

Nyhetsredaktør: **Frode Hansen** fha@dagbladet.no  
 Politisk redaktør: **Geir Ramnefjell** ger@dagbladet.no  
 Kulturredaktør: **Sigrid Hvidsten** shv@dagbladet.no  
 Magasinredaktør: **Karine Østtveit** kos@dagbladet.no



**VI KAN IKKE LA DE TYNNE HERSE FOR MYE MED DE FETE. LA DE OVERVEKTIGE VÆRE OVERVEKTIGE.**

ERLING DOKK HOLM, statsviter, om forebyggende helsearbeid. (Dagsavisen)

At Norge vinner FNs lykkekåring forhindrer ikke at vi har mye å lære av den, skriver **Aksel Braanen Sterri**.

# Lykkelandet



**AKSEL  
BRAANEN  
STERRI**

ast@dagbladet.no

## KOMMENTAREN

**N**ordmenn er verdens lykkeligste folkeslag. Det er dommen i den nylig publiserte FNs «World Happiness Report», ført i pennen av et kobbel med fremragende forskere. Det gir grunn til å reflektere over hva andre land kan lære av oss. Rapporten viser oss også hvor vi kan forbedre oss.

Metoden for å avgjøre hvor lykkelige vi er, er ikke verre enn at 1000 mennesker er spurt om hvor fornøyd de er med livet på et spørreskjema. Dette har blitt gjentatt i 154 andre land. Alle bes om å plassere seg på en stige fra 0 til 10, hvor 10 er «det best mulige livet for deg» og 0 er «det verst mulige livet». Nordmenns gjennomsnittsplassering er 7,5, mens befolkningen i Den sentralafrikanske republikk ligger helt i bunn med et snitt på 2,7. Til tross for at statsminister Erna Solberg mener det er vanskelig å måle lykke, viser svært mange studier at spørsmålet fanger opp det vi er ute etter, nemlig folks vurdering av deres eget liv.

**GRUNNEN TIL AT** Norge kommer godt ut, er ikke at vi er et spesielt lykkelig folkeslag fra naturens side, eller at vi er spesielt flinke til å se livet fra dets lyse side, slik Solberg kan tolkes til å mene om vi leser tirsdagens Aftenposten. Nei, det er gode formelle og uformelle institusjoner som forklarer hvorfor vi nordmenn er spesielt lykkelige. Det vet vi fordi forskerne bak rapporten har studert alle landene samlet og vurdert hvor mye av variasjonen i lykkenivået som forklares av ulike faktorer. Det er seks faktorer som forklarer 3/4 av all den betydelige variasjonen i lykke mellom land. De faktorene er økonomisk velstand, at du har en å stole på, friske leveår, opplevelsen av frihet og fravær av korrupsjon og sjenerøsitet.

**DET SOM FORKLARER** Norges topposisjon er ikke at vi er mer sjenerøse enn andre. Det er vi ikke. Det er økonomisk velstand, målt ved bruttonasjonalprodukt per innbygger, og det forskerne kaller «sosial støtte», målt ved om du har en eller flere du kan lene deg på når det røyner på. Det er også disse faktorene, sammen med god helse, som forklarer mesteparten av forskjellen mellom landene på topp og landene på bunn. Miljøpartiet De Grønne får derfor bare delvis rett. Det er viktig med god fritid og gode fellesskap, men det er også viktig med økonomisk

vekst. Jo rikere vi er, jo bedre har vi det. Men det er altså langt fra nok med fungerende markeder og høy økonomisk vekst. Velstanden må fordeles jevnt. Men heller ikke det er nok. Å være i arbeid er en av de aller viktigste forutsetningene for å leve et godt liv. Typen arbeid har også betydning. Å være i manuelt arbeid er gjennomgående forbundet med mindre lykkefølelse, mens arbeid hvor vi ser på sjefen som en partner og hvor vi har høy grad av selvbestemmelse er lykkefremmende. Om målet er at folk skal ha det bra, er det altså liten grunn til å stagge automatiseringen.

**DEN NORSKE MODELLEN**, med høy tillit, frie markeder, en organisert lønnsdannelse og arbeidsliv, ikke-korruperte offentlige institusjoner som behandler borgerne med respekt, får gode skussmål i rapporten. Det som kanskje overraskende

har mindre betydning for befolkningens velferd, er demokratiet. Det er upartiske og effektive byråkratier som leverer gode tjenester som gjør oss lykkelige, ikke demokratiet, uten at det bør tolkes dit hen at demokratiet ikke er viktig.

Det er den psykiske, og ikke den fysiske helsetilstanden som er mest avgjørende for hvor lykkelige vi er. Faktisk er dårlig psykisk helse viktigere for lykkenivået enn inntekt og arbeid. Et forsøk på å finne ut hvilke gevinster i form av økt lykke en kan få ved å fjerne fattigdom, lav utdanning, arbeidsledighet, ensomhet og fysiske og psykiske lidelser, viser at den største effekten kommer av å fjerne depresjon og angstlidelser. Dette er også noe som går i arv. Den fremste forklaringsfaktoren for dårlig psykisk helse er at mor hadde dårlig psykisk helse.

Psykisk helse begynner heldigvis å komme på dagsorden i Norge, men fort-

satt gjøres altfor lite for å forebygge psykiske helseproblemer, til tross for at prislappen for samfunnet er 185 milliarder kroner årlig. Som Arne Holte ved Folkehelseinstituttet påpeker gang på gang, er vi ikke i beit for tiltak som virker. Brede tiltak rettet inn mot barnehagen og skolen, viser svært positiv virkning. Vi trenger en folkehelseminister som tar psykisk helse og lykke på alvor.

Et annet betydelig forbedringspotensial knytter seg til ensomhet. Å ha noen nær som du kan stole på, er både livskvalitetsfremmende og livreddende. Det samme gjelder trolig også større sosiale nettverk. De aller fleste har en de kan stole på, men mange tilbringer mye tid alene. At vi ikke kan gi sosialt fellesskap og gode venner på resept, bør ikke forhindre oss fra å tenke klokere om hvordan vi organiserer samfunnet med sikte på å fremme fellesskap og tilhørighet.

