Att leva länge och väl

Välbefinnande globalt och i Västra Götaland i pandemins spår

VGR Analys 2021:20

VÄSTRA GÖTALANDSREGIONEN

Att leva länge och väl – Välbefinnande globalt och i Västra Götaland i pandemins spår

Denna rapport innehåller en genomgång av hur människors syn på sitt välbefinnande utvecklats under pandemins första år globalt, i Sverige och Västra Götaland. Grunden för analysen är FN:s World Happiness Report (WHR)som tas fram av världens ledande lyckoforskare en gång om året sedan 2012.[1] WHR innehåller en genomgång och analys av utvecklingen av upplevt välbefinnande och av faktorer som förklarar skillnader mellan länder och individer. Den ger inblickar i forsknings-fronten inom området. Data för Västra Götaland kommer från SOM-institutet vid Göteborgs universitet i ett samarbete som sträcker sig tillbaka till regionens bildande 1998 och från den enkät som VGR genomför vartannat år i samverkan med folkhälsomyndigheten kring frågor om hälsa och välbefinnande, Hälsa på lika villor.

Utvecklingen av invånarnas välbefinnande diskuteras ur två perspektiv. Det övergripande måttet är livstillfredsställelse (engelska: life satisfaction) som handlar om hur nöjda människor är med sitt liv på det hela taget. Begreppen välbefinnande och lycka används generellt och här som synonymer till dessa begrepp. Till det kommer mer känslomässiga aspekter av välbefinnande, positiva såväl som negativa. Det kan handla om oro/ängslan respektive glädje och mäts ofta i ett kortare tidsperspektiv.

Den inledande genomgången visar hur pandemin under sitt första år främst påverkade och ökade människors negativa känslor. Livstillfredsställelsen och de positiva känslorna var i stort intakta. Det gäller också för Västra Götaland där nio av tio invånare fortsatt är mycket eller ganska nöjda med sina liv. Resultaten leder in på en diskussion om hur utvecklingen av lycka ser ut över tid, vad som egentligen krävs för att påverka den och av hur stora skillnaderna mellan länder i olika situationer är i dag.

Bakom den i stort oförändrade livstillfredsställelsen döljer sig samtidigt en utveckling där äldre i många länder blivit mer nöjda med livet och yngre generationer mindre nöjda. En diskussion kring de större samhällsförändringar som skett under pandemin, inte minst på arbetsmarknaden och när det gäller synen på den äldre generationen ger ett antal möjliga förklaringar. Vi konstaterar också att unga vuxna i Sverige och Västra Götaland redan tidigare avvek från ett mönster där yngre och äldre normalt är de som är mest nöjda med livet. Det visar sig dessutom att svenska tonåringar är mindre nöjda med livet generellt och i relation till läget i många andra jämförbara länder. För att få perspektiv på skillnaderna mellan åldersgrupper gör vi också en genomgång av skillnaderna beroende på kön, ursprung, inkomst, boendeort, m.m. över tid för Västra Götaland.

[1] https://worldhappiness.report/ed/2021/

Avslutningsvis diskuteras några trender inom lyckoforskningen i dag. En av de mest intressanta är frågan om vilken berättelse om vad som gör människor nöjda med sina liv som gäller i förhållande till hur det faktiskt förhåller sig. Frågan är aktuell både på samhälls- och individnivå. Och kanske är det den utvecklade versionen av lyckobegreppet – att leva länge och väl – som egentligen ligger närmast Västra Götalands vision om Det goda livet. Om områden och åtgärder prioriteras utifrån i vilken mån de leder till att människor lever länge och med högt välbefinnande (Wellby) vore en del vunnet. Att det kan härledas till ett gammalt ordspråk tyder i sig på att det är en klok tanke.

Utifrån materialet som analyserats i rapporten kan vi dra några mer policyinriktade slutsatser:

- Ett större fokus på de unga och yngre generationers välbefinnande verkar behövas. Både de unga vuxna och tonåringarna är mindre tillfredsställda med sina liv än i många andra länder. Tidigare analyser visar dessutom att unga kvinnor oftast är en utsatt grupp inom områden som har särskilt stor betydelse för välbefinnandet.

- Betydelsen av starka sociala relationer för invånarnas välbefinnande behöver uppmärksammas mer. Pandemin har påmint oss om vad sociala relationer egentligen betyder. Analyser av samband mellan välbefinnande och olika faktorer i regionen bekräftar det fullt ut. Vi ska givetvis fortsätta bry oss mer om varandra och inte minst den äldre generationen också i framtiden.

