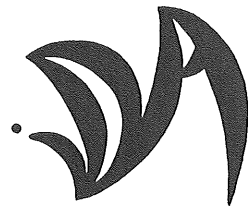


Rapporter från projekt

Individuell utveckling och adaptation

**SAMBANDET MELLAN GENERELLT OCH
OMRÅDESSPECIFIKT VÄLBEFINNANDE:
EN JÄMFÖRELSE MELLAN MÄN OCH KVINNOR**

Anna Selén



**Nummer 88
Oktober 2006**

**IDA / Psykologiska institutionen
STOCKHOLMS UNIVERSITET
106 91 STOCKHOLM**

ISSN 1651-0542

Viera Gantner, Copy Editor

gan@psychology.su.se

TEL +46 8 16 3962

FAX +46 8 15 9342

Vetenskaplig ledare: Professor Lars R. Bergman

**Forskningsprogrammet Individuell utveckling och adaptation (IDA)
initierades av David Magnusson 1964 och leddes av honom till 1996
då Lars R. Bergman övertog huvudansvaret.**

Reports from the project Individual Development and Adaptation published from 2000 and onwards:

- No. 70 Bergman, L.R. Women's health, work, and education in a life-span perspective. Technical report 1: Theoretical background and overview of the data collection. (*January 2000*)
- No. 71 Isaksson, K., Johansson, G., Lindroth, S., & Sverke, M. Women's health, work, and education in a life-span perspective. Technical report 2: The coding of work biographies. (*November 2000*)
- No. 72 Publications 1961 - 2000. (*December 2000*)
- No. 73 Zettergren, P. Peer rejection and future school adjustment. A longitudinal study. (*October 2001*)
- Nr. 74 Wulff, C. Begåvningsprofiler som avviker från vad som anses könstypiskt. Betydelse för anpassning och yrkespreferenser. (*Oktober 2001*)
- No. 75 Wångby, M., & Stattin, H. Self-perceived psychological health among Swedish teenage girls: 1. Adjustment problems in a 1996 school cohort. (*November 2001*)
- No. 76 Magnusson, D., & Mahoney, J.L. A holistic person approach for research on positive development. (*November 2001*)
- Nr. 77 Lindroth, S. IDAs och hennes systrars väg ut i arbetslivet. En studie om yrkesplaner, yrkesutveckling och yrkesval hos flickor i tonåren och i tidig vuxenålder. (*December 2001*)
- No. 78 Crafoord, K., & Magnusson, D. Symptom questionnaire: Early adolescence. Female version. (*December 2001*)
- No. 79 Wångby, M., Magnusson, D., & Stattin, H. Self-perceived psychological health among Swedish teenage girls: 2. Time trends in frequencies of adjustment problems between 1970 and 1996. (*March 2002*)
- Nr. 80 Näswall, K., Sverke, M., Isaksson, K., Johansson, G., & Lindroth, S. Arbete, utbildning, familj: Beskrivande statistik från den personliga intervjun i IDA-II. Teknisk rapport. (*Augusti 2002*)
- Nr. 81 Grip, A. Linjära statistiska kontra icke linjära dynamiska modeller av individuell utveckling. (*Oktober 2002*)
- No. 82 Isaksson, K., Johansson, G., Lindroth, S., & Sverke, M. Women's health, work, and education in a life-span perspective. Timing of child-birth and education: A life event approach to female career patterns. (*November 2002*)
- No. 83 Daukantaite, D., & Bergman, L.R. Components of subjective wellbeing in Swedish women. (*January 2003*)
- No. 84 Wångby, M. Questions about life-style in 2002. Follow-up survey on the 1998 data collection among females in the IDA-project. Technical report. (*March 2004*)
- No. 85 Trost, K., & Bergman, E. Men's work and well-being in a lifespan perspective. Technical report from the 2002-2003 data collection. (*September 2004*)
- No. 86 Lindfors, P. Questions on women's situation, life satisfaction and health. The 2004 IDA follow-up survey on women. Technical report. (*October 2004*)

- No. 87 Lindfors, P. Stress, health and well-being in midlife. The 2004 stress study on men. Technical report. (*December 2005*)
- No. 88 Selén, A. Sambandet mellan generellt och områdesspecifikt välbefinnande: En jämförelse mellan män och kvinnor. (*Oktober 2006*)

Förord

I föreliggande rapport undersöks sambandet mellan generellt och områdesspecifikt välbefinnande. Den är baserat på data från uppföljningen av IDA:s huvudgrupp avseende kvinnorna i 43 års- och männen i 49 årsåldern. Författare är Anna Selén.

Rapporten är ett resultat av projektet ”Positive adaptation in a long term perspective”, finansierat av FAS. Datainsamlingarna har finansierats av vetenskapsrådet.

Stockholm den 22 augusti 2006

Lars R. Bergman
Professor
Projektledare för IDA

Abstract

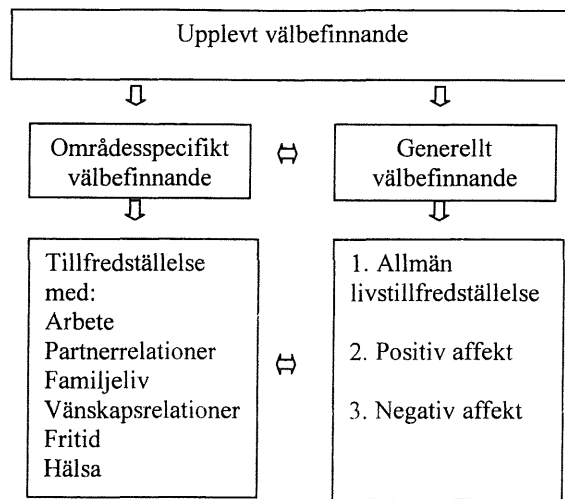
Vilka faktorer som påverkar vår upplevelse av välbefinnande och lycka väcker stort intresse hos människor. Upplevt välbefinnande (subjective well-being) kan definieras som en individs subjektiva uppfattning om sin livstillfredsställelse. Grunden för denna uppfattning bygger på hur den enskilda individen skattar och utvärderar sitt liv. Stabilitet i upplevt välbefinnande påverkas av såväl situationsbundna faktorer som personlighet och affekt. Syftet med denna kvantitativa rapport var att utifrån data från forskningsprogrammet IDA undersöka sambandsstrukturen mellan de olika delarna i begreppet upplevt välbefinnande: områdesspecifikt välbefinnande å ena sidan och generellt välbefinnande med allmän livstillfredsställelse, positiv affekt och negativ affekt å andra sidan. Samt att hitta eventuella könsskillnader i dessa samband. Resultatet visade på starka samband mellan generellt och områdesspecifikt välbefinnande. Det allra starkaste sambandet konstaterades mellan tillfredsställelse med familjeliv och allmän livstillfredsställelse. Sambandet mellan yttre villkor för arbetstillfredsställelse och generellt välbefinnande var starkare för män än för kvinnor, medan partialsambandet mellan tillfredsställelse med partnerrelation och allmän livstillfredsställelse var starkare för kvinnor. Diskussion förs kring resultatens överensstämmelse med tidigare forskning.

Inledning

Få ämnen intresserar och engagerar oss människor så mycket som frågan om vilka faktorer som påverkar vår upplevelse av välbefinnande och lycka. Enligt Ryan och Deci (2001) kan den psykologiska forskningen om välbefinnande ses utifrån från två ansatser. *Upplevt välbefinnande* (subjective well-being) fokuserar på den njutningsbaserade delen av välbefinnandet, till exempel tillfredsställelse och lycka. *Psykologiskt välbefinnande* är inriktat på välbefinnande utifrån självförverkligande, som mening och mål med livet.

Intresset för upplevt välbefinnande ökar i hela världen. Då våra basbehov tillgodoses i större utsträckning skapas ett större utrymme för behov som inte är av det materiella slaget (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999). I Diener et al. (1999) presenteras en bred granskning av området upplevt välbefinnande. Forskningen är i dag till största delen inriktad på att förstå de processer som påverkar det upplevda välbefinnandet. Det görs också försök att klargöra hur och varför en del faktorer påverkar komponenterna i upplevt välbefinnande på olika sätt (Diener et al., 1999; Ryan & Deci, 2001).

