

Livskvalitet er forbundne kar

Støttet af
TrygFonden



Af Preben Etwil, Danmarks Statistik

Folks oplevelse af livskvalitet afhænger af rigtig mange individuelle faktorer. Faktorer der typisk hænger sammen. Ikke sjældent ser man, at hvis man vurderer en faktor positivt, så vurderer man også andre faktorer positivt. Omvendt hvis man befinder sig i en negativ fase af livet, er der sjældent tale om, at det er en enkelt faktor, der spiller ind. Så opleves en lang række livsforhold negativt.

Nu og i fremtiden

Sammenhængen mellem nutid og fremtid viser sig bl.a. ved, at 55 procent af dem, der har givet nutiden en stor score, også scorer højt på fremtiden - jf. tabel 1. Sagt på en anden måde betyder det, at ikke mindre end 91 pct. (54,6 ud af 59,7) af dem, der giver spørgsmålet om livstilfredshed her og nu en høj score, også giver tilfredshed med fremtiden en høj score.

Tabel 1 Sammenhæng mellem livstilfredshed her og nu og i fremtiden

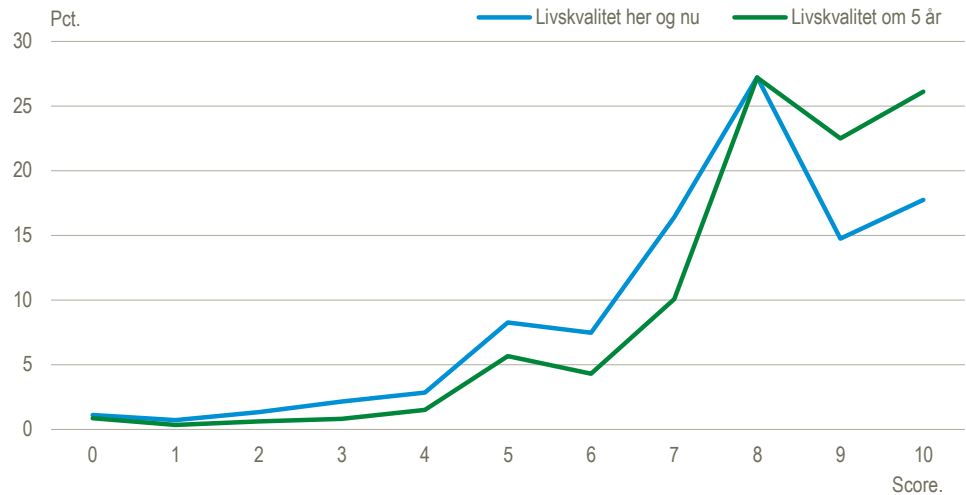
	Livet om 5 år			I alt
	Lav score	Middel score Procent	Høj score	
Livet her og nu				
Lav score	1,7	2,1	1,5	5,3
Middel score	0,8	14,5	19,7	35,0
Høj score	0,2	4,9	54,6	59,7
I alt	2,6	21,5	75,8	100,0

Man kan også se, at næsten 60 pct. af alle voksne på 18 år og derover, og som har svaret på spørgsmålet om både nutid og fremtid, giver en høj score på livskvalitetssituationen her og nu. Man kan samtidig konstatere, at ikke mindre end 76 pct. af denne gruppe giver livstilfredshed om fem år en høj score.

Af de 35 pct., der har givet en middelscore på spørgsmålet om livstilfredshed her og nu, har næsten alle givet enten en middel eller høj score på fremtiden. For kigger man på livskvalitet 5 år frem i tiden giver 22 pct. af befolkningen dette spørgsmål en middel score. Ikke mindre end 67 pct. (14,5 pct. ud af 21,5 pct.) af dem gav også middelscore til livskvalitet her og nu.

Det ser ud til, at den andel af folk, der scorer lavt på livskvalitet her og nu, scorer endnu lavere, når de ser på deres fremtidsudsigter - jf. figur 1. Det gælder faktisk helt frem til en score på 8, hvor udviklingen vender. Den andel af personer, der scorer 9 eller 10 på livskvalitet her og nu vokser, når fremtiden vurderes.

Figur 1 Sammenhæng mellem livstilfredshed her og nu og i fremtiden



Arbejde og tilfredshed med livet

Arbejdslivet fylder rigtig meget i mange menneskers liv. Arbejde giver ud over indkomst og forsørgelsesgrundlag også personlig anerkendelse og status. To forhold, der alt i alt er med til at øge folks livskvalitet.