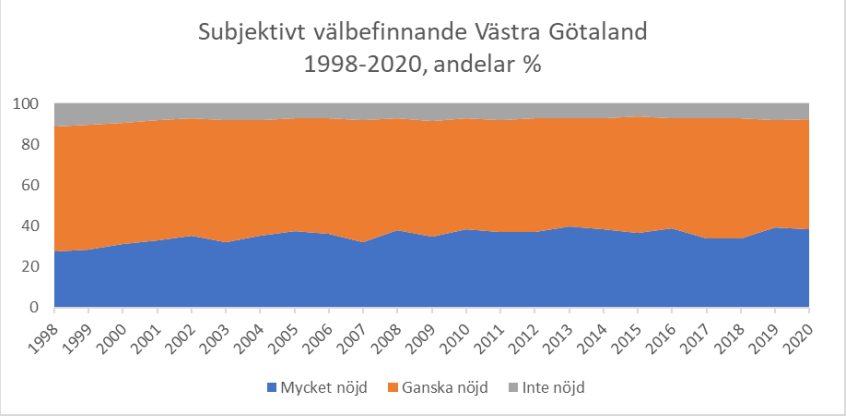
- Tudelningen av och de stora obalanserna på arbetsmarknaden har förstärkts under pandemin. Risken finns att situationen efter krisen på 1990-talet upprepas med mycket hög arbetslöshet och ett växande bidragsberoende i arbetsföra åldrar under lång tid. En central fråga är vad en region kan göra för att bidra till att en sådan utveckling och tudelning inte blir verklighet.

- Till det kan läggas både frågan om vad vi beskriver som en önskvärd samhällsutveckling och hur vi ser på vad som gör människor nöjda med sina liv och hur de insatser som görs i än högre grad än i dag kan utgå från invånarnas välbefinnande.

Rapporten har tagits fram vid Enheten för samhällsanalys vid Västra Götalandsregionen. Kontaktperson är Tomas Ekberg.

Välbefinnandet i stort intakt trots pandemin

Invånarna i Sverige är fortfarande bland världens lyckligaste folk. Pandemin har, möjligen något förvånande, inte ändrat livstillfredsställelsen, hur nöjd en är med livet i stort, globalt eller i Sverige särskilt mycket. Det gäller också för invånarna i Västra Götaland där vi har data både från våren och hösten 2020 via Västra Götalandsregionens egna invånarenkäter och via SOM-institutet vid Göteborgs universitet.[2] Det innebär också att vi i Västra Götaland jämfört med de flesta andra regioner i världen lever upp relativt väl till vår vision om Det goda livet. Drygt hälften av invånarna i regionen är på det hela taget nöjda med sina liv, knappt fyra av tio är mycket nöjda. Andelen som inte är nöjda med livet är då en av tio och har inte ändrats mycket de senaste decennierna (figur 1).[3] Ett undantag är den breda samhällskrisen i inledningen av 1990-talet som påverkade invånarnas välbefinnande ända in på 2000-talet.[4] Vid finanskrisen 2008/09 märks en nedgång av antalet mycket nöjda medan de som drabbats mest är de som redan hade ett lägre välbefinnande. Spridningen i välbefinnande mellan invånarna har ökat något under senare år.[5] Små skillnader i välbefinnande och få som inte är nöjda med sina liv är viktigt för att leva upp till visionen om Det goda livet.



Figur 1 visar andelen invånare i Västra Götaland som anger att de är mycket nöjda, ganska nöjda eller inte nöjda med livet som helhet för åren 1998 till 2020. Källa: SOM-institutet, Göteborgs Universitet. Ej kalibrerade värden.

När samhällen ”kollapsar” drabbas invånarna obönhörligt och hårt

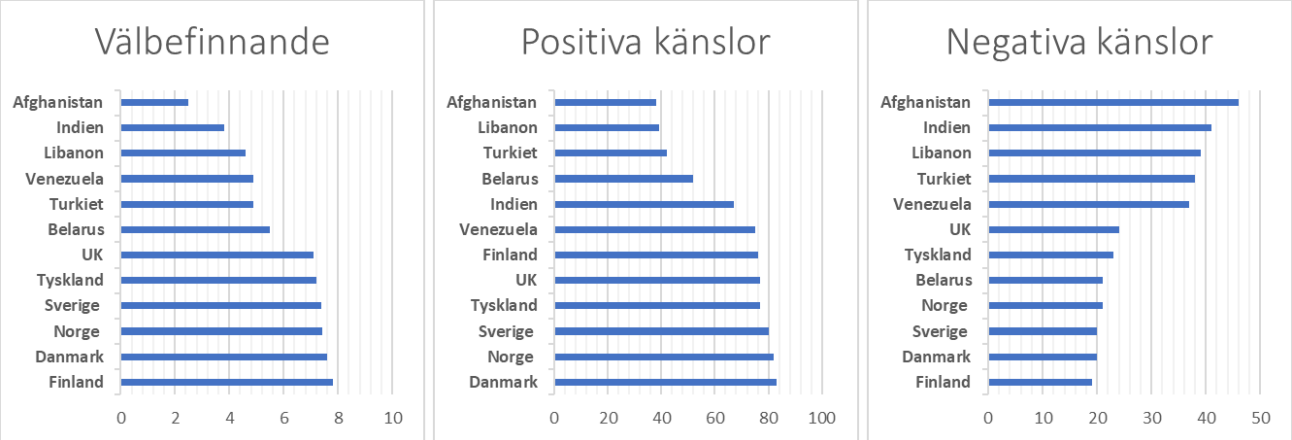
Om vi inte får bukt med pandemin i rimlig tid kommer självklart även livstillfredsställelsen att påverkas negativt. Ett av människans mest utmärkande drag är förmågan till anpassning men ständig oro och ”isolering” är svårt att vänja sig vid. Såväl välbefinnande som de positiva känslorna sjunker snabbt och de negativa ökar i länder som drabbas av mer omvälvande förändringar som inre stridigheter, ekonomisk och samhällelig ”kollaps” och liknande. Sentida exempel när det gäller välbefinnande är Indien, Venezuela och under finanskrisen 2008/09 Grekland och Italien. I botten när det gäller positiva känslor 2020 finner vi bland annat Afghanistan, Libanon, Turkiet med nivåer runt 40 procent. Orsakerna är uppenbara. När det gäller andelen som har negativa känslor dagligen är värdena högst för bland annat Afghanistan, Indien, Libanon, Turkiet och Venezuela där upp mot hälften var nedstämda/oroliga föregående dag. För Indien är de svaga värdena en del i en utveckling