Diener (2000) definierar det upplevda välbefinnandet som en individs subjektiva uppfattning om hur tillfredställande han eller hon upplever sitt liv. Grunden för hur individen upplever sitt välbefinnande bygger på hur den enskilda individen skattar och utvärderar sitt liv. Värderingarna kan vara både affektiva och kognitiva. Enligt Diener (2000) upplever människor ett stort välmående när de har fler trevliga upplevelser än obehagliga, när de upplever mer glädje än sorg, när de får hålla på med saker de är intresserade av och när de känner sig nöjda med sina liv. Det upplevda välbefinnandet kan enligt Diener et al. (1999) delas upp i två huvuddelar: *Generellt välbefinnande* (*general subjective well-being*), som består av: allmän livstillfredsställelse, negativ affekt och positiv affekt. Affekt kan beskrivas som humör och känslor. *Områdesspecifikt välbefinnande* (*area specific subjective well-being*), som består av faktorer som till exempel arbetstillfredsställelse, hur man bedömer sin hälsa, hur tillfredställd man är med relationen till sin partner, sin familj och sina vänner (se figur 1).



Figur 1. Modell över strukturen i upplevt välbefinnande.

Omgivning och kultur

Kulturen anses vara en viktig faktor som påverkar de situationsbundna (externa) faktorerna och de interna processerna inom individen. Externa faktorer kan beskrivas som uppfattningar samt egenskaper som är relaterade till grupper och relationer. Exempel på sådana egenskaper kan vara att uppfylla sociala åtaganden, att upprätthålla kulturella normer och att skapa harmoniska mellanmännsliga relationer. Interna faktorer kan beskrivas som uppfattningar och egenskaper som är relaterade till individen själv. Exempel på sådana faktorer kan vara självkänsla, självständighet och intern känslolstatus (Diener et al., 1999; Kwan, Bond & Singelis, 1997; Reid, 2004). I Reid (2004) anses dessa faktorer betydelse för upplevt välbefinnande vara beroende av om kulturen kan ses som individualistisk eller kollektivistisk. Diener och Diener (1995) fann att i individualistiska kulturer var interna faktorer som självkänsla och självständighet mer betydelsefulla för upplevt välbefinnande. I kollektivistiska kulturer hade interna faktorer och externa faktorer lika stor betydelse för upplevt välbefinnande (Diener et al., 1999;

Kwan et al., 1997; Reid, 2004). Anledningen till detta ansågs bero på att kulturen invercade på individers självuppfattning. En individualistisk kultur uppmuntrar en av andra oberoende syn på sig själv och uppmuntrar individen till att uttrycka sina förmågor och sina känslor samt särskilja sig från andra. En kollektivistisk kultur uppmuntrar individen till en beroende syn på sig själv, där man ser sig själv som sammankopplad med andra. Individen uppmuntras till att skapa relationer och uppfylla sociala åtaganden (Diener et al., 1999; Reid, 2004).

Mål

Enligt det som Diener (1984) benämner som "telic" teorin, kan individers beteende bäst förstås genom att studera deras mål, vad de försöker åstadkomma i sina liv och hur väl de lyckas. Individer tenderar att reagera positivt om de närmar sig sina mål och negativt om de misslyckas att uppnå sina mål. Genom detta anses mål fungera som en referenspunkt för affektsystemet. Lent, Singley & Sheu (2005) menar att självkänsla och affekt påverkar den tilltro man har till sig själv och sin förmåga. Denna tilltro är i sin tur betydelsefull för de mål och ambitioner en individ har. Mål och ambitioner påverkar i sin tur det upplevda välbefinnandet. I Diener och Fujita (1995) studeras individers mål, resurser och upplevda välbefinnande. Resurser som var relevanta för en individs mål fanns vara mer betydelsefulla för upplevt välbefinnande, än de resurser som inte var viktiga för en individs mål. I Diener et al. (1999) beskrivs även att mål måste stämma överens med en individs behov och omgivning för att en koppling till upplevt välbefinnande skall uppstå. Mål anses vara starkast knutna till upplevt välbefinnande när de värderas högt i den kultur eller subkultur individen tillhör.

Personlighet och upplevt välbefinnande

Den vanligaste ansatsen vid forskning kring upplevt välbefinnande har varit att utgå från karaktärsdrag i personligheten. Det har visat sig att personlighet har ett starkt samband med upplevt välbefinnande (Diener et al., 1999). Till exempel har starka samband konstaterats mellan neurotiska personlighetsdrag och negativ affekt. Samband har även konstaterats mellan extroverta personlighetsdrag och positiv affekt. Enligt

Diener et al. (1999) menade Watson och Clark att ett neurotiskt personlighetsdrag kan förknippas med ett mer tillbakadraget och hämmat beteende än ett extrovert. Skattningsord som mäter negativ affekt i ett frågeformulär kan vara lättirriterad, ointresserad och missbelåten. Skattningsord som mäter positiv affekt kan vara intresserad, ivrig och entusiastisk. Ett annat personlighetsdrag som anses vara en god mätare av upplevt välbefinnande är självkänsla (Diener et al., 1999). Enligt Lent et al. (2005) anses faktorer som omgivning och affekt ha inverkan på självkänsla. Självkänsla har i sin tur betydelse för en individs mål och områdesspecifika välbefinnande.

Personlighetsdrag anses interagera med situation och omgivning i sin påverkan av upplevt välbefinnande. Enligt Emmons och Diener (1986) anses personlighet och omgivning vara ömsesidigt beroende av varandra. Diener et al. (1999) menar även att en god överensstämmelse mellan omgivning, en individs beteende och en individs personlighet påverkar det upplevda välbefinnandet positivt. Ett exempel på detta är att individer med en hög positiv affekt har en tendens att söka sig till sociala situationer. Eftersom de upplever dessa situationer mer belönande och stimulerande än individer med hög negativ affekt.

Könsskillnader i upplevt välbefinnande

Det har genomförts ett begränsat antal studier som visar på vissa skillnader mellan män och kvinnors upplevda välbefinnande men skillnaderna man finner är oftast små. Män och kvinnor kan därför anses ha ungefär lika hög grad av upplevt av välbefinnande (Diener et al., 1999).

Könsskillnader i omgivning och kultur

Fast den individualistiska kulturen dominerar över den kollektivistiska normen i västvärlden, finns det olika grupper inom kulturen som skiljer sig i hur de påverkas av denna norm. I Reid (2004) beskrivs att maskulina och feminina normer lägger olika tonvikt vid individualism och kollektivism. Den maskulina normen lägger tonvikt på de interna faktorerna, som självet och att särskilja sig från mängden. Medan den feminina

normen betonar externa faktorer som kommunikation och relationer. Interna faktorer anses ha en större betydelse för mäns upplevda välbefinnande än externa faktorer, medan både interna och externa faktorer anses påverka kvinnors upplevda välbefinnande i lika stor utsträckning.

Könsskillnader i personlighet

Att det inte finns någon större skillnad i upplevt välbefinnandet mellan män och kvinnor rimmar dåligt med att kvinnor oftare är mer deprimerade än män och upplever mer obehagliga affekter. En tänkbar förklaring skulle kunna vara att kvinnor upplever i allmänhet både positiva och negativa känslor mer starkt än vad män gör (Diener et al., 1999; Fujita, Diener & Sandvik, 1991). Det finns dock endast svaga bevis för att kvinnor upplever positiva och negativa känslor mer frekvent än män. I Fujita et al. (1991) rapporteras att kön endast kan tillskrivas 1 % av variansen i *känslofrekvens*, medan kön kan tillskrivas 13 % av variansen i *känslointensitet*. Diener (1984) fann att känslofrekvens och känslointensitet tillsammans skapar en medelnivå för generellt välbefinnande som är relativt oberoende av negativa och positiva händelser.

I Wood, Rhode och Whelan (1989) anses könsskillnader i känslor även påverkas av de könsroller som finns i kulturen. Dessa könsroller socialiserar in män respektive kvinnor i olika roller genom förväntningar på hur manliga och kvinnliga beteenden samt färdigheter skall vara. Kvinnor anses vara känslomässiga samt lyhörda för sina och andras känslor, medan män förväntas vara känslomässigt stabila. Reid (2004) beskriver även att det finns skillnader i hur män och kvinnor definierar sig själva. Män har en större tendens att skapa scheman där de separerar sig själva från andra. Dessa scheman består i huvudsak av egenskaper och färdigheter som finns inom individen. Kvinnor definierar sig själva utifrån scheman där man relaterar sig själv till andra. Reid (2004) menar att detta medför att kvinnor och män skiljer sig i hur deras självkänsla upprätthålls och skapas. Mäns självkänsla anses vara mer sammankopplad med vad man presterar som person, till skillnad från kvinnors självkänsla som anses vara mer sammankopplad med goda och harmoniska relationer.

