

# Politiserad lyckoforskning gör ingen glad

## JOHAN NORBERG

är fil mag i idéhistoria och han arbetar som fristående skribent och debattör. Han har bl a skrivit den bästsäljande boken *Till världskapitalismens försvar*. johan@johannorberg.net

*Med hänvisning till den alltmer uppmärksammade lyckoforskningen hävdas ofta att människan inte blir lyckligare av ökat ekonomiskt välstånd. Förutom att det inte finns empiriskt stöd för denna slutsats, tyder mycket på att flera av de policyrekommendationer som lyckoforskarna lägger fram faktiskt skulle göra människor mindre lyckliga. Denna artikel pekar på ett alternativt synsätt: det kanske inte är pengar i sig som gör folk lyckligare, men processen som skapar tillväxt kan göra det.*

Det pågår en debatt om vantrivseln i det moderna västerlandet, där det hävdas att människan inte blir lyckligare av välstånd, utan tvärtom överväldigas och stressas av konkurrens, materialism och en valfrihet som blir oöverblickbar. Forskningen kring subjektivt upplevd lycka/välbefinnande har en hel del att säga om detta och har börjat påverka den nationalekonomiska diskussionen.

Flera nationalekonomer har också bidragit till debatten. Den brittiske ekonomen Richard Layard (2005) har populariserat ämnesområdet med sin bok *Happiness: Lessons from a New Science* och Daniel Lind (2005) har argumenterat för ett likartat perspektiv i *Ekonomisk Debatt*. Trots att forskningen befinner sig i sin linda drar de långtgående slutsatser och kommer med direkta policyrekommendationer.

De tar spjörn mot föreställningen att vi inte blir lyckligare av tillväxt. Ökad rikedom i rika länder sedan 1950-talet har inte åtföljts av högre rapporterad lycka, enligt intervjuundersökningar. Den vanligaste förklaring som ges är att den lycka vi får av välstånd är relativ. Människor tänker inte på välstånd i absoluta termer, utan jämför sig med hur andra har det. De rika i ett samhälle är lyckligare än de fattiga, för de ser att de har inkomster och möjligheter som inte är självklara. Men när alla blir rikare gör det inte att individens inkomst i relation till andras inkomster ökar. Man vänjer sig snabbt vid den nya välståndsnivån, och får inte ut någon extra lycka av det.

Enligt detta perspektiv är lyckan som vi får av välstånd ett nollsummespel. Tillväxt gör bara att vi kommer upp på en högre inkomstnivå, där de rika inte är gladare än de rika var förr, och där de fattiga inte är mer nöjda än de fattiga var förr. Alla blir rikare, men ingen blir gladare, för alla kan inte vara rikare än alla andra.

En av slutsatserna är att någons stora ambitioner och hårda arbete orsakar andra skada. Om någon får det bättre i världen utan att någon annan får det sämre ekonomiskt menar Layard att andra ändå får det sämre –

mentalt. Hårt arbete och höjda inkomster kan möjligen göra den enskilde lyckligare, men det skapar negativa externa effekter eftersom andra blir avundsjuka och stressade av att halka efter. De ser sig därför tvungna att arbeta mer för att komma tillbaka till den gamla relativpositionen. Det blir ett hedonismens ekorrhjul, där vi arbetar allt hårdare, utan att få något större välbefinnande.

För Layard och Lind heter lösningen skatter. Att höga marginalskatter avskräcker extra arbetsinsatser brukar användas som argument emot dem, men blir i detta perspektiv själva poängen. Skatter minskar rörlighet och omstrukturerar, som bara leder till tillväxt som vi inte blir lyckligare av, men skapar samtidigt osäkerhet och bristande tillit, vilket vi blir olyckliga av. Då kan vi få resurser till offentliga satsningar och samtidigt få mer tid över till det som verkligen gör oss lyckliga – familj, vänner och det goda livet.

Kritiken mot lyckoforskningen har främst handlat om ämnesområdet som sådant, och problemen med självrapporterad lycka och tillfredsställelse. Det är svårt att veta vad vi egentligen får svar på och hur det ska vägas mot andra uttryck för vilja – t ex faktiskt agerande i marknadsekonomiska och politiska valsituationer. I den här artikeln kommer jag att ignorera de problemen och ta ämnets relevans för given. I del 1 och 2 kommer jag i stället att kritiskt granska och ifrågasätta de premisser som slutsatserna bygger på. Närmare bestämt dessa:

- a) Lyckan ökar inte när samhället blir rikare.
- b) Om lyckan inte ökar med tillväxten betyder det att vi kan minska tillväxten utan att minska lyckan.<sup>1</sup>

I del 3 kommer jag slutligen att presentera ett alternativt sätt att tolka de data som lyckoforskningen har givit oss.