[2] Datakällor: Gallup, Eurobarometer, SOM-institutet (GU) och Hälsa på lika villkor (FHM, VGR)
[3] SOM-institutet 2021 och Hälsa på lika villkor VGR 2021
[4] Så sent som år 2000 var 20 procent av samtliga invånare i Sverige i arbetsför ålder beroende av bidrag för sin försörjning inräknat alla former av stöd (arbetslöshet, ekonomiskt bistånd, aktivitetsstöd, etc.) och räknat som helårspersoner. I dag ligger motsvarande värde för Västra Götaland på 13 till 14 procent.
[5] SOM-institutet (2020): Tabellrapport 2020:32

som i huvudsak beror på att de traditionellt starka sociala banden med familjen och i lokala gemenskaper brutits i en snabb urbanisering.[6]

Norden befäster sin position som en plats med mycket hög livstillfredsställelse

De nordiska länderna är oavsett om det gäller subjektivt välbefinnande totalt sett eller positiva eller negativa känslor lika varandra med mycket bra värden vid en internationell jämförelse. För de som är intresserade av listor kan vi konstatera att Sverige runt 2020 var på plats sex när det gäller hur nöjda vi är med livet som helhet. Kring nummer 30 när det gäller positiva känslor och strax under 20 för negativa känslor. Intressanta kulturella särdrag finns där latinamerikanska länder lägger beslag på de flesta platserna högst upp i listan när det gäller positiva känslor. En förklaring till dessa värden och till ett välbefinnande som i många av länderna är ”bättre än förväntat allt annat lika” är betydelsen av och styrkan i de sociala relationerna i många latinamerikanska länder.[7]



Figur 2 visar välbefinnande, positiv affekt och negativ affekt i ett urval länder för perioden 2018-2020. Välbefinnande mäts i en skala från 0-10 (Cantril ladder). Positiva och negativa känslor anger andelen i respektive land i % som har varit glada respektive oroliga/ängsliga föregående dag. Källa: WHR 2021 [8], egen bearbetning.

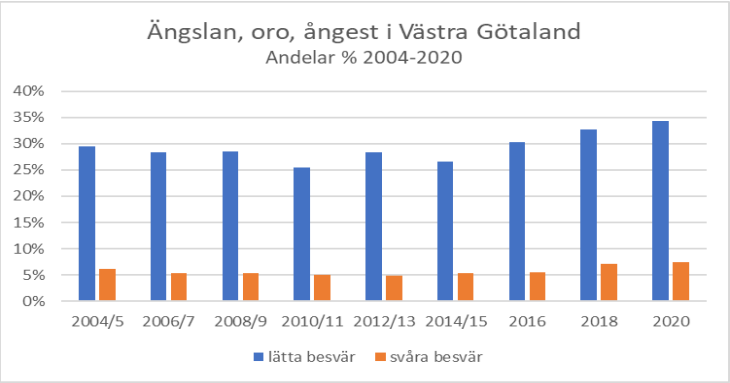
Negativa känslor som oro och ängslan har ökat globalt och i Västra Götaland

Samtidigt är det givetvis så att få har gått oberörda genom pandemin det senaste året. Det som framför allt har hänt i ett lyckoperspektiv är att andelen invånare som har negativa känslor (oro/nedstämdhet) ökat, globalt med ca tre procentenheter.[9] De positiva känslorna (”varit glad”) har inte påverkats lika mycket. Invånarna i Sverige avviker något med en lika stor procentuell minskning av de positiva känslorna som ökning av de negativa. Balansen mellan positiva och negativa känslor ligger dock fortsatt med ett rejält plus på den positiva sidan. 80 procent i Sverige har haft positiva känslor föregående dag och 20 procent negativa (se figur 2). Genomsnitt för samtliga invånare i världen ligger runt 70 procent med positiva känslor och 30 procent med negativa.