Mere end 55 pct. af den voksne befolkning på arbejdsmarkedet scorer højt på spørgsmålet om tilfredshed med deres arbejde – jf. tabel 2.

Tabel 2 Sammenhæng mellem tilfredshed med livet og ens arbejde

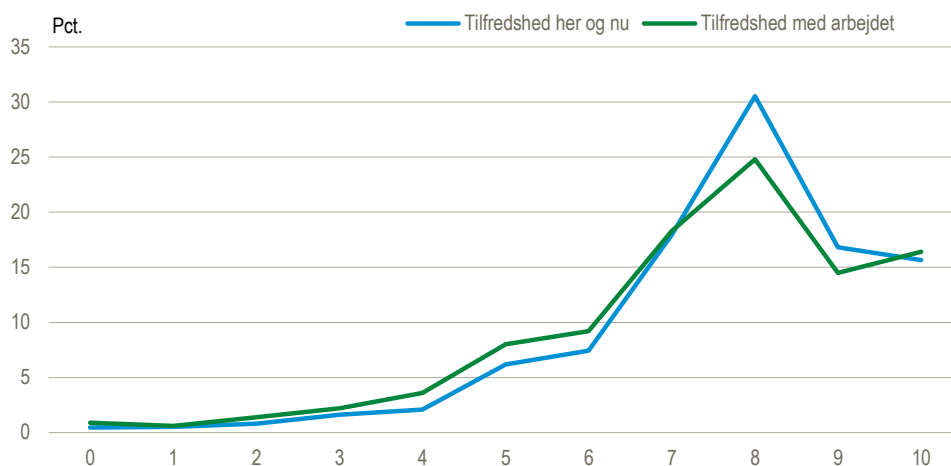
Tilfredsheds med arbejdet				
	Lav score	Middel score	Høj score	I alt
Tilfredshed her og nu		Procent		
Lav score	1,1	1,4	0,8	3,4
Middel score	3,4	19,0	11,2	33,6
Høj score	0,5	18,7	43,8	63,0
I alt	5,0	39,2	55,8	100,0

Af dem tilkendegiver 78 pct. (43,8 pct. ud af 55,8 pct.) en høj score på tilfredshed med livet her og nu. Blandt de 39 pct., der kun giver deres tilfredshed med deres arbejde en middelkarakter, har 48 pct. (19,0 pct. ud af 39,2 pct.) også valgt at give en middelscore på tilfredshed med livet her og nu.

Men det er værd at bemærke, at rigtig mange af dem, der har vurderet, at deres arbejde kun fortjente en middelscore, har valgt at give deres generelle livskvalitet en høj score. For ikke mindre end 48 pct. (18,7 pct. ud af 39,2 pct.) af dem, der kun vurderer middel på tilfredshed med deres arbejde, har vurderet deres livskvalitet her og nu som højt.

Det fremgår tydeligt af figur 2, at der er en holdningsmæssig sammenhæng mellem tilfredshed med livet og ens arbejdsmæssige situation

Figur 2 Sammenhæng mellem tilfredshed med livet og ens arbejde



Den andel, der er utilfredse med deres arbejdssituation, er ret lille, men det er andelen af folks tilfredshed med deres arbejde også. Efterhånden som man tilkendegiver tilfredshed med ens arbejdet, stiger tilfredsheden med ens livssituation her og nu også.

Sociale relationer og tilfredshed med livet

Mere end 60 pct. af den voksne danske befolkning angiver en høj score på spørgsmålet om sociale relationer- jf. tabel 3.