Generellt och områdesspecifikt välbefinnande

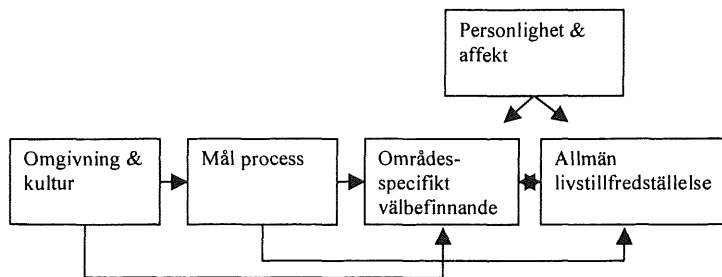
Den tidiga forskningen var inriktad på att hitta objektiva livsvillkor och situationsbundna faktorer som påverkar lycka (bottom-up ansats). Enligt bottom-up teorin anses summan av välbefinnandet inom olika områdesspecifika faktorer som arbetstillfredsställelse, självskattad hälsa, tillfredsställelse med relationen till sin partner, sin familj och sina vänner bilda en grund för den allmänna livstillfredsställelsen (Feist, Bodner, Jacobs, Miles & Tan, 1995). Enligt Locke i Feist et al. (1995) kan situationsbundna faktorer ses som primära prediktorer av en individs upplevda välbefinnande. I Diener et al. (1999) beskrivs dock att situationsbundna faktorer hade en begränsad effekt på det upplevda välbefinnandet. Därför har forskningen på senare tid ofta inriktat sig på faktorer inom individen som påverkar hur man uppfattar händelser och situationer. Samt hur dessa uppfattningar i sin tur påverkar upplevt välbefinnande (top-down ansats). Feist et al. (1995) beskriver att top-down teorin utgår ifrån att människor antas ha förutbestämda anlag att tolka livserfarenheter positivt eller negativt. Dessa anlag påverkar i sin tur hur det upplevda välbefinnandet värderas. Livserfarenheter är i sig därmed inte objektivt bra eller dåliga, utan det är individens tolkningar som avgör hur dessa uppfattas. Diener et al. (1999) menar att top-down faktorer som personlighet, temperament, anpassning, kognition och mål har betydelse för de omständigheter i livet som påverkar upplevt välbefinnande.

Studier har dock visat att stabiliteten i upplevt välbefinnande påverkas av såväl situationsbundna faktorer som av personlighet och affekt (Diener et al., 1999). Detta stödjer även Feist et al. (1995) i sin studie som visade att ingen av de båda teorierna hade en bättre passform än den andra. Studien indikerar istället att det finns en ömsesidig orsaksmodell mellan upplevt välbefinnande, bottom-up faktorer och top-down faktorer. Lent et al. (2005) ger i sin rapport ett förslag till en sådan modell och den beskrivs något modifierad i figur 2. Denna ömsesidiga orsaksmodell skulle innebära att tillfredsställelse med vissa områdesspecifika faktorer kan påverka den allmänna livstillfredsställelsen och vice versa. Diener (1996) betonar i sin studie vikten av att förstå samverkan av situationsbundna faktorer och personlighet. Han menar att

personlighet predicerar skillnader inom grupper bättre än situationsbundna faktorer, då omgivningen i dessa grupper är relativt homogen. För att kunna förklara och förstå skillnader mellan grupper som till exempel kulturer betonar han dock vikten av att även förstå de situationsbundna faktorerna då dessa kan vara väldigt olika mellan grupperna.

Lent et al. (2005) beskriver att faktorer som omgivning, mål, personlighet och affekt anses betydelsefulla för den allmänna livstillfredsställelsen och det områdesspecifika välbefinnandet. Både områdesspecifikt välbefinnande och allmän livstillfredsställelse påverkas av affektiva anlag, som positiv och negativ affekt (se figur 2).

Enligt Diener et al. (1999) och Lent et al. (2005) anses kulturen ha inverkan på mål och de områdesspecifika faktorerna då dessa anses vara starkast knutna till upplevt välbefinnande när de värderas högt i den kultur eller subkultur individen tillhör. Mål anses även påverka styrkan på sambandet mellan allmän livstillfredsställelse och områdesspecifikt välbefinnande. Detta eftersom mål inverkar på hur viktig individen upplever den områdesspecifika variabeln, dvs. om variabeln är relevant för de mål individen har (se figur 2).



Figur 2. Modell för interaktionen mellan upplevt välbefinnande, bottom-up faktorer och top-down faktorer (modifierad från Lent et al., 2005).

Syfte och frågeställning

Syftet med denna rapport var att undersöka sambandsstrukturen mellan de olika delarna i begreppet upplevt välbefinnande: generellt välbefinnande med allmän livstillfredsställelse, positiv affekt och negativ affekt å ena sidan och områdesspecifikt välbefinnande å andra sidan. Rapporten utgick ifrån områdesspecifika faktorer för upplevt välbefinnande i form av arbetstillfredsställelse (yttre och inre faktorer), tillfredsställelse med sociala relationer (relation till vänner, familjeliv och partnerrelation) självskattad hälsa och tillfredsställelse med fritid. Även eventuella könsskillnader i sambandsstrukturen undersöktes. Denna rapport tog ingen hänsyn till orsakssamband i den bemärkelsen om det är områdesspecifika faktorer för välbefinnande som påverkar generellt välbefinnande eller tvärtom. Undersökningen var i huvudsak explorativ men följande tre mer specifika frågeställningar var av intresse:

- Har mäns upplevelse av arbetstillfredsställelse ett starkare samband med generellt välbefinnande än kvinnors?
- Har kvinnors tillfredsställelse med familjeliv ett starkare samband med generellt välbefinnande än mäns?
- Har kvinnors tillfredsställelse med partnerrelation ett starkare samband med generellt välbefinnande än mäns?

Dessa frågeställningar grundas på den tidigare litteraturgenomgången men även på Reids (2004) diskussion om att socialiserade könsroller har betydelse för hur män och kvinnors självkänsla skapas och upprätthålls. Samt Wood et als. (1989) teori om att könsskillnader i känslor påverkas av de könsroller som finns i kulturen.

Metod

I rapporten har data hämtats ifrån forskningsprogrammet IDA, Individual, Development and Adaptation. IDA är ett longitudinellt forskningsprogram som startades av David Magnusson 1964 (Magnusson, 1988). Idag leds programmet, som även kallas

”Örebroprojektet”, av Lars Bergman. IDA skapades för att undersöka anpassningsmekanismer i ett utvecklingsperspektiv. Undersökningsdeltagarna testades första gången 1965, då samtliga elever i klass 3 (huvudgruppen) och i klass 6 (pilotgruppen) i Örebros skolsystem undersöktes. Dessa har sedan följts upp och testats vid ett flertal tillfällen upp till medelåldern. Varje grupp bestod ursprungligen av ca 1000 män och kvinnor. De data jag använder mig av i min undersökning kommer från den övergripande datainsamling, som kallas IDA II. Syftet med IDA II var att samla information om undersökningsdeltagarnas livssituation, anpassning, upplevda välbefinnande och fysiska hälsa. Denna undersökning omfattade endast huvudgruppen. Kvinnorna var vid insamlingstillfället 43 år och männen var 48 år (Bergman, 2000; Trost & Bergman, 2004).

Undersökningsdeltagare

Undersökningen av kvinnor vid 43 års ålder: Populationen i huvudgruppen bestod till en början av samtliga flickor i årskurs tre i skolsystemet i Örebro år 1965 (n=512). Under åren har det tillkommit nyinflyttade och de som flyttat från länet finns kvar i kohorten, detta gör att populationen stigit till 682st. Insamlingen av data till IDA II gjordes 1998. Då fanns 639 kvinnor tillgängliga i kohorten. Antalet undersökningsdeltagare uppgick till 569st, detta innebar ett bortfall på 11 % (Bergman, 2000; Trost & Bergman, 2004).