Även i Västra Götaland har de negativa känslorna – mätt som ängslan, oro, ångest – ökat (figur 3). Utvecklingen är en fortsättning på en trend från 2015 med mer negativa känslor hos allt fler och då

[6] Västra Götalandsregionen (2019): Lycka för fler, VGR Analys 2019:3, s.26
[7] Ibid
[8] Helliwell, Huang, Wang, Norton: Statistical Appendix 1 for Chapter 2 of World Happiness Report 2021,
[9] WHR 2021 s.33

framför allt unga kvinnor och det är också i denna grupp som ökningen mellan 2018 och 2020 är störst. Det leder oss in på det följande avsnittet.



Figur 3 visar andelen invånare i Västra Götaland som beskriver att de har något eller några av symptomen ängslan, oro eller ångest med värden för år 2004–2020. För 2004 till 2015 används medelvärde för två år. Källa: Hälsa på lika villkor, VGR

Ungas välbefinnande har påverkats mest, äldre som inte drabbats direkt nu ofta mer nöjda med livet

Vi har i tidigare analyser av välbefinnande i Västra Götaland konstaterat att den yngre generationen är något mindre nöjda med sina liv när befolkningen delas in i åldersgrupper.[10] Även om skillnaderna mellan olika åldrar inte är särskilt stora innebär det ett uppenbart problem. I de flesta andra länder är invånarna mer tillfredsställda med sina liv i unga år och efter pensionsåldern. Den generella förklaringen till detta är enkel. Välbefinnandet är normalt högst med ett helt liv att se fram mot och att se tillbaka på. Den ofta mer strävsamma delen däremellan ger inte riktigt lika hög livstillfreds-ställelse för alla.

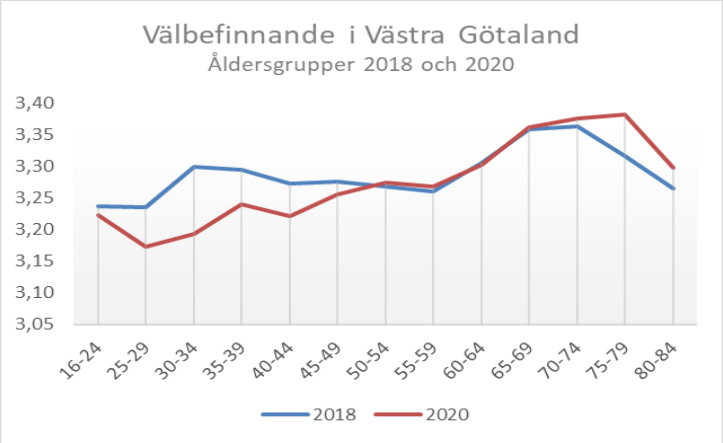
Pandemin har dock gjort att situationen i fler länder runt om i världen mer börjat likna den i Västra Götaland. I de flesta länder är det de unga och särskilt den yngre vuxna generationens välbefinnande som påverkats mest negativt.[11] Det är här restriktionerna av vad som var det normala livet varit och är mest omfattande. Stängda skolor, förlorade jobb, en mer osäker framtid, uteblivna nöjen, utegångsförbud kvällar och nätter med höga böter om lagar och regler inte följs, osv är sedan ett drygt år vardagsmat i många länder. I dessa grupper var dessutom det mer digitala sociala livet redan en självklarhet och pandemin har inte tillfört något i det avseendet.

Samtidigt har det subjektiva välbefinnandet ökat högre upp i åldrarna. Att de äldre, och då talar vi givetvis generellt och inte om de som drabbats mer direkt eller indirekt av sjukdom, klarat välbefinnandet bättre, - att det till och med ökat – är möjligen oväntat men vid närmare eftertanke inte förvånande. Inte minst i Sverige har de allra äldsta i befolkningen och deras situation och behov av sociala relationer uppmärksammats mer än på mycket länge. I takt med att den fysiska isoleringen ökat kan den sociala isoleringen antas ha minskat. Data från Västra Götaland visar att andelen som menar att de saknar emotionellt stöd inte har ökat och att de som känner sig ensamma är lägst

[10] Västra Götalandsregionen (2019): Lycka för fler, VGR Analys 2019:3
[11] WHR 2021 s.36

högt upp i åldrarna.[12] Fler digitala möten har dessutom öppnat nya möjligheter till sociala kontakter med fler och för fler i denna grupp än tidigare.[13]

Utvecklingen i Västra Götaland liknar därmed den globala. Välbefinnandet har minskat för unga i den vuxna befolkningen och ökat i de allra högsta åldrarna). Figur 4 visar medelvärden av invånarnas syn på hur nöjda de är med livet i olika åldersgrupper i Västra Götaland 2018 och 2020. Underlaget är mycket stort och kalibrerat för att motsvara befolkningen. För att få ett värde att jämföra med ligger medelvärdet för de i arbetsför ålder som är utanför arbetsmarknaden runt 3 i Västra Götaland. Minskningen av välbefinnande är betydande för de mellan 25 och 45 år och ökningen tydlig mellan 75 och 85 år.