## 1. Tänk om vi faktiskt blir lyckligare

I en banbrytande uppsats från 1974 observerade ekonomhistorikern och demografen Richard Easterlin att sambandet mellan ett lands välstånd och dess lycka var ”osäkert”. Den uppfattningen stod sig knappast när man räknade på hans egna siffror och exempel, men den tes som överlevde var att tillväxt i fattiga länder kunde öka lyckan, men att ett redan välbärgat samhälle inte får mer lycka av mer välstånd. Exempelvis har japanernas inkomster sedan 1950 tiodubblats, men de tycks ändå inte ha blivit lyckligare (Easterlin 1974 och 2001, Veenhoven 1991, s 3–4). Layard, Lind och många andra bygger på snarlika resonemang.

Men tesen tycks vara känslig för de länder man väljer att titta på. När

<sup>1</sup> Layard skulle medge att en enskild individ blir olycklig över att halka efter ekonomiskt, men bara därför att hon jämför sig med andra som får det bättre. Minskad tillväxt i hela ekonomin skulle därför inte minska lyckan.

England, Nederländerna, Frankrike och Tyskland efter det andra världskriget återuppbyggdes och fick hög tillväxt ökade också lyckan snabbt. Mellan 1948 och 1975 halverades andelen som uppgav sig vara olyckliga (Veenhoven 1984, s 171).

Även därefter pekar trenden uppåt. Sedan 1973 har EU-länderna regelbundet besvarat frågan om hur tillfredsställda de är med sina liv, och trenden är uppåtgående. Om man tar genomsnittet för de fem första och de fem senaste undersökningarna har svaren ökat med 0,3 på en tiogradig skala för de nio första medlemsländerna. Det tycks vara minst lika mycket för de senare, även om vi inte har lika bra serier där. I USA har genomsnittet för svaren på samma fråga under denna tid ökat med ca 0,4 (Veenhoven 2006). Det kan låta lite, men eftersom lyckonivåer brukar vara förhållandevis stabila och dessa länder redan tillhör världens mest tillfredsställda så antyder det i alla fall att det är förhastat att slå fast att det inte finns något samband alls mellan tillväxt och lycka.

Märkligt nog medger Layard (2005, s 247) själv detta i bokens allra första fotnot, där han skriver att europeiska undersökningar visar att "lyckan följer en vagt uppåtgående trend". Men detta faktum, som underminerar hans resonemang, låtsas han inte om i resten av boken, tvärtom skriver han på annan plats att sambanden gäller "för de flesta i västländer" (Layard 2005, s 29), utan att belägga det.

I stället ägnar han mest uppmärksamhet åt USA, som han menar har följt det japanska mönstret med stagnerande välbefinnande. Att det rikaste och mest dynamiska samhället inte blir lyckligare kan tolkas som ett bevis för att tillväxt inte ger lycka. Han visar det med ett populärt diagram som Lind också använder en variant av, som baseras på en serie undersökningar som ursprungligen gjordes av American Institute of Public Opinion och National Opinion Research Center, studier som även Easterlin använde. Diagrammet visar att de amerikanska inkomsterna har tredubblats sedan slutet av 1940-talet, medan andelen som uppger sig vara "very happy" konstant har legat kring 25-30 procent (Layard 2005, s 30).

Men det är något som är konstigt. Efter relativt små förändringar på årsbasis under undersökningens hela historia, nästan fördubblades andelen som uppgav att de inte är särskilt lyckliga 1971 och andelen som var mycket lycklig minskade med en tredjedel. En så stor förändring på ett år betyder antingen att en landsomfattande mental depression har inträffat, eller att det är något konstigt med undersökningen. Det senare är fallet.

