämför oss inom. Och ett där vi konsumerar ständigt nya saker som ger snabbt övergående kickar. En viktig lärdom från lyckoforskningen är att konsumtion av upplevelser (gärna tillsammans med andra) ger betydligt mer långvariga positiva effekter, vilka också kan delas med andra utan att skapa en tävlan om status på samma sätt. Förenklat ger välfärdskonsumtion av varor inte ökad lycka samtidigt som det ger ett tryck på andra att konsumera mer varor medan konsumtion av upplevelser ger ökat välbefinnande som kan delas av fler. I linje med detta visar det sig att de allra flesta aktiviteter vi gör upplevs mer positiva för vårt välbefinnande när vi gör dem med andra. Ensam är inte stark.

Det är uppenbart att det går att ifrågasätta meningen med och behovet av ständig ekonomisk tillväxt med grund i lyckoforskning. Åtminstone om den dessutom leder till effekter som påverkar

¹⁷³ Att grannar som är nöjda med livet påverkar den nära omgivningens lycka i positiv riktning är en annan slutsats värd att uppmärksamma. Glädjespridare finns i den nära omgivningen medan glädjedödare inte verkar ha samma betydelse. Forskningen beskriver det dock som en effekt som måste fyllas på efterhand.

individernas lycka i negativ riktning. Sociala jämförelser är också en av anledningarna till att samhällen med mindre skillnader mellan människor tenderar att vara mer lyckliga samhällen. Minskat fokus på ekonomisk tillväxt och materiell konsumtion och ett samhälle med inte allt för stora klyftor mellan människor generellt och på olika platser är att föredra i ett lyckoperspektiv. Att mildra omfattningen och effekterna av psykisk ohälsa bör prioriteras högt.

Lycka i Västra Götaland

Nio av tio invånare i Västra Götaland är nöjda med sina liv. Att andelen som är mycket nöjda ökat relativt mycket de senaste 20 åren har sannolikt en koppling till en positiv utveckling av de flesta av de faktorer som är centrala för invånarnas välbefinnande.

Högskoleutbildade och de över 65 år är mest nöjda medan unga avviker från hur det normalt är genom att vara den åldersgrupp som är minst nöjda. Det finns dock tecken som tyder på att utvecklingen är på väg i denna riktning även i andra länder. För tio år sedan var unga (16-29 år) den åldersgrupp som var näst mest nöjd med livet efter de över 65 år. Att det tar längre tid och är svårare att etablera sig i samhället ser ut att vara en orsak i Västra Götaland. Ur ett lyckoperspektiv framstår det som mycket viktigt att lägga mer kraft och resurser på att stärka förutsättningarna för unga att etablera sig snabbare i samhället. Analysen pekar på att bostäder för de med mindre egna resurser och en snabbare genomströmning i utbildningssystemet är nyckelfrågor.

För övriga grupper har skillnaderna i lycka ökat något i ett tioårsperspektiv. Högutbildade är nu ännu något mer lyckliga än lågutbildade. Detsamma gäller kvinnor relativt män. Ökande (men fortsatt relativt sett små) skillnader i levnadsförhållanden för olika grupper ser ut att förklara detta.

En generell slutsats i ett lyckoperspektiv är att andelen som genomgår högre utbildning kan och bör öka. Levnadsförhållanden är genomgående betydligt bättre för de som genomgått högre utbildning. De med högre utbildning har också som grupp ett levnadssätt som påverkar deras välbefinnande mer i positiv riktning. Högutbildade är själva mer nöjda med i stort sett alla aspekter av livet.

Återkommande farhågor om överutbildning och att människor väljer fel utbildning i förhållande till arbetsmarknadens behov får heller inget stöd i genomgången av hur olika grupper själva upplever situationen på arbetsmarknaden i Västra Götaland. De får heller inget stöd när det gäller faktiska siffror för arbetslöshet. Den strukturella arbetslösheten för högskoleutbildade är marginell.

Vad gör egentlig skillnad för lyckan för invånarna i Västra Götaland?

I en utvecklad analys, där hänsyn tas till ett stort antal faktorer samtidigt, blir det tydligt att det inte är utbildningsnivå, ålder eller kön i sig som är det som egentligen gör skillnad för hur nöjda med livet invånarna i Västra Götaland är. Det avgörande är hur livet levs och vilka levnadsförhållanden en har. Många av de viktiga faktorerna för att leva ett lyckligt liv är samtidigt vanligare hos de med högre utbildning, kvinnor och de som kommit en bit upp i åren. Tre olika perspektiv har analyserats – hur har invånarna upplevt olika aspekter av sitt liv den senaste tiden, hur ser de på sitt liv i stort inom olika områden som hälsa, ekonomi, tillit, arbete etc. och dessutom hur aktiva liv lever invånarna och vad engagerar de sig i. Därefter har de faktorer som visat sig ha störst betydelse lagts in i en huvudmodell med utgångspunkt i resultat från internationell forskning. Det är i huvudsak slutsatserna från analyser av denna huvudmodell som redovisas här i sammanfattningen.

De frågor som gör verklig skillnad i den internationella forskningen och för invånarna i Västra Götaland är i grunden samma. Hälsa, att ha något meningsfullt att göra, att känna tillit och

delaktighet, ekonomi, vänner och familj är avgörande i Västra Götaland och i den ordningen. Vid en jämförelse med internationella resultat spelar hälsan en större roll i Västra Götaland (och Sverige). Också ekonomiska resurser och delaktighet gör större skillnad i Västra Götaland. Resultaten när det gäller ekonomi och delaktighet kan dock delvis antas bero på vad som mäts. För delaktighet används både generell tillit och om en blivit väl behandlad under senare tid i analyserna. Den fråga som visar sig mest betydelse är att ha blivit väl behandlad och den finns inte alltid med i beräkningar internationellt.

På samma sätt har vi analyserat betydelsen av en rad olika inkomstbegrepp där det visar sig att synen på de egna ekonomiska resurserna är vad som betyder mest för välbefinnandet. Inte heller detta perspektiv är alltid tillgängligt i internationella analyser. Att synen på de ekonomiska resurserna är viktigare än den absoluta inkomsten är helt i linje med de forskningsresultat som poängterar att den relativa inkomsten är viktigare än den absoluta. Sociala jämförelser är centrala och olika sätt att leva ryms (som tur är) inom ramen för olika inkomster. Även frågan om att ha arbete eller inte har mätts med flera variabler och det visar sig att det är att ha gjort något meningsfullt/att ha lärt sig något intressant som är det som gör mest egentlig skillnad.

En annan avvikelse från de internationella resultaten är att frågor om politisk och personlig frihet inte visar sig göra extra skillnad för välbefinnandet för snittinvånaren i Västra Götaland. En anledning kan vara att det som mäts – synen på möjligheten att påverka politiken och om en anser sig blivit utsatt för diskriminering i kontakt med olika myndigheter - inte fångar frågeställningarna i hela dess bredd. Det är också så att dessa faktorer generellt har större betydelse för att förklara skillnader i lycka mellan länder. Det visar sig dock att frågorna har stor betydelse för välbefinnandet för ett antal grupper i samhället. Och det är viktiga resultat. För de som är arbetslösa, sjukskrivna, förtidspensionerade spelar det stor roll att ha möjlighet att påverka den egna situationen. För kvinnor finns en klart negativ påverkan på välbefinnandet av att känna sig diskriminerad i kontakter med olika myndigheter.

Ytterligare en skillnad jämfört med resultat i de flesta länder är att frågan om att ha en tro eller inte, inte gör någon avgörande skillnad för människors välbefinnande i Västra Götaland, allt annat lika. Här är en möjlig förklaring att de flesta invånare i Sverige eller Västra Götaland inte själva uppger att de har en tro på någon gud. Bland yngre är det tre av tio som säger sig tro på en gud. Det finns flera exempel från lyckoforskningen som visar att det är när tron delas av en majoritet av befolkningen som den gör extra skillnad för välbefinnandet.

Kontroller av resultaten för kön, ålder, civilstånd, utbildning och ortstyp visar, som vi redan konstaterat, att det är levnadsförhållanden i sig som är det centrala, men också att ensamhet påverkar lyckan märkbart i negativ riktning. De som är ensamstående är i genomsnitt betydligt mindre nöjda med livet även när hänsyn tagits till levnadsförhållanden och levnadssätt i övrigt. Det finns också genomgående positiva men relativt små effekter – efter att motsvarande hänsyn tagits – av att vara kvinna, äldre, ha kortare utbildning och av att bo på landsbygden eller mindre orter.

Resultaten skulle kunna tolkas som att kvinnor, de på landsbygden och de som är äldre nöjer sig med något mindre. Den tolkningen är dock inte särskilt trovärdig. När det gäller skillnad mellan kvinnor och män verkar det snarare vara skillnader i de roller de traditionellt har i samhället som slår igenom. Kvinnor umgås mer med vänner och familj. Äldre kan antas ha vant sig vid det liv de lever. Att de med kortare utbildning också ofta är något mer nöjda med livet än "vad de borde" med tanke på levnads-

förhållanden och levnadssätt kan antas förklaras av såväl andra jämförelsegrunder (invånarna i Västra Götaland lever inte sällan relativt segregerat med andra som till exempel har liknande utbildningsnivå eller ursprung som de själva) som av politiska ambitioner för att jämna ut förutsättningarna att leva ett bra liv när det gäller tillgång till exempel vård och utbildning.

Vi kan också konstatera att arbetslöshet inte gör någon extra skillnad för lyckan när hänsyn tagits till övriga faktorer. Det är alltså inte arbetslösheten i sig utan vad den för med sig eller är kopplad till i form av bristande ekonomiska resurser, mindre meningsfulla saker att göra, svagare hälsa, ensamhet och sämre delaktighet som gör skillnad och som därmed är det egentliga problemen för den som är arbetslös. Viktiga generella slutsatser är att frågor om hälsa och då särskilt psykisk hälsa samt delaktighet och möten med människor (sociala relationer) ska prioriteras högt när invånarnas välbefinnande står i centrum. För arbetslösa är det delaktighet i det som görs och något meningsfullt att göra som blir särskilt viktigt och som bör prägla de insatser som görs för att bidra till minskad arbetslöshet. För ökat umgänge med andra människor kan det vara så att möten med andra än de en normalt umgås med är viktigare än att bara umgås med de en brukar. Det gäller givetvis alla men kanske särskilt de som lever i områden med mycket hög arbetslöshet och sämre utbildningsresultat.

Att leva ett aktivt liv på den tid en kan styra och ställa över själv gör också skillnad för hur nöjda invånarna i Västra Götaland är med livet. Det är dock inte alls lika avgörande som hur de grundläggande förutsättningarna ser ut eller hur vardagslivet upplevs. I en orsakskedja är det rimligtvis så att aktiviteterna spelar stor roll. När det gäller levnadssätt är det att umgås med vänner som gör störst och extra skillnad för hur lyckliga invånarna är med livet, allt annat lika. Forskning visar tydligt att det finns en generell extra lyckoeffekt av att göra saker med andra jämfört med att göra dem själv. Men också mer frekvent motion och träning och att vara aktivt religiös (då till skillnad från att enbart tro på någon gud) gör skillnad. Jämfört med hur forskningsresultaten inom området normalt ser ut är de positiva effekterna på välbefinnandet av att ha skänkt pengar till andra, deltagit mer aktivt i föreningsliv eller konsumerat kultur relativt små bland de som bor i Västra Götaland. En orsak kan vara att det generellt finns ett stort engagemang och att en mycket hög andel av många invånare är aktiva på olika sätt.

Ett av de mer intressanta resultaten – utöver att invånarna i Västra Götaland (och därmed sannolikt Sverige) även om tyngdpunkterna varierar – inte skiljer sig dramatiskt från de i andra länder är att de faktorer som gör störst skillnad genomgående är de som ligger närmast invånarnas vardag. Att vara stolt över något en gjort/att ha gjort något meningsfullt gör stor skillnad på lyckan. Det betyder också mer att ha blivit väl behandlad av andra än att känna generell tillit till andra. Analyserna visar också att det är olika aspekter av de övergripande frågorna om delaktighet och meningsfullhet som mäts.

I den särskilda analysen av frågor som ligger mer nära i tiden visar det sig dessutom att de sammantaget gör mycket stor skillnad för människors välbefinnande. Hur vårt vardagsliv fungerar, hur vi behandlar varandra i vardagen, om vi har något meningsfullt att göra, har möjlighet att lära oss nya saker eller inte och i vilken mån vi kan bestämma över vår tid spelar sammantaget en avgörande roll för välbefinnandet för invånarna i Västra Götaland. Dessa frågor kan dessutom på ett övergripande plan sägas representera autonomi, kompetens och samhörighet som ses som grundläggande värden för att skapa inre motivation som är en förutsättning för ett meningsfullt liv. Dessa värden stödjer därmed såväl hedonisk (lycka som nöjd med livet i stort) som eudamonisk välbefinnande (lycka som ett meningsfullt liv) och kopplar på så sätt samman frågorna.

Alla blir inte lyckliga av samma sak

Olika faktorer betyder olika mycket för olika grupper i befolkningen, dels beroende på hur livssituationen i stort ser ut men det ser också ut att finnas skillnader som beror på förväntningar, roller och normer i samhället. I grunden finns dock ett mönster där hälsa, att bli väl behandlad, att umgås med vänner, att göra något meningsfullt och att ha tillräckliga ekonomiska resurser är viktigt för lyckan i de allra flesta grupper. Den fördjupade analysen kring hur "vad som gör skillnad" skiljer sig samtidigt mellan olika grupper och ger flera resultat som kan diskuteras i ett policyperspektiv. Analyserna har genomförts i huvudmodellen. De har genomförts för befolkningen fördelat på ålder, kön, civilstånd, utbildningsnivå, arbetssituation, yrke, för olika boendemiljöer och olika platser.

Vi har konstaterat att det finns mycket goda skäl att prioritera ungas förutsättningar att etablera sig snabbare i samhället och att arbetslösas välbefinnande är beroende av att ha något meningsfullt att göra och vara delaktiga i de beslut som tas. Vi kan dessutom se att det är långt kvar till ett samhälle där kvinnor och män är jämlika i grunden. Traditionella könsroller gäller. Kvinnor framstår som mer sociala och mer utsatta. För män sjunker välbefinnandet drastiskt av att leva ensamma och de behöver göra saker för att vara lyckliga. För kvinnor har det ingen signifikant effekt på välbefinnandet att vara ensamstående allt annat lika. Däremot påverkas kvinnors välbefinnande negativt av att de anser sig dåligt behandlade i kontakter med olika myndigheter. Det framstår som viktigt att myndigheter av olika slag förmår behandla kvinnor på ett sätt så att de inte upplever sig som diskriminerade och inte som oftare diskriminerade än män, oavsett om det är kvinnor eller män som har flest kontakter med myndigheter i vardagen.

Vi har sett hur forskningen förklarar hur en hög koncentration av invånare med svagare sociala och ekonomiska resurser på en plats påverkar välbefinnandet negativt för alla i dessa områden och därmed i samhället som helhet. Från områden med resurssvaga invånare i England finns exempel på att en arbetslöshet på 25 procent gör att allas lycka i området påverkas lika negativt som för de som faktiskt är arbetslösa. Motsvarande resultat finns för brottslighet. Det är därmed en helt central fråga att undvika att denna typ av platser uppstår och att arbeta för att de platser som har dessa karakteristika utvecklas i annan riktning. I Västra Götalands större städer och i Göteborg är det i praktiken så att de arbetslösa är starkt koncentrerad till vissa platser. Med grund i generella forskningsresultat och i den särskilda analysen av vilka frågor som gör mest skillnad för invånare i olika resursområden i Göteborg kan vi konstatera att det är levnadsförhållanden i sig som gör skillnad, inte platsen. Samtidigt kan alltså områdena med en hög andel socialt och ekonomiskt utsatta invånare antas påverka det totala välbefinnandet i områdena i sig men också totalt sett i Göteborg och Västra Götaland.

När det gäller resultaten för olika yrkesgrupper och vad som är mer eller mindre viktiga faktorer för deras välbefinnande är det mest intressanta den betydligt större skillnad det gör för de som säger sig vara företagare att ha en stark ekonomi och att göra något meningsfullt. Företagare drivs extra starkt av pengar och att göra saker. De som arbetar som tjänstepersoner i ledande positioner ser ut att ha andra drivkrafter där det viktigaste är att folk behandlar varandra väl. Skillnaderna för vad som gör invånare med olika lång utbildning nöjda med livet är inte så stora. De med kortast utbildning skiljer dock ut sig genom att det är betydligt viktigare för lyckan att umgås med vänner än för andra grupper. Att göra något intressant/lära sig något nytt är å andra sidan inte alls lika viktigt för lyckan i denna grupp. Det går att tolka resultaten som att olika yrkesgrupper har olika drivkrafter. Det gäller särskilt företagare och högre tjänstepersoner.

Arbetsmarknad och lycka

Hur arbetsmarknaden fungerar är en central fråga för invånarna. Fördjupningar kring arbetsmarknadsfrågor, pendling till arbete och studier samt inkomster har gjorts för att analysera vad som fungerar mer eller mindre bra och hur olika faktorer gör skillnad för invånarnas välbefinnande. Även om analysen kan fördjupas betydligt bör flera av resultaten vara intressanta för en policydiskussion på såväl lokal, regional som nationell nivå.

Arbetslivet fungerar i huvudsak väl för de som har arbete. Arbete är viktigt och de allra flesta är nöjda med sitt arbete och menar att de har tillräcklig kompetens. En av tio anser sig vara överkvalificerad. En siffra som ökar till en av tre när de som delvis instämmer läggs till. De som ser sig som överkvalificerade är mest unga och de med kortare utbildning. En av tre vill byta arbete. Också här är det unga som vill byta. De som har kortare utbildning har svårt att se några vinster av det. Resultaten är genomgående logiska. Mer problematiskt är att närmare hälften av invånarna har svårt att hitta ett arbete som passar dem där de bor och att det mest gäller unga och de som bor på mindre orter.

