

Hvorfor er danskerne så (selv)tilfredse? Et komparativt studie af tilfredshed i EU – sekundærpublikation

Professor Kaare Christensen, 1. reservelæge Anne Maria Herskind & professor James W. Vaupel

Syddansk Universitet, Epidemiologi, Institut for Sundhedstjenesteforskning, Odense Universitetshospital, Børneafdelingen, og Max Planck Institute for Demographic Research, Rostock

Resume

Danskerne er uden sammenligning de mest tilfredse borgere i EU. Vi opstillede en række (u)sandsynlige hypoteser og fandt, at danskernes urokkelige velbefindende er multifaktorielt, men med to mulige, afgørende faktorer: EM-sejren i fodbold i 1992 og ikke mindst at danskerne har konstant lave (og uden tvivl realistiske) forventninger til det kommende år. Med et givetvist skuffende 2007 i vente ønsker vi ikke at vække falske forhåbninger. En lille trøst kan måske være, at denne undersøgelse tyder på, at hvis man sænker sine forventninger, er man måske lidt bedre til mode ved næste årsskifte.

Danskerne er i særklasse, i hvert fald når det gælder tilfredshed med tilværelsen. Tidligere på året udsendte Leicester Universitet et »World Map of Happiness« med Danmark som en klar nummer 1. Og ikke nok med det, igennem de seneste 30 år har Danmark uden undtagelse ligget på førstepladsen i eurobarometerundersøgelserne [1]. Ifølge disse undersøgelser er mere end to tredjedele af danskerne »meget tilfredse« med deres liv. Intet andet eurobarometerland når tilnærmelsesvis dette niveau, og for de fleste af landene er andelen mindre end en tredjedel (**Figur 1**). For at finde en forklaring på den danske (selv)tilfredshed har vi gransket litteraturen, statistikken og den almene viden.

Hypoteser, metoder og resultater

Vi har især koncentreret os om, hvorfor tilfredsheden i Danmark i betydelig grad overgår tilfredsheden i Sverige og Finland, som nok er de to eurobarometerlande, der ligner Danmark mest. Vi har opstillet vores hypoteser i en rækkefølge, som går fra den mest usandsynlige til den mindst usandsynlige.

Hårfarve

En nærliggende forklaring er, at det faktisk passer, at *blondes have more fun*. Denne hypotese, som oprindelig var et rekla-

meslogan for et hårfarvningsmiddel i 1950'erne, blev ceneret i 1978 af rockmusikeren *Rod Stewarts* album med samme titel. Det eneste problem er, at man i det relativt utilfredse Sverige har en højere prævalens af lyshårede end i Danmark [2].

Gener

Resultaterne af nogle undersøgelser tyder på, at genetiske faktorer har indflydelse på forskelle i trivsel [3], og det kan ikke udelukkes, at danskerne har en særlig »tilfreds« genetisk konstitution. Denne hypotese er dog også usandsynlig, da svenskerne og danskerne i århundreder har blandet genpulje gennem diverse krige og besættelser.

Mad

Det er ikke ofte, at man i udlandet får hjemve ved at passere en restaurant, der lokker med *Danish cuisine*. Det er nok ikke en tilfældighed.

Klima

Der synes heller ikke at være meget tilfredshed at hente i et klima, som er noget koldere og mere overskyet end selv det engelske klima. Antallet af solskinstimer i København i 2004 var 1.539 sammenlignet med 1.821 timer i Stockholm for slet ikke at tale om 2.538 timer i Rom. Et særligt træk er sæsonudsvingene i graden af tilfredshed. Tallene i Figur 1 er gennemsnittet af forårs- og efterårsmålingerne. Tilfredsheden er af gode grunde op til 38% højere om foråret end om efteråret.