Varken Layard eller Lind redovisar det, men 1971 förändrades plötsligt frågeställningen i undersökningen. Tidigare fick den svarande ange om hon var "very happy", "fairly happy" eller "not happy", men efter 1971 fick hon i stället uppge om hon var "very happy", "pretty happy" eller "not too happy" (min kursivering). Den stora förändringen i svaren tycks inte bero på ökad olycka, utan på att många tyckte att de nya svarsalternativen passade bättre in på deras sinnestillstånd. Fler ansåg uppenbarligen att "pretty happy" beskrev deras situation bättre än "fairly happy", och det är inte konstigt

att fler tycker att de är ”not too happy” än ”not happy”, vilket är ett mer extremt tillstånd. (Undersökningarna finns samlade i Veenhoven 2006.)

Det intressanta är att lyckosnittet ökade både före och efter förändringen av svarsalternativen; med nästan 3 procent 1947-1970 och med mer än 6 procent mellan 1971-2004. Tesen om att tillväxten i USA inte har ökat befolkningens lycka bygger alltså på ett enda år, som råkar vara ett år då svarsalternativen ändrades. Det är en väldigt bräcklig grund att stå på när man likt Layard föreslår en omstöpning av samhället.

Den holländske lyckoforskaren Ruut Veenhoven, som Lind rättvist refererar till som ”kanske den mest framträdande forskaren” inom detta fält, menar att denna statistik sammantaget visar att det finns ett starkt samband mellan tillväxt och ökad lycka. Man anpassar sig till nya inkomster, men inte så mycket att det suddar ut den glädje och tillfredsställelse vi får av dem:

Contrary to strict models of relative utility, happiness is not a zero-sum game. Instead, increasing the income of all *does* increase the happiness of all, but adaptation reduces the rate of increase to about half of its peak. (Hagerty och Veenhoven 2003, s 13).

Lika lite som ekonomi är lycka alltså ett nollsummespel. Även vid vår levnadsstandard ger mer tillväxt mer lycka. Japan, då? Veenhoven fortsätter: ”Japan är undantaget snarare än regeln” (Hagerty och Veenhoven 2003, s 14).

## 2. Till tillväxtens försvar

Den lycka och tillfredsställelse med livet som människor uppger tycks alltså öka något även i rika länder. Men den ökar inte lika snabbt som välståndet. Från internationella studier vet vi att låginkomstländer som blir rikare uppger snabbt ökande lyckonivåer. Lyckan tar stora kliv när ett land tar sig från Perus till Chiles nivå, eller från Turkiets till Greklands välstånd. Men därefter ger ökat välstånd inte lika mycket utdelning i form av ökad lycka. Om vi fördubblar vår BNP i dag blir vi inte lika mycket gladare som när vi gjorde det för hundra år sedan. Detta är kornet av sanning i de populära tolkningarna av lyckoforskningen, men det kan förklaras med avtagande marginalnytta snarare än med att vår lycka skulle vara beroende av att andra har det sämre.

Den populära tolkningen är att vi nu tryggt kan ignorera tillväxten och beskatta bort förändringstrycket i ekonomin. Det följer emellertid inte ens om lyckan verkligen hade slutat öka. Att vi inte blir så mycket mer lyckliga efter att vi har blivit rikare är inte detsamma som att vi inte blir lyckliga av processen som gör oss rikare. Ett enkelt sätt att förklara skillnaden är att föreställa sig att du är på gott humör därför att du har en rad trevliga middagar och fester med dina bästa vänner de närmaste månaderna. Föreställ dig också att Layard ställer en rad frågor till dig nu när du är förväntansfylld

och ställer samma frågor till dig efter att tillställningarna är över. Han skulle förmodligen komma fram till att du inte är lyckligare efteråt. Följaktligen skulle han rekommendera dig att sluta ägna tid åt sociala evenemang, för de ökar ändå inte din lycka.

Alla inser att det skulle vara en absurd tolkning. Du hade nämligen inte varit så lycklig från början om du inte hade middagarna och festerna att se fram emot. Glädjen över de framtida förbättringarna upplever du redan innan de äger rum. Med andra ord är Layards perspektiv alldeles för statistiskt, och fångar inte hur mycket hoppet om en bättre morgondag och tron på framtiden påverkar vår lycka. Och denna beror bl a på vår tro på framtida tillväxt.