När det gäller koppling mellan arbetsliv och lycka är det, förutom att vara nöjd med arbetet, framförallt arbetstidens längd och frågor om tryggheten i arbetet som sticker ut. En rimlig slutsats av de samlade analyserna är att en successiv generell arbetstidsförkortning ner mot och under 35 timmar är en betydelsefull reform när invånarnas välbefinnande står i centrum. Sex av tio av de som arbetar heltid eller mer skulle arbeta mindre om de kunde välja och det gör klar skillnad för deras välbefinnande allt annat lika. Det finns också en signifikant positiv effekt på lyckan av att inte ha ett heltidsjobb. För de med mycket kort arbetstid och/eller kort utbildning blir slutsatserna annorlunda vilket stärker trovärdigheten i analyserna. En annan rimlig slutsats är därmed att det är viktigt med en arbetsmarknad som har en huvudinriktning på trygga jobb.

Att trygghet är viktigt för välbefinnande är väl känt. Risker att bli arbetslös har en märkbar påverkan på lyckan för invånarna i Västra Götaland. Starka trygghetssystem och en robust (läs diversifierad) arbetsmarknad framstår som särskilt viktiga mål inom arbetsmarknads- och näringspolitiken. Att förlora något uppfattas ofta som mycket mer påfrestande än att vinna något. Riskaversion är ett känt begrepp inom ekonomi och psykologi och bidrar till en förståelse av vad detta i grunden handlar om. En slutsats av såväl frågor kring arbetstid och trygghet är att den snabbt växande gig-ekonomin (med inga eller lösa anställningsvillkor och jobb i form av korta uppdrag eller gig) i ett lyckoperspektiv bör ses som något negativt för de som inte själva väljer det sättet att arbeta.

Att vara nöjd med arbetet gör betydande skillnad för lyckan för de som arbetar. Det gäller även när vi tar hänsyn till invånarnas hälsa, ekonomiska resurser, inkomster och hur en blivit behandlad av andra. Arbete är dock inget substitut för familj och vänner. Den negativa effekten av att vara ensamstående är till och med större och att umgås med vänner gör minst lika stor positiv skillnad för välbefinnandet för de som arbetar. När hänsyn tagits till levnadsförhållanden, levnadssätt och situationen i arbetslivet gör inte faktorer som har med kön, ålder eller var en bor någon extra skillnad för lyckan för de som arbetar.

Att pendla eller inte - eller pendlingens längd i tid - gör ingen extra skillnad på välbefinnandet när levnadsförhållanden och levnadssätt i övrigt ingår i analysen. Värde av att nå en större marknad för arbete eller utbildning och möjligheten att bo kvar i det grannskap där vänner och umgänge finns ser ut att klart överstiga den eventuella uppoffring pendlingen innebär. Invånarna i Västra Götaland betar sig dessutom på det sätt som kan förväntas. 80 procent av de som pendlar pendlar mindre än

40 minuter enkel väg. Vi kan också – då mer som en exkurs i sammanhanget – konstatera att den samlade restiden med kollektivtrafik är besvärande lång jämfört med andra sätt att färdas på. Sex av tio pendlar med bil. Två av tio åker kollektivt och två av tio cyklar eller går till arbetet eller studierna. Policymässigt krävs bättre relativ framkomlighet och kvalitet i kollektivtrafiken om den inte enbart ska vara ett val som görs när andra sätt att resa inte fungerar eller i huvudsak för dem som inte har möjlighet att resa på annat sätt.

När det gäller analysen av inkomster är de mest intressanta resultatet att i stort sett alla invånare med inkomster över 35 000 kronor i månaden (2014) menade att de klarade sig bra ekonomiskt. Över den nivån ökar bara andelen som menar att de klarar sig mycket bra. Fyra av tio på lönenivåer mellan 15-25 000 är mer tveksamma kring sin ekonomi. Och som vi konstaterat tidigare är hur en ser på de ekonomiska resurserna mer avgörande för välbefinnandet än den absoluta inkomsten. Något generellt behov av ökade inkomstskillnader går inte att se när invånarnas lycka sätts i centrum för diskussionen om hur samhället bör utvecklas. Höjda löner för de med sämst inkomst eller (sannolikt något enklare) sänkta inkomstskatter för dessa grupper framstår som mer relevant när allas lycka räknas lika. Och inte heller det är något unikt resultat för Västra Götaland.

Det är inte oväntat de som är högutbildade och har högre inkomster som ser mest positivt på utvecklingen under senare år och på framtiden. I flera internationella studier har just dessa faktorer visat sig ha betydelse för invånarnas lycka. I ett svenskt perspektiv ser dock effekten ut att vara mycket begränsad. För de som verkligen upplevt att utvecklingen är bättre för dem själva eller Sverige finns en liten positiv effekt på välbefinnandet. Uppfattningar om framtiden gör ingen skillnad. Som tidigare konstaterats pekar allt på att den faktiska verkligheten kopplat till faktorer nära invånarna är vad som är helt centralt för lyckan för invånarna i Västra Götaland. Svenskar beskrivs ofta som jordnära, som pragmatiska, realistiska och individualistiska.

Beräknad betydelse för välbefinnandet av olika faktorer när saker och ting ändras

Vi har genomgående valt att inte fokusera texten på den mer exakta betydelsen av olika faktorer eller på hur stor del av den faktiska lyckan som olika modeller lyckas förklara. För den intresserade finns ett stort antal resultat med relevanta värden och figurer i texten samt appendix med samtliga resultat av de olika regressioner som gjorts. Om vi relaterar resultaten till den internationella forskningen kan vi konstatera att förklaringsgraden i modellerna är hög till mycket hög.

Normalt antas hälften av variationen i lyckan för invånarna i ett land eller en region bero på genetiska betingade faktorer. För den huvudmodell vi tagit fram efter analyser av ett perspektiv med faktorer som ligger närmare i vardagen, ett perspektiv innehållande levnadsförhållanden i stort och ett perspektiv med olika aktiviteter och levnadssätt förklaras från 35 procent av variationen när hela befolkningen ingår i analysen och upp till 45 procent för grupper som unga och ensamstående. I modellen som bara inkluderar de som arbetar och som dessutom innehåller ett antal faktorer från arbetslivet i hop med huvudmodellen förklaras närmare 40 procent av variationen av lycka. De fyra faktorerna som handlar om hur invånarna ser på sin situation den senaste veckan förklarar ensamma (ihop med kontrollvariablerna, där civilstånd är särskilt viktigt) så mycket som en fjärdedel av variationen i lycka. Modellen som innehåller en mängd aktiviteter tillsammans med frågor om engagemang i föreningar etc och kontrollvariablerna förklarar ca en tiondel av variationen i invånarnas välbefinnande.

Om vi diskuterar vilken betydelse enskilda faktorer har inom ramen för de ovan redovisade modellerna och tänker oss en situation där var och en går från bästa till sämsta läge blir effekterna stora för ett antal variabler. Att gå från en upplevd mycket bra hälsa till en mycket dålig ger en negativ effekt på hela 30 procent på välbefinnandet för genomsnittsinvånaren. Att gå från att själv uppleva att en gör något meningsfullt och lär sig nya saker till att inte göra det alls minskar välbefinnandet med drygt 15 procent. Liknande effekter har det att gå från att känna sig mycket väl behandlad av andra till inte alls och att klara sig mycket bra på sin ekonomi till att klara sig dåligt. För frågan om att umgås med vänner mer eller mindre frekvent respektive att vara enbo eller sambo ligger värdena run fem procent.

I en mer realistisk situation där de olika faktorerna förändras gradvis betyder de uppräknade faktorerna i stora drag lika mycket för välbefinnandet för invånarna i Västra Götaland. Att gå från att vara samboende till att inte vara det och att umgås mindre frekvent med vänner har i stort samma effekt på lyckan som en successivt försämrade hälsa. Det har också samma negativa effekt som att känna att det en gör inte längre är lika intressant, att en inte längre blir lika väl behandlad av andra eller att den egna ekonomin försämras.

Rekommendationer för fortsatt arbete i Västra Götaland och Sverige

Såväl sammanfattningen av lyckoforskningen som resultaten när det gäller samvariation mellan lycka och levnadsförhållanden och levnadssätt i Västra Götaland ger insikter som kan användas i konkreta diskussioner om vilken riktning samhällsutvecklingen bör ta på sikt för att fler invånare ska få möjlighet att leva liv de är nöjda med. Det gäller vad vi har för mål och hur vi mäter och studerar samhällets utveckling. Det gäller för hur vi resonerar kring vad som påverkar människors välbefinnande. Det gäller hur vi ser på olika faktorer och deras betydelse för människors lycka. Det gäller konkret i Västra Götaland, i ett svenskt sammanhang, frågor som är viktiga att fokusera på i allmänhet och för olika grupper.

I starkt koncentrerad form kan policy slutsatserna från föregående delar beskrivas på följande sätt:

- Lycka är ett meningsfullt mål för samhällets utveckling. Den går att mäta och analysera. Subjektivt välbefinnande kompletterar traditionella ekonomiska modeller och de som sätter förmågor i centrum och bidrar med viktig ny kunskap.
- På övergripande nivå finns en relativt tydlig bild av vilka förutsättningar som påverkar människors lycka och hur de förhåller sig till varandra. Det finns också en samsyn kring vilka faktorer som betyder mest för människors långsiktiga välbefinnande när det gäller levnadsförhållanden och levnadssätt. Genetiskt arv och hur samhället där man bor är organiserat har en stor inverkan på hur lycklig en är men individuella levnadsförhållanden och levnadssätt spelar en minst lika stor roll. De centrala faktorerna är hälsa, arbete, delaktighet, ekonomi, familj och vänner. Relationer är ett centralt begrepp både i ett kort och långsiktigt perspektiv. Autonomi, kompetens och samhörighet är nyckelord som beskriver de generella egenskaper människor behöver för att vara lyckliga.
- En rad generella slutsatser med betydelse för diskussionen om inriktningen på en mer lyckodrivna utvecklingspolitik kan dras. Några av de viktigare är:

- Allas lycka är lika mycket värd. Särskilda insatser bör först och främst inriktas på att söka öka livstillfredsställelsen för de som är mindre lyckliga.
 - Ett samhälle med fokus på lycka gör vad det kan för att se till att barn och unga får en bra uppväxt.
 - Ett samhälle där relationer mellan människor fungerar väl och som har fokus på vad människor gör tillsammans, snarare än på vad de äger eller hur mycket varor de konsumerar, blir i slutändan ett samhälle med fler lyckliga invånare.
- Analysen av sambanden mellan levnadsförhållanden och levnadssätt och människors välbefinnande i Västra Götaland ger väl underbyggda resultat som ligger i linje med de i internationell forskning. Resultaten i sin helhet och för olika grupper i samhället ger kunskaper som kan användas för en utvecklad debatt om en lyckodrivna utvecklingspolitik.¹⁷⁴

Till detta kan vi lägga kunskaper från den genomgång av olika vägar att nå praktiska resultat som redovisades i del tre. Behovet att mäta och värdera utvecklingen i termer av subjektivt välbefinnande är en grund. Dessutom visar exemplen att det går att formulera och driva en meningsfull lyckodrivna utvecklingspolitik lokalt, regional, nationellt och inom viktiga områden.

Nedanstående förslag till rekommendationer ska ses som ett första inspel som kan ligga till grund för en fortsatt diskussion kring vilka som är de mest väsentliga frågorna att fokusera på, på kort och lång sikt, om vi vill utveckla ett samhälle med ett ökat välbefinnande för fler i ett svenskt perspektiv och i Västra Götaland. Västra Götalandsregionen bör som ansvarig för Västra Götalands långsiktiga utveckling ta ett särskilt ansvar för att de satsningar som anses relevanta genomförs.

Rekommendationerna är på fyra nivåer 1) Hur kan vi ge lycka en större roll i hur samhället ska utvecklas genom ökade kunskaper och genom att sätta mål och mäta utvecklingen? 2) Hur kan vi rusta individer att göra val och leva sina liv på ett sätt som ger bra förutsättningar för dem att vara nöjda med livet? 3) På vilket sätt kan strukturer i samhället påverkas så att de bättre möjliggör för människor att leva lyckliga liv? och 4) Vilka rekommendationer kan lyckoforskningen sägas ge till människor på ett mer individuellt plan?

1 Ge lycka en större roll i tankarna om hur samhället ska utvecklas

Ta fram en modell för att mäta och följa utveckling av invånarnas upplevda välbefinnande

Med grund i internationell forskning och resultat när det gäller vilka frågor som betyder mest för invånarna i Västra Götaland kan ett antal faktorer som bör mätas för att följa utvecklingen av invånarnas välbefinnande etableras. Frågorna bör täcka lycka, meningsfullhet och psykisk hälsa samt de viktigaste variablerna i övrigt på kort och lång sikt. De bör mätas och analyseras för befolkningen som helhet och för olika grupper. SOM-institutets årliga undersökningar av hur invånarna i Västra Götaland ser på sina liv, sin hälsa och av levnadsförhållanden och levnadssätt är en källa för analysen.

¹⁷⁴ Resultaten i de kvantitativa delarna bygger på omfattande analyser av ett stort datamaterial med svar från ca 3000 invånare i Västra Götaland från hösten 2014. För merparten av de områden som beräkningarna omfattar vet vi att värdena är relativt stabila och ändras långsamt över tid. För att säkerställa resultatens generella kvalitet och reliabilitet bör dock en test av de modeller och beräkningar som ingår i analysen göras på ett material från 2017/2018.

Initiera en dialog kring resultat och rekommendationer för policies och åtgärder

Mer omfattande och strategisk användning av lyckoforskningens resultat förutsätter att kunskapen om dessa, både i generella termer och när det gäller situationen i Sverige och Västsverige, är bättre och mer spridda än i dag. En särskild process bör startas där aktörer från olika delar av samhället möts med syfte att stärka kunskapen om lyckoforskningens resultat och för att ta fram områden och frågor att arbeta vidare med. En sådan diskussion ger också förutsättningar för ökad generell användning av lyckoforskningens resultat i prioritering och utformning av policies och åtgärder i olika organisationer. Ett antal möjliga frågor att prioritera beskrivs under punkterna om att rusta individen och om hur ett samhälle ser ut som ger bättre förutsättningar för fler lyckliga liv nedan.

Inrätta forskningscenter med bas i Västsverige och med fokus på subjektivt välbefinnande

Satsningar på lyckoforskning och på att göra den tillgänglig och användbar för samhällets utveckling behöver öka. Inte minst i ett svenskt och nordiskt perspektiv. Norden framställs inte sällan som något av ett paradiset i internationell forskning på området (samtliga länder finns bland de tio med de mest lyckliga invånarna i världen) men är med några få undantag inte särskilt väl representerade i den internationella litteraturen.¹⁷⁵

Kunskaperna behöver öka om vad som gör invånarna i Norden särskilt lyckliga, om vad samhällsmodellen betyder, men också och inte minst om hur forskningens resultat kan komma till mer direkt användning i utveckling av samhället. I västsvenska forskningskretsar finns en kunskapsbas som gör en sådan satsning möjlig. En modell för hur ett centrum kan organiseras och för vilka uppgifter det kan ha finns i "What works Centre for well-being" i Storbritannien som bedriver och sammanställer kunskap om forskning kring subjektivt välbefinnande i nätverk mellan olika universitet, men också utformar konkreta rekommendationer om hur perspektivet kan mätas och användas i dagligt arbete. (whatworkswellbeing.org/)

2 Rusta individen

Barn och ungas förutsättningar och liv i centrum

Lyckopolitik har ett självklart fokus på och prioriterar barns och ungas villkor. Att mäta och studera ungas subjektiva välbefinnande kontinuerligt och förstå de faktorer som påverkar densamma från tidiga åldrar är centralt liksom att stärka förutsättningarna för unga att ha en god psykisk hälsa. Förutsättningar för unga att utvecklas till självständiga människor som är trygga i sig och i sina relationer till andra och inte enbart intresserade av materiell status betyder mycket för ungas eget framtida välbefinnande och för samhällets långsiktiga utveckling. Program som utvecklats vid Penn University och etablerats i England för att rusta människor för framtiden kan vara intressanta att studera närmare.

Långvarigt arbetslösa egen lycka i centrum – inte arbetsmarknadens

Långvarigt arbetslösa behöver få möjlighet att träffa andra människor och göra saker som de själva anser är meningsfulla för att öka sitt välbefinnande. Om det sker bör det kunna spara betydande resurser för samhället långsiktigt. En fråga som väcks är om huvudfokus måste vara på att det ska leda till jobb. Utbildning och föreningsaktiviteter som utgår från individens intresse kan möjligen vara mer meningsfullt. Fokus bör i linje med detta ligga på att bidra till möten med andra och skapa relationer med fler. Betydelsen av autonomi, kompetens, samhörighet som grundegenskaper för

¹⁷⁵ Helliwell, Layard, Sachs (2018) World Happiness Report 2018

invånarnas lycka pekar också i denna riktning för grupper som har det svårare i livet och på arbetsmarknaden. Till detta kommer att forskningen pekar på att mer generella satsningar kan bidra till välbefinnande medan program som bygger på ständiga kontroller och ifrågasättanden i sig leder till minskad dito.¹⁷⁶

Öka satsningarna på ett jämställt samhälle

Satsningarna på jämställdhet generellt och från unga år behöver öka. Det borde i framtiden vara möjligt att nå en situation där skillnaderna i vad som påverkar kvinnors och mäns lycka inte är så stora som nu i Västra Götaland. Idag är viktigare för män att göra saker och leva tillsammans med någon. Kvinnor umgås generellt sett mer med vänner och det betyder mer för kvinnor hur de blir behandlad av omgivningen samtidigt som kvinnor känner sig mindre rättvist behandlade i kontakter med myndigheter. Betydelsen av en bra hälsa, att umgås med vänner och att ha tillräckliga ekonomiska resurser är dock lika stor för kvinnor och män.

Fler som går högre utbildning - utbildning för bildningens skull

De med högre utbildning lever ofta bra liv. De är mer nöjda med livet. Arbetslösheten är mycket låg. De ser mer positivt på sina ekonomiska resurser. De upplever sin hälsa som bättre och litar mer på andra. De lär sig nya och gör intressanta saker mer ofta. De menar själva att de blir väl behandlade av andra. Listan kan göras betydligt längre. Om människors välbefinnande sätts i förgrunden är det rimligt att tänka sig att en högre andel än i dag ges möjlighet till högre utbildning.