Undersökningen av män vid 48 års ålder: Populationen i huvudgruppen bestod till en början av samtliga pojkar i årskurs tre i skolsystemet i Örebro år 1965 (n=519). På grund av begränsningar i budgeten omfattade IDA II studien enbart de pojkar som tillhörde kohorten från början, dvs. inte de som flyttat in efter 1965. Den tillgängliga populationen 2003 uppgick till n=479. Antalet undersökningsdeltagare uppgick till 393st, detta innebar ett bortfall på 18 % (Bergman, 2000; Trost & Bergman, 2004).

Undersökningsinstrument

Materialet för kvinnorna vid 43 års ålder och för männen vid 48 års ålder insamlades delvis vid en intervju och delvis genom frågeformulär. Intervjuerna utgick ifrån en

intervjuguide och i anslutning till intervjun delades frågeformulären ut. Intervjuerna bestod av faktafrågor och självskattningsskalor med fasta svarsalternativ. Frågeformulären innehöll frågor som besvarades genom självskattningsskalor. Viktiga områden som täcktes var livstillfredsställelse, sociala relationer, attityder till arbete och fysisk hälsa. Dessa formulär fylldes i av undersökningsdeltagarna själva och samlades in i direkt anslutning till intervjun (Bergman, 2000; Trost & Bergman, 2004).

De data som använts i denna rapport kommer ifrån intervjuguiden och följande frågeformulär:

- Livstillfredsställelse (Livslinje)
- Hälsorelaterade frågor
- Känslor och emotioner
- Arbetsrelaterade attityder och erfarenheter
- Sociala relationer (kvinnor) och partner relationer (män)
- Fysisk hälsa

Variabler

Nedan följer en beskrivning av de olika variablerna för generellt och områdesspecifikt välbefinnande.

Generellt välbefinnande

Allmän livstillfredsställelse mättes genom fyra item från fyra olika frågeformulär. Kvinnor och män fick skatta hur tillfredsställda de var med sina liv i allmänhet, genom att besvara följande frågor: "hur gillar du ditt nuvarande liv?", "hur meningsfullt känns ditt liv?", "hur lycklig, tillfredställd eller nöjd har du varit med ditt liv de senaste tolv månaderna?", "tänk på din situation det senaste halvåret, när det gäller det som är viktigt, har det negativa eller positiva övervägt?". Ett index skapades av medelpoängen av de fyra frågorna, där en hög poäng betyder hög tillfredsställelse. Indexmedelvärdet

uppgick till 5.52 (SD=1.07, minimum/maximum=1.00/8.00, N=653). Internkonsistens reliabiliteten (Cronbachs alfa) för indexet uppgick till .84.

Positiv affekt och negativ affekt mättes genom skattningar av tjugo olika ord från frågeformuläret "känslor och emotioner". Deltagarna fick skatta varje ord på en femgradig skala, efter hur väl de tyckte det stämde in på dem själva. (1=mycket lite/inte alls, 5= väldigt mycket). Orden som skattades för positiv affekt var: intresserad, alert, ivrig, inspirerad, stark, bestämd, uppmärksam, entusiastisk, flitig och stolt. Ett index skapades av medelpoängen av de tio skattade orden. Indexmedelvärde uppgick till 3.63 (SD=.49, minimum/maximum=1.90/4.90, N=694). Internkonsistens reliabiliteten (Cronbachs alfa) för indexet uppgick till .85. Orden som skattades för negativ affekt var: lättirriterad, ointresserad, skamsen, missbelåten, nervös, skuldmedveten, skrämd, fientlig, spänd och rädd. Index- medelvärde uppgick till 1.77 (SD=.59, minimum/maximum=1.00/4.00, N=691). Internkonsistens reliabiliteten (Cronbach's alfa) för indexet uppgick till .87.

Områdesspecifikt välbefinnande

Yttre faktorer för arbetstillfredsställelse mättes genom 6 item från frågeformuläret "arbetsrelaterade attityder och erfarenheter". Frågorna skattades på en femgradig skala, där 1 stod för "mycket missnöjd" och 5 för "mycket tillfredsställd". Exempel på item som mätte yttre arbetstillfredsställelse var: "möjlighet att avancera i yrket?", "lön" och "den uppmärksamhet respektive belöning jag får för att göra ett bra jobb". Ett index skapades av medelpoängen av de 6 frågorna. Indexmedelvärde uppgick till 3.21 (SD=.82, minimum/maximum=1.00/5.00, N=751). Internkonsistens reliabiliteten (Cronbachs alfa) för indexet uppgick till .82.

Inre faktorer för arbetstillfredsställelse mättes genom 12 item från frågeformuläret "arbetsrelaterade attityder och erfarenheter". Frågorna skattades på samma femgradiga skala som de yttre faktorerna för arbetstillfredsställelse. Exempel på item som mätte inre arbetstillfredsställelse var: "anställningstrygghet", "att få arbeta med uppgifter där min förmåga samt kompetens kommer till uttryck" och "möjligheten att få göra ett arbete

som andra har nytta och glädje av". Ett index skapades av medelpoängen av de 12 frågorna. Indexmedelvärdet uppgick till 3.88 (SD=.57, minimum/maximum=1.50/5.00, N=731). Internkonsistens reliabiliteten (Cronbachs alfa) för indexet uppgick till .86.

Tillfredsställelse med fritid grundades på frågan "vad tycker du om din fritid?" i frågeformuläret "livstillfredsställelse". Svarsalternativet bestod av en åttagradig skala, där 1 står för "jag är inte alls nöjd" och 8 för "jag är helt nöjd". Medelvärdet för frågan uppgick till 6.02 (SD=1.62, minimum/maximum=1.00/8.00, N=711).

Självskattad hälsa grundades på frågan "uppfattar du din egen hälsa som..." i frågeformuläret "fysisk hälsa". Svarsalternativet bestod av en femgradig skala, där 1 stod för "mycket god" och 5 för "mycket dålig". För att frågan skall kunna jämföras med övriga skalor har den vänts så att 1 står för mycket dålig och 5 för mycket god. Medelvärdet för frågan uppgick till 4.09 (SD=.73, minimum/maximum=1.00/5.00, N=876).

Tillfredsställelse med partnerrelation mättes genom fem frågor från frågeformulären "sociala relationer" (kvinnor) respektive "partnerrelationer" (män). Svarsalternativen bestod av en femgradig skala för tre av frågorna och en fyra- respektive sexgradig skala för de återstående två frågorna. Ett index skapades av medelpoängen av de fem frågorna, där en hög poäng betyder hög tillfredsställelse. Indexmedelvärdet uppgick till 4.35 (SD=.65, minimum/maximum=1.40/5.00, N=747). Internkonsistens reliabiliteten (Cronbachs alfa) för indexet uppgick till .82.

Tillfredsställelse med familjeliv grundades på frågan "vad tycker du om ditt familjeliv?" i frågeformuläret "livstillfredsställelse". Svarsalternativet bestod av en åttagradig skala där 1 stod för "jag är inte alls nöjd" och 8 för "jag är helt nöjd". Medelvärdet för frågan uppgick till 6.35 (SD=1.60, minimum/maximum=1.00/8.00, N=683).

Tillfredsställelse med vänskapsrelationer grundades på frågan "vad tycker du om dina relationer till vänner och bekanta?" i frågeformuläret "livstillfredsställelse". Svarsalternativet bestod av en åtta gradig skala där 1 stod för "jag är inte alls nöjd" och

8 för ”jag är helt nöjd”. Medelvärde för frågan uppgick till 6.28 (SD=1.43, minimum/maximum=1.00/8.00, N=711).

Databearbetning

Genomgående har standardmetoder använts som inte behöver närmare förklaring. Värde av signifikansprövning är begränsat när urvalet som i föreliggande fall inte är slumpmässigt. I denna rapport har sådana prövningar ändå gjorts i enlighet med traditionen inom psykologisk forskning. Det finns också en viss motivering för tillvägagångssättet som en metod att gardera sig mot effekterna av mätfel. Som i alla studier där en stor mängd signifikansprövningar görs existerar ett masssignifikansproblem. I tabell 1 jämförs könsskillnaden i tio medelvärden och i tabell 2 samt 3 jämförs könsskillnaden i 21 korrelationer. I tabell 5 och 6 redovisas F-test av 42 respektive 18 partiella regressionskoefficienter. Mot bakgrund av detta har jag i samtliga fall valt att arbeta med två signifikansnivåer, 1 % (okorrigerat för masssignifikansproblematiken) och 5 % (Bonferronikorrigerat för masssignifikansproblematiken, Howell, 2002). I tabell 1 innebar detta $p < .005$ för att erhålla en korrigerad signifikans på 5 %. I tabell 2 och 3 var dessa nivåer, $p < .002$, i tabell 4 samt 5, $p < .001$ och i tabell 6, $p < .003$. Att helt följa Bonferronikorrigerad signifikans är inte lämpligt pga. den då starkt ökade risken för typ II fel (Cohen, 1994).