Figur 4 visar medelvärden på en skala från 1 till 4 där 1=Inte alls nöjd och 4=Mycket nöjd med livet uppdelat på åldersklasser för åren 2018 och 2020 med värden från första halvåret respektive år. Antalet observationer är 28 000 resp. 30 000 och värdena är kalibrerade för att motsvara befolkningen i Västra Götaland. Källa: Hälsa på lika villkor, VGR.

Trovärdigheten i den bild av utvecklingen som invånarna ger stärks av att även värderingen av det egna allmänna hälsotillståndet har blivit något mer positiv i Västra Götaland och ännu något mer positiv högre upp i åldrarna mellan 2018 och 2020. Andelen som anger att de har god hälsa ökar medan andelen som anger dålig hälsa är konstant. Sambandet mellan det upplevda allmänna hälsotillståndet och faktisk hälsa mätt som sjukdom eller livslängd är väl dokumenterad.[14]

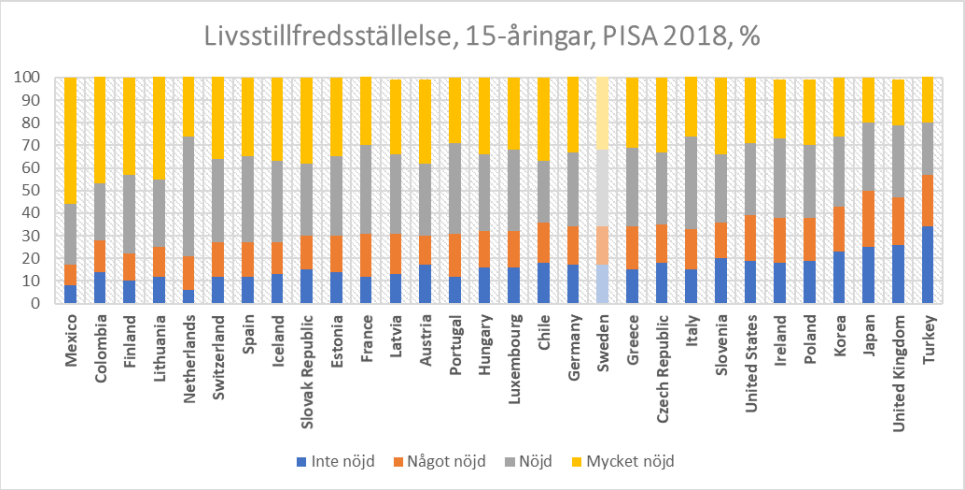
Välbefinnandet betydligt lägre för unga i skolåldern

Vi kan också konstatera att även tonåringar i Sverige är mindre nöjda med livet än den vuxna generationen. De har också ett betydligt lägre välbefinnande än många av sina jämnåriga i andra länder (figur 5). Noterbart är de mycket låga värdena i länder där betyg och prestationer i skolan sägs vara särskilt viktiga som Korea och Japan samt de betydligt mer positiva resultaten i andra länder med mycket goda skolresultat som till exempel Finland och Nederländerna.

Det utmärkande för Sverige är dels en något sämre position totalt sett, dels betydligt lägre värden för unga kvinnor. Tre av fyra pojkar bedöms vara mycket nöjda med livet medan det gäller sex av tio

[12] Vgregion.se – statistikdatabasen – regional utveckling
[13] Studier från Göteborgs Universitet tyder på att denna effekt för äldre också gäller Sverige. https://www.gu.se/nyheter/okat-valbefinnande-hos-aldre-trots-pandemin FHM konstaterar att coping-strategier minskad ensamhet och social isolering kan vara verksamt och har använts i den äldre generationen.
[14] Västra Götalandsregionen Hälsa på lika villkor, statistikdatabas samt folkhälsomyndigheten

tjejer. Bland 30 mätta OECD länder rankas Sverige som 12 bland pojkar och 20 bland tjejer. Skillnaderna för svenska ungdomar är större mellan pojkar och tjejer än för elever med olika socio-ekonomisk situation och betydligt större än för elever som är födda i eller utanför landet.[15] Data från andra jämförande studier av välbefinnande bland svenska ungdomar i åldern 11, 13, 15 år bekräftar ovanstående bild.[16]



Figur 5 visar subjektivt välbefinnande för 15-åringar i ett antal OECD-länder. Källa: OECD PISA 2018 Results (Volume III), What School Life Means for Students' Lives, Kapitel 11 Students' life satisfaction and meaning in life

Att unga och framför allt unga kvinnor är en alltmer utsatt grupp har vi också kunnat konstatera vid genomgången av hur livssituation och hälsa har utvecklats i Västra Götaland de senaste femton åren.[17] Bland unga kvinnor som är ensamstående föräldrar upplever närmare en av fem sin hälsa som dålig. För befolkningen som helhet gäller det en av tjugo. Vi har redan konstaterat att oro och ängslan ökar bland unga kvinnor, fler än hälften känner sig dessutom otrygga från och till. Den ökade otryggheten ser dock i huvudsak ut att bero på samhällsutvecklingen i stort. Känslan av trygghet i det egna bostadsområdet är fortfarande stark och antalet som säger att de utsatts för våld har minskat något över tid och ligger i dag runt tre procent. Här drabbas främst unga män.[18]