En sådan tolkning skulle kunna förklara varför ökningen i lycka har saktat ned i de flesta industriländer efter att ha ökat snabbt fram till 1950-talet. Det var nämligen då framsteget efter en epok av krig och depressioner blev en naturlig del av människans liv, och man tydligt kunde se förbättringarna i sin egen livstid. Förbättringar som sedan dess i stort sett har fortsatt. Det faktum att fortsatt tillväxt när vi är relativt rika inte ökar lyckan lika mycket gör i så fall inte denna poänglös. Det är tvärtom de kontinuerliga framstegen som gör att lyckan fortsätter att vara så stor som den är i de rika länderna. Det är vad som gör att vi har något att se fram emot. Även Layard (2005, s 235) medger att "we in the West are probably happier than any previous society".

Det finns en stark korrelation mellan lycka och tro på en bättre framtid. Av EU-kommissionens Eurobarometer förstår man t ex att den som letar efter lyckliga européer bör fråga dem som tycker att de har det bättre i dag än för fem år sedan, eller ännu hellre de som tror att de kommer att ha det bättre om fem år än i dag (European Commission, 2000, kap 1). En annan, aktuell studie jämför EU med USA. 65 procent av amerikanerna tror att deras situation kommer att förbättras, jämfört med bara 44 procent av européerna. Samtidigt är 58 procent av amerikanerna mycket tillfredsställda med sina liv, jämfört med bara 31 procent av européerna (Harris 2005).

Detta samband mellan möjligheter/hopp och lycka kan också förklara statistiken om fattigare länder. I u-länder med korruption, brist på utbildning, infrastruktur och demokratiska och marknadsekonomiska möjligheter finns få möjligheter att påverka sitt eget liv. Då finns föga tro på att man ska kunna skapa en bättre morgondag, och då frodas hopplösheten och olyckan.

Mest förödande för lyckan var det system där individer hade minst möjligheter att styra sitt liv, kommunismen. Ronald Ingleharts World Values Survey-projekt hann göra två studier av befolkningar som levde under kommunistiska diktaturer, Ungern samt en representativ region i Sovjetunionen (Tambov Oblast). Lagstadgade välfärdsrättigheter och bristen på ekonomisk rörlighet skapade inte tillfredsställelse. Tvärtom. De båda befolkningarna var i början av 1980-talet betydligt olyckligare än i länder på motsvarande välståndsnivå, och låg efter alla industrialiserade samhällen.

De sovjetiska siffrorna var sämre än de i t ex Turkiet, Indien och Bangladesh (Inglehart och Klingemann 2000).

Den gemensamma nämnaren mellan de flesta låginkomstländer och kommunistiska stater är att förmågan att påverka sitt eget liv är minimal. Tron att ens egna handlingar kan påverka tillvaron och att morgondagen kommer att bli bättre uteblir. Motsatsen inträffar när ett fattigt land plötsligt växlar in på ett högre tillväxtspår och stigande inkomster, när arbetstillfällena, tjänster och varor blir överkomliga. Man ser att man kan påverka sitt eget liv till det bättre, och kan med stor säkerhet säga att ens barn kommer att få en bättre tillvaro än man själv har. Då växer framstegstron.

Att vi inte blir så mycket gladare efter att vi har fått mer välstånd innebär inte att vi skulle kunna bevara vår lycka med mindre välstånd. Om vi minskade eller avbröt tillväxten nu skulle vi förlora övertygelsen om en bättre morgondag, och förmodligen bli mindre tillfredsställda.

Om det är något som lyckostudierna entydigt visar är det att vi uppper mindre välbefinnande i lågkonjunktur och mer i högkonjunktur. Lyckonivåerna i USA ökade med en tiondel mellan lågkonjunktursens 1990 och IT-boomens 2000. Ett motsatt exempel är hur de argentinska lyckonivåerna följde ekonomin i raset – minus 16 procent mellan 1999 och 2002 (Veenhoven 2006). I de östeuropeiska länderna rapporterades sjunkande välbefinnande under det tidiga 1990-talets djupa kris, för att sedan börja stiga i takt med ekonomin (Sanfey och Teksoz 2005). Även om vi inte skulle bli lyckligare av att bli rikare, är det troligt att vi skulle bli olyckligare av att bli fattigare.