Resultat

Genomsnittligt upplevt välbefinnande hos män och kvinnor

I tabell 1 presenteras grundläggande beskrivande statistik för upplevt välbefinnande uppdelat på män och kvinnor. Samtliga skalor konstaterades ha medelvärden som är förskjutna åt det positiva hållet. Det upplevda välbefinnandet kunde således anses vara högt för de flesta. Vid jämförelse av medelvärden för mäns och kvinnors generella välbefinnande konstaterades inga signifikanta könsskillnader. Även bland de områdesspecifika faktorerna fanns inga signifikanta skillnader i medelvärden mellan

män och kvinnor. De områdesspecifika faktorer som hade den största spridningen i svaren var tillfredsställelse med fritid och familjeliv.

Tabell 1. Deskriptiv statistik för upplevt välbefinnande, för män respektive kvinnor. Resultat för kvinnor med kursivstil.

Variabel för upplevt välbefinnande	M	SD	Min	Max	N
<u>Generellt välbefinnande:</u>					
Allmän	5.45	1.17	1.00	7.25	332
livstillfredsställelse	5.59	.95	1.00	7.25	321
Positiv affekt	3.59	.52	2.00	4.80	344
	3.67	.45	1.90	4.90	350
Negativ affekt	1.80	.57	1.00	3.80	345
	1.75	.60	1.00	4.00	346
<u>Områdesspecifikt välbefinnande:</u>					
Yttre faktorer för arbetstillfredsställelse	3.30	.78	1.17	5.00	291
	3.15	.85	1.00	5.00	460
Inre faktorer för arbetstillfredsställelse	3.91	.56	2.17	5.00	289
	3.87	.58	1.50	5.00	442
Fritid	6.07	1.64	1.00	8.00	346
	5.97	1.60	1.00	8.00	365
Självskattad hälsa	3.94#	.90	1.00	5.00	388
	4.21#	.55	1.00	5.00	488
Partnerrelation	4.35	.61	2.00	5.00	298
	4.35	.67	1.40	5.00	449
Familjeliv	6.28	1.64	1.00	8.00	327
	6.40	1.57	1.00	8.00	356
Vänskapsrelationer	6.17	1.46	1.00	8.00	346
	6.39	1.39	1.00	8.00	365

Not. # = test av medelvärdesskillnad mellan män och kvinnor kan ej göras, då män hade en femgradig svarsskala och kvinnor en fyragradig. Inga medelvärdesskillnader var signifikanta vid bonferronikorrigerig eller på 1 % nivå okorrigerat, vid ett tvåsvansat t-test av medelvärdesskillnaden mellan män och kvinnor vid prövning för två oberoende stickprov.

Samband mellan generellt och områdesspecifikt välbefinnande

I tabell 2 och 3 redovisas korrelationer mellan allmän livstillfredsställelse, positiv affekt, negativ affekt och faktorer för områdesspecifikt välbefinnande för män respektive kvinnor. För män kunde samtliga av dessa korrelationer konstateras vara signifikanta. Även för kvinnor var merparten av korrelationerna signifikanta. Korrelationerna mellan affektvariablerna och yttre faktorer för arbetstillfredsställelse, samt korrelationen mellan negativ affekt och tillfredsställelse med partnerrelation var dock ej signifikanta för kvinnor. Eventuella skillnader i korrelationer mellan män och kvinnor testades med hjälp av Fishers z-test för signifikansprövning av korrelationsskillnad mellan två oberoende stickprov. För flertalet korrelationer förelåg ingen signifikant könsskillnad och i det följande kommenteras endast de skillnader som var signifikanta på 1 % nivån (okorrigerat). Könsskillnaden i korrelationen mellan positiv affekt och yttre faktorer för arbetstillfredsställelse var signifikant, $z=3.59$ ($p<0.01$). Män hade alltså ett starkare samband mellan positiv affekt och yttre faktorer för arbetstillfredsställelse än kvinnor.

För korrelationerna mellan negativ affekt och olika områdesspecifika faktorer för sociala relationer konstaterades en signifikant könsskillnad för korrelationen mellan negativ affekt och tillfredsställelse med partnerrelation $z=-2.62$ ($p<0.01$). Denna visade att män hade ett starkare samband mellan negativ affekt och tillfredsställelse med partnerrelationer än kvinnor.

Tabell 2. Korrelationer mellan de olika variablerna som mäter upplevt välbefinnande för män.

Variabel	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
1. Allmän livstillfredsställelse	--	.51●** (327)	-.51●** (329)	.39●** (279)	.45●** (277)	.60●** (329)	.42●** (328)	.48●** (260)	.68●** (310)	.52●** (329)
2. Positiv affekt		--	-.27●** (341)	.36●** (286)	.46●** (285)	.32●** (341)	.39●** (340)	.26●** (267)	.24●** (322)	.32●** (341)
3. Negativ affekt			--	-.19●** (288)	-.24●** (286)	-.40●** (342)	-.33●** (341)	-.36●** (269)	-.46●** (323)	-.35●** (342)
4. Yttre faktorer för arbetstillfredsställelse				--	.70●** (278)	.13 (290)	.25●** (287)	.11 (233)	.19●* (274)	.13 (289)
5. Inre faktorer för arbetstillfredsställelse					--	.21●** (288)	.22●** (286)	.18** (233)	.24●** (273)	.24●** (287)
6. Fritid						--	.36●** (342)	.30●** (270)	.47●** (324)	.54●** (343)
7. Självskattad hälsa							--	.20●** (296)	.23●** (323)	.22●** (342)
8. Partnerrelation								--	.66●** (268)	.34●** (270)
9. Familjeliv									--	.48●** (327)
10. Vänskapsrelation										--

●p<.05 (Bonferronikorrigerad), **p<.01 (okorrigerad), 2 sidig t-test prövning.
N= siffror inom parentes.

Tabell 3. Korrelationer mellan de olika variablerna som mäter upplevt välbefinnande för kvinnor.

Variabel	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
1. Allmän livstillfredsställelse	--	.49●** (318)	-.47●** (314)	.18** (277)	.31●** (267)	.53●** (319)	.33●** (319)	.53●** (267)	.67●** (312)	.37●** (320)
2. Positiv affekt		--	-.38●** (344)	.08 (297)	.28●** (286)	.27●** (346)	.23●** (348)	.26●** (285)	.29●** (339)	.29●** (346)
3. Negativ affekt			--	-.08 (292)	-.30●** (281)	-.27●** (342)	-.28●** (344)	-.15 (281)	-.30●** (335)	-.24●** (342)
4. Yttre faktorer för arbetstillfredsställelse				--	.62●** (432)	.08 (306)	.10 (402)	.13 (381)	.03 (302)	.19●** (306)
5. Inre faktorer för arbetstillfredsställelse					--	.17** (294)	.14** (389)	.04 (368)	.04 (291)	.19●** (294)
6. Fritid						--	.19●** (363)	.31●** (292)	.47●** (355)	.19●** (363)
7. Självskattad hälsa							--	.11 (396)	.14** (354)	.16●** (363)
8. Partnerrelation								--	.61●** (292)	.20●** (292)
9. Familjeliv									--	.34●** (353)
10. Vänskapsrelation										--

●p<.05 (Bonferronikorrigerad), **p<.01 (okorrigerad), 2-sidig t-test prövning.

N= siffror inom parentes.

Prediktion av generellt välbefinnande genom faktorer för områdesspecifikt välbefinnande

I tabell 4 visas resultat av F-test av regressionsekvationer med allmän livstillfredsställelse, positiv affekt eller negativ affekt som beroende variabel och de sju områdesspecifika faktorerna som prediktorer. Resultaten för F-testen blev signifikanta för regressionsekvationerna av samtliga beroende variabler, vilket visar på att det finns samband mellan de områdesspecifika faktorerna och de olika beroende variablerna.