En mer tudelad arbetsmarknad och en hög långtidsarbetslöshet oroar

En uppenbar anledning till att ungas "lycka" påverkats negativt är utvecklingen på arbetsmarknaden. Pandemin har i huvudsak slagit mot unga, de med lägre utbildningsnivå (kvalifikationer) och inte minst de med mer osäkra anställningsvillkor. Tre grupper som ofta men inte alltid sammanfaller.

För unga har ingångsjobben, särskilt inom restaurang, resor, hotell, nöje, kultur minskat radikalt och utsikterna på den framtida arbetsmarknaden har blivit mer osäkra. Gruppen med tidsbegränsad anställning har vuxit de senaste femton åren och består i allt högre grad av unga invånare, personer

[15] https://www.oecd-ilibrary.org/education/pisa-2018-results-volume-iii_acd78851-en . Diskussionen om att det svenska urvalet av elever var socio-ekonomiskt snett 2018 gör att värdena snarare över än underskattas jämfört med andra länder. Med ett mer rättvisande urval hade dock skillnaderna i välbefinnande mellan invånare med olika bakgrund möjligen varit större.
[16] Folkhälsomyndigheten: Skolbarns hälsovanor i Sverige 2017/18
[17] VGR (2021): Invånarna i Västra Götaland om sina liv och sin hälsa 2004 – 2020, VGR Analys 2021:3
[18] Ibid

med kort utbildning och grupper av utrikes födda.[19] Redan i oktober 2020 hade pandemin lett till en minskning av 100 000 tidsbegränsade jobb i Sverige.[20] Problemet med tidsbegränsade jobb och ”tvingande” Gig-jobb är än större globalt. Tre av fyra med arbete i åldern 15 till 24 år sett över hela världen bedöms ha en informell anställning. I så kallade utvecklingsländer gäller det upp mot nio av tio.[21]

Vi kan också konstatera att den svenska arbetsmarknaden inte klarade sig särskilt bra jämfört med utvecklingen i EU eller med våra nordiska grannar under pandemiåret 2020. De med jobb som kräver mindre formella kvalifikationer och de unga drabbades betydligt hårdare i Sverige än i EU.[22] Globalt var antalet förlorade arbetstimmar fyra gånger högre än under finanskrisen 2008/09. Inkomsterna från arbete minskade totalt med 8 procent.

I Sverige och Västra Götaland är långtidsarbetslösheten våren 2021 mycket hög också historiskt sett.[23] Redan innan pandemin var den svenska arbetsmarknaden i betydande strukturell obalans med hög arbetslöshet och dålig matchning mellan jobb och kvalifikationer trots en mycket lång period av stark jobbtillväxt. Det finns en uppenbar risk att 2020-talets arbetsmarknad kan komma att likna 1990-talet med ihållande och höga obalanser och med mycket hög arbetslöshet.

Levnadsförhållanden och levnadssätt är avgörande för välbefinnandet

Även om den yngre generationen är mindre tillfreds eller nöjda med sina liv än förväntat och det är ett uppenbart samhällsproblem är det givetvis inte mellan invånare i olika åldrar som skillnader i välbefinnande är störst. Figur 6 ger en överblick av skillnader i livstillfredsställelse mellan invånare i Västra Götaland fördelat på några olika grupper och levnadsförhållanden.

Skillnaderna mellan kvinnor och män är mycket liten. De som bor på landsbygden är i snitt något mer nöjda med livet än de som bor i städer. De med hög utbildning har en aning högre livstillfreds-ställelse än de med låg, äldre är mer nöjda än yngre och gifta är mer nöjda än de som inte är gifta. De som har växt upp i Sverige är mer nöjda än de som vuxit upp i andra länder. De som bor tillsammans utan barn är mer nöjda än de som är sambo med barn och tydligt mer nöjda än de som bor ensamma. De med hög inkomst är mer nöjda än de med låg och avslutningsvis är de som har tillit till andra mycket mer tillfreds med livet än de som inte har det.