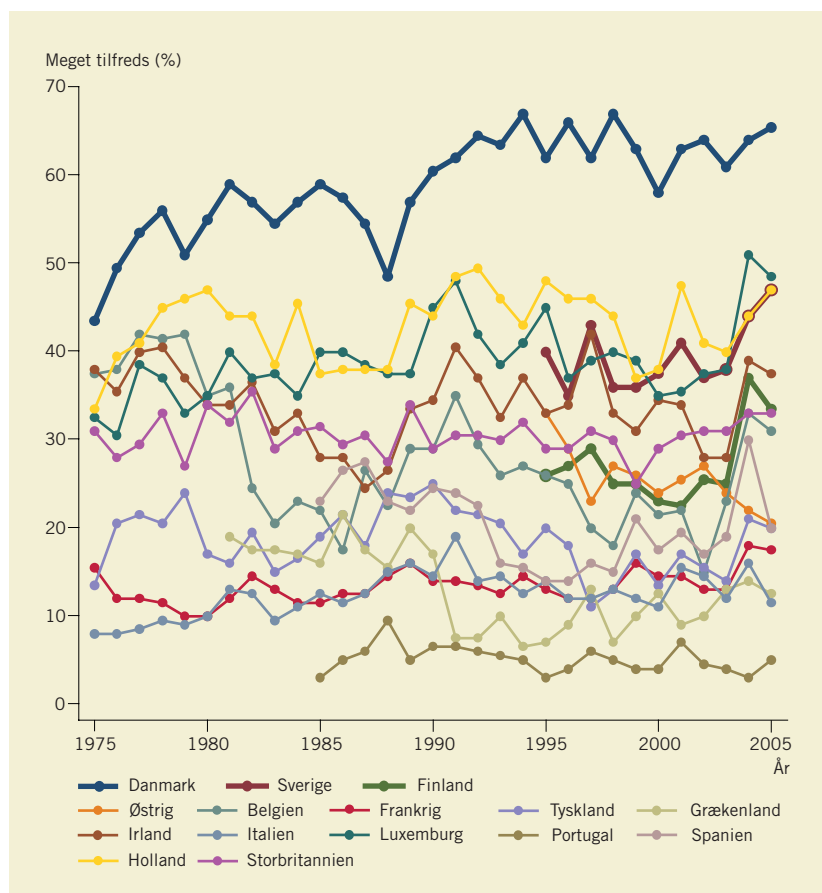
Sprog

Det danske ord »tilfreds« har muligvis en lidt anden betydning end det engelske *satisfied* eller det svenske *nöjd*. For 1.000 år siden var de tre sprog nært beslægtede, mens de i vore dage adskiller sig temmelig meget fra hinanden. Især har engelsk gennemgået en udvikling med sin rige opblanding af tyske og latinske kilder, hvorimod svensk har udviklet sig til en art syngen, mens dansk trofast har bevaret vikingernes gutturale grynten.

Den bogstavelige betydning af ordet *tilfreds* er *til fred* og bruges ifølge Ordbog over det Danske Sprog om en, »hvis lyst(er), ønske(r), krav er blevet imødekommet, opfyldt, ell. som har affundet sig med, fundet sig til rette i ell. synes om sin stilling, sin skæbne, sine livsforhold osv. i en saadan grad, at man kan slaa sig til ro dermed, ikke har grund til klage,

VIDENSKAB OG PRAKSIS | SEKUNDÆRPUBLIKATION

Figur 1. Andel, som ifølge eurobarometermålingerne (europa.eu.int/comm/public opinion/index en.htm) har angivet at være meget tilfreds, i 15 EU-lande.



misfornøjelse ell. *endog* føler glæde derover» (forfatterens kursivering). Hvis man skal oversætte ordet til engelsk, kan det oversættes ved såvel *contented* som *satisfied*. Artiklens tosprogede forfattere har overvejet sagen frem og tilbage og er nået frem til den konklusion, at det er svært at være tilfreds, hvis man ikke er *satisfied*, og at *very satisfied* mennesker næsten altid er meget tilfredse. Undersøgelser af den flersprogede schweiziske befolkning har da også vist et konstant rapporteringsniveau inden for Schweiz' grænser, som er forskelligt fra det franske, italienske og tyske, og ikke en overensstemmelse på tværs af grænserne med tilsvarende sproggrupper [4].