Vi kan som ett exempel på att förslaget inte alls är orimligt konstatera att betydligt fler genomgår högre utbildning i Osloregionen och i Stockholm än i Västsverige. Vi kan också konstatera att vi redan i dag har brist på väl utbildad arbetskraft både inom vård, skola, omsorg och när det gäller naturvetenskap och teknik. Att de med kortare utbildning är relativt sett lyckligare när de fördelar den högre utbildningen ger räknats in är ingen nackdel. Det kan ses som ett utslag av ett samhälle som fortsatt är relativt väl sammanhållet men beror sannolikt också på hur olika grupper i befolkningen jämför sig med varandra i en region med ett relativt segregerat boende.

3 Utveckla ett samhälle som ger bättre förutsättningar för välbefinnande

Minska betydelsen av social och ekonomisk segregation

Boendesegregation och områden med hög koncentration av invånare som lever med socialt och ekonomiskt knappa förhållanden påverkar välbefinnandet negativt i hela samhället. Forskning visar hur negativa spiraler uppkommer, normer ändras och hur det drabbar alla invånare i de aktuella områdena och i samhället som helhet. Det drabbar också från unga år genom sämre fungerande utbildning, mindre meningsfull fritid etc. Att bryta dagens sociala och ekonomiska segregation och konsekvenserna av den är en central fråga för ökat välbefinnande för alla invånare i Västra Götaland. Kopplat till detta men också till den lokala nivån generellt finns exempel på utveckling av lokala agendor för ökat välbefinnande vilka bör vara värda att testa i Västra Götaland (se avsnitt 3.3).

Ge unga vuxna bättre förutsättningar att etablera sig i samhället

Unga vuxna i Västra Götaland är mindre nöjda med livet än förväntat. Ensamhet, sämre psykisk hälsa kombinerat med långa utbildningstider och sen etablering på arbetsmarknaden ser ut att vara några av de viktigaste förklaringarna för de som passerat tonåren. Särskilda satsningar på att förbättra

¹⁷⁶ Rothstein (2011)

bostadsmarknaden för alla unga och öka genomströmningen i den högre utbildningen är centrala i ett lyckoperspektiv.

Bättre likabehandling och ökat inflytande i lokalt beslutsfattande

Det faktum att människor bryr sig om hur saker och ting fungerar (och inte bara om utfallet i form av till exempel mer ekonomiska resurser eller fördelaktiga beslut) bör leda till ett ökat fokus på väl fungerande, transparenta processer. Vad som är en väl fungerande process är inte givet men det finns en omfattande forskning på området. Ökat inflytande i lokalt beslutsfattande är ett klokt förslag också ur ett lyckoperspektiv. Internationellt finns en snabbt växande trend med medborgarbudgetar vilket kan vara ett sätt att vitalisera demokratin i digitala tider.¹⁷⁷ Att alla behandlas lika inom ramen för det offentligt finansierade serviceåtagandet är viktigt. Mer utsatta invånare (arbetslösa etc.) och kvinnor känner sig mindre väl behandlade och det påverkar deras välbefinnande. Att mer utsatta människor kan antas haft fler kontakter med olika myndigheter ska inte ses som en ursäkt.

Ökat fokus på upplevelser och relationer

Ett samhälle där relationer mellan människor fungerar väl och som har fokus på vad människor gör tillsammans snarare än vad de äger eller hur mycket varor de konsumerar blir i slutändan ett lyckligare samhälle. Upplevelser ger ofta mer bestående lycka och kan också glädja andra. Det generella fokus som finns på ett aktivt liv, föreningar, gemenskap, kultur, event, en meningsfull fritid, etc i Västra Götaland är också i detta perspektiv viktigt.

Framtidens arbetsmarknad – kortare arbetstid och trygga jobb

Om människors välbefinnande ska ha betydelse för arbetsmarknadens framtida utformning är det en rimlig ambition att successivt minska arbetstiden (inte minst i samband med att pensionsåldern höjs), förbättra möjligheterna för arbetspendling, stärka tryggheten i jobbet (särskilt på jobb där det inte krävs högre utbildning) och arbeta för högproduktiva, mer diversifierade och därmed också mer robusta arbetsmarknader. Utgångspunkten är dagens förutsättningar på arbetsmarknaden och en arbetsmarknad i Västra Götaland som vi kunnat konstatera fungerar relativt väl för de som har jobb.

Huvudskälen har angetts i sammanfattningen ovan. En robust samhällsutveckling med inte allt för stora svängningar i livsvillkor har stor betydelse för människors välbefinnande. De som jobbar mycket vill jobba mindre och arbetstiden påverkar den egna lycka negativt allt annat lika. Ett samhälle med huvudfokus på materiell status och ekonomisk tillväxt riskerar göra så att familjerelationer, vänner och mer sociala aktiviteter får för lite utrymme. När det gäller arbetsmarknaden är det också värt att ha de exempel som handlar om arbetsdelning i tider av djup lågkonjunktur i minne (se avsnitt 3.3).

4 Ett budskap till invånarna

Om något budskap ska riktas direkt till invånarna skulle det kunna vara. Ta det lite lugnt med att satsa massa tid och resurser på att öka din materiella konsumtion. Tävlan där ger inget särskilt egentligen. Tillbringa mer tid med familj och vänner. Odlia intressen som kräver aktivt engagemang med andra människor och som ger nya möjligheter och utmaningar. Lita på andra och återgålda

¹⁷⁷ Se till exempel www.budgetallocator.com/2014/09/29/ten-examples-participatory-budgeting-around-world/, <https://ec.europa.eu/futurium/en/egovernment4eu/initiative-promote-participatory-budgeting-methods-and-tools>, pb.cambridgema.gov/. Även i Göteborg finns exempel, även om de är mycket begränsade. Se till exempel www.nubestammerdu.nu/medborgarbudget

andras tillit till dig. Försök att vara trygg i det du själv gillar. Lita på ditt eget omdöme och bry dig inte för mycket om vad andra tycker. Jämför dig inte mer än nödvändigt med andra.

Olika aktörer i samhället bör försiktigtvis kunna sprida olika former detta budskap som en motvikt till det fokus på betydelsen av konsumtion, materiella värden, status och karriär som dominerar de intryck invånarna mer eller mindre tvingas leva med i dag.

Fortsatta analyser och slutdiskussion

Ett stort antal analyser ur olika perspektiv har genomförts baserat på dataunderlag för år 2014. Resultaten behöver testas och uppdateras i sin helhet med data för senare år. Vi vet dock att data för de faktorer som används genomgående ändras långsamt och är stabila över tid. Om de studerade sambanden också är det behöver prövas.

Frågan om hur lyckan påverkas av att ha barn och av att ha barn i olika åldrar i Sverige och Västra Götaland och i förhållande till resultat för andra länder bör analyseras. Resultaten i forskningen spretar en aning åt olika håll och området är särskilt intressant med tanke på det relativt sett väl utbyggda "stödsystemet" för att ha barn i Sverige med föräldraledighet, barnomsorg och förskola.

Det är också viktigt att sätta fokus på hur ojämlikheten i lycka ser ut och hur den utvecklas över tid. Även här finns internationell forskning att relatera till. Med snart 20 år av obrutna data för subjektivt välbefinnande i Västra Götaland finns ett bra material att utgå från. Det etablerade sättet att mäta spridningen i lycka är att följa utvecklingen av standardavvikelsen i populationen för hur nöjda invånarna är med livet. Det är ingen tvekan om att en sådan analys kan bidra med ett komplement till de traditionella analyserna av inkomstskillnader. Livet är mer än ekonomi.

Slutdiskussion

Den vanligaste diskussionen kring de presenterade resultaten har handlat om hur resurserna till offentlig sektor och vård, skola och omsorg ska kunna räcka med eventuella reformer som successivt minskar normalarbetstiden. Att det skulle öka välbefinnandet för en majoritet av invånarna ser ut att väga lätt när det ställs mot eskalerande gemensamma behov som ska lösas med mer pengar och mer personal. Meningen med livet har därmed i någon mån flyttat från lycka för individen till att uppfylla behov i den offentliga sektorn. Ett långt arbetsamt liv kan då åtminstone avslutas med bra vård.

Dragen till sin spets kan tankemodellen sägas kännas igen från flydda sekler. I sin mest utmejslade form innebar den att människans lott var att leva ett strävsamt liv, inte sällan i armod, här och nu, och så kom belöningen på andra sidan. Det finns givetvis frågor i ett lyckoperspektiv som på kort sikt framstår som viktigare att ta tag i än en arbetstidsförkortning, som psykisk ohälsa och att bryta boendesegregationen, men en vision om ett framtida samhälle som sätter människors lycka i centrum har sannolikt en successivt minskad arbetstid som en ingrediens.

För Västra Götaland har utvecklingen under senare decennier gått snabbt mot ett samhälle där innovationer och upplevelser får större betydelse. Trenden är starkast i Göteborgsregionen men är tydlig även i övriga delar av regionen. I ett lyckoperspektiv är detta en bra utveckling. Innovationer och nyskapande ger förutsättningar för ökad produktivitet och därmed för successivt kortare arbetstider och robust ekonomisk utveckling. För invånarna är frågorna om att göra något meningsfullt och lära sig nya saker mycket viktiga. Att konsumtion av upplevelser och umgänge mellan människor ger lyckligare invånare än ett fokus på mer materiell konsumtion, karriär och konkurrens

är väl etablerat. Det finns all anledning att hålla Easterlins slutsats om ekonomisk tillväxt i minnet. Ekonomisk tillväxt ser inte ut att göra att samhället utvecklas till en plats där allt är tillgängligt i någon slutgiltig mening. Tillväxten leder istället i sig till nya behov som kräver fortsatt tillväxt.¹⁷⁸

¹⁷⁸ Easterlin (2010) s.45

Litteratur

- Aaker and Melanie Rudd (2011): If Money Doesn't Make You Happy, Consider Time, *Journal of Consumer Psychology*
- Algehed, Winnes (2010): Miljökultur: Vad vet forskarna om kulturens och tjänsternas miljöpåverkan, SP Rapport 2010:62
- Anand (2016): *Happiness Explained*
- Anielski (2007): *The Economics of Happiness*
- Ariely (2009): *Predictably Irrational*
- Anik m.fl. (2009): *Feeling Good about Giving: The Benefits (and Costs) of Self-Interested Charitable Behavior*, Harvard Business School
- Bartolini, Bilancini, Bruni, Porta (Edit) (2016): *Policies for Happiness*
- Bok (2011): *The Politics of Happiness – What Governments Can Learn From the New Research on Well-Being*
- Brülde, Bengt (2007) *Lycka och lidande: begrepp, metod och förklaring*
- Brülde, Nilson (2010): *Vad gör oss nöjda med våra liv? I Nordiskt ljus, Årsbok SOM bokserien nr 50*
- Bruni, Porta red (2007): *Economics & Happiness – Framing the analysis*
- Clark, Flèche, Layard, Powdthavee, Ward (2018): *The Origins of Happiness – The Science of Well-Being over the Life Course*
- Clark et al (2017) *The Key Determinants of Happiness and Missery I Helliwell. Layard, Sachs 2017*
- Clark, Diener, Geporgellis, Lucas (2008): *Adaption to Life Events* www.voxeu.org
- Dahlén M: *Nextopia - livet, lyckan och pengarna i Förväntningssamhället* (2008)
- De Neve & Ward, *Happiness at work* (2017) i Helliwell, Layard, Sachs (2017)
- Dolan (2014): *Happiness by Design*
- Easterlin (2010): *Happiness, Growth, and The Life Cycle*
- Easterlin (2001): *Income and Happiness: Towards a unified theory*, *The Economic Journal* III
- Easterlin (1974): *Does Economic Growth Improve the Human Lot?*
- Eid, Larsen (Edit) (2008): *The Science of Subjective Well-Being*
- Fors, Brülde (2012): *Varför arbetslösa mår sämre i Weibull Oscarsson Annika Bergström (red) I framtidens skugga. Göteborgs universitet: SOM-institutet.*
- Fors (2012): *Nya mått på välfärd och livskvalitet i samhället, Underlagsrapport 4 till Framtidskommissionen*
- Fors (2009), *Hur lyckliga är vi i Sverige och vad kan vi göra för att bli lyckligare? En kunskapsöversikt över lyckoforskningens resultat samt dess relevans för svensk politik . Charity International*
- Frey (2008): *Happiness – A revolution in Economics*

- Gilovich, Van Boven (2003): "To do or to have: That is the question" *Journal of Personality and Social Psychology* 2003, Vol. 85, No. 6, 1193–1202
- Graham (2009): *Happiness around the World – The Paradox of Happy Peasants and Miserable Millionaires*
- Greve (2012): *Happiness*
- Guilbert, Sataya (2009): *Income and Happiness: An Analysis of Adaptation and Comparison Income Effects*
- Hamilton, Helliwell, Woolcock (2016): *Social Capital, Trust, and Well-being in the Evaluation of Wealth*, World Bank Group, Policy Research Working Paper 7707
- Helliwell, Layard, Sachs (2018): *World Happiness Report 2018*
- Helliwell, Layard, Sachs (2017): *World Happiness Report 2017*
- Helliwell, Layard, Sachs (2016): *World Happiness Report 2016 Updated*
- Helliwell, Layard, Sachs (2015): *World Happiness Report 2015*
- Helliwell, Layard, Sachs (2013): *World Happiness Report 2013*
- Helliwell, Layard, Sachs (2012): *World Happiness Report 2012*
- Helliwell (2003): *How's Life? Combining individual and national variables to explain subjective well-being*, *Economic Modelling*, 20
- Holmberg, Weibull (2005): *Lyckan kommer lyckan går*, i SOM årsbok bokserien nr 36
- Howell (2009): *Buying Experiences, Not Possessions, Leads To Greater Happiness*, *Science Daily* 2009
- Kahneman (2012): *Thinking Fast and Slow*
- Kahneman m fl (2003) *Well-Being: Foundations of Hedonic Psychology*
- Kahnemann, Deaton (2011): *High income improves evaluation of life but not emotional well-being*
- Köcher, Raffelhüschen (2011): *Glücksatlas Deutschland 2011*
- Layard, Dunn (2009): *A Good Childhood – Searching for Values in a Competitive Age*
- Layard (2005, 2011): *Happiness - Lessons from a New Science*
- Luttmer (2005): *Neighbors as negatives: relative earnings and wellbeing*, *Quarterly Journal of Economics* 120, 963-1002
- Ng, Diener (2018): *Affluence and Subjective Well-Being: Does Income Inequality Moderate their Associations?*
- Ngamaba (2017): *Income inequality and subjective well-being: a systematic review and meta-analysis*
- Nilsson, Weibull (2009): *Det goda livet*, i SOM årsbok Svensk Höst bok nr 46.
- Norberg (2006): *Blir vi lyckligare av lyckoforskning?* Timbro Briefing Papers #7
- OECD (2011): *How's Life?: Measuring well-being*, OECD Publishing
- Powdthavee (2010): *The Happiness Equation*
- Putnam R: *Bowling alone – The Collapse and Revival of American Community* (2000)

Rothstein (2011) Social tillit, lycka, korruption och välfärdsstat i Sören Holmberg, Lennart Weibull & Henrik Oscarsson (red) Lycksalighetens ö. Göteborg: SOM-institutet, Göteborgs universitet.

Sacks (2012): The New Stylized Facts About Income and Subjective Well-Being

Sandel (2013): What Money Can't Buy – The Moral Limits of Markets

Skidelsky (2013): How Much is Enough?

Solnick, Hemmenway (2005): Are Positional Concerns Stronger in Some Domains than in Others?, The American Economic Review, Vol 95, No.2

SOM-Institutet (2014): Kodbok Den Västsvenska SOM-undersökningen

SOU 2015:56 (2015): Får vi det bättre? Om mått på livskvalitet

Stiglitz, Sen, Fitoussi (2009): Report by the Commission on the Measurement of Economic Performance and Social Progress.

Stützer (2003):The role of income aspirations in individual happiness, Journal of Economic Behaviour and Organisation

Thaler, Sunstein (2009): Nudge – Improving Decisions about Health, Wealth and Happiness

Västra Götalandsregionen (2005): Vision Västra Götaland, Det Goda Livet

Västra Götalandsregionen (2012): Regionrapport 2012 – Utveckling, Utvecklingsarbete, Framtid – Nya utmaningar, Rapport Tillväxt och Utveckling 2012:3

Västra Götalandsregionen (2013): Strategi för tillväxt och utveckling i Västra Götaland 2014-2020 RUP

Weiman, Knabe, Schöb (2015): Measuring Happiness

Wilkinson/Pickett (2009): The Spirit Level, Why More Equal Societies Almost Always Do Better

World Book of Happiness (2012)

World Database of Happiness – www.worlddatabaseofhappiness.eur.nl

www.stat.gov.pl – Leaflets on “Values and Social Trust in Poland”, “Subjective Wellbeing in Poland”.

Appendix 1 Medelvärden

Medelvärden för variabler som ingår i de olika perspektiven. Skalan på variablerna redovisas som värden från låg/sämre till högre/bättre. För binära variabler – vilka bara kan ha värdet 0 eller 1 - som till exempel ensamstående är det andelen som redovisas. I beskrivning av skala anges detta som 0/1. Medel är medelvärdet för samtliga svarande på respektive fråga vilka anges som Antal längst till höger i tabellen. För mer detaljerade beskrivningar av respektive variabel se Appendix 2 Beräkningsresultat.