Vi avslutar uppräkningen där med att konstatera det som efterhand blir tydligt och som är väl etablerat i forskningen är att det är levnadsförhållanden och levnadssätt som är avgörande för lyckan. Skillnaderna mellan invånare i olika åldrar, med olika kön, utbildningsnivåer, för de som bor i olika typer av orter och har olika bakgrund är betydligt mindre än de för invånare med olika tillit till andra, om en bor ensam eller med olika inkomst. För invånare med olika hälsa är skillnaderna än större än de som redovisas i figuren. Det gäller också för om en gjort något intressant, kunnat bestämma över sin tid eller känner att en blivit väl behandlad av andra etc. Vid en samlad analys av

---

[19] https://www.scb.se/hitta-statistik/statistik-efter-amne/arbetsmarknad/arbetskraftsundersokningar/arbetskraftsundersokningarna-aku/pong/statistiknyhet/arbetskraftsundersokningarna-aku--tema-utvecklingen-for-tidsbegransat-anstallda-2005-2019/

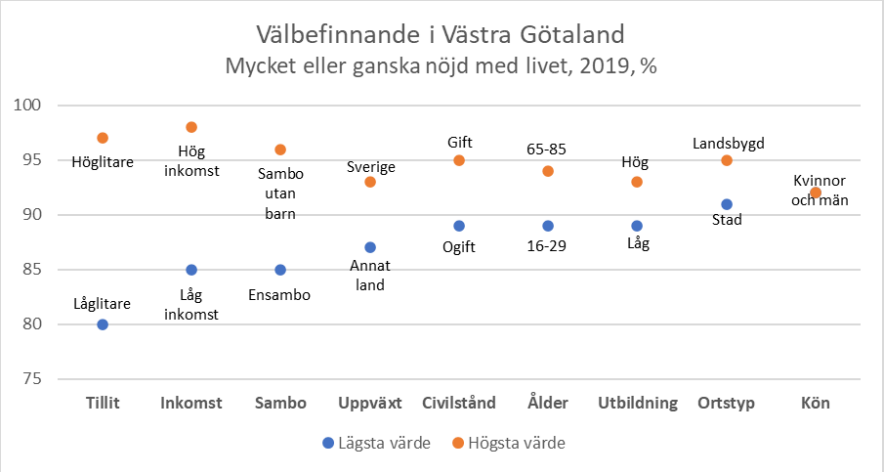
[20] https://www.svd.se/okad-risk-for-osakra-anstallningar (SCB)

[21] WHR 2021 .s156, 160

[22] WHR 2021 s.156

[23] Arbetsförmedlingen, www.svt.se/nyheter/snabbkollen/langtidsarbetslosheten-slar-rekord

de som beskrivits här och ett stort antal ytterligare faktorer är det frågor som hälsa, sociala relationer, en stark grundekonomi, att ha något meningsfullt att göra som är de levnadsförhållanden som gör egentlig skillnad.[24]



Figur 6 visar andelen invånare i Västra Götaland som anger att de är mycket nöjda eller ganska nöjda med livet som helhet 2019 uppdelat på kön, ortstyp, utbildning, ålder, civilstånd, uppväxt, samboskap, inkomst, tillit till andra. Källa: SOM-institutet, Göteborgs Universitet. Ej kalibrerade värden.

Bakgrunden till det urval av faktorer som visas i figur 6 är att vi här har data för drygt 20 år bakåt i tiden. Vi kan därmed följa faktorerna och se om något ökat eller minskat i betydelse eller om relationerna mellan dem ändrats. Huvudresultatet är att värdena och relationerna mellan olika invånare inom de redovisade grupperna med några undantag förändrats mycket lite.[25]

Det tydligaste undantaget är att de med kortare utbildning tidigare var mer nöjda med sina liv än de med längre. Att tolka värdena är inte helt lätt. Vad vi vet är att arbetsmarknaden förändrats snabbt och att många av jobben för de utan högre utbildning (”mellanjobben”) slagits ut samtidigt som en allt högre andel i befolkningen har en högre utbildning. Andelen med minst tre års eftergymnasiala studier i Västra Götaland har ökat från 16 till 28 procent av befolkningen i åldern 25-64 år mellan 2000 och 2019 och andelen med någon form av högskoleutbildning är i dag 45 procent i denna åldersgrupp.

Även värdena för de med svensk eller utländsk bakgrund varierar något över tid. De gör det i linje med den internationella forskningen på området som visar att migranter i de flesta länder efterhand når en livstillfredsställelse i nivå med den i det land de migrerar till.[26] Det har fram till nu inneburit att det i samband med mer omfattande migration tar några år innan de utrikesfödda som grupp når genomsnittet i befolkningen. Osäkerheten om vad flyktingströmmarna efter 2015 kommer betyda för den framtida utvecklingen är dock fortsatt stor, också i forskningsvärlden och de data som figuren bygger på är mindre representativa för dessa grupper.

[24] Västra Götalandsregionen (2019): Lycka för fler, VGR Analys 2019:3
[25] SOM-institutet (2020): Tabellrapport 2020:3. Tidsserien och därmed möjligheten att bedöma hur Det goda livet utvecklas i Västra Götaland i invånarnas ögon är med stor sannolikhet unik för en region.
[26] World Happiness Report 2018

Trender inom lyckoforskningen – avslutande diskussion

Utvecklingen av välbefinnande och dess förklaringsfaktorer internationellt har utgjort utgångspunkt för beskrivningen av situationen i Västra Götaland. Om vi breddar diskussionen till att också handla om vart lyckoforskningen mer allmänt är på väg går det att se några tydliga tendenser. En viktig diskussion handlar om vad som egentligen ger ett lyckligt liv i förhållande till den mer allmänna bilden eller berättelsen i samhället av vad ett lyckligt liv bör vara eller är. Den andra är en växande litteratur och olika försök att finna vägar att bidra till praktisk politik baserad på den ökade kunskapen om vad som betyder mer eller mindre för invånarnas välbefinnande.