Alkohol og rygning

Meget høje niveauer af rygning og alkoholindtagelse forbindes normalt med lav trivsel, men Danmark hører til blandt landene med det største forbrug. Dette forbrug afspejles i dødsårsagerne og i den lave middellevetid. En af BMJ's reviewere af denne artikel foreslog, at grunden til danskernes tilfredshed kunne være, at mange var berusede under eurobarometerinterviewene.

Ægteskab og børn

Det er veldokumenteret, at det at være gift og have børn er associeret med tilfredshed med tilværelsen. Danmark lig-

ger på førstepladsen i Europa, når det gælder ægteskaber, men har også – sammen med Belgien – en førerposition med hensyn til skilsmisrate. Hvad angår børn, er Danmark blandt de EU-lande, der har den højeste fertilitet. Nye danske forskningsresultater viser imidlertid, at tilfredsheden med tilværelsen falder ved mere end et barn, især for kvindernes vedkommende [5].

Helbred

Et godt helbred er associeret med tilfredshed med tilværelsen. Når det gælder selvrapporteret helbred, klarer danskerne sig rigtig godt, men målt mere objektivt i form af sygdomme og fysisk tilstand, er danskernes helbred i bedste fald middelmådigt [6]. Danskernes middellevetid er på en beskedne 13. plads blandt de 15 gamle EU-lande.

Velfærdsstat

Tværnationale studier viser, at en blomstrende økonomi og et velfungerende demokrati hænger sammen med et højt niveau af tilfredshed [4, 7], selv om longitudinelle studier af tilfredshed med tilværelsen ikke har vist nogen varige ændringer som følge af højere indtægt [8]. Danmark ligger som nr. 1 målt med Gini-indekset, som er et mål for indkomstlighed, men er tæt fulgt af Sverige, som er nr. 2 i Europa. Det

VIDENSKAB OG PRAKSIS | SEKUNDÆRPUBLIKATION

er også påvist, at niveauet af subjektiv tilfredshed er højere i samfund, som er protestantiske [4]. Men igen adskiller Danmark sig ikke meget fra Sverige med hensyn til at misligholde kirkegangen.

Motion

Der er mere end 1,6 mio. danskere, som er medlemmer af en sportsklub. Desuden anvender danskerne i stor udstrækning cyklen som transportmiddel, et træk de har fælles med hollænderne, der også ligger højt på tilfredshedsranglisten.

Fodboldtriumfer

Det er helt korrekt, når man i en guidebog om Danmark hævder, at 2-0-sejren ved europamesterskabet i fodbold i 1992 hensatte danskerne i en sådan grad af eufori, at landet ikke har været det samme siden. Dette kunne forklare det høje tilfredshedsniveau i Danmark fra 1992 og fremefter (Figur 1). Andre forskningsresultater støtter denne forklaring. For eksempel har man påvist, at det engelske landsholds resultater influerer på kurserne på det engelske aktiemarked, og at antallet af dødsfald som følge af hjerte-kar-sygdomme afhænger af det lokale holds og landsholdets præstationer [9].

Forventninger

I eurobarometerundersøgelserne indgår der også spørgsmål om forventninger til tilværelsen i det kommende år. Der er blevet argumenteret for, at store forventninger til fremtiden skulle være associeret med tilfredshed med tilværelsen [10], men også, at forventningerne, hvis de er urealistisk høje, i stedet kan give anledning til skuffelse og et lavt niveau af tilfredshed med tilværelsen. Eurobarometerdata for forventninger går tilbage til 1980 og viser, at mens danskere er meget tilfredse, er deres forventninger til det kommende år temmelig lave. I modsætning hertil scorer Italien og Grækenland, som hører til blandt de mindst tilfredse lande, højt med hensyn til forventninger for det kommende år. De ligger helt i toppen sammen med Sverige og Finland.