	KÖN		UTBILDNING				CIVILSTÅND		ARBETE		ÅLDER				REGIONDEL				ORTSTYP				Skala	Medel	Antal
	Kvinna	Man	Låg	Medel-låg	Medel-hög	Hög	Ensamstående	Ej ensamstående	Ej arbete	Arbete	16-29	30-49	50-64	65+	GR	Borås-regionen	Skara-borg	Fyrbo-dal	Lands-bygd	Mindre tätort	Stad/Tätort	Göte-borg			
Nöjd med livet	3,34	3,27	3,26	3,29	3,29	3,37	3,11	3,37	3,04	3,32	3,22	3,26	3,29	3,39	3,31	3,31	3,33	3,31	3,34	3,33	3,33	3,24	1-4	3,30	2671
Ensamstående	0,24	0,22	0,17	0,29	0,26	0,19			0,45	0,21	0,51	0,19	0,20	0,17	0,24	0,22	0,19	0,21	0,17	0,22	0,20	0,30	0/1	0,23	2678
Medelink./person hushåll	2,48	2,63	2,02	2,35	2,52	3,09	2,83	2,49	1,91	2,60	2,21	2,45	3,09	2,33	2,71	2,40	2,30	2,46	2,25	2,40	2,58	2,82	kod	2,56	2470
Arbetslös +	0,07	0,07	0,08	0,09	0,09	0,02	0,13	0,05			0,11	0,09	0,10	0,01	0,06	0,07	0,06	0,09	0,08	0,07	0,06	0,08	0/1	0,07	2534
Gjort ngt intressant	2,88	2,82	2,52	2,76	2,96	3,08	2,85	2,85	2,73	2,90	3,00	2,94	2,83	2,71	2,92	2,83	2,78	2,77	2,88	2,79	2,82	2,92	1-4	2,85	2667
Tillit	6,65	6,61	6,20	6,23	6,73	7,27	6,23	6,77	5,68	6,79	6,07	6,60	6,76	6,81	6,76	6,47	6,58	6,50	6,61	6,59	6,70	6,63	0-10	6,63	2654
Välbehandlad	3,36	3,27	3,26	3,27	3,32	3,40	3,25	3,34	3,15	3,34	3,34	3,26	3,23	3,44	3,33	3,34	3,30	3,29	3,31	3,33	3,31	3,31	1-4	3,32	2658
Hälsa	7,44	7,36	6,87	7,32	7,45	7,82	7,05	7,51	6,06	7,47	7,58	7,59	7,34	7,20	7,52	7,43	7,31	7,26	7,43	7,41	7,41	7,42	0-10	7,40	2686
Diskriminering	0,15	0,08	0,11	0,13	0,14	0,09	0,17	0,10	0,22	0,10	0,21	0,13	0,09	0,08	0,12	0,10	0,11	0,12	0,11	0,11	0,11	0,13	0/1	0,12	2567
Ekonomiska resurser	4,04	4,10	3,78	4,00	4,03	4,35	3,76	4,15	3,45	4,14	4,12	4,08	4,20	3,91	4,12	4,01	4,02	4,03	4,02	3,99	4,12	4,10	1-5	4,07	2680
Påverka politik	2,78	2,71	2,63	2,65	2,77	2,90	2,72	2,75	2,76	2,77	2,92	2,81	2,77	2,58	2,77	2,75	2,73	2,69	2,74	2,68	2,80	2,74	1-5	2,74	2467
Tro på någon Gud	0,55	0,39	0,56	0,45	0,42	0,46	0,43	0,48	0,52	0,45	0,32	0,39	0,49	0,60	0,45	0,52	0,55	0,45	0,48	0,50	0,46	0,44	0/1	0,47	2558
Motion	0,75	0,66	0,54	0,68	0,73	0,78	0,74	0,69	0,59	0,71													0/1	0,70	2635
Umgås med vänner	0,64	0,58	0,52	0,57	0,68	0,64	0,76	0,57	0,57	0,61													0/1	0,61	2660
Antal (n)	1440	1326	484	822	590	779	615	2063	179	2355	390	792	753	837	xxx				426	570	1424	1055			

	KÖN		UTBILDNING				CIVILSTÅND		ARBETE		ÅLDER				REGIONDEL				ORTSTYP				Skala	Medel	Antal
	Kvinna	Man	Låg	Medel-låg	Medel-hög	Hög	Ensamstående	Ej ensamstående	Ej arbete	Arbete	16-29	30-49	50-64	65+	GR	Borås-regionen	Skara-borg	Fyrbo-dal	Lands-bygd	Mindre tätort	Stad/Tätort	Göte-borg			
Tillsvidareanställning	0,86	0,80	0,83	0,83	0,82	0,84	0,80	0,84	-	-	0,64	0,86	0,87	0,84	0,83	0,83	0,81	0,86	0,79	0,83	0,86	0,82	0/1	0,83	2538
Tidsbegränsad anställning	0,09	0,07	0,04	0,07	0,10	0,09	0,14	0,06	-	-	0,32	0,08	0,04	0,03	0,08	0,08	0,09	0,05	0,06	0,08	0,07	0,11	0/1	0,08	2538
Vill jobba färre timmar	0,35	0,37	0,19	0,37	0,38	0,46	0,31	0,38	-	-	0,27	0,52	0,49	0,12	0,38	0,33	0,36	0,33	0,40	0,31	0,36	0,38	0/1	0,36	2900
Vill jobba fler timmar	0,05	0,04	0,03	0,05	0,06	0,03	0,05	0,04	-	-	0,13	0,05	0,03	0,02	0,04	0,04	0,05	0,05	0,03	0,04	0,04	0,06	0/1	0,04	2900
Viktigt med arbete	3,56	3,47	3,58	3,51	3,46	3,53	3,51	3,51	-	-	3,48	3,46	3,46	3,64	3,52	3,53	3,54	3,51	3,51	3,49	3,55	3,49	1-4	3,52	2700
Sjukskrivnen	0,13	0,09	0,09	0,14	0,12	0,10	0,13	0,11	-	-	0,09	0,14	0,18	0,02	0,12	0,08	0,10	0,11	0,12	0,11	0,10	0,13	0/1	0,11	2650
Risk för arbetslöshet	1,52	1,46	1,77	1,57	1,51	1,35	1,73	1,42	-	-	1,81	1,46	1,40	1,37	1,50	1,40	1,47	1,49	1,43	1,47	1,45	1,57	1-4	1,49	1530
Nöjd med arbete	3,36	3,42	3,47	3,36	3,39	3,41	3,26	3,42	-	-	3,21	3,38	3,44	3,58	3,35	3,39	3,46	3,46	3,51	3,41	3,37	3,34	1-4	3,39	1689
Arbete identitet	3,03	3,10	3,28	2,93	3,04	3,14	2,95	3,09	-	-	2,77	3,06	3,13	3,34	3,03	3,05	3,13	3,10	3,14	2,99	3,08	3,05	1-4	3,06	1673
Vill byta arbete	2,17	2,12	1,85	2,19	2,23	2,11	2,30	2,10	-	-	2,64	2,19	2,04	1,32	2,20	2,22	1,99	2,03	1,93	2,20	2,14	2,23	1-4	2,15	1665
Svårt att hitta arbete	2,27	2,43	2,38	2,48	2,39	2,22	2,51	2,30	-	-	2,52	2,36	2,38	1,71	2,28	2,47	2,44	2,43	2,37	2,61	2,41	2,13	1-4	2,35	1659
Tillräcklig kompetens	3,75	3,73	3,66	3,70	3,74	3,78	3,70	3,75	-	-	3,68	3,72	3,77	3,77	3,76	3,70	3,73	3,71	3,75	3,74	3,73	3,75	1-4	3,74	1659
Överqualificerad	2,09	2,27	2,28	2,21	2,25	2,10	2,31	2,14	-	-	2,44	2,17	2,14	1,92	2,19	2,30	2,11	2,10	2,10	2,21	2,17	2,23	1-4	2,18	1657
Välja var arbete utförs	2,04	2,40	2,42	2,04	2,27	2,28	2,09	2,25	-	-	1,82	2,23	2,23	2,90	2,23	2,24	2,20	2,11	2,12	2,26	2,22	2,24	1-4	2,21	1664
Pendling i minuter	2,75	2,88	2,57	2,68	2,87	2,97	2,83	2,80	-	-	3,14	2,74	2,76	2,65	2,98	2,67	2,40	2,80	3,04	2,86	2,56	2,94	1-7	2,83	1700
Fått det bättre ekonomiskt	0,25	0,25	0,10	0,28	0,25	0,34	0,26	0,25	-	-	0,40	0,38	0,24	0,06	0,27	0,24	0,22	0,22	0,23	0,23	0,27	0,26	0/1	0,25	2900
Sverige bättre ekonomiskt	0,14	0,18	0,08	0,15	0,19	0,21	0,13	0,17	-	-	0,17	0,18	0,18	0,11	0,19	0,12	0,12	0,13	0,13	0,14	0,16	0,19	0/1	0,16	2900

Appendix 2 Beräkningsresultat

Innehållsförteckning

Allmänna kommentarer för samtliga tabeller

PAKET 1	Variabelöversikt: Vardagslivets betydelse för lyckan	1
Tabell 1.1	Bivariata och multivariata regressionsanalyser, Vardagsliv: Nöjdhet med livet hos boende i Västra Götaland, 2014 (ostandardiserade regressionskoefficienter)	2
Tabell 1.2	Multivariat regressionsanalys, Vardagsliv: Nöjdhet med livet bland boende i Västra Götaland som befinner sig i utanförskap respektive innanförskap, 2014 (ostandardiserade regressionskoefficienter)	3
PAKET 2	Variabelöversikt: Långsiktiga levnadsförhållanden	4
Tabell 2.1	Bivariata regressionsanalyser, Långsiktiga levnadsförhållanden: Nöjdhet med livet hos boende i Västra Götaland, 2014 (ostandardiserade regressionskoefficienter)	5
Tabell 2.2	Multivariata regressionsanalyser, Långsiktiga levnadsförhållanden: Nöjd med livet boende i Västra Götaland, 2014 (ostandardiserade regressionskoefficienter)	6
Tabell 2.3	Multivariata regressionsanalyser, Långsiktiga levnadsförhållanden: Nöjdhet med livet boende i Västra Götaland, 2014 (ostandardiserade regressionskoefficienter)	7
PAKET 3	Variabelöversikt: Levnadssätt – Vanor aktiviteter, engagemang	8
Tabell 3.1	Bivariata regressionsanalyser, Levnadssätt – Vanor aktiviteter, engagemang: Nöjdhet med livet hos boende i Västra Götaland, 2014 (ostandardiserade regressionskoefficienter)	9
Tabell 3.2	Multivariata regressionsanalyser, Levnadssätt – Vanor aktiviteter, engagemang: Nöjdhet med livet hos boende i Västra Götaland, 2014 (ostandardiserade regressionskoefficienter)	10
Tabell 3.3	Multivariata regressionsanalyser, vanor: Nöjdhet med livet hos boende i Västra Götaland, 2014 (ostandardiserade regressionskoefficienter)	12
PAKET 4	Variabelöversikt: Huvudmodell – Levnadsförhållanden, levnadssätt, rambetingelser	13

Tabell 4.1	Bivariata regressioner, Huvudmodell: Nöjdhet med livet boende i Västra Götaland, 2014 (ostandardiserade regressionskoefficienter)	14
Tabell 4.2	Bivariata och multivariata regressionsanalyser uppdelade i 7 områden (inspirerade av Layards seven casues of happiness, (delvis upprepning av tabell 4.1) Nöjdhet med livet hos boende i Västra Götaland, 2014 (ostandardiserade regressionskoefficienter)	15
Tabell 4.3	Fullständig huvudmodell med och utan kontrollvariabler	16
Tabell 4.4	Huvudmodell: Multivariata regressioner gruppen arbetslös och gruppen ej arbetslösa	17
Tabell 4.5	Huvudmodell: Multivariata regressioner gruppen uppdelade efter Stad/land	18
Tabell 4.6	Huvudmodell: Multivariata regressioner gruppen uppdelade efter kön	19
Tabell 4.7	Huvudmodell: Multivariata regressioner ensamstående och ej ensamstående	20
Tabell 4.8	Huvudmodell: Multivariata regressioner uppdelat efter yrkesgrupp	21
Tabell 4.9	Huvudmodell: Multivariata regressioner uppdelat efter utbildningsnivå	22
Tabell 4.10	Huvudmodell: Multivariata regressioner ålder	23
Tabell 4.11	Huvudmodell: Multivariata regressioner – Resursområden i huvudmodellen	24
Tabell 4.12	Huvudmodell: Multivariata regressioner – Resursområden	25
PAKET 5	Variabelöversikt: Pendling – pendlingsavstånd och färdmedel	26
Tabell 5.1	Korstabell pendlingsavstånd i kilometer och tid, samtliga pendlare	27
Tabell 5.2	Korstabell pendlingsavstånd i kilometer och tid, bland dem som åker kollektivt (buss, spårvagn eller tåg/pendeltåg)	27
Tabell 5.3	Korstabell pendlingsavstånd i kilometer och tid, bland dem som åker/kör bil	28
Tabell 5.4	Korstabell pendlingsavstånd i kilometer och tid, bland dem som går/cyklar	28
Tabell 5.5	Snitt tid pendling, samtliga och i olika grupper av pendlare efter färdmedel	29
Tabell 5.6	Bivariata regressioner, pendling : Nöjdhet med livet hos boende i Västra Götaland, 2014 (ostandardiserade regressionskoefficienter)	30
PAKET 6	Variabelöversikt: Inkomst/ekonomi	31
Tabell 6.1	Bivariata analyser, Inkomst/ekonomi:	32
Tabell 6.2	Inkomst/ekonomi	33
Tabell 6.3	Inkomst/ekonomi – huvudmodell inkomst/ekonomi	34

PAKET 7	Variabelöversikt arbetsliv	35
Tabell 7.1	Bivariata analyser av arbetslivsfrågorna (1 av 2)	36
Tabell 7.1 forts	Bivariata analyser av arbetslivsfrågorna (2 av 2)	37
Tabell 7.2	Multivariata regressionsanalyser, arbetslivsfaktorer	38
Tabell 7.3	Multivariata regressionsanalyser, arbetslivsfaktorer	39
Tabell 7.4	Huvudmodell (paket 4) plus frågan i vilken utsträckning är du nöjd med ditt arbete/pendling	40
Tabell 7.5	Korstabell över faktisk veckoarbetstid samt önskan om att jobba mer eller mindre, antal (procent inom parentes)	41

Allmänna kommentarer för samtliga tabeller

-Den beroende variabeln 'nöjd med livet' är på grund av sin skeva frekvensfördelning logaritmerad. De redovisade koefficienten i tabellerna skall därför tolkas som följer: En absolut förändring i den oberoende variabeln ger procentuell förändring i 'nöjd med livet'. Ett stegs ökning i den oberoende variabeln ger koefficienten*100 procents ökning av nöjdhet med livet.

-Samtliga variabler är kodade (i vissa fall omkodade) så att exempelvis 'lite' negativt' och 'nej' har respektive skalas lägsta värde och exempelvis 'mycket', 'positivt' och 'ja' har respektive skalas högsta värde. Se förtydligande och bekräftande redovisning i respektive 'pakets' variabelöversikt.

-Vissa variabler som används i regressionerna är en sammanslagning av ett antal variabler. Detta har gjorts huvudsakligen på två sätt: indexering och "rowmax". De variabler som skapats genom indexering har tagits fram genom först en faktoranalys (varimax rotation) där faktorer med egenvärde >1 identifierats och redovisats. Variabler inom varje faktor med egenvärde >1 har sedan indexerats i ett additivt index där de index med alphavärde över 0,5 har 'accepterats' som index och använts i regressioner.

Sammanslagning av variabler genom rowmax funktionen bildar variabler där respondenten har svarat att de minst gjort något x antal gånger alt. minst är medlem i någon förening. Kulturvariabeln och föreningsmedlemskapsvariabeln är båda exempel på variabler skapade med rowmax.

-Koefficienter i regressionstabeller som är genomstrukna är ej signifikanta

-Siffran inom parentes är standardfel

-Signifikansnivåerna redovisade är * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$ och *** $p < 0,001$.

-Kollinearitet är kontrollerad för/ mellan samtliga oberoende variabler i respektive paket och är acceptabla i samtliga fall. Gränsvärden har hittats gällande den kontinuerliga åldersvariabeln och arbetsför ålder variabeln av självskrivna anledningar.

-När jämförande regressioner görs på begränsad urval (ensamstående, arbetslösa etc.) bör respektive svarsgrupps n-tal tas i beaktning då det i vissa fall ligger under det rekommenderade '10-20 gånger så många respondenter som variabler/ regressions modell.

-Referensen till fråga som till exempel f42a+b överst på följande sida hänvisar till frågeformuläret kodversionen av Väst SOMs frågeformulär 2014. Se Appendix 3.

PAKET 1 Variabelöversikt: Vardagslivets betydelse för lycka

Variabel (n=2 472)	Fråga	Medel	S.a.	Min	Max	Kommentar
Lärt sig/känt sig stolt (index)	f42a+b	2,86	,71	1	4	$\alpha=0,74$ 1=inte alls 4=I mycket stor utsträckning
Bestämma över sin egen tid	f42c	3,11	,78	1	4	-II-
Blivit väl behandlad av andra	f42d	3,31	,62	1	4	-II-
Kvinna	Sex	,52	,50	0	1	0= man 1=kvinna
Utbildning (4del)	UTB	2,66	1,08	1	4	1= låg utbildning 4= Hög utbildning
Ensamstående	f68	,27	0,42	0	1	1= ensamstående 0=sambo, gift eller änking/änka
Ålder	alder4a	2,71	1,02	1	4	1=16-29, 2=30-49 3=50-64; 4=65-85
Arbetsför ålder	Alder	,62	,48	0	1	1= 18-60 år 0= resten
Stadland	Stadland	2,78	1,04	1	4	1=Ren landsbygd, 2=mindre tätort, 3=stad eller större tätort, 4=Göteborg

Tabell 1.1 Bivariata och multivariata regressionsanalyser, Vardagsliv: Nöjdhet med livet hos boende i Västra Götaland, 2014 (ostandardiserade regressionskoefficienter)

BV: Nöjd med livet logf37	Modell 1	Modell 2	Modell 3	Modell 4	Modell 5
Lärt sig/känt sig stolt	0,110*** (0,006)			0,073*** (0,006)	0,081*** (0,006)
Bestämma över sin egen tid		0,068*** (0,005)		0,021** (0,006)	0,018** (0,006)
Blivit väl behandlad av andra			0,135*** (0,006)	0,096*** (0,007)	0,088*** (0,007)
Kvinna					0,017* (0,008)
Ensamstående					-0,083*** (0,009)
Utbildning					-0,004 (0,004)
Ålder					0,005
Arbetsför ålder					-0,02
Stad/land					-0,010** (0,038)
Konstant	0,86*** (0,017)	0,964*** (0,018)	0,729*** (0,022)	0,581*** (0,024)	0,639*** (0,36)
Justerat R ²	0,12	0,05	0,14	0,20	0,24
Antal svarande	2 472	2 472	2 472	2 472	2 472

Kommentar: Standardfel inom parentes, *p<0,05; **p<0,01 och ***p<0,001

(1) Ett stegs ökning i att ha 'lärt sig något/att känna sig stolt' ger 11% ökning i nöjdhet med livet (maxeffekt av att ha 'lärt sig något/att känna sig stolt' på nöjdheten med livet är 33 %.)