Hur stämmer berättelsen med det lyckliga livet eller samhället med verkligheten?

Mycket skulle förändras om berättelserna om hur livet bör levas och om vad som är framgång skulle ändras mer i riktning mot vad som faktiskt gör människor mer nöjda med sina liv. Det kan gälla det vi strävar efter, som höga inkomster, karriär och högre utbildning. Det kan gälla våra relationer, som att vara gifta eller att ha barn. Det handlar om hur ansvarstagande vi är, som att vara altruistiska och hälsosamma.[27]

För att tydliggöra perspektivet ger vi ett par exempel inom områden där vi har god kunskap från Västra Götaland. När det gäller frågor som inkomster och arbetstider vet vi från våra egna analyser av hur nöjda med livet invånarna i Västra Götaland är att det är en bra grundinkomst som är viktigast för välbefinnandet. Därefter riskerar jakten på högre inkomst att för många snarare bli en del av en statusjakt i relationen till vänner, kollegor, grannar och bekanta. Resultaten stämmer väl med internationell forskning.

På samma sätt vet vi att en arbetstid på 30 till 35 timmar är den som ger bäst förutsättningar för invånare att vara nöjda med livet i Västra Götaland. En betydande majoritet av de som jobbar mer än 40 timmar önskar själva jobba mindre och arbetstiden påverkar välbefinnandet allt annat lika. Även detta samband ser ut att gälla i många andra länder.[28] En vision för framtidens samhälle där ökad produktivitet används för att succesivt minska arbetstiden verkar rimlig. Möjligen blir en förändring i den riktningen enklare nu när pandemin visat betydelsen av frågor som goda sociala relationer.

På samhällsnivå är samma fråga högaktuell. Här är framgång att vara en expansiv plats med ständig tillväxt av nya och väl utbildade invånare. I praktiken visar det sig (se till exempel figur 6) att det är invånarna som bor i det de själva definierar som landsbygd som är mest nöjda med sina liv. Våra egna analyser av välbefinnande i Västra Götaland visar att skillnaderna i välbefinnande är små mellan olika platser. Ett ökat fokus på välbefinnande skulle definitivt bredda och vidareutveckla diskussionen kring vad en framgångsrik kommun eller plats är.[29]

---

[27] Dolan Paul (2019): Happy Ever After – Escaping the Myth of the Perfect Life, ger en trovärdig men också roande genomgång av dessa områden och varför det vi tar för givet som goda livsmål inte alltid leder till största möjliga välbefinnande.
[28] Ibid
[29] Västra Götalandsregionen (2020): Det goda livet i Dalsland, VGR Analys 2020:51

Att leva länge och väl – WELLBY som utgångspunkt för samhällsutvecklingen?

Forskarna i WHR 2021 lanserar en idé om begreppet WELLBY (Wellbeing year) som de menar på sikt skulle kunna ge ingångsvärden i olika former av investeringskalkyler respektive komplettera mått som används i dag för att till exempel prioritera inom sjukvården som QALY. WELLBY står för en tilltalande kombination av livslängd och välbefinnande, därav rubriken – Att leva länge och väl.[30] Om vi jämför med QALY som innebär Quality Adjusted Life Years får kvalitetsaspekten en tydligare ingång genom att handla om mått på faktiska samband med människors välbefinnande mer än möjligheten att leva ett liv med kvalitet.[31] Att det är en komplex fråga att reda ut hur välbefinnandet påverkas av olika satsningar bör inte vara ett hinder i längden. Det är inte en helt given fråga hur dessa beräkningar ska göras heller inom dagens system. Diskussionen om det samhällsekonomiska nettot vid investeringar i höghastighetståg är ett återkommande exempel på detta. Få behärskar de kostnads/intäkts eller kostnads/nyttoanalyser som görs i dag och deras ingångsvärden.

WELLBY kan också användas för att ge ett samlat mått på hur det goda livet ser ut i olika länder, regioner etc. Forskarna i World Happiness Report 2021 ”roar” sig med att slå samman medellivslängd med välbefinnande och kan då beräkna WELLBY för olika länder och dess utveckling. Sett över de senaste decennierna sker stora förbättringar i många så kallade utvecklingsländer när livstillfredsställelsen ökar samtidigt som medellivslängden ökar mycket snabbt. I många afrikanska länder har medellivslängden ökat med mer än 10 år det senaste decenniet. WELLBY-värdet för Västra Götalandsregionen blir mycket högt vid en internationell jämförelse.

[30] WHR 2021 s.191 ff

[31] För en beskrivning av QALY se https://www.folkhalsomyndigheten.se/folkhalsorapportering-statistik/halsoekonomi/halsoekonomiska-utvarderingar/