Tabell 4. F-test av regressionsekvationer med allmän livstillfredsställelse, positiv affekt eller negativ affekt som beroende variabel och de sju områdesspecifika faktorerna som prediktorer.

Beroende variabel	F (df)	
	Kvinna	Man
Allmän livstillfredsställelse	60,83 (7, 215)●***	54.27 (7, 209)●***
Positiv affekt	12.97 (7, 227)●***	15.96 (7, 213)●***
Negativ affekt	12.56 (7, 222)●***	14.82 (7, 216)●***

●p<.05(Bonferronikorrigerad), ***p<.001(okorrigerad).

I Tabell 5 visas mer detaljerade resultat av regressionsanalyserna med allmän livstillfredsställelse, positiv affekt eller negativ affekt som beroende variabler och de sju områdesspecifika faktorerna för upplevt välbefinnande som prediktorer, för män respektive kvinnor.

Vid analys med allmän livstillfredsställelse som beroende variabel kan de områdesspecifika variablerna förklara 64 % av variansen för män, respektive 66 % för kvinnor. Detta är höga siffror som visar att de områdesspecifika faktorer som använts som prediktorer är relevanta för att förutsäga allmän livstillfredsställelse. Den områdesspecifika faktorn som predicerade allmän livstillfredsställelse bäst var tillfredsställelse med familjeliv, som hade en standardiserad regressionskoefficient på .50 för män och .46 för kvinnor. Övriga signifikanta prediktorer för män var yttre faktorer för arbetstillfredsställelse och tillfredsställelse med fritid. Ytterligare signifikanta

prediktorer för kvinnor var inre faktorer för arbetstillfredsställelse samt tillfredsställelse med partner- och vänskapsrelationer.

Vid analys med positiv affekt som beroende variabel kan de områdesspecifika variablerna förklara 33 % av variansen för män, respektive 27 % för kvinnor. Den områdesspecifika faktorn som bäst predicerade positiv affekt var inre faktorer för arbetstillfredsställelse som hade en standardiserad regressionskoefficient på .34 för män och .26 för kvinnor. Övriga signifikanta prediktorer för kvinnor var partnerrelation och vänskapsrelationer.

Vid analys med negativ affekt som beroende variabel kan de områdesspecifika variablerna förklara 31 % av variansen för män, respektive 27 % för kvinnor. Den områdesspecifika faktorn som bäst predicerade negativ affekt för män var självskattad hälsa med en standardiserad regressionskoefficient på -.25. För kvinnor var den starkaste faktorn inre faktorer för arbetstillfredsställelse med en standardiserad regressionskoefficient på -.33. Ytterligare en signifikant prediktor för män var inre faktorer för arbetstillfredsställelse och för kvinnor var självskattad hälsa och vänskapsrelationer signifikanta prediktorer.

Könsskillnad mellan två partiella korrelationskoefficienter testades genom att varje koefficient först transformerades med Fishers z-transmutationsformel ($\ln \frac{1+koeff}{1-koeff}$). Sedan bildades skillnaden mellan koefficienterna som delades med en estimator av medelfelet. Denna storhet är om H_0 är sann standard normalfördelad. Med allmän livstillfredsställelse som beroende variabel konstaterades signifikanta (både bonferroni-korrigerade, $p < .05$ och okorrigerade, $p < .01$) könsskillnader i partialsambanden för yttre och inre faktorer för arbetstillfredsställelse samt för tillfredsställelse med partnerrelationer. Detta visade att män hade ett starkare partialsamband mellan allmän livstillfredsställelse och yttre faktorer för arbetstillfredsställelse än kvinnor, medan kvinnor hade ett starkare partialsamband mellan allmän livstillfredsställelse och tillfredsställelse med partnerrelation respektive inre faktorer för arbetstillfredsställelse än män. Med positiv affekt som beroende variabel konstaterades en signifikant könsskillnad (både bonferronikorrigerad, $p < .05$ och okorrigerad, $p < .01$) i partialsambandet för yttre faktorer för arbetstillfredsställelse, där män hade ett starkare

partialsamband än kvinnor. För negativ affekt fanns igen signifikant könsskillnad i partialsambanden.

Tabell 5. Resultat av regressionsanalys för män respektive kvinnor. Allmän livstillfredsställelse, positiv affekt eller negativ affekt är *beroende variabel* och de sju områdesspecifika faktorerna för upplevt välbefinnande är prediktorer.

Variabel	Män		Kvinnor	
	β	R^2 (justerad)	β	R^2 (justerad)
<i>Allmän livstillfredsställelse</i>		.64		.66
1. Yttre faktorer för arbetstillfredsställelse	.16**		-.10	
2. Inre faktorer för arbetstillfredsställelse	.14		.29●**	
3. Fritid	.20●**		.07	
4. Självskattad hälsa	.09		.11	
5. Partnerrelation	.01		.22●**	
6. Familjeliv	.50●**		.46●**	
7. Vänskapsrelation	.03		.14**	
<i>Positiv affekt</i>		.33		.27
1. Yttre faktorer för arbetstillfredsställelse	.16		-.11	
2. Inre faktorer för arbetstillfredsställelse	.34●**		.26●**	
3. Fritid	.06		.10	
4. Självskattad hälsa	.12		.13	
5. Partnerrelation	.15		.21**	
6. Familjeliv	-.02		-.05	
7. Vänskapsrelation	.07		.20**	
<i>Negativ affekt</i>		.31		.27
1. Yttre faktorer för arbetstillfredsställelse	.07		.15	
2. Inre faktorer för arbetstillfredsställelse	-.21**		-.33●**	
3. Fritid	-.09		-.05	
4. Självskattad hälsa	-.25●**		-.22●**	
5. Partnerrelation	-.17		-.03	
6. Familjeliv	-.13		-.13	
7. Vänskapsrelation	-.10		-.18**	

● $p < .05$ (Bonferronikorrigerad), ** $p < .01$ (okorrigerad).

För att undersöka hur sambandet såg ut mellan allmän livstillfredsställelse och de områdesspecifika faktorerna för upplevt välbefinnande när affekt konstanthållits gjordes ytterligare regressionsanalyser. I dessa analyser var allmän livstillfredsställelse beroende variabel och positiv affekt, negativ affekt samt de sju områdesspecifika faktorerna för upplevt välbefinnande prediktorer. Resultatet beskrivs i tabell 6.

Analysen visade att affekt och de områdesspecifika variablerna kan förklara 65 % av variansen i allmän livstillfredsställelse för män, respektive 69 % för kvinnor. Även när affekts inverkan på allmän livstillfredsställelse tagits bort erhålls signifikanta samband mellan områdesspecifika faktorer och allmän livstillfredsställelse för både män och kvinnor. Detta visar att de områdesspecifika faktorer som använts som prediktorer även är relevanta för att förutsäga allmän livstillfredsställelse på ett sätt som inte går via affekt.

För både män och kvinnor var tillfredsställelse med familjeliv den starkaste prediktorn för allmän livstillfredsställelse även när affekt konstanthållits. Den standardiserade regressionskoefficienten uppgick till .50 för män och .44 för kvinnor. Fritid var en annan signifikant prediktor för männen. Övriga signifikanta prediktorer för kvinnorna var tillfredsställelse med partnerrelation, inre faktorer för arbetstillfredsställelse och positiv affekt. Varken positiv eller negativ affekt var signifikanta prediktorer för mäns allmänna livstillfredsställelse.

Könsskillnader testades på samma sätt som vid tidigare beskriven regressionsanalys. Med allmän livstillfredsställelse som beroende variabel och affekt konstanthållen genom att ha med dem som prediktorer tillsammans med de områdesspecifika faktorerna konstaterades signifikanta (både bonferronikorrigerade, $p < .05$ och okorrigerade, $p < .01$) könsskillnader i partialsambanden för yttre faktorer för arbetstillfredsställelse samt för tillfredsställelse med partnerrelationer. Även här visade män ett starkare partialsamband mellan yttre faktorer för arbetstillfredsställelse och allmän livstillfredsställelse än kvinnor. Kvinnor hade ett starkare partialsamband mellan tillfredsställelse med partnerrelation och allmän livstillfredsställelse än män.

Tabell 6. Resultat av regressionsanalys för män respektive kvinnor. Allmän livstillfredställelse är *beroende variabel* och positiv affekt, negativ affekt samt de sju områdesspecifika faktorerna för upplevt välbefinnande är prediktorer.