-ju högre utsträckning en har läst sig något/känt sig stolt den senaste veckan desto nöjdare är en med livet

(2) Ett stegs ökning i att 'få bestämma över sin egen tid' ger 6,8 % ökning i nöjdhet med livet. (maxeffekt av att 'få bestämma över sin egen tid' på nöjdheten med livet är 20,4 %.)

-Desto större grad en känner att en kan bestämma över sin egen tid desto nöjdare är en med livet

(3) Ett stegs ökning i att ha blivit 'väl behandlad av andra' ger 13,5 % ökning i nöjdhet med livet. (maxeffekt av att ha blivit väl behandlad av andra på nöjdhet med livet är 40,5 %)

-Ju bättre en har blivit behandlad av andra desto nöjdare är en med livet

När modell 1, 2 och 3 kombineras minskar effekterna av samtliga enskilda variabler något vilket vittnar om att variablerna till viss grad förklarar samma sak.

I modell 5 när alla variabler kombineras samt bakgrundsvariabler är tillagda ligger vikten av att bestämma över sitt eget liv stolthet, att bli väl behandlad kvar på liknande nivåer som i modell 4. Kvinnor är *något* nöjdare än män, äldre är *något* nöjdare än yngre, och de som bor på landsbygd och i mindre orter *något* nöjdare än de som bor i städer/Göteborg. Förklaringsgraden ökade med 4 % när bakgrundsvariablerna inkluderades. I tabellen nedan (3) visar modell 1 hur det ser ut när endast de som har arbete är studenter eller är pensionärer ingår medan modell 2 visar hur det ser ut för som inte har arbete (indelningen baseras på "utanförskapsvariabeln").

Tabell 1.2 Multivariat regressionsanalys, Vardagsliv: Nöjdhet med livet bland boende i Västra Götaland som befinner sig i utanförskap respektive innanförskap i arbetsmarknadshänseende, 2014 (ostandardiserade regressionskoefficienter)

BV: Nöjd med livet logf37	Modell 1 (Utanförskap =0)	Modell 2 (Utanförskap=1)	Modell 5 från tabell 1.1 (hela urvalet)
Lärt sig/känt sig stolt	0,068*** (0,006)	0,18*** (0,029)	0,081***(0,006)
Bestämma över sin egen tid	0,023** (0,006)	-0,041	0,018** (0,006)
Blivit väl behandlad av andra	0,086*** (0,007)	0,074* (0,031)	0,088***(0,007)
Kvinna	0,017* (0,008)	0,030	0,017* (0,008)
Ensamstående	-0,072*** (0,010)	-0,118** (0,043)	-0,083*** (0,009)
Utbildning	-0,006	0,014	-0,004
Ålder	0,014	0,010	0,005
Arbetsför ålder	0,009	-0,080	-0,020
Stad/land	-0,009*(0,004)	-0,006	-0,010**(0,038)
Konstant	0,67***	0,568***	0,639***(0,36)
Justerat R ²	,21	,30	0,24
Antal svarande	2 155	158	2 472

Kommentar: Utanförskap är en variabel som består av de som är arbetslösa, i arbetsmarknadsåtgärder och de som har sjuk-/aktivitetsersättning. Rubriken kan givetvis diskuteras och i texten i rapporten har vi valt att använda arbetslösa+ eller bara arbetslösa. Utanförskapet är alltså enbart relaterat till den faktiska till situationen på arbetsmarknaden. Övriga grupper i underlaget är studerande, förvärsarbetande och ålders- eller avtalspensionärer.

PAKET 2 Variabelöversikt: Långsiktiga levnadsförhållanden

Variabel (n =1 992)	Fråga	Medel	S.a.	Min	Max	Kommentar
Hälsa	f77	7,47	2,11	0	10	0= mycket dåligt 10= mycket gott
Tillit	f41	6,75	2,02	0	10	0= Det går inte att lita 10= Det går inte att lita på
Egenförmåga att påverka (index)	f76 b-e	2,76	0,99	1	5	1 = Mycket dåliga möjligheter att påverka politiska beslut 5= mycket goda möjligheter att påverka politiska beslut
Diskriminering (Rowmax)	f78a-e	0,11	0,31	0	1	1= Har upplevt sig diskriminerad 0= har inte upplevt sig diskriminerad
Ekonomiska resurser	f76	4,11	0,93	1	5	1= Hushållet klarar sig mycket dåligt på nuvarande inkomst 5= Hushållet klarar sig mycket bra på nuvarande inkomst
Utanförskap	f35	0,06	0,24	0	1	1= arbetslös, 0= ej arbetslös
Ensamstående		0,22	0,41	0	1	1= ensamstående 0=sambo, gift eller änking/änka
Kvinna	Sex	0,50	0,50	0	1	1=kvinna 0= man
Arbetsförålder	alder4a	0,64	0,48	0	1	1= 18-60 år 0= resten
Ålder	alder	2,71	1,00	1	4	1=16-29, 2=30-49 3=50-64; 4=65-85
Utbildning	Utb	2,73	1,08	1	4	1= låg utbildning 4= Hög utbildning
Stad/land	Stadland	2,81	1,04	1	4	1=Ren landsbygd, 2=mindre tätort, 3=stad eller större tätort, 4= Göteborg

Kommentar: Variablerna ekonomiska resurser, diskriminering och egenförmåga att påverka politiska beslut representerar vad som i senare kommer omtalas som mått på ekonomisk frihet, politisk frihet och personlig frihet. Utanförskap = Utanför arbetsmarknaden (arbetslösa, i arbetsmarknadsåtgärder och de som har sjuk-/aktivitetsersättning)

Tabell 2.1 Bivariata regressionsanalyser, Långsiktiga levnadsförhållanden: Nöjdhet med livet hos boende i Västra Götaland, 2014 (ostandardiserade regressionskoefficienter)

BV: Nöjd med livet (log)	Modell 1	Modell 2	Modell 3	Modell 4	Modell 5
Hälsa	0,048***(0,002)				
Tillit		0,027***(0,002)			
Egenförmåga att påverka			0,028***(0,005)		
Diskriminering				-0,114*** (0,015)	
Ekonomiska resurser					0,072*** (0,05)
Konstant	0,829***(0,016)	1,00***(0,015)	0,101***(0,014)	1,19***(0,17)	0,88*** (0,021)
Justerat R ²	0,21	0,06	0,02	0,03	0,10
Antal svarande	1 992	1 992	1 992	1 992	1 992

Tabell 2.2 Multivariata regressionsanalyser, Långsiktiga levnadsförhållanden: Nöjd med livet boende i Västra Götaland, 2014 (ostandardiserade regressionskoefficienter)

BV: Nöjd med livet (log)	Modell1	Modell2
Hälsa	0,038*** (0,002)	0,039*** (0,002)
Tillit	0,012*** (0,002)	0,011*** (0,002)
Egenförmåga att påverka	0,004	0,007
Diskriminering	-0,026	-0,021
Ekonomiska resurser	0,038*** (0,005)	0,039*** (0,005)
Utanförskap		0,009
Ensamstående		-0,046*** (0,010)
Kvinna		0,030*** (0,008)
Arbetsförålder		-0,034** (0,013)
Ålder		0,010
Utbildning		-0,008
Stad/land		-0,009* (0,004)
Konstant	0,652***	0,677***
Justerat R ²	0,26	0,29
Antal svarande	1 992	1 992

Anm: Utanförskap = Utanför arbetsmarknaden (arbetslösa, i arbetsmarknadsåtgärder och de som har sjuk-/aktivitetsersättning)

Modell 1

Ett stegs ökning i 'hälsa' ger 3,8 % ökning i nöjdhet med livet (maxeffekt från att ha sämst hälsa till bäst hälsa på nöjdheten med livet är 38 %.)

-Ju bättre hälsa desto nöjdare med livet

Ett stegs ökning i 'tillit' ger 1,2 % ökning i nöjdhet med livet (maxeffekt från att ha lägst tillit till högst tillit på nöjdheten med livet är 12 %)

-Ju högre tillit till andra människor desto nöjdare med livet

Sammanlagt förklarar ovanstående variabler 26 % av vad som gör oss nöjda med livet

Modell 2

När kontrollvariabler (kön, ålder, utbildning och en centrum/periferi indikator) introduceras kvarstår effekterna av hälsa, tillit och resurs på nöjdhet med livet och effekterna är i stort desamma. Kvinnor är *något* mer nöjda med livet än män, Människor i arbetsför ålder är *något* mer nöjda än yngre och lägre utbildning verkar göra människor lyckligare (*mycket liten*, men signifikant effekt).

Inkluderandet av kontrollvariablerna ökar förklaringsvärdet av vad som gör en nöjd med livet med 1 %. Att effekterna av de variabler som var signifikanta i modell 1 kvarstår indikerar att det *verkligen* är hälsa, tillit och inkomst som påverkar nöjdhet med livet och att ålder, utbildning, kön och centrum/periferi inte egentligen ligger bakom hur nöjd en är med livet.

Tabell 2.3 Multivariata regressionsanalyser, Långsiktiga levnadsförhållanden: Nöjdhet med livet boende i Västra Götaland, 2014 (ostandardiserade regressionskoefficienter)

BV: Nöjd med livet (log)	Modell 1 (Utanförskap =0)	Modell 2 (Utanförskap=1)	Modell 2 från tabell 2.1 (hela urvalet)
Hälsa	0,038*** (0,002)	0,049*** (0,010)	0,039*** (0,002)
Tillit	0,012*** (0,002)	0,000	0,011*** (0,002)
Egenförmåga att påverka	0,002	0,081** (0,023)	0,007
Diskriminering	-0,017	-0,032	-0,021
Ekonomiska resurser	0,035*** (0,005)	0,059** (0,021)	0,039*** (0,005)
Utanförskap	----	----	0,009
Ensamstående	-0,040*** (0,010)	-0,125* (0,049)	-0,046*** (0,010)
Kvinna	0,026** (0,008)	0,053	0,030*** (0,008)
Arbetsförålder	-0,035** (0,012)	-0,020	-0,034** (0,013)
Ålder	0,007	0,056	0,010
Utbildning	-0,009* (0,004)	0,003	-0,008
Stad/land	-0,007	-0,038	-0,009* (0,004)
Konstant	0,704*** (0,038)	0,369	0,677*** (0,038)
Justerat R ²	0,27	0,39	0,29
Antal svarande	1 870	122	1 992

Anm: Utanförskap = Utanför arbetsmarknaden (arbetslösa, i arbetsmarknadsåtgärder och de som har sjuk-/aktivitetsersättning)

Kommentar: Skillnader i vad som gör en nöjd med livet beroende på om en befinner sig i utanförskap och dem som ej befinner sig i utanförskap visar sig när då tillit, kön och utbildningsnivå helt tappar betydelse för nöjdhet med livet om en befinner sig i utanförskap. Betydelsen av inkomsten för hur nöjd en är med livet fördubblas nästan och betydelsen av att vara av god hälsa ökar också relativt. Att vara ensamstående har en tre gånger så stor effekt på dem som befinner sig i utanför arbetsmarknaden utan att studera eller vara pensionärer.

PAKET 3 Variabelöversikt: Levnadssätt – Vanor aktiviteter, engagemang

Variabel (n=2 174)	Fråga	Medel	S.a.	Min	Max	Kommentar
Kultur (rowmax)	f38q, s, t, u	,24	,43	0	1	1= minst någon gång i kvartalet 0=Mer sällan
Friluftsliv	f38b	,66	,47	0	1	1= minst någon gång i veckan 0=Mer sällan
Motion	f38a	,70	,46	0	1	1= minst någon gång i veckan 0=Mer sällan
Vänner	f38v	,61	,49	0	1	1=minst någon gång i veckan 0=Mer sällan
Föreningsmedlemskap (rowmax)	f33a, b, c, e, f, g	,59	,49	0	1	1= medlem någon av föreningarna 0= ej medlem
Ensamstående	f68	,22	,41	0	1	1= ensamstående 0= sambo/gift/änka/änkling.
Skänka pengar	f38aa	,35	,48	0	1	1= Skänkt pengar till välgörande ändamål minst någon gång i månaden 0= mer sällan
Aktiv religiös (rowmax)	f34 a-d	,31	,46	0	1	1= har varit på gudstjänst/möte de senaste 12 månaderna 0= Har inte det
Utanförskap	f51	0,06	,24	0	1	0=arb/stud/pensionär 1=arbetsmarknads-politiska åtgärder/arbetslös/sjukersättning
Månadsinkomst före skatt	f74	4,6	2,6	1	12	1= mindre än 10 000 kr i månaden 12= mer än 60 000 kr i månaden (varje skalsteg = +5 000 kr i månaden)
Utbildning	UTB	2,70	1,07	1	4	1= låg 4= hög
Ålder	Alder4a	2,70	1,01	1	4	1=16-29, 2=30-49 3=50-64; 4=65-85
Kvinna	sex	,51	0,50	0	1	1= kvinna 0= man
Stad/land	Stadland	2,79	1,04	1	4	1=Ren landsbygd, 2=mindre tätort, 3=stad eller större tätort, 4= Göteborg

Kommentar: Kultur 1 innebär att en besökt någon av teater, opera, musikal, balett eller gått på klassisk konsert eller museum minst någon gång i kvartalet under de senaste tolv månaderna. Se Appendix 3 med Kodbok för Väst SOM 2014 för alternativ på de olika frågorna i övrigt. De typer av föreningar som valts ut är de där det behövs ett aktivt val för att bli medlem.

Tabell 3.2 Multivariata regressionsanalyser, Levnadssätt – Vanor aktiviteter, engagemang: Nöjdhet med livet hos boende i Västra Götaland, 2014 (ostandardiserade regressionskoefficienter)

BV: Nöjd med livet logf37	Modell 1	Modell 2	Modell 3
Kultur	-0,012 (0,01)	0,012 (0,011)	-0,015 (0,011)
Friluftsliv	0,028** (0,010)	0,022* (0,010)	-0,015 (0,01)
Motion	0,029** (0,010)	0,033** (0,01)	0,032** (0,011)
Vänner (umgås med)	0,046*** (0,010)	0,057*** (0,009)	0,065*** (0,009)
Föreningsmedlemskap	-0,013 (0,010)	0,007 (0,009)	-0,0001 (0,010)
Aktiv religiös	0,044*** (0,010)	0,039*** (0,010)	0,035*** (0,010)
Skänka pengar	0,015 (0,010)	0,007 (0,010)	0,003 (0,010)
Alkohol	0,034*** (0,009)	0,023* (0,009)	0,015 (0,009)
Sjunga eller spela	-0,021 (0,015)	-0,013 (0,015)	-0,002 (0,015)
Ensamstående		-0,088*** (0,01)	-0,076*** (0,011)
Utanförskap		-0,069*** (0,019)	-0,054** (0,019)
Månadsinkomst			0,012*** (0,002)
Utbildning			-0,008 (0,005)
Ålder			0,0075 (0,005)
Kvinna			0,034*** (0,010)
Stad/land			-0,012** (0,005)
Konstant	1,067*** (0,012)	1,097*** (0,012)	1,065*** (0,026)
Justerat R ²	0,0466	0,08	0,099
Antal svarande	2156	2156	2156

Anm: Resultaten i denna analys ska i första hand ses som ett sätt att bedöma vilka av de olika vanorna, aktiviteterna och engagemangen som gör verklig skillnad när de analyseras samtidigt. Att en person som gör alla aktiviteter och deltar i allt enligt ovan skulle bli särskilt lycklig ställer vi oss dock frågande till. Det är väl snarare utmattad som blir resultatet av en sådan lust till aktivitet.

Modell 1

Effekten av att varit ute i naturen/friluftsliv regelbundet är 2,8 % på nöjdheten med livet

-Regelbundna motionärer är nöjdare med livet

Effekten av att motionera regelbundet är 2,9 % på nöjdheten med livet

-Regelbundna motionärer är nöjdare med livet

Effekten av att regelbundet träffa vänner är 4,6 % på nöjdheten med livet

-Ju högre tillit till andra människor desto nöjdare med livet

Människor som tillhör någon kyrka eller annan religiös organisation och under de senaste 12 månaderna har varit på gudstjänst/möte är nöjdare med livet än de som inte är tillhör någon kyrka eller annan religiös organisation och dem som tillhör någon kyrka eller annan religiös organisation men inte besökt något möte eller gudstjänst.

Sammanlagt förklarar ovanstående variabler 5 % av vad som gör oss nöjda med livet

Modell 2

När kontrollvariablerna introduceras **ökar** effekten av att regelbundet umgås med vänner något. Effekten av resterande variabler förblir nästan intill desamma. När kontrollvariablerna inkluderas förklarar variablerna 10 % av vad som gör oss nöjda med livet.

I tabellen nedan (3.3) visar modell 1 hur det ser ut när endast de som har arbete är studenter eller är pensionärer medan modell 2 visar hur det ser ut för dem som inte har det (indelningen baseras på utanförskapsvariabeln).

Effekten av att ta del av kultur och friluftsliv regelbundet är signifikant när de som befinner sig i utanförskap analyseras. Effekterna är **relativt starka** i jämförelse med andra faktorer som mäts. Betydelsen av månadsinkomsten är ca 5 gånger så hög bland dem som lever i utanförskap än bland dem som inte befinner sig i utanförskap. Den negativa effekten av att vara ensamstående på nöjdheten med livet är betydligt större bland dem som lever i ensamhet jämfört med dem som inte gör det.