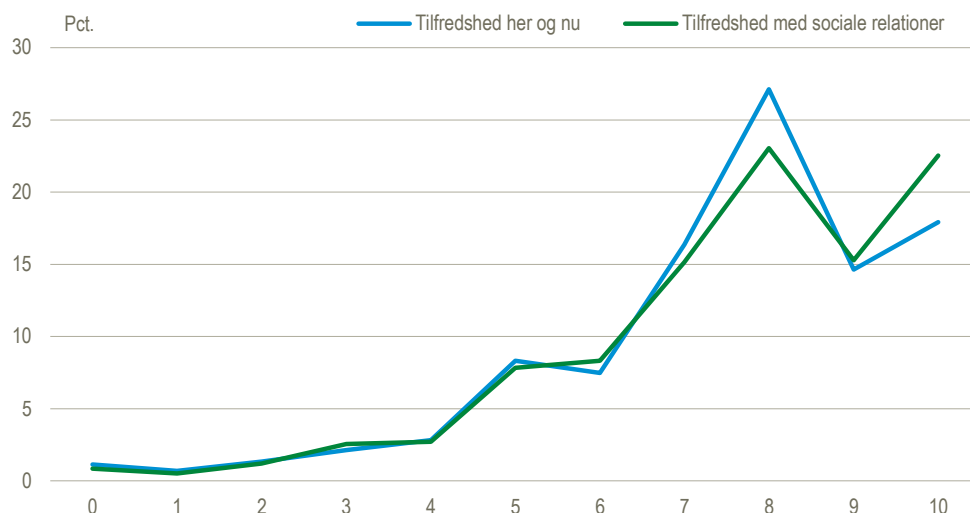
Tabel 3 Sammenhæng mellem tilfredshed med livet og sociale relationer

Tilfredsheds med sociale relationer				
	Lav score	Middel score	Høj score	I alt
Tilfredshed her og nu	Procent			
Lav score	2,1	2,2	1,1	5,3
Middel score	2,4	18,4	14,2	35,0
Høj score	0,7	13,5	45,5	59,7
I alt	5,1	34,0	60,8	100,0

Heraf har 75 pct. (45,5 pct. ud af 60,8 pct.) også scoret højt på tilfredshed med livet her og nu. Samme mønster ser man for personer, der scorer middel på sociale relationer. Af de 34 pct., der scorer middel på sociale relationer, angiver 54 pct. af personerne, at de også scorer middel på tilfredshed med livet (18,4 pct. ud af 34,0 pct.).

Ser man på hele skalaens forløb fremgår det tydeligt i figur 3, at frem til scoren 8 er der ikke de store udsving mellem tilfredshed med livet og tilfredshed med de sociale relationer

Figur 3 Sammenhæng mellem tilfredshed med livet og sociale relationer



Ved scoren 8 kan man se, at en større andel af befolkningen angiver større tilfredshed med livet (27,1 pct.), end tilfældet er for de sociale relationers vedkommende (23,0). Der er derimod en større andel af befolkningen, der giver sociale relationer scoren 10 (22,5 pct.) end det er tilfældet i forhold til livskvalitet her og nu (17,9 pct.).

Motion og helbred

Den danske befolkning mener selv, at de har et ganske godt helbred - jf. tabel 4.

Tabel 4 Sammenhæng mellem helbred og motion

Hvordan er helbredet alt i alt?	Hvor ofte dyrkes der motion?					Total
	Dagligt	Ugentligt	Månedligt	Sjældnere	Aldrig	
Meget godt	9,0	14,9	1,7	2,4	1,5	29,5
Godt	11,4	26,1	5,2	8,4	3,7	54,7
Dårligt	2,4	4,5	1,1	2,5	2,4	13,0
Meget dårligt	0,5	1,0	0,1	0,5	0,6	2,8
Total	23,3	46,5	8,1	13,7	8,3	100,0

Ikke mindre end 84,2 pct. af dem, der også har svaret på motionsspørgsmålet, angiver, at de har et endog meget godt helbred. Det ser også ud til, at det er dem med "bare" et godt helbred, der for de flestes vedkommende (47,8 pct.) dyrker motion ugentligt (26,1 pct. af 54,7 pct.). Men det gælder faktisk over hele linjen.

Det gode helbred betyder, at de er de mest flittige motionister, og det uanset om man ser på den daglige eller månedlige motion – ja, endog også blandt dem, der aldrig dyrker motion.

Sammenfatning

Når man sammenstiller forskellige subjektive livskvalitetsmål, fremgår det tydeligt, at der er en sammenhæng. Se man positivt på ét forhold af sit liv, er der en overvejende sandsynlighed for, at man også ser positivt på andre forhold af sit liv. Omvendt kan det konstateres, at de borgere der ser noget negativt på sit liv, har en tendens til, at andre forhold i livet også bliver vurderet relativt negativt. Sammenhængen er dog sjældent en til en. Fx kan det konstateres, at borgere der vurderer deres arbejde som meget lidt tilfredsstillende, alligevel angiver, at de for det meste er middeld godt tilfreds med livet her og nu. På samme måde forholder det sig med de sociale relationer. Selvom man angiver lav tilfredshed med ens sociale

relationer, angiver man selv, at man alt i alt alligevel har et middelgodt liv her og nu.