Variabel	Män	Kvinnor
B	R ² (justerad)	β R ² (justerad)
<i>Allmän livstillfredställelse</i>		
	.65	.69
1. Yttre faktorer för arbetstillfredställelse	.01	-.06
2. Inre faktorer för arbetstillfredställelse	.08	.21●**
3. Fritid	.19●**	.07
4. Självskattad hälsa	.06	.05
5. Partnerrelation	.03	.19●**
6. Familjeliv	.50●**	.44●**
7. Vänskapsrelation	.01	.01
8. Positiv affekt	.12	.17●**
9. Negativ affekt	-.08	-.08

●p<.05 (Bonferronikorrigerad), **p<.01 (okorrigerad).

Diskussion

I denna rapport har huvuddelarna i upplevt välbefinnande studerats i ett relativt representativt urval av medelålders svenska män och kvinnor. Syftet med rapporten är att undersöka sambandsstrukturen mellan de olika delarna i begreppet upplevt välbefinnande. Generellt välbefinnande med allmän livstillfredställelse, positiv affekt och negativ affekt å ena sidan och områdesspecifikt välbefinnande å andra sidan. Rapporten avser även att undersöka om det finns könsskillnader i dessa samband. Ytterligare tre mer specifika frågeställningar besvaras: (a) Har mäns upplevelse av arbetstillfredställelse ett starkare samband med generellt välbefinnande än kvinnors? (b) Har kvinnors tillfredställelse familjeliv ett starkare samband med generellt välbefinnande än mäns? (c) Har kvinnors tillfredställelse med partnerrelation ett starkare samband med generellt välbefinnande än mäns?

Sambandsstrukturen mellan generellt och områdesspecifikt välbefinnande

De flesta korrelationerna visar att det finns starka samband mellan områdesspecifika faktorer för välbefinnande och generellt välbefinnande. Korrelationerna mellan de olika delarna i generellt välbefinnande (allmän livstillfredsställelse, positiv affekt och negativ affekt) visar signifikanta samband mellan samtliga faktorer för både män och kvinnor. Regressionsanalyserna med allmän livstillfredsställelse, positiv eller negativ affekt som beroende variabler och de områdesspecifika faktorerna som prediktorer visar även de att områdesspecifika faktorer är relevanta för att förutsäga generellt välbefinnande. Dessa resultat stämmer väl överens med Diener et al. (1999) och Lent et al. (2005) studier där man menar att det finns starka samband mellan generellt och områdesspecifikt välbefinnande. Resultatet stödjer även Feist et al. (1995) teori om att det finns en ömsesidig orsaksmodell mellan upplevt välbefinnande, bottom-up faktorer och top-down faktorer.

Tillfredsställelse med familjeliv och generellt välbefinnande

Det allra starkaste sambandet för både män och kvinnor finns mellan tillfredsställelse med familjeliv och allmän livstillfredsställelse. Även regressionsanalysen med allmän livstillfredsställelse som beroende variabel och de områdesspecifika faktorerna för upplevt välbefinnande som prediktorer visade att tillfredsställelse med familjeliv var den starkaste prediktorn för allmän livstillfredsställelse för båda könen. Tillfredsställelse med familjeliv kvarstår som den starkaste prediktorn vid regressionsanalys där affekt konstanthållits. Detta visar att sambandet inte går via affekt för vare sig män eller kvinnor. Inga signifikanta könsskillnader kunde konstateras mellan tillfredsställelse med familjeliv och affekt. Således blir svaret på rapportens andra frågeställning (b), att kvinnor inte kan anses ha ett starkare samband mellan tillfredsställelse med familjeliv och generellt välbefinnande än män.

För kvinnor är detta resultat förenligt med Reids (2004) påstående om att kvinnors upplevda välbefinnande påverkas av både interna och externa faktorer. Att familjeliv hade ett så starkt samband med mäns allmänna livstillfredsställelse är dock ett resultat

som inte stämmer överens med Reids rapport, där interna faktorer som individuella uppfattningar och egenskaper påstås ha en större betydelse för mäns upplevda välbefinnande än externa faktorer som harmoniska relationer. Mäns starka samband mellan familjeliv och allmän livstillfredsställelse stämmer inte heller överens med Reids syn på att män definierar sig själva genom att separera sig själva från andra och att deras självkänsla anses vara mer sammankopplad med prestation än kvinnors. Det som skulle kunna förklara detta samband är att Dieners et al. (1999) och Reids (2004) rapporter gjorts i USA där kulturen kan ses som mer individualistisk än i Sverige. Detta skulle kunna innebära att den svenska kulturen värdesätter och uppmuntrar individer till att skapa goda relationer och uppfylla sociala åtaganden i större utsträckning än vad som görs i en mer individualistisk kultur. I en kollektivistisk kultur har både externa och interna faktorer som goda relationer betydelse för upplevt välbefinnande. Diener (1996) betonar vikten av att ta hänsyn till både personlighet och omgivning för att förklara och förstå skillnader mellan grupper som till exempel kulturer.

Könsskillnader i nivån på generellt och områdesspecifikt välbefinnande

Vid jämförelse av medelvärden för mäns och kvinnors generella välbefinnande konstaterades inga signifikanta könsskillnader. Även bland de områdesspecifika faktorerna fanns inga signifikanta skillnader i medelvärden mellan män och kvinnor. Detta resultat stämmer väl överens med att studier visat att de skillnader som kan ses mellan män och kvinnors upplevda välbefinnande oftast är små (Diener et al., 1999).

Könsskillnader i sambanden mellan arbetstillfredsställelse och generellt välbefinnande

Män uppvisade starkare korrelationer mellan positiv affekt och yttre faktorer för arbetstillfredsställelse än kvinnor. Denna könsskillnad kunde även styrkas vid en test av skillnad mellan män och kvinnors partiella korrelationskoefficienter. Med positiv affekt som beroende variabel i regressionsanalysen konstaterades en signifikant könsskillnad i partialsambandet med yttre faktorer för arbetstillfredsställelse. Även vid regressionsanalys med allmän livstillfredsställelse som beroende variabel kunde en signifikant könsskillnad i partialsambandet med yttre faktorer för arbetstillfredsställelse

konstateras, där män hade ett starkare samband än kvinnor. Denna könsskillnad kvarstår även när affekt konstanthållits från allmän livstillfredsställelse. Detta visar att könsskillnaden i partialsambandet inte enbart går via affekt.

En annan könsskillnad som kunde konstateras vid test av skillnad i de partiella korrelationskoefficienterna var att kvinnor har ett starkare partialsamband mellan inre faktorer för arbetstillfredsställelse och allmän livstillfredsställelse än män. Denna könsskillnad kvarstår även när positiv och negativ affekt konstanthållits från allmän livstillfredsställelse. Detta visar att könsskillnaden i partialsambandet inte går via affekt.

Dessa resultat stämmer överens med det svar som förväntats på den första frågeställningen (a) i denna rapport. Denna frågeställning har baserats på Wood et al. (1989) där könsskillnader i känslor anses bero på de könsroller som finns i kulturen. Även Reids (2004) diskussion om att könsroller socialiserar in män och kvinnor i olika roller genom förväntningar på hur manliga respektive kvinnliga beteenden och färdigheter skall vara stöder resultatet. Det skulle kunna vara så att män i enlighet med den maskulina normen förväntas tjäna mer pengar och göra karriär i högre grad än kvinnor. Medan kvinnor enligt den feminina normen förväntas relaterar sig själva till andra i större utsträckning än män. Därmed skulle inre faktorer för arbetstillfredsställelse som till exempel möjligheten att få göra ett arbete som andra har nytta och glädje av, kunna ha större betydelse för kvinnors allmänna livstillfredsställelse än mäns. Medan yttre faktorer för arbetstillfredsställelse som till exempel lön har större betydelse för mäns allmänna livstillfredsställelse än kvinnors. Diener et al. (1999) menar att omgivningen även påverkar en individs mål. Dessa mål är starkast knutna till upplevt välbefinnande när de värderas högt i den kultur eller subkultur individen tillhör. Omgivningen värderar män som gör karriär och tjänar mycket pengar högt, vilket har en inverkan på de mål en man skapar för sig själv. Detta skulle kunna vara ytterligare en förklaring till att män har ett starkare samband mellan yttre faktorer för arbetstillfredsställelse och generellt välbefinnande än kvinnor. Resultatet är även samstämmigt med Reid (2004) som menar att socialiserade könsroller har betydelse för hur män och kvinnors självkänsla upprätthålls och skapas. Mäns självkänsla anses vara mer sammankopplad med prestationer medan kvinnors självkänsla anses vara mer

sammankopplad med goda och harmoniska relationer. Enligt Diener et al. (1999) påverkar en god överensstämmelse mellan omgivning, en individs mål och en individs personlighet det upplevda välbefinnandet positivt.