Tabell 3.3 Multivariata regressionsanalyser, vanor: Nöjdhet med livet hos boende i Västra Götaland, 2014 (ostandardiserade regressionskoefficienter)

BV: Nöjd med livet (log)	Modell 1 (Utanförskap =0)	Modell 2 (Utanförskap=1)	Modell 3 från tabell 3.2 (hela urvalet)
Kultur	0,012 (0,011)	0,127* (0,063)	0,017 (0,01)
Friluftsliv	0,005 (0,01)	0,135* (0,052)	0,016 (0,01)
Motion	0,038*** (0,011)	-0,019 (0,054)	0,033*** (0,01)
Vänner	0,065*** (0,01)	0,058 (0,051)	0,066*** (0,01)
Föreningsmedlemskap	0 (0,01)	-0,021 (0,054)	0 (0,01)
Aktiv religiös	0,031** (0,01)	0,119* (0,056)	0,035*** (0,01)
Skänka pengar	0,009 (0,01)	-0,039 (0,055)	0,004 (0,01)
Ensamstående	-0,073*** (0,011)	-0,055 (0,05)	-0,076*** (0,01)
Utanförskap	----	----	-0,053** (0,02)
Månadsinkomst	0,011*** (0,002)	0,040** (0,012)	0,009*** (0,00)
Utbildning	-0,007 (0,005)	0,003 (0,029)	-0,008 (0)
Ålder	0,009 (0,005)	-0,025 (0,031)	0,008 (0)
Kvinna	0,028** (0,009)	0,037 (0,05)	0,032*** (0,01)
Stad/land	-0,012** (0,005)	-0,011 (0,022)	-0,012* (0,00)
Konstant	1,130*** (0,029)	1,025*** (0,148)	1,125*** (0,03)
Justerat R ²	0,08	0,20	0,10
Antal svarande	2 037	137	2 176

Anm: Utanförskap = Utanför arbetsmarknaden (arbetslösa, i arbetsmarknadsåtgärder och de som har sjuk-/aktivitetsersättning)

PAKET 4 Variabelöversikt: Huvudmodell – Levnadsförhållanden, levnadssätt, rambetingelser

Variabel (n=1 799)	Fråga	Medel	S.a.	Min	Max	Kommentar
Ensamstående	f68	,21	,41	0	1	1= ensamstående 0= ej ensamstående
Medelinkomst per person i hushållet	f69 och f75	2,63	1,38	0,2	12	¹ Variabeln är skapad efter en serie av omkodningar, se kommentar.
Utanförskap	f51	0,06	,24	0	1	1= arbetslös
Gjort ngt intressant	f42a och f42b	2,90	,68	1	4	4= i mycket stor utsträckning
Vänner	f38v	,61	,49	0	1	1= minst någon gång i veckan 0= Mer sällan
Tillit	f41	6,79	1,99	0	10	10= det går att lita på människor i allmänhet
Välbehandlad	f42d	3,34	,60	1	4	4= i mycket stor utsträckning
Hälsa	f77	7,47	2,11	0	10	10 = mycket gott hälsotillstånd
Diskriminering (rowmax)	f78a-e	,10	,30	0	1	1= upplevt sig diskriminerad
Ekonomiska resurser	f76	4,14	,92	1	5	5= klarar mig mycket bra på nuvarande inkomst
Egenförmåga att påverka	f16	0,77	,98	1	5	5= mycket goda möjligheter att påverka politiska beslut
Tro på någon Gud	f35	,45	,50	0	1	1= tror på någon gud

Kommentar: ¹Varje helt skalsteg innebär att hushållets sammanlagda inkomst har ökat med 100 000 på en 12 gradig skala. Hushållsinkomsten är sedan dividerad på antal personer i hushållet genom en omkodning av f69 a, ba, bb och c för att uppskatta hur många personer som delar på hushållets sammanlagda inkomst. Om en person har uppgett att de delar hushåll med 'flera vuxna' har jag antagit att de delar med 2 ytterligare vuxna.

Tabell 4.2 Bivariata och multivariata regressionsanalyser uppdelade i 7 områden (inspirerade av Layards seven casues of happiness, (delvis upprepning av tabell 4.1) Nöjdhet med livet hos boende i Västra Götaland, 2014 (ostandardiserade regressionskoefficienter)

BV: nöjd med livet logf37	Civilstånd	Ekonomi	Arbetsituation	Samhälle	Hälsa	Personlig frihet	Värderingar
Ensamstående	-0,098*** (0,012)						
Medelinkomst per person i hushållet		0,017*** (0,003)					
Utanförskap			-0,086*** (0,019)				
Gjort ngt intressant/ lärt något			0,104*** (0,007)				
Tillit				0,016*** (0,002)			
Välbehandlad				0,108*** (0,008)			
Hälsa					0,047*** (0,002)		
Diskriminering						-0,065*** (0,016)	
Ekonomiska resurser						0,065*** (0,005)	
Egenförmåga att påverka						0,017*** (0,005)	
Tro på någon Gud							0,01
Konstant	1,20***	1,14***	0,88***	0,71***	0,83***	0,86***	1,17***
Justerat R ²	0,03	0,01	0,12	0,14	0,22	0,11	--
Antal svarande	1 799	1 799	1 799	1 799	1 799	1 799	1 799

Kommentar: Tabellen tydliggör att de olika indikatorerna för att mäta olika aspekter av de olika områdena också mäter olika saker. Samtliga faktorer/indikatorer där ett område mäts med fler än en indikator är signifikant betydelsefulla för invånarnas nöjdhet med livet.

Tabell 4.3 Fullständig huvudmodell med och utan kontrollvariabler

BV: Nöjd med livet logf37	Modell 1	Modell 2	Modell 3.1	Modell 3.2 (vanor/aktiv)	Modell 4 (pendling)	Modell 5 (nöjd med arbetet)
BV: Nöjd med livet	Modell 1	Modell 2	Modell 3.1	Modell 3.2	Modell 4	Modell 5
Ensamstående	-0,067*** (0,011)	-0,06*** (0,011)	-0,051*** (0,011)	-0,058*** (0,011)	-0,091*** (0,014)	-0,084*** (0,013)
Medelinkomst per person i hushållet	0,000 (0,002)	0,002 (0,002)	0,001 (0,002)	0,002 (0,002)	0,002 (0,004)	0,001 (0,004)
Utanförskap	0,004 (0,018)	0,008 (0,018)	0,006 (0,018)	0,007 (0,018)	0,092* (0,04)	0,068* (0,029)
Gjort ngt intressant/lärt något	0,048*** (0,007)	0,058*** (0,008)	0,061*** (0,007)	0,058*** (0,007)	0,047*** (0,009)	0,046*** (0,008)
Tillit	0,003 (0,002)	0,003 (0,002)	0,003 (0,002)	0,003 (0,002)	-0,000 (0,002)	0,001 (0,002)
Välbehandlad	0,062*** (0,008)	0,056*** (0,008)	0,061*** (0,008)	0,059*** (0,0076)	0,046*** (0,010)	0,041*** (0,009)
Hälsa	0,029*** (0,002)	0,03*** (0,002)	0,031*** (0,002)	0,030*** (0,002)	0,034*** (0,003)	0,030*** (0,003)
Diskriminering	-0,024 (0,014)	-0,022 (0,014)	-0,017 (0,014)	-0,018 (0,014)	-0,027 (0,017)	-0,029 (0,016)
Ekonomiska resurser	0,032*** (0,005)	0,035*** (0,005)	0,035*** (0,005)	0,035*** (0,005)	0,030*** (0,007)	0,033*** (0,006)
Egen förmåga att påverka	-0,001 (0,004)	0,002 (0,004)	0,002 (0,004)	0,002 (0,004)	0,004 (0,005)	0,006 (0,005)
Tro på någon Gud	0,019* (0,008)	0,008 (0,008)	0,007 (0,009)	0,008 (0,009)	0,009 (0,010)	0,007 (0,010)
Umgås med vänner	0,03*** (0,009)	0,033*** (0,009)		0,034*** (0,009)	0,044*** (0,010)	0,045*** (0,010)
Utbildning		-0,016*** (0,004)	-0,017*** (0,004)	-0,017*** (0,004)	-0,013* (0,005)	-0,015** (0,005)
Ålder		0,008 (0,006)	0,016*** (0,005)	0,017*** (0,005)	0,012 (0,008)	0,017* (0,007)
Kvinna		0,020* (0,008)	0,019* (0,008)	0,018* (0,008)	0,010 (0,01)	0,010 (0,010)
Stad/land		-0,009* (0,004)	-0,009* (0,004)	-0,010* (0,004)	-0,008 (0,005)	-0,008 (0,005)
Friluft			0,004 (0,009)	0,002 (0,009)		
Aktiv kultur			0,009 (0,010)	0,007 (0,010)		
Skänka pengar			0,002 (0,009)	0,000 (0,010)		
Pendling i minuter					-0,005 (0,002)	
Motion			-0,005 (0,010)	-0,007 (0,009)		
Druckit vin/sprit/starköl			0,006 (0,009)	0,005 (0,009)		
Nöjd med arbetet					0,027*** (0,008)	0,031*** (0,007)
Konstant	0,452*** (0,032)	0,46*** (0,042)	0,423*** (0,038)	0,42*** (0,038)	0,43*** (0,048)	0,42*** (0,045)
Justerat R ²	0,33	0,35	0,35	0,35	0,38	0,37
Antal svarande	1 788	1 788	1759	1759	1065	1 170

Kommentar: Då modell 4 och 5 innehåller frågor rörande pendling till arbete/studier och huruvida en är nöjd med sitt arbete avser regressionerna endast dem som faktiskt har ett arbete och pendlar till det, därav ett lägre antal svarande. Modell 2 är den som i följande regressionstabeller anges som jämförande tabell.

Tabell 4.4 Huvudmodell: Multivariata regressioner gruppen arbetslös och gruppen ej arbetslösa

BV: Nöjd med Livet logf37	Modell 1 (Ej arbetslösa)	Modell 2 (Arbetslösa)	Modell 2 (4.3)
Ensamstående	-0,051*** (0,011)	-0,133** (0,048)	- 0,06*** (0,011)
Medelinkomst per person i hushållet	0,003 (0,003)	0,013 (0,017)	0,002 (0,003)
Utanförskap	---	---	0,008 (0,018)
Gjort ngt intressant/lärt något	0,049*** (0,007)	0,15*** (0,03)	0,058*** (0,008)
Tillit	0,005* (0,002)	-0,012 (0,010)	0,003 (0,002)
Välbehandlad	0,063*** (0,008)	0,025 (0,034)	0,056*** (0,008)
Hälsa	0,030*** (0,002)	0,044*** (0,010)	0,03*** (0,002)
Diskriminering	-0,021 (0,014)	-0,015 (0,06)	-0,022 (0,014)
Ekonomiska resurser	0,031*** (0,005)	0,047* (0,020)	0,035*** (0,005)
Egenförmåga att påverka	-0,002 (0,004)	0,057* (0,023)	0,002 (0,004)
Tro på någon Gud	0,011 (0,008)	-0,036 (0,045)	0,008 (0,008)
Umgås med vänner	0,036*** (0,009)	-0,034 (0,047)	0,033*** (0,009)
Utbildning	-0,017*** (0,004)	-0,014 (0,026)	-0,016*** (0,004)
Ålder	0,015*** (0,005)	0,072* (0,032)	0,008 (0,006)
Kvinna	0,014 (0,008)	0,065 (0,047)	0,020* (0,008)
Stad/land	-0,008 (0,004)	-0,018 (0,021)	-0,009* (0,004)
Konstant	0,449*** (0,037)	0,027 (0,210)	0,46*** (0,042)
Justerat R ²	0,34	0,49	0,35
Antal svarande	1685	103	1 788

Anm: enbart arbetslösa ingår i gruppen arbetslösa. Ej de som deltar i åtgärder.

Tabell 4.5 Huvudmodell: Multivariata regressioner gruppen uppdelade efter Stad/land

BV: Nöjd med livet logf37	Modell 1 Ren landsbygd	Modell 2 Mindre tätort	Modell 3 Stad eller större tätort	Modell 4 Göteborg	Modell 2 från tabell 4.3 (hela urvalet)
Ensamstående	-0,082**(0,032)	-0,10***(0,025)	-0,041*(0,019)	-0,052**(0,019)	-0,06***(0,011)
Medelinkomst per person i hushållet	0,010(0,011)	0,005(0,007)	-0,007(0,006)	0,005(0,005)	0,002(0,003)
Utanförskap	0,092*(0,045)	-0,036(0,039)	0,005(0,032)	-0,011(0,034)	0,008(0,018)
Gjort ngt intressant/lärt något	0,054**(0,019)	0,056***(0,014)	0,052***(0,011)	0,064***(0,014)	0,058***(0,008)
Tillit	0,001(0,006)	0,001(0,005)	0,003(0,004)	0,005(0,004)	0,003(0,002)
Välbehandlad	0,047*(0,019)	0,072***(0,017)	0,055***(0,013)	0,055***(0,014)	0,056***(0,008)
Hälsa	0,026***(0,005)	0,032***(0,005)	0,023***(0,004)	0,036***(0,004)	0,03***(0,002)
Diskriminering	0,011(0,036)	-0,013(0,030)	-0,049(0,025)	-0,018(0,025)	-0,022(0,014)
Ekonomiska resurser	0,064***(0,014)	0,019(0,011)	0,044***(0,009)	0,024*(0,009)	0,035***(0,005)
Egenförmåga att påverka	0,005(0,011)	-0,006(0,010)	-0,006(0,007)	0,014(0,008)	0,002(0,004)
Tro på någon Gud	0,011(0,022)	-0,036(0,019)	0,018(0,014)	0,022(0,015)	0,008(0,008)
Umgås med vänner	0,043*(0,022)	0,014(0,019)	0,041** (0,014)	0,029(0,017)	0,033***(0,009)
Utbildning	-0,024* (0,011)	-0,007(0,009)	-0,021** (0,007)	-0,016(0,009)	-0,016***(0,004)
Ålder	0,012(0,012)	0,025*(0,011)	0,018*(0,008)	0,015(0,008)	0,008(0,006)
Kvinna	0,046*(0,022)	0,28(0,019)	0,008(0,014)	0,012(0,015)	0,020*(0,008)
Stad/land	---	---	---	---	-0,009*(0,004)
Konstant	0,365***(0,092)	0,438***(0,077)	0,497***(0,065)	0,326***(0,062)	0,46***(0,042)
Justerat R ²	0,34	0,37	0,29	0,40	0,35
Antal svarande	268	354	600	566	1 788

Tabell 4.6 Huvudmodell: Multivariata regressioner gruppen uppdelade efter kön

BV: Nöjd med livet logf37	Modell 1: Kvinnor	Modell 2: Män	Modell 2 från tabell 4.3 (hela urvalet)
Ensamstående	-0,027 (0,014)	-0,094*** (0,016)	-0,06*** (0,011)
Medelinkomst per person i hushållet	-0,004 (0,005)	0,010* (0,005)	0,002 (0,003)
Utanförskap	0,040 (0,023)	-0,025 (0,028)	0,008 (0,018)
Gjort ngt intressant/lärt något	0,049*** (0,009)	0,063*** (0,010)	0,058*** (0,008)
Tillit	0,004 (0,003)	0,003 (0,003)	0,003 (0,002)
Välbehandlad	0,071*** (0,011)	0,047*** (0,011)	0,056*** (0,008)
Hälsa	0,03*** (0,003)	0,030*** (0,003)	0,03*** (0,002)
Diskriminering	-0,040* (0,017)	0,002 (0,024)	-0,022 (0,014)
Ekonomiska resurser	0,034*** (0,007)	0,035*** (0,008)	0,035*** (0,005)
Egenförmåga att påverka	0,000 (0,006)	0,003 (0,006)	0,002 (0,004)
Tro på någon Gud	-0,010 (0,11)	0,025* (0,012)	0,008 (0,008)
Umgås med vänner	0,035** (0,012)	0,035** (0,012)	0,033*** (0,009)
Utbildning	-0,015* (0,006)	-0,021*** (0,006)	-0,016*** (0,004)
Ålder	0,021*** (0,006)	0,013 (0,006)	0,008 (0,006)
Kvinna	---	---	0,020* (0,008)
Stad/land	-0,014* (0,005)	-0,005 (0,006)	-0,009* (0,004)
Konstant	0,448*** (0,050)	0,432*** (0,053)	0,46*** (0,042)
Justerat R ²	0,37	0,35	0,35
Antal svarande	878	910	1 788

Anm: Utanförskap = Utanför arbetsmarknaden (arbetslösa, i arbetsmarknadsåtgärder och de som har sjuk-/aktivitetsersättning)

Tabell 4.7 Huvudmodell: Multivariata regressioner ensamstående och ej ensamstående

BV: Nöjd med livet logf37	Modell 1: Ensamstående	Modell 2: Ej ensamstående	Modell 2 från tabell 4.3 (hela urvalet)
Ensamstående	---	---	- 0,06*** (0,011)
Medelinkomst per person i hushållet	0,007 (0,007)	0,0001 (0,004)	0,002 (0,003)
Utanförskap	-0,027 (0,034)	0,043* (0,022)	0,008 (0,018)
Gjort ngt intressant/lärt något	0,110*** (0,019)	0,045*** (0,007)	0,058*** (0,008)
Tillit	0,006 (0,006)	0,002 (0,002)	0,003 (0,002)
Välbehandlad	0,055** (0,021)	0,058*** (0,008)	0,056*** (0,008)
Hälsa	0,040*** (0,005)	0,027*** (0,002)	0,03*** (0,002)
Diskriminering	-0,036 (0,033)	0,021 (0,015)	-0,022 (0,014)
Ekonomiska resurser	0,039*** (0,012)	0,034*** (0,006)	0,035*** (0,005)
Egenförmåga att påverka	0,005 (0,012)	0,002 (0,004)	0,002 (0,004)
Tro på någon Gud	0,020 (0,022)	0,008 (0,009)	0,008 (0,008)
Umgås med vänner	0,033 (0,027)	0,034*** (0,009)	0,033*** (0,009)
Utbildning	-0,039** (0,013)	-0,014** (0,004)	-0,016*** (0,004)
Ålder	0,041*** (0,011)	0,011* (0,005)	0,008 (0,006)
Kvinna	0,059** (0,023)	0,005 (0,009)	0,020* (0,008)
Stad/land	-0,000 (0,11)	-0,012** (0,004)	-0,009* (0,004)
Konstant	0,057 (0,091)	0,523*** (0,038)	0,46*** (0,042)
Justerat R ²	0,43	0,31	0,35
Antal svarande	373	1415	1 788

Anm: Utanförskap = Utanför arbetsmarknaden (arbetslösa, i arbetsmarknadsåtgärder och de som har sjuk-/aktivitetsersättning)