Det är inte ens troligt att minskad tillväxt skulle minska jakten på status och position. Uppenbarligen jämför vi oss i två dimensioner – med hur vi själva hade det i går och med hur andra har det i dag. Som Harvardekonomen Benjamin Friedman (2005) har konstaterat talar mycket för att det finns en trade-off mellan dem. Vi letar alltid efter jämförelsepunkter, och om vi inte ser att vi har det bättre än förr (tack vare tillväxt) kommer vi att rikta allt mer intresse mot jämförelsen med andra, och då förstärker vi avundsjukan och statusjakten snarare än minskar den. Det är mycket möjligt att välstånd har givit oss mer postmaterialistiska värderingar – vilket förklarar tillväxtens avtagande marginalnytta – som skulle ersättas med en aggressiv kamp om resurser om samhället inte blev rikare. I sitt verk *The Moral Consequences of Growth* belägger Friedman hur perioder av hög ekonomisk tillväxt i USA och Europa har öppnat för ökad tolerans och jämlikhet, medan tider av låg tillväxt har skapat intolerans och xenofobi, eftersom utebliven tillväxt innebär att vissa bara kan få det bättre genom att andra får det sämre.

En tänkbar invändning är att det är en meningslös eller ovärdig mänsklig drivkraft att ständigt eftersträva mer, inte för välståndet i sig, utan bara för den positiva känslan att vi får det bättre. Men det förutsätter att man argumenterar för att denna aspekt av den mänskliga naturen är ovärdig och meningslös och att mänskligheten bör genomgå en förändring, som gör att vi eftersträvar lyckan på andra sätt. Det är fritt fram att argumentera så, men

den som gör det måste då i logikens namn lämna anspråken på att ha visat att människan faktiskt inte blir lycklig av tillväxt. Och det är de anspråken som gav den politiserade lyckoforskningen dess stora legitimitet och lockelse.

### 3. Ett alternativt synsätt

Båda de premisser som de populära tolkningarna av lyckoforskningen förutsätter är alltså bristfälliga. Lyckan har inte slutat att öka i de rika länderna, och även om den skulle ha gjort det så kan tillväxten ändå ha bidragit till att vi är så lyckliga som vi är.

I ljuset av detta bör vi återigen titta på de rekommendationer som Richard Layard och andra presenterar på grundval av sina teorier. Om tillväxt befördrar välbefinnande för de flesta i ett samhälle faller naturligtvis argumentet att det är bra med höga marginalsatser som begränsar tillväxten. Om det inte finns något väldigt lyckounderskott i västvärlden som måste förklaras så kanske mycket av kritiken av det moderna, liberala samhället också är felaktig?

Layards genomgång av olika moderna och tillväxtrelaterade fenomen som drar ned vår lycka (rörlighet geografiskt och på arbetsmarknaden) lider av bristen att sambanden är indirekta. Han pekar t ex på att mycket arbete leder till att familjelivet sätts på undantag, och att omflyttningar leder till minskad tillit och ökad brottslighet. Med andra ord kan han inte visa att arbete och rörlighet i sig leder till minskad lycka, bara att de ökar riskerna för andra saker som brukar leda till minskad lycka. Men det är ett högst indirekt samband, som bortser från att det finns andra positiva konsekvenser av att arbeta så mycket som vi vill och att flytta till en plats vi föredrar, som kanske kompenserar för dessa ökade risker. Tvärtom tycks de som arbetar mest och har den mest aktiva livsstilen uppges högst välbefinnande. Tills Layard presenterar direkta samband är hans förmanande ord som att säga att vi inte bör laga tänderna, eftersom det gör ont, och smärta är ju något negativt.

Om individualism och valfrihet är skadligt, hur kommer det sig då att det är i individualistiska samhällen i Nordamerika, Nordeuropa och Australasien som människor säger sig vara mest tillfredsställda med livet? Om rörlighet och omstrukturering är så farligt, hur kommer det sig att mer rörliga och flexibla länder som USA, Kanada och Australien tillhör världens lyckligaste, medan de mindre flexibla Medelhavsländerna är olyckligast bland de rika länderna? Det kan vara värt att skissa på en tolkning som passar forskningens resultat bättre.

En förklaring är att det liberala och marknadsorienterade samhället ger människor större frihet att välja fritt och då är det troligare att vi kommer att välja att leva, arbeta och umgås på sätt som passar oss. Om vi vänjer oss vid att tänka och välja själva ökar också chansen att vi träffar allt bättre val och finner en identitet som vi trivs med. I traditionella och antiliberala samhällen är det tvärtom individen som ska anpassas efter förutbestämda roller och krav, och det är svårare att anpassa dem när smak och vilja förändras.