Diskussion og konklusion

Årsagen til danskernes urokkelige velbefindende er uden tvivl multifaktoriel. Vi er meget tilfredse med, at vi her til slut og mod alle odds har været i stand til at yde et beskedent bidrag til forståelsen af den gåde, som den danske (selv)tilfredshed er. Vi tvivler på, at yderligere forskning vil kunne føre til en større forståelse inden for en overskuelig fremtid, men årtiers anstrengelser vil muligvis kunne føje lidt yderligere viden til. Optimisme er helt ubegrundet.

Vores analyse peger på to forklarende faktorer. Den danske fodboldtriumf i 1992 har haft en varig betydning. Denne sejr gav efter vores mening den danske psyke det største løft siden Danmarks lange nedtur startede med nederlaget i England i 1066 fulgt af tabene af Sverige, Norge, Slesvig-Holsten, de Dansk-Vestindiske Øer og Island. Dog begyndte

danskernes tilfredshed noget før 1992, om end på et mere beskedent niveau. Den helt afgørende faktor, som forklarer dette og adskiller danskere fra svenskere og finner, synes at være, at danskerne har konstant lave (og uden tvivl realistiske) forventninger til de kommende år. År efter år bliver vi så glædeligt overraskede over at finde, at ikke alt bliver stadigt mere råddent i Danmarks Rige.

Vores tolkning bekræftes af de danske mediers dækning af den hollandske professor i sociale betingelser for lykke og leder af World Database of Happiness, *Ruut Veenhoven*, som i 2005 erklærede, at danskerne er verdens lykkeligste folk. En dansk avisoverskrift lød: »Vi er de lykkeligste lige nu«. Det er betryggende, at medierne således maner til besindighed med et lille »lige nu« og understreger, at godt nok er vi lykkelige, men sikkert ikke længe, og lad nu være med at have forventninger om, at det vil vare ved.

Korrespondance: *Kaare Christensen*, Epidemiologi, Institut for Sundhedstjenesteforskning, Syddansk Universitet, DK-5000 Odense C.
E-mail: kchristensen@health.sdu.dk

Antaget: 21. november 2006

Interessekonflikter: Vi er temmelig tilfredse (lige nu), og har små forventninger til det kommende år. Der er ingen interessekonflikter i øvrigt.

This article is based on a study first reported in BMJ: BMJ, 2006 (Special Christmas Issue) in press.

Taksigelse: Tak til *Inge Petersen*, *Birgit Wich*, *Matt McGue* og *Jeffrey C. Murray* samt til *Kirsten Pagh* for stor hjælp med den danske version af manuskriptet.

Litteratur

1. europa.eu.int/comm/public_opinion/index_en.htm /nov 2006.
2. Suter D. Hair colour in the Faroe and Orkney Islands. *Ann Hum Biol* 1979;6:89-93.
3. Lykken D, Tellegen A. Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science* 1996;6:10-9.
4. Inglehart R, Klingemann H-D. Genes, Culture, Democracy, and Happiness. I: Diener E, Suh EM, red. *Culture and Subjective Well-Being. Annual Review of Psychology*, 2000:165-83.
5. Kohler H-P, Behrman JR, Skytthe A. Partner + children = happiness. The effects of partnerships and fertility on well-being. *Population Develop Rev* 2005;31:407-45.
6. Börsch-Supan A, Brüggemann A, Jürges H et al, red. *Health, Ageing and Retirement in Europe. First results from the Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe*. Mannheim: Mannheim Research Institute for the Economics of Aging (MEA) 2005.
7. Diener E, Diener M, Diener C. Factors predicting the subjective well-being of nations. *J Pers Soc Psychol* 1995;69:851-64.
8. Easterlin RA. Explaining happiness. *Proc Natl Acad Sci USA* 2003;100:11176-83.
9. Witte DR, Bots ML, Hoes AW et al. Cardiovascular mortality in Dutch men during 1996 European football championship: longitudinal population study. *BMJ* 2000;321:1552-4.
10. Lyubomirsky S. Why are some people happier than others? The role of cognitive and motivational process in well-being. *Am Psychol* 2001;56:239-49.