Könsskillnader i sambanden mellan tillfredsställelse med partnerrelation och generellt välbefinnande

Män uppvisade även starkare korrelationer mellan negativ affekt och tillfredsställelse med partnerrelation än kvinnor. Vid test av könsskillnader mellan de partiella korrelationskoefficienterna för positiv respektive negativ affekt och tillfredsställelse med partnerrelation kvarstod dock inga signifikanta könsskillnader. En signifikant könsskillnad konstaterades emellertid mellan de partiella korrelationskoefficienterna för tillfredsställelse med partnerrelation och allmän livstillfredsställelse. Där kvinnor hade ett starkare partialsamband än män. Denna könsskillnad kvarstår även när positiv och negativ affekt konstanthållits från allmän livstillfredsställelse. Detta visar att könsskillnaden i partialsambandet inte går via affekt. Således blir svaret på rapportens tredje frågeställning (c), att kvinnor kan anses ha ett starkare partialsamband mellan tillfredsställelse med partnerrelation och allmän livstillfredsställelse och än män. Enligt Wood et al. (1989) anses män inte vara socialiserade till att vara känslomässigt lyhörda för sina och andras känslor i lika stor utsträckning som kvinnor. Detta skulle kunna vara en tänkbar förklaring till att de har ett starkare negativt samband i korrelationen mellan negativ affekt och tillfredsställelse med partnerrelation än kvinnor och att tillfredsställelse med partnerrelation har en större betydelse för kvinnors allmänna livstillfredsställelse än mäns.

Könsskillnader i affekt

Det är intressant att allmänt diskutera Diener et al. (1999) samt Fujita et al. (1991) åsikter om att kvinnor i allmänhet upplever positiva och negativa känslor mer starkt än män gör. I Diener (1984) beskrivs även att känslointensitet tillsammans med känslofrekvens skapar en medelnivå för upplevt välbefinnande som är relativt oberoende av negativa och positiva händelser. I denna rapport har dock inga

signifikanta könsskillnader i affekt kunnat konstateras. Däremot var positiv affekt en signifikant prediktor för kvinnors allmänna livstillfredsställelse, medan varken positiv eller negativ affekt var signifikanta prediktorer för mäns allmänna livstillfredsställelse.

Metoddiskussion

Metodproblem har uppmärksammats inom området upplevt välbefinnande. Ett problem med metoden är bristen på experimentella och longitudinella studier som gör det svårt att undersöka orsakssambanden mellan de olika delarna i upplevt välbefinnande. Ett annat metodproblem är att upplevt välbefinnande ofta mäts med självskattningar. En av de vanligaste invändningarna mot detta förfaringssätt är att sådana mätningar är förenade med ett "självpresenterande" bias som innebär att individer skattar sig som lyckligare än de är, i viljan att verka normala och lyckade (Fujita et al., 1991). Självskattade mätningar kan även påverkas av affekt och situationsbundna faktorer. För att kunna kontrollera för detta har i denna rapport en regressionsanalys gjorts där affekt konstanthållits. Trots dessa invändningar skulle det vara svårt att se någon bättre mätmetod, då ingen kan avgöra vårt upplevda välbefinnande bättre än vi själva. Traditionella självskattade mätningar av upplevt välbefinnande uppvisar också en hög konvergensvaliditet med alternativa mätmetoder för upplevt välbefinnande (Sandvik, Diener & Seidlitz, 1993). Reliabiliteten är också relativt hög som den mätts med Cronbachs alfa för samtliga mått på subjektivt välbefinnande som använts i denna rapport.

Slutkommentarer

Det finns egenskaper i data som begränsar resultatets generaliserbarhet. För det första är inte urvalet slumpmässigt, alla undersökningsdeltagarna är ungefär lika gamla och bor i samma stad. Enligt Bergman (2000) ger dock detta urval en någorlunda representativ bild över den svenska befolkningen i denna ålder. Bergman och Daukantatie (2006) beskriver i sin rapport att det bör tas med i beräkningen att upplevt välbefinnande kan variera med åldern. Min åsikt är att resultatet skulle kunna ha varit något annorlunda om undersökningsdeltagarna varit yngre. I takt med att kvinnor kommit ut i arbetslivet och

gjort karriär i större utsträckning kan det vara naturligt att de blivit mer prestationsinriktade. Männen kan även ha blivit mer socialiserade till att relatera sig själva till andra i takt med att de fått ta ansvar för hem och familj i större utsträckning. Detta skulle kunna påverka kulturen och vilka mål som anses viktiga och värdesätts. Detta påverkar i sin tur det områdesspecifika och generella välbefinnandet. I framtida studier skulle det därför vara intressant att undersöka en yngre ålderskategori och jämföra eventuella skillnader. Det skulle även vara intressant att göra en longitudinell studie och jämföra två mätillfällen för att kunna fastställa orsakssamband mellan områdesspecifikt och generellt välbefinnande. Detta skulle också vara till hjälp för att bringa mer klarhet i interaktionen mellan personlighet och situationsbundna faktorer.

Referenser

- Bergman, L.R. (2000). Women's health, work and education in a life-span perspective: Technical report 1: Theoretical background and overview of the data collection. *IDA report no 70, department of psychology Stockholm University*.
- Bergman, L.R., Daukantaite, D. (2006). The importance of social circumstances for Swedish women's subjective well-being. *International journal of social welfare*, 15.
- Cohen, J. (1994). The earth is round ($p < .05$). *American Psychologist*, 49, 997-1003.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E. (1996). Traits can be powerful, but are not enough: Lessons from subjective wellbeing. *Journal of research in personality*, 30, 389-399.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-33.

Diener, E., & Diener M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 653-663.

Diener, E., & Fujita, F. (1995). Resources, personal strivings and subjective well-being: A nomothetic and idiographic approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 926-935.

Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R.E., & Smith, H.L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.

Emmons, R. A., & Diener, E. (1986). An interactional approach to the study of personality and emotion. *Journal of Personality*, 54, 371-384.

Feist, J.G., Bodner, E.T., Jacobs, F.J., Miles, M., & Tan, V. (1995). Integrating top-down and bottom-up structural models of subjective well-being: A longitudinal investigation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 138-150.

Fujita, F., Diener, E., & Sandvik, E. (1991). Gender differences in negative affect and wellbeing: The case for emotional intensity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 427-434.

Howell, C.D. (2002). *Statistical methods for psychology* (5th ed.). Pacific Grove, CA: Duxbury.

Kwan, V.S.Y., Bond, M.H., & Singelis, T.M. (1997). Pancultural explanations for life satisfaction: Adding relationship harmony to self-esteem. *Journal of personality and social psychology*, 73, 1038-1051.

Lent, R.W., Singley, D., & Sheu, H. (2005). Social cognitive predictors of domain and life satisfaction: Exploring the theoretical precursors of subjective well-being. *Journal of counselling psychology*, 52, 429-442.

Magnusson, M. (1988). *Individual development from an interactional perspective: a longitudinal study*. Hillsdale, N.J: Erlbaum Publishers.

Reid, Ann. (2004). Gender and sources of subjective well-being. *Sex roles*, 51, Nos 11/12.

Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudemonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.

Sandvik, E., Diener, E., & Seidlitz, L. (1993). Subjective well-being: The convergence and stability of self-report and non-self-report measures. *Journal of Personality*, 61,(3).

Trost, K., & Bergman, E. (2004). Men's work and well-being in a lifespan perspective: Technical report from the 2002-2003 data collection. *IDA report no 85, department of psychology Stockholm University*.

Watson, D., & Clark, L.A. (1984). Negative affectivity: The disposition to experience negative affective states. *Psychological Bulletin*, 96, 465-490.

Wood, W., Rhodes, N., & Whelan, M. (1989). Sex differences in positive well-being: A consideration of emotional style and marital status. *Psychological Bulletin*, 106, 249-264.