Naturligtvis passar inte alla inslag i det moderna samhället alla människor, men frihet innebär också friheten att välja bort. Om du inte tror att du blir lyckligare av att prioritera materiellt välstånd framför allt annat så kan du låta bli. En amerikansk undersökning visade 1995 att 48 procent av de vuxna under de senaste fem åren antingen hade minskat sin arbetstid, tackat nej till en befordran, minskat sina materiella förväntningar eller flyttat till ett lugnare grannskap (Fogel 2004, s 72). Fast-food eller slow-food, no logo eller pro logo? I ett liberalt samhälle är det individen själv som väljer.

Detta strider mot ofta använda argument om att människan inte är gjord för denna enorma mängd valmöjligheter i varje situation och för varje produkt vi ska handla. Det sägs att kravet att ständigt analysera och välja växer oss över huvudet och skapar stress och obehag (t ex Schwartz 2005). Visst kan det kännas så ibland, och om vi verkligen behövde välja i varje vaket ögonblick skulle det överväldiga oss mentalt. Men just därför utvecklar vi också medvetet eller omedvetet effektiva strategier för att hantera den väldiga mängden valmöjligheter. När jag ska handla schampo går jag inte igenom de 346 olika sorterna på marknaden och jämför pris och funktion. När jag behöver ett nytt plockar jag nästan automatiskt ned ett schampo som jag är rätt nöjd med från butikshyllan. Det är först om jag blir missnöjd med det av något skäl som jag börjar testa mig fram för att hitta ett bättre, eller om det kommer något nytt, spännande alternativ på marknaden.

Teoretiker kan få mänskliga val att låta obegripligt svåra på papperet. I verkligheten är vi väldigt bra på det, och företag har ett intresse av att hjälpa oss genom att informera och presentera så att vi lättare kan navigera genom utbudet. Naturligtvis är det otroligt knepigt att välja mellan mängder av triviala alternativ som vi inte har ordentlig information om. Men just därför struntar vi i att välja i de fallen. Värdet av valfriheten är inte att vi hela tiden måste göra välövervägda beslut, utan att vi kan välja ut något som passar oss (t ex ett schampo för att det är billigt, väldoftande, mot mjäll eller för fett hår), och sedan håller oss till det. Sedan gör vi mer specialiserade val inom de områden som är särskilt viktiga för oss. En person tycker att det är spännande med öl, och testar ständigt olika, exotiska alternativ, men är nöjd med en skjorta om den är blå och passar sådär. Någon annan skulle utan att tänka på det beställa en stor stark, men ägnar i stället timmar till att pröva olika skjortmodeller.

Det är möjligt att den mänskliga naturen faktiskt är ganska väl lämpad att hantera valfrihet och alternativ. På samma vis som evolutionen har givit oss en kropp som mår bra av fysisk motion, tycks den ha givit oss en själ som mår bra av intellektuell motion. Det skulle inte vara så konstigt eftersom människan utvecklades som jägare/samlare, som ständigt tvingades fatta beslut i en komplex och föränderlig miljö. Studier visar att enformigt arbete inte bara är tråkigt, utan också kan vara en hälsofara. En del butiker som har försökt avskaffa extrapriserna för att i stället ha ett enhetligt, lägre pris, har upptäckt att omsättningen sjunker. I en viss utsträckning vill vi söka och jaga efter möjligheter i butiken, och blir uttråkade av enhetlighet. Våra sam-

lande förfäder kunde röra sig över väldiga områden under en dag, på ständig utkik efter ett 80-tal olika grödor och ett dussintal små djur och insekter, samtidigt som de tog hand om sina barn och såg upp för faror. Kan man tänka sig någon bättre miljö för att utveckla en mänsklig natur som trivs med mångfald och valfrihet? (Hine 2003, kap 2 och s 105f)

Denna tolkning anknyter till psykologen Mihaly Csikszentmihalyis överraskande upptäckt (1996, kap 7) att människor som vid slumpmässiga tillfällen under dagarna fick uppge hur de mådde var som lyckligast på jobbet, inte i familjen med de nära och kära. Det visade sig bero på att den verkliga glädjen uppstod i kreativa ögonblick, när människor var absorberade av en aktivitet och kände att den var utmanande och ändå hanterbar. Det är då vi kämpar och anstränger oss, och sedan tittar upp och undrar vart timmarna egentligen tog vägen. Om det man gör är för enkelt blir man uttråkad, och om det är för svårt blir man orolig och frustrerad. Om jag blir ombedd att skriva en artikel om ett ämne som jag inte riktigt behärskar blir jag orolig och stressad, och om jag skriver om något väldigt enkelt blir jag uttråkad. Det är när jag hittar den rätta balansen och skriver om något komplext, men som jag ändå behärskar, som det uppstår en känsla av lycka och kreativitet som Csikszentmihalyi kallar *flow*.