Tabell 4.8 Huvudmodell: Multivariata regressioner uppdelat efter yrkesgrupp

BV: Nöjd med livet logf37	Modell 1 Tjänstemän	Modell 2 Tjänstemän Arbetsledare	Modell 3 Arbetare	Modell 4 Företagare	Modell 2 från tabell 4.3 (hela urvalet)
Ensamstående	-0,046** (0,017)	-0,115 (0,075)	-0,094*** (0,018)	-0,012 (0,042)	-0,06*** (0,011)
Medelinkomst per person i hushållet	-0,002 (0,005)	-0,006 (0,012)	0,011 (0,007)	-0,004 (0,010)	0,002 (0,003)
Utanförskap	-0,006 (0,036)	0,18 (0,11)	0,020 (0,026)	-0,0001 (0,075)	0,008 (0,018)
Gjort ngt intressant/lärt något	0,058*** (0,010)	0,043 (0,034)	0,058*** (0,012)	0,064** (0,022)	0,058*** (0,008)
Tillit	0,008* (0,004)	0,018 (0,013)	-0,005 (0,004)	0,003 (0,008)	0,003 (0,002)
Välbehandlad	0,044*** (0,012)	0,098* (0,04)	0,056*** (0,014)	0,049* (0,023)	0,056*** (0,008)
Hälsa	0,033*** (0,003)	0,030* (0,012)	0,028*** (0,004)	0,024** (0,007)	0,03*** (0,002)
Diskriminering	-0,043* (0,022)	-0,114 (0,104)	-0,015 (0,024)	-0,023 (0,044)	-0,022 (0,014)
Ekonomiska resurser	0,035*** (0,008)	0,054 (0,029)	0,026** (0,009)	0,061*** (0,017)	0,035*** (0,005)
Egenförmåga att påverka	0,006 (0,007)	0,003 (0,021)	-0,001 (0,008)	0,014 (0,013)	0,002 (0,004)
Tro på någon Gud	0,001 (0,012)	0,004 (0,037)	0,021 (0,016)	-0,002 (0,028)	0,008 (0,008)
Umgås med vänner	0,040*** (0,012)	0,035 (0,037)	0,040* (0,016)	0,047 (0,028)	0,033*** (0,009)
Utbildning	-0,010 (0,007)	-0,054* (0,021)	-0,014 (0,009)	-0,025 (0,014)	-0,016*** (0,004)
Ålder	0,027*** (0,007)	-0,018 (0,024)	0,018* (0,009)	0,023 (0,017)	0,008 (0,006)
Kvinna	0,002 (0,012)	0,034 (0,045)	0,042** (0,016)	0,028 (0,032)	0,020* (0,008)
Stad/land	-0,010 (0,006)	0,003 (0,020)	-0,006 (0,007)	-0,003 (0,013)	-0,009* (0,004)
Konstant	0,370*** (0,059)	0,306 (0,206)	0,492*** (0,067)	0,358** (0,127)	0,46*** (0,042)
Justerat R ²	0,36	0,34	0,33	0,39	0,35
Antal svarande	798	96	599	135	1 788

Anm: Utanförskap = Utanför arbetsmarknaden (arbetslösa, i arbetsmarknadsåtgärder och de som har sjuk-/aktivitetsersättning). För få individer i gruppen jordbrukare varför ingen analys var möjlig för denna grupp

Tabell 4.9 Huvudmodell: Multivariata regressioner uppdelat efter utbildningsnivå

Nöjd med livet	Modell 1 Låg utbildning	Modell 2 Medellåg utbildning	Modell 3 Medelhög utbildning	Modell 4 Hög utbildning	Modell 2 från tabell 4.3 (hela urvalet)
Ensamstående	-0,065*(0,033)	-0,070*** (0,020)	-0,050*(0,021)	-0,061**(0,019)	- 0,06***(0,011)
Medelinkomst per person i hushållet	0,001 (0,010)	-0,003 (0,008)	0,013 (0,007)	-0,000 (0,005)	0,002 (0,003)
Utanförskap	-0,031 (0,046)	-0,009 (0,031)	0,015 (0,032)	0,072 (0,052)	0,008 (0,018)
Gjort ngt intressant/lärt något	0,026 (0,016)	0,079*** (0,013)	0,043** (0,015)	0,060*** (0,012)	0,058*** (0,008)
Tillit	0,004 (0,006)	-0,002 (0,004)	-0,003 (0,005)	0,005 (0,004)	0,003 (0,002)
Välbehandlad	0,064*** (0,018)	0,057*** (0,015)	0,066*** (0,018)	0,047*** (0,013)	0,056*** (0,008)
Hälsa	0,029*** (0,006)	0,026** (0,004)	0,032*** (0,005)	0,033*** (0,004)	0,03*** (0,002)
Diskriminering	-0,012 (0,038)	-0,010 (0,026)	-0,036 (0,028)	-0,028 (0,025)	-0,022 (0,014)
Ekonomiska resurser	0,030* (0,015)	0,050*** (0,009)	0,004 (0,011)	0,037*** (0,010)	0,035*** (0,005)
Egenförmåga att påverka	-0,003 (0,012)	0,007 (0,008)	0,003 (0,009)	-0,005 (0,007)	0,002 (0,004)
Tro på någon Gud	0,015 (0,024)	0,010 (0,016)	-0,008 (0,017)	0,010 (0,013)	0,008 (0,008)
Umgås med vänner	0,061** (0,023)	0,025 (0,017)	0,007 (0,018)	0,049*** (0,014)	0,033*** (0,009)
Utbildning	---	---	---	---	-0,016*** (0,004)
Ålder	-0,003 (0,017)	0,014 (0,008)	0,015 (0,009)	0,026** (0,008)	0,008 (0,006)
Kvinna	0,006 (0,025)	0,033* (0,016)	0,005 (0,017)	0,015 (0,014)	0,020* (0,008)
Stad/land	0,004 (0,011)	-0,010 (0,007)	-0,013 (0,008)	-0,009 (0,007)	-0,009* (0,004)
Konstant	0,530*** (0,103)	0,319*** (0,067)	0,514*** (0,083)	0,330*** (0,066)	0,46*** (0,042)
Justerat R ²	0,35	0,35	0,28	0,35	0,35
Antal svarande	242	534	406	606	1 788

Anm: Utanförskap = Utanför arbetsmarknaden (arbetslösa, i arbetsmarknadsåtgärder och de som har sjuk-/aktivitetsersättning)

Tabell 4.10 Huvudmodell: Multivariata regressioner uppdelat på ålder

BV: Nöjd med livet logf37	16-29 år	30-49 år	50-64 år	65-85 år	Modell 2 från tabell 4.3 (hela urvalet)
Ensamstående	-0,097*** (0,026)	-0,057** (0,020)	-0,093*** (0,022)	0,019 (0,022)	-0,052*** (0,011)
Medelinkomst per person i hushållet	0,019 (0,012)	-0,002 (0,006)	0,005 (0,006)	0,002 (0,007)	0,001 (0,003)
Utanförskap	-0,016 (0,047)	-0,026 (0,028)	0,055 (0,030)	0,152 (0,115)	0,006 (0,018)
Gjort ngt intressant/lärt något	0,077*** (0,022)	0,057*** (0,011)	0,068*** (0,014)	0,050*** (0,012)	0,062*** (0,007)
Tillit	0,004 (0,007)	-0,007 (0,004)	0,011* (0,004)	0,010* (0,004)	0,004 (0,002)
Välbehandlad	0,066** (0,024)	0,068*** (0,014)	0,025 (0,015)	0,070*** (0,013)	0,058*** (0,008)
Hälsa	0,059*** (0,007)	0,028*** (0,004)	0,025*** (0,004)	0,029*** (0,004)	0,030*** (0,002)
Diskriminering	-0,020 (0,034)	-0,039 (0,023)	-0,022 (0,029)	0,012 (0,031)	-0,021 (0,014)
Ekonomiska resurser	0,024 (0,014)	0,039*** (0,009)	0,040*** (0,011)	0,029** (0,009)	0,034*** (0,005)
Egenförmåga att påverka	0,005 (0,013)	0,016* (0,007)	-0,004 (0,008)	-0,010 (0,008)	0,001 (0,004)
Tro på någon Gud	0,022 (0,027)	0,016 (0,014)	-0,001 (0,016)	0,013 (0,016)	0,009 (0,008)
Utbildning	-0,058*** (0,017)	-0,020* (0,008)	-0,012 (0,008)	-0,009 (0,007)	-0,016*** (0,004)
Ålder	---	---	---	---	0,018*** (0,005)
Kvinna	0,061* (0,026)	0,014 (0,014)	0,004 (0,016)	0,024 (0,016)	0,020* (0,008)
Stad/land	0,002 (0,013)	-0,004 (0,007)	-0,014 (0,007)	-0,008 (0,008)	-0,007 (0,004)
Konstant	0,24* (0,101)	0,49*** (0,059)	0,54*** (0,063)	0,47*** (0,061)	0,46*** (0,04)
Justerat R ²	0,48	0,33	0,33	0,34	0,34
Antal svarande	228	286	524	461	1 799

Tabell 4.11 Huvudmodell: Multivariata regressioner – Resursområden i huvudmodellen

BV: Nöjd med livet logf37	Modell 2 (från ursprungstabell)	Modell 2.1	Modell 2.2
Ensamstående	- 0,06*** (0,011)	-0,060** (0,018)	-0,059** (0,018)
Medelinkomst per person i hushållet	0,002 (0,003)	0,007 (0,005)	0,006 (0,006)
Utanförskap	0,008 (0,018)	-0,017 (0,034)	-0,016 (0,034)
Gjort ngt intressant/lärt något	0,058*** (0,008)	0,059*** (0,013)	0,059*** (0,013)
Tillit	0,003 (0,002)	0,006 (0,004)	0,006 (0,004)
Välbehandlad	0,056*** (0,008)	0,058*** (0,014)	0,058*** (0,014)
Hälsa	0,03*** (0,002)	0,035*** (0,004)	0,035*** (0,004)
Diskriminering	-0,022 (0,014)	-0,007 (0,024)	-0,007 (0,024)
Ekonomiska resurser	0,035*** (0,005)	0,025** (0,009)	0,025** (0,009)
Egen förmåga att påverka	0,002 (0,004)	0,014 (0,008)	0,014 (0,008)
Tro på någon Gud	0,008 (0,008)	0,019 (0,015)	0,020 (0,015)
Umgås med vänner	0,033*** (0,009)	0,038* (0,017)	0,038* (0,017)
Utbildning	-0,016*** (0,004)	-0,017* (0,008)	-0,017* (0,008)
Ålder	0,008 (0,006)	0,015 (0,008)	0,015 (0,008)
Kvinna	0,020* (0,008)	0,015 (0,015)	0,014 (0,015)
Stad/land	-0,009* (0,004)	0,005 (0,019)	0,005 (0,019)
Resursområde			0,004 (0,007)
Konstant	0,46*** (0,042)	0,303** (0,099)	0,319** (0,103)
Justerat R ²	0,35	0,40	0,39
Antal svarande	1 788	581	581

Kommentar: Resursområde har ingen egen effekt på hur nöjda invånarna är med livet när huvudmodell och kontrolvariabler ingår i analysen

Tabell 4.12 Huvudmodell: Multivariata regressioner – Resursområden

BV: Nöjd med livet logf37	Modell 1 Resursstarka	Modell 2 Medelresursstarka	Modell 3 Medelresurssvaga	Modell 4 Resurssvaga	Modell 2.2 (hela Göteborg)	Modell 2 från tabell 4.3 (hela urvalet)
Ensamstående	-0,004 (0,033)	-0,040 (0,038)	-0,062 (0,033)	-0,173* (0,066)	-0,059** (0,018)	- 0,06*** (0,011)
Medelinkomst per person i hushållet	0,014 (0,008)	0,003 (0,011)	-0,004 (0,012)	0,018 (0,027)	0,006 (0,006)	0,002 (0,003)
Utanförskap	-0,024 (0,056)	0,000 (-)	-0,219* (0,092)	0,074 (0,073)	-0,016 (0,034)	0,008 (0,018)
Gjort ngt intressant/lärt något	0,029 (0,022)	0,058* (0,026)	0,096*** (0,026)	0,103* (0,049)	0,059*** (0,013)	0,058*** (0,008)
Tillit	0,012 (0,007)	-0,021* (0,009)	0,014 (0,009)	0,004 (0,013)	0,006 (0,004)	0,003 (0,002)
Välbehandlad	0,072** (0,023)	0,035 (0,029)	0,024 (0,030)	0,074 (0,044)	0,058*** (0,014)	0,056*** (0,008)
Hälsa	0,038*** (0,007)	0,038*** (0,008)	0,033*** (0,008)	0,031* (0,014)	0,035*** (0,004)	0,03*** (0,002)
Diskriminering	-0,055 (0,045)	-0,019 (0,049)	-0,009 (0,044)	0,058 (0,081)	-0,007 (0,024)	-0,022 (0,014)
Ekonomiska resurser	0,015 (0,016)	0,022 (0,019)	0,015 (0,018)	0,050 (0,031)	0,025** (0,009)	0,035*** (0,005)
Egenförmåga att påverka	0,003 (0,013)	0,022 (0,014)	0,001 (0,017)	0,036 (0,027)	0,014 (0,008)	0,002 (0,004)
Tro på någon Gud	0,010 (0,024)	-0,004 (0,031)	0,052 (0,032)	0,043 (0,057)	0,020 (0,015)	0,008 (0,008)
Umgås med vänner	0,027 (0,026)	0,047 (0,033)	0,066 (0,036)	0,026 (0,059)	0,038* (0,017)	0,033*** (0,009)
Utbildning	-0,046** (0,014)	-0,008 (0,015)	-0,004 (0,018)	-0,003 (0,029)	-0,017* (0,008)	-0,016*** (0,004)
Ålder	0,012 (0,014)	0,002 (0,015)	0,031 (0,016)	0,028 (0,031)	0,015 (0,008)	0,008 (0,006)
Kvinna	0,014 (0,024)	0,007 (0,029)	-0,007 (0,030)	0,048 (0,053)	0,014 (0,015)	0,020* (0,008)
Stad/land	-0,050 (0,037)	0,006 (0,026)	0,048 (0,091)	0,013 (0,061)	0,005 (0,019)	-0,009* (0,004)
Resursområde	-	-	-	-	0,004 (0,007)	-
Konstant	0,656*** (0,187)	0,550*** (0,159)	0,112 (0,381)	-0,145 (0,308)	0,319** (0,103)	0,46*** (0,042)
Justerat R ²	0,38	0,32	0,43	0,41	0,39	0,35
Antal svarande	197	147	154	83	581	1 788

Kommentar: Notera att det begränsade ansvaret svarande gör att resultaten i vissa delar inte är signifikanta

PAKET 5 Variabelöversikt: Pendling – pendlingsavstånd och färdmedel

Variabel	Fråga	Medel	S.a.	Min	Max	N	Kommentar
Pendling (kilometer)	f28	3,35	1,53	1	7	1 502	Se skalsteg i tabell 5.1
Pendling (minuter)	f60c	2,82	1,72	1	7	1 618	Se skalsteg i tabell 5.1
Att pendla eller inte	f60b	0,75	0,44	0	1	2 773	1= ja
Hur fungerar det att ta sig fram...							
..till fots	f29a	4,18	0,96	1	5	2 470	1= fungerar mycket dåligt 5= Fungerar mycket bra
... på cykel	f29b	3,93	1,08	1	5	2 222	-II-
..med kollektivtrafik	f29c	3,39	1,24	1	5	2 155	-II-
..med bil	f29d	4,02	0,98	1	5	2 454	-II-
Huvudsakligt färdmedel							
Bil	f28	0,59	0,49	0	1	1 723	1=Bil, förare eller passagerare
Kollektivtrafik	f28	0,21	0,41	0	1	1 723	1=Buss/spårva gn/tåg/pendeltåg
Till fots/cykel	f28	0,19	0,39	0	1	1 723	1= till fots/cykel/ elcykel
Övriga färdmedel	f28	0,02	0,13	0	1	1 723	1=MC/moped/båt/färja/annat

Tabell 5.1 Korstabell pendlingsavstånd i kilometer och tid, samtliga pendlare

	Kilometer							Total	
	0-2km	3-5km	6-10km	11-30km	31-60km	61-100km	100+km		
Minuter	0-10min	146	123	57	7	0	1	2	336
	11-20min	44	94	115	184	3	0	2	442
	21-30min	8	30	55	132	51	0	2	278
	31-40min	1	8	20	40	61	5	1	136
	41-50min	2	5	15	31	40	14	1	108
	51-60min	1	1	4	13	25	27	1	72
	61-600min	0	0	1	8	14	31	26	80
	Total	202	261	267	415	194	78	35	1 452

Tabell 5.2 Korstabell pendlingsavstånd i kilometer och tid, bland dem som åker kollektivt (buss, spårvagn eller tåg/pendeltåg)

	Kilometer							Total	
	0-2km	3-5km	6-10km	11-30km	31-60km	61-100km	100+km		
Minuter	0-10min	9	3	0	1	0	0	0	13
	11-20min	2	22	11	7	0	0	0	42
	21-30min	3	11	27	12	5	0	1	59
	31-40min	0	1	16	14	4	2	0	37
	41-50min	2	0	9	15	9	0	0	35
	51-60min	0	0	2	8	11	5	1	27
	61-600min	0	0	1	2	9	17	7	36
	Total	16	37	66	59	38	24	9	249

Tabell 5.3 Korstabell pendlingsavstånd i kilometer och tid, bland dem som åker/kör bil

		Kilometer						Total	
		0-2km	3-5km	6-10km	11-30km	31-60km	61-100km		100+km
Minuter	0-10min	42	93	53	6	0	1	2	197
	11-20min	6	14	81	161	2	0	2	266
	21-30min	0	1	8	111	43	0	1	164
	31-40min	0	2	1	20	54	3	0	80
	41-50min	0	1	1	7	30	12	1	52
	51-60min	0	0	0	3	11	19	0	33
	61-600min	0	0	0	1	1	11	14	27
	Total	48	111	144	309	141	46	20	819

Tabell 5.4 Korstabell pendlingsavstånd i kilometer och tid, bland dem som går/cyklar

		Kilometer						Total	
		0-2km	3-5km	6-10km	11-30km	31-60km	61-100km		100+km
Minuter	0-10min	76	16	0	0	0	0	0	92
	11-20min	30	39	14	0	0	0	0	83
	21-30min	4	13	10	2	0	0	0	29
	31-40min	0	3	1	3	0	0	0	7
	41-50min	0	2	2	2	0	0	0	6
	51-60min	0	0	2	0	1	1	0	4
	61-600min	0	0	0	0	0	0	1	1
	Total	110	73	29	7	1	1	1	222

Tabell 5.5 Snitt tid pendling, samtliga och i olika grupper av pendlare efter färdmedel

	0-2km	3-5km	6-10km	11-30km	31-60km	61-100km	100+km
Samtliga	9 min	13 min	19 min	25 min	41 min	65 min	73 min
Kollektivpendlare	16	18	31	38	55	78	79
Bilpendlare	7	8	13	22	36	59	69
Gå/cykla pendlare	9	17	24	36	56	56	90
Övriga	11	18	22	35	51	67	79

PAKET 6 Variabelöversikt: Inkomst/ekonomi

Variabel (n=2 771)	Fråga	Medel	S.a.	Min	Max	Kommentar
Egen ekonomi senaste 12 månaderna	f82aa	0,25	0,43	0	1	1= försämrats 0=förbättrats eller samma
Den svenska ekonomin de senaste 12 månaderna	f82ab	0,16	0,36	0	1	1= försämrats 0=förbättrats eller samma
Egen ekonomi de kommande 12 månaderna	f82ba	0,16	0,36	0	1	1= försämrats 0=förbättrats eller samma
Sveriges ekonomi de kommande 12 månaderna	f82bb	0,08	0,28	0	1	1= försämrats 0=förbättrats eller samma
Månadsinkomst före skatt	f74	4,48	2,59	1	12	1= mindre än 10 000 kr i månaden 12= mer än 60 000 kr i månaden (varje skalsteg = +5 000 kr i månaden)
Ekonomiska resurser	f76	4,07	0,95	1	5	1: klarar mig mycket dåligt på nuvarande inkomst 5= klarar mig mycket bra på nuvarande inkomst
Medelinkomst per person i hushållet	f75 och f69	2,56	1,37	0,2	12	¹ Variabeln är skapad efter en serie av omkodningar, se kommentar.
Årsinkomst/hushåll	f75	5,64	2,84	1	12	1= 100 000 kronor eller mindre 12= mer än 1 100 000 (varje skalsteg= +100 000 kronor om året)

Kommentar: ¹Varje helt skalsteg innebär att hushållets sammanlagda inkomst har ökat med 100 000 på en 12 gradig skala. Hushållsinkomsten är sedan dividerad på antal personer i hushållet genom en omkodning av f69 a, ba, bb och c för att uppskatta hur många personer som delar på hushållets sammanlagda inkomst. Om en person har uppgett att de delar hushåll med 'flera vuxna' antas att de delar med 2 ytterligare vuxna.