Arbetslivet ger oss många tillfällen till flow, eftersom det ofta ger oss ett system av utmaningar, incitament och feedback, som ger oss en känsla av att vi styr utfallet, att våra handlingar har en mening. Det kan jämföras med en fritid som ofta bara tillbringas i passivitet framför TVn. Detta är enligt Csikszentmihalyi anledningen till att människor ofta gör fritiden mer komplicerad genom att läsa böcker, spela spel eller laga nya maträtter. Se bara hur barn uppfinnar regler för sina lekar. Det gör lekarna mer komplexa och därmed också roligare.

Det är förstaeligt att känslan av kontroll över komplexa skeenden och förmåga att hantera utmaningar ger välbefinnande eftersom det måste ha befordrat mänsklighetens överlevnad. Människans behov av ansvar och utmaningar förklarar varför lottovinnare inte verkar vara lyckligare än andra människor, vilket är obegripligt om man tror att pengar i sig skapar lycka (Brickman m fl 1978). Om man inte genom egna insatser har uppnått ett resultat så är det inte lika tillfredsställande, medan mindre resultat som följer av utmaningar kan vara fantastiskt givande. Undersökningar har visat att vi har en tendens att överskatta båda hur glada och hur ledsna vi skulle bli av olika tänkbara framtida utfall – en ny anställning, ett krossat hjärta eller en sjukdom, för vi tänker inte på att det allra viktigaste för hur vi utvärderar vad som sedan faktiskt händer inte är utfallet, utan vägen dit och därifrån (Gilbert m fl 1998). Aristoteles verkar ha varit något viktigt på spåren när han konstaterade att lycka är något man gör, inte något man får.

Det kan förklara det överraskande resultatet att framväxten av omfördelande välfärdsstater inte verkar ha ökat människors lycka. Detta har visats i en serie studier av den tidigare nämnde lyckoforskaren Ruut Veenhoven. Hans avsikt var från början att visa motsatsen, för att polemisera mot eko-

nomer som hade visat att en hög grad av omfördelning och generösa socialförsäkringar var dåliga för ekonomin:

Against that loss at a material level I hoped to set the gain in psychological wellbeing. The result was not what I had expected, however. There proved not to be any wellbeing surplus. (Veenhoven 2000, s 3, se också Veenhoven och Ouweneel, 1995, Bjørnskov m fl 2005).

Även om välfärdsstaterna har skapat en mer jämlik tillgång på resurser och omsorg (som ökar lyckan – allt annat lika), så tycks det motverkas av att människor får den tryggheten utan egen insats, och att det finansieras av att det blir svårare att förbättra sitt liv genom egna insatser – arbete och företagsamhet. Veenhovens resultat visar till och med att ökad statlig omfördelning inte ens har lyckats skapa en mer jämlik fördelning av lyckan. På sätt och vis gör välfärdsstaten oss till blygsamma lottovinnare: Vi får ett ekonomiskt resultat utan att vi aktiverar oss för att få det.

Att våra handlingar leder till belöningar eller problem är inte bara bra för att det får oss att fatta bättre beslut, utan också för att det ger oss en känsla av kontroll över våra liv – vad vi gör får konsekvenser för vad som händer. Utan denna återkoppling ökar känslor av hjälplöshet och utsatthet. Det gör inte att vi blir mer aktiva, produktiva eller i kontroll av tillvaron, möjligen tvärtom.

## 5. Avslutning

Lyckoforskningen bidrar med intressanta perspektiv för att komplettera nationalekonomins traditionella metoder. Samtidigt är den alldeles för provisorisk och skissartad för att låna sig till policyrekommendationer. Ett tecken på det är att de mest populära tolkningarna av forskningen uppvisar stora brister. När Richard Layard och andra ekonomer på området gör gällande att tillväxten inte har ökat lyckan finner de inte stöd i det egna materialet. Som jag har visat i denna artikel tycks den rapporterade lyckan fortsätta att öka i de rika västländerna, om än långsammare än när de började bli rika. Dessutom kan tillväxtprocessen mycket väl leda till högre välbefinnande, även om lyckan i sig inte skulle ha stigit.

Möjligen har forskningsfältet som sådant fått lida av att många har sökt sig dit för att hitta en välutrustad arsenal för att utkämpa politiska strider. Ett tecken på att vi ska vara mycket försiktiga med att omforma forskningen till policyrekommendationer är att ett alternativt synsätt, som räddar insikten att det inte är pengar i sig som köper lycka, men som pekar på värdet av tillväxt, dynamik och valfrihet, tycks finna större stöd i forskningen om lycka. Det intressanta är att om den senare tolkningen är mer korrekt, är de skatter och regleringar som Layard och andra föreslår rent skadliga för människors välbefinnande.

- Bjørnskov, C, A Dreher och J A V Fischer (2005), "The Bigger the Better? Evidence of the Effect of Government Size on Life Satisfaction Around the World", Economics Working Paper Series, Technical University of Zurich.
- Brickman, P, D Coates och R Janoff-Bulman (1978), "Lottery Winners and Accident Victims: Is Happiness Relative?", *Journal of Personality and Social Psychology*, vol 36, s 917-927.
- Csikszentmihalyi, M (1996), *Flow: Den optimala upplevelsens psykologi*, Natur och Kultur, Stockholm.
- Easterlin R A (1974), "Does Economic Growth Improve the Human Lot? Some Empirical Evidence", i David, P A och M W Reder (red), *Nations and Households in Economic Growth: Essays in Honour of Moses Abramovitz*, M W Academic Press, New York.
- Easterlin, R A (2001), *Tillväxtens tidevarv*, SNS Förlag, Stockholm.
- European Commission (2000), Eurobarometer, Report nr 53, Brussels.
- Fogel, R W (2004), *The Escape from Hunger and Premature Death, 1700-2100*, Cambridge University Press, Cambridge.
- Friedman, B (2005), *The Moral Consequences of Growth*, Alfred A Knopf, New York.
- Gilbert, D T, E Pinel, T D Wilson, S J Blumberg och T P Wheatley (1998), "Immune Neglect: A Source of Durability Bias in Affective Forecasting", *Journal of Personality and Social Psychology*, vol 75, s 617-638.
- Hagerty, M R och R Veenhoven (2003), "Wealth and Happiness Revisited", *Social Indicators Research*, vol 64, s 1-27.
- Harris (2005), The Harris Poll #55, 20 juli 2005, [http://www.harrisinteractive.com/harris\\_poll/index.asp?PID=585](http://www.harrisinteractive.com/harris_poll/index.asp?PID=585) (2005-07-20).
- Hine, T (2003), *I Want That: How We All Became Shoppers*, Harper Perennial, New York.
- Inglehart, R och H-D Klingemann (2000), "Genes, Culture, Democracy, and Happiness", i Diener, E och M Suh (red), *Culture and Subjective Well-Being*, MIT Press, Cambridge MA.
- Layard, R (2005), *Happiness: Lessons from a New Science*, Allen Lane, London.
- Lind, D (2005), "Lyckans ekonomi: ett framväxande forskningsområde", *Ekonomisk Debatt*, årg 33, nr 2, s 32-43.
- Sanfey, P och U Teksoz (2005), "Does Transition Make You Happy?", Working Paper nr 91, European Bank for Reconstruction and Development, London.
- Schwartz, B (2005), *The Paradox of Choice: Why Less Is More*, Harper Perennial, New York.
- Veenhoven, R (1984), *Conditions of Happiness*, Reidel Dordrecht, Boston.
- Veenhoven, R (1991), "Is Happiness Relative?", *Social Indicators Research*, vol 24, s 1-34.
- Veenhoven, R (2000), "Wellbeing in the Welfare State", *Journal for Comparative Policy Analysis*, vol 2, s 91-125.
- Veenhoven, R (2006), *World Database of Happiness, Distributional Findings in Nations*, Erasmus University Rotterdam, <http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/>.
- Veenhoven, R och P Ouwenel (1995), "Livability of the Welfare State. Appreciation-of-Life and Length-of-Life in Nations Varying in State-Welfare-Effort", *Social Indicators Research*, vol 36, s 1-49.