Tabell 6.1 Bivariata analyser, Inkomst/ekonomi:

BV: nöjd med livet logf37	Modell 1	Modell 2	Modell 3	Modell 4	Modell 5	Modell 6	Modell 7	Modell 8
Egen ekonomi senaste 12 månaderna	0,041*** (0,010)							
Den svenska ekonomin de senaste 12 månaderna		0,048*** (0,012)						
Egen ekonomi de kommande 12 månaderna			0,003					
Sveriges ekonomi de kommande 12 månaderna				-0,022				
Månadsinkomst före skatt					0,013*** (0,002)			
Ekonomiska resurser						0,073*** (0,004)		
Medelinkomst per person i hushållet							0,017***	
Årsinkomst/hushåll								0,015*** (0,010)
Konstant	1,16***	1,16***	1,17***	1,19***	1,11***	0,87***	1,12***	1,09***
Justerat R ²	0,01	0,01	0,00	0,00	0,02	0,10	0,01	0,04
Antal svarande	2 671	2 671	2 671	2 671	2 534	2 609	2 410	2 415

Tabell 6.2 Inkomst/ekonomi

BV: nöjd med livet logf37	Modell 1	Modell 2	Modell 3	Modell 4
Egen ekonomi senaste 12 månaderna	0,038*** (0,011)		-0,008 (0,011)	0,008 (0,011)
Den svenska ekonomin de senaste 12 månaderna	0,041*** (0,012)		0,027* (0,012)	0,026* (0,011)
Egen ekonomi de kommande 12 månaderna	-0,015 (0,013)		0,004 (0,012)	0,022 (0,012)
Sveriges ekonomi de kommande 12 månaderna	-0,026 (0,016)		-0,015 (0,015)	-0,011 (0,015)
Månadsinkomst innan skatt		0,002 (0,002)	0,002 (0,002)	0,003 (0,002)
Ekonomiska resurser		0,065*** (0,005)	0,065*** (0,005)	0,064*** (0,005)
Medelinkomst per person i hushållet		-0,010* (0,004)	-0,010* (0,004)	-0,014*** (0,004)
Årsinkomst/hushåll		0,006** (0,002)	0,006** (0,002)	0,008*** (0,002)
Utbildning				0,001 (0,005)
Ålder				0,031*** (0,005)
Kvinna				0,032*** (0,009)
Stadland				-0,011* (0,004)
Konstant	1,161*** (0,005)	0,888*** (0,019)	0,887*** (0,019)	0,807*** (0,028)
Justerat R ²	0,01	0,10	0,10	0,12
Antal svarande	2 771	2 376	2 376	2 330

Tabell 6.3 Inkomst/ekonomi – huvudmodell inkomst/ekonomi

BV: nöjd med livet logf37	Modell 1	Modell 2	Modell 3
Månadsinkomst	0,012*** (0,002)	0,004* (0,002)	0,006** (0,002)
Ekonomiska resurser		0,068*** (0,005)	0,067*** (0,005)
Syn på hur egen ekonomi har förändrats de senaste 12 månaderna		0,001 (0,011)	0,018 (0,010)
Utbildning			-0,000 (0,004)
Kvinna			0,038*** (0,009)
Ålder			0,025*** (0,004)
Stad/land			-0,012** (0,004)
Konstant	1,115***	0,880*** (0,019)	0,816*** (0,027)
Justerat R ²	0,02	0,10	0,12
Antal svarande	2 534	2 521	2 330

Kommentar: Månadsinkomstens inverkan på nöjdheten med livet enskilt samt kontrollerad för hur väl en anser sig klara sig på sin inkomst, syn på hur den egna ekonomi har förändrats de senaste 12 månaderna samt under kontroll för utbildning, kön, ålder och centrum/periferi variabeln.

PAKET 7 Variabelöversikt arbetsliv

Variabel	Fråga	Medel	S.a.	Min	Max	N	Kommentar
Tillsvidare/fast tjänst	f56	0,83	,37	0	1	2 428	1= tillsvidareanställning
Tidsbegränsad anställning	f56	0,08	,27	0	1	2 428	1= Tidbegränsad anställning
Egenföretagare	f56	0,09	,28	0	1	2 428	1= Egenföretagare
Normal veckoarbetstid	f57a	2,21	,66	1	3	2 466	1= <34 timmar 2=35-40 timmar, 3=>41 timmar
Färre arbetstimmar/vecka	f57b	,36	,48	0	1	2 733	1= färre timmar 0= fler eller samma
Fler arbetstimmar/vecka	F57b	,04	,20	0	1	2 733	1= fler timmar 0= färre eller samma
Viktigt med arbete	f58	3,52	0,63	1	4	2 583	1=inte alls viktigt 4= mycket viktigt
Sjukskriven	f61a och b	,11	,32	0	1	2 537	1=ja, över 1 vecka 0= nej, inte över 1 vecka
Risk för arbetslöshet	f64	1,49	0,80	1	4	1 463	1= mycket liten 4= mycket stor
Nöjd med arbete	f65a	3,39	0,73	1	4	1 613	1= instämmer inte alls 4= instämmer helt
Arbete/identitet	f65b	3,06	0,84	1	4	1 598	-II-
Byta arbete	f65c	2,14	1,07	1	4	1 590	-II-
Svårt att hitta arbete	f65d	2,35	1,12	1	4	1 585	-II-
Kompetens	f65e	3,74	0,55	1	4	1 584	-II-
Överkvalificerad	f65f	2,18	0,94	1	4	1 583	-II-
Välja själv var arbetet skall utföras	f65g	2,22	1,08	1	4	1 589	-II-

Kommentar: De redovisade n-talen är i denna tabell individuella för respektive variabel och inte ett n-tal som visar exakt hur variabeln kommer se ut när endast dem som svarat på samtliga frågor är inkluderade i modellen.

Tabell 7.1 Bivariata analyser av arbetslivsfrågorna (1 av 2)

	Modell 1	Modell 2	Modell 3	Modell 4	Modell 5	Modell 6	Modell 7	Modell 8
Tillsvidare/fast tjänst	0,018							
Tidsbegränsad anställning		-0,033* (0,016)						
Egenföretagare			-0,001					
Normal veckoarbetstid				0,007				
Fler arbetstimmar					-0,03			
Färre arbetstimmar						-0,032***		
Viktigt med arbete							0,033*** (0,007)	
Sjukskriven								-0,083*** (0,14)
Konstant	1,16***	1,18***	1,18***	1,16***	1,18***	1,18	1,05***	1,18***
Justerat R ²	0,00	0,00	---	0,00	0,00	0,00	0,01	0,01
Antal svarande	2 373	2 373	2 373	2 410	2 671	2 671	2 520	2 480

Kommentar: Alla som svarat på respektive fråga ingår i respektive analys.

Tabell 7.1 forts

Bivariata analyser av arbetslivsfrågorna (2 av 2)

	Modell 9	Modell 10	Modell 11	Modell 12	Modell 13	Modell 14	Modell 15	Modell 16
Risk för arbetslöshet	-0,080*** (0,007)							
Nöjd med arbete		0,095*** (0,007)						
Arbete/identitet			0,035*** (0,006)					
Byta arbete				-0,05*** (0,005)				
Svårt att hitta arbete					-0,045*** (0,005)			
Kompetens						0,052*** (0,009)		
Överkvalificerad							-0,024*** (0,005)	
Välja själv var arbetet skall utföras								0,018*** (0,045)
Konstant	1,28***	0,85***	1,07***	1,30***	1,29***	0,098***	1,23***	1,14
Justerat R ²	0,08	0,11	0,02	0,08	0,06	0,02	0,01	0,01
Antal svarande	1 438	1 580	1 566	1 559	1 552	1 551	1 551	1 557

Kommentar: Alla som svarat på respektive fråga ingår i respektive analys. På dessa frågor är det bara de som själva angett att de arbetar som svarat.

Tabell 7.2 Multivariata regressionsanalyser, arbetslivsfaktorer

BV: Nöjd med livet logf37	Modell 1	Modell 2
Tidsbegränsad anställning ¹	0,049* (0,022)	0,052* (0,022)
Egenföretagare ¹	-0,009 (0,022)	-0,003 (0,023)
Normal veckoarbetstid	-0,008 (0,009)	-0,005 (0,010)
Fler arbetstimmar	-0,011 (0,028)	-0,007 (0,028)
Färre arbetstimmar	-0,024 (0,012)	-0,027* (0,012)
Viktigt med arbete	0,001 (0,009)	0,001 (0,010)
Sjukskriven	-0,009 (0,016)	-0,008 (0,016)
Risk för arbetslöshet	-0,043*** (0,009)	-0,041*** (0,009)
Nöjd med arbete	0,057*** (0,010)	0,057*** (0,010)
Arbete/identitet	0,000 (0,008)	-0,001 (0,008)
Byta arbete	-0,011 (0,007)	-0,008 (0,007)
Svårt att hitta arbete	-0,019*** (0,006)	-0,022*** (0,006)
Kompetens	0,031** (0,011)	0,030** (0,011)
Överkvalificerad	-0,003 (0,006)	-0,002 (0,007)
Välja själv var arbetet skall utföras	0,010 (0,006)	0,011 (0,006)
Utbildning		0,008 (0,006)
Kvinna		0,015 (0,012)
Ålder		0,006 (0,008)
Stad/land		-0,022*** (0,005)
Konstant	1,012*** (0,068)	1,024*** (0,076)
Justerat R ²	0,14	0,14
Antal svarande	1 426	1 410

Kommentar: ¹referensgrupp: fast tjänst. Bara de som arbetar och svarat på samtliga frågor ingår nu i analysen precis som i tidigare "paket".

Tabell 7.3 Multivariata regressionsanalyser, arbetslivsfaktorer

BV: Nöjd med livet logf37	Modell 1	Modell 2	Modell 3	Modell 4 test	Modell 5 test
Nöjd mer arbete	0,079*** (0,009)	0,054*** (0,010)	0,054*** (0,010)	-----	0,055*** (0,010)
Kompetens	0,041*** (0,012)	0,035** (0,012)	0,034** (0,012)	0,044*** (0,012)	0,027* (0,011)
Överkvalificerad	0,008 (0,007)	-0,000 (0,007)	0,002 (0,007)	-0,002 (0,007)	0,002 (0,007)
Välja själv var arbetet skall utföras	0,007 (0,006)	0,004 (0,006)	0,006 (0,006)	0,009 (0,006)	0,007 (0,005)
Tidsbegränsad anställning1	0,026 (0,022)	0,046* (0,022)	0,053* (0,023)	0,060** (0,023)	0,058** (0,022)
Pendling (minuter)	-0,006 (0,003)	-0,003 (0,004)	-0,003 (0,004)	-0,003 (0,004)	-----
Månadsinkomst	0,008** (0,003)	0,007** (0,003)	0,010** (0,003)	0,010*** (0,003)	0,009** (0,003)
Risk för arbetslöshet		-0,037*** (0,010)	-0,035*** (0,010)	-0,040*** (0,010)	-0,039*** (0,009)
Byta arbete		-0,011 (0,007)	-0,009 (0,008)	-0,027*** (0,007)	-0,009 (0,007)
Svårt att hitta arbete		-0,016** (0,006)	-0,019** (0,006)	-0,019** (0,006)	-0,022*** (0,006)
Färre arbetstimmar		-0,030* (0,012)	-0,031** (0,012)	-0,038** (0,012)	-0,031** (0,011)
Utbildning			-0,000 (0,007)	-0,001 (0,007)	-0,000 (0,006)
Kvinna			0,031* (0,012)	0,029* (0,012)	0,030* (0,012)
Ålder			0,001 (0,008)	-0,000 (0,008)	0,001 (0,008)
Stad/land			-0,018** (0,006)	-0,020*** (0,006)	-0,021*** (0,005)
Konstant	0,740*** (0,051)	0,955*** (0,064)	0,968*** (0,071)	1,171*** (0,060)	1,006*** (0,068)
Justerat R ²	0,12	0,15	0,16	0,14	0,17
Antal svarande	1 120	1 120	1 120	1 122	1 224

Kommentar: Eftersom att arbetslivs- och pendlingsfrågorna bara avser dem som har ett arbete så är n-talet lägre.

Tabell 7.4 Huvudmodell (paket 4) plus frågan i vilken utsträckning är du nöjd med ditt arbete och pendling

BV: Nöjd med livet logf37	Modell 1 (Nöjd med arbetet)	Modell 2 (+pendling)	Modell 3 (+ risk för arbetslöshet/svårt att hitta arbete)
Ensamstående	-0,084***(0,013)	-0,091***(0,014)	-0,096***(0,015)
Medelinkomst per person i hushållet	0,001(0,004)	0,002(0,004)	0,002(0,004)
Utanförskap	0,068*(0,293)	0,092*(0,037)	0,100*(0,044)
Gjort ngt intressant/lärt något	0,046***(0,008)	0,047***(0,009)	0,050***(0,010)
Tillit	0,001(0,003)	-0,000(0,003)	-0,000(0,003)
Välbehandlad	0,041***(0,009)	0,046***(0,010)	0,050***(0,011)
Hälsa	0,030***(0,003)	0,034***(0,003)	0,033***(0,019)
Diskriminering	-0,029(0,016)	-0,027(0,017)	-0,03(0,019)
Ekonomiska resurser	0,033***(0,006)	0,030***(0,007)	0,028***(0,007)
Egenförmåga att påverka	0,006(0,005)	0,004(0,005)	0,006(0,006)
Tro på någon Gud	0,007(0,010)	0,009(0,010)	0,011(0,011)
Umgås med vänner	0,045***(0,010)	0,044***(0,010)	0,041***(0,011)
Utbildning	-0,015**(0,005)	-0,013*(0,005)	-0,017**(0,006)
Ålder	0,017*(0,007)	0,012(0,008)	0,012(0,008)
Kvinna	0,010(0,010)	0,010(0,010)	0,003(0,011)
Stad/land	-0,008(0,005)	-0,008(0,005)	-0,010(0,005)
Nöjd med arbete	0,031***(0,007)	0,027***(0,008)	0,0019*(0,009)
Pendling	---	-0,005(0,003)	-0,003(0,003)
Risk för arbetslöshet	---	---	-0,006(0,009)
Svårt att hitta arbete	---	---	-0,014*(0,005)
Konstant	0,420***(0,045)	0,431***(0,048)	0,503***(0,063)
Justerat R ²	0,37	0,38	0,39
Antal svarande	1170	1065	934

Anm: Notera att de som är arbetslösa eller i åtgärder etc är med i denna tabell och att det påverkar betydelsen av riks för arbetslöshet etc.

Tabell 7.5 Korstabell över faktisk veckoarbetstid samt önskan om att jobba mer eller mindre, antal (procent inom parentes)

Arbetstid per vecka/önskan om att jobba mer eller mindre						Antal
	1-19 timmar/veckan	20-34 timmar/veckan	35-40 timmar/veckan	41-50 timmar/veckan	51 eller mer	
Färre timmar	5 (9,6)	37 (20,1)	536 (56,4)	336 (62,4)	76 (60,8)	990 (53,4)
Samma som nu	18 (34,6)	102 (55,4)	382 (40,2)	192 (35,7)	45 (36,0)	739 (40,0)
Fler timmar	29 (57,7)	45 (24,5)	32 (3,4)	10 (1,8)	4 (3,2)	120 (6,6)
Antal	52 (100)	184 (100)	950 (100)	538 (100)	125 (100)	1 849 (100)

Kommentar: resultatexempel 9,6 % av dem som jobbar 1-19 timmar/veckan önskar jobba färre timmar per vecka 57,7 % fler timmar. För de som jobbar 41-50 timmar/vecka önskar 62,4 % jobba färre timmar.

Men do not desire to be rich, but richer than other men.

John Stuart Mill

You get more from life if you try to “do good” than if you try to “do well”.

Richard Layard

Economic growth does not raise a society to some ultimate state of plenty. Rather the growth process itself engenders ever-growing wants that lead it ever onward.

Richard A. Easterlin

What I used to be will pass away and then you'll see.
That all I want now is happiness for you and me.

Happiness
Elliot Smith