



**SOM-INSTITUTET**  
SAMHÄLLE OPINION MEDIER



GÖTEBORGS UNIVERSITET

# Svenskars livstillfredsställelse & lycka

– SOM-undersökningarna & Eurobarometern

**Lennart Nilsson & Åsa Nilsson**

SOM-institutet, Göteborgs universitet

[lennart.nilsson@som.gu.se](mailto:lennart.nilsson@som.gu.se)

[asa.nilsson@som.gu.se](mailto:asa.nilsson@som.gu.se)

Workshop Livstillfredsställelse och lycka

i Göteborg den 23 maj 2011



- ❖ **Lycka**
- ❖ **Livstillfredsställelse**
- ❖ **Välbefinnande**
- ❖ **Livskvalitet**



# Livstillfredsställelse och...

Fråga 36 **Hur nöjd är du på det hela taget med det liv du lever?**

1996–

Mycket nöjd

Ganska nöjd

Inte särskilt nöjd

Inte alls nöjd

Fråga 48 **På det hela taget, hur lycklig skulle du säga att du är?**

2004; 2009–

Mycket lycklig

Ganska lycklig

Inte särskilt lycklig

Inte alls lycklig

Fråga 49 **Om du tänker på de senaste dagarna, hur skulle du säga att du har känt dig? Svara med hjälp av nedanstående skala:**

2010

Jag har känt mig  
mycket illa till mods



0

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

Jag har känt mig  
mycket väl till mods





Fråga 39 I vilken utsträckning är följande viktigt för ditt personliga välbefinnande?

## Välbefinnande på 21 punkter

2008-

	Helt avgörande	Mycket viktigt	Ganska viktigt	Inte särskilt viktigt	Inte alls viktigt
God hälsa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
God privatekonomi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Goda vänner	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Familjen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
En rik fritid	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Naturupplevelser	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Spänning i tillvaron	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ett meningsfullt arbete	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Allmänbildning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Politiskt engagemang	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Motion/träning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
En trygg boendemiljö	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ett kärleksförhållande	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ett bra boende	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Att vara snyggt klädd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Att se bra ut	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Socialt anseende	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
En religiös tro	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Inre harmoni	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Att hjälpa andra	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Framgång i arbete/studier	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



# ”Domäntillfredsställelse”

Fråga 47 I vilken utsträckning är du nöjd med följande i ditt liv?

2009

	Mycket nöjd	Ganska nöjd	Inte särskilt nöjd	Inte alls nöjd
Din hälsa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Din ekonomi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ditt sociala umgänge	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ditt familjeliv/nära relationer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Din fritid	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ditt arbete/mina studier	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ditt boende	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ditt utseende	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



# Livstillfredsställelse i SOM-enkäten

Fråga 36 Hur nöjd är du på det hela taget med det liv du lever?

Mycket nöjd

Ganska nöjd

Inte särskilt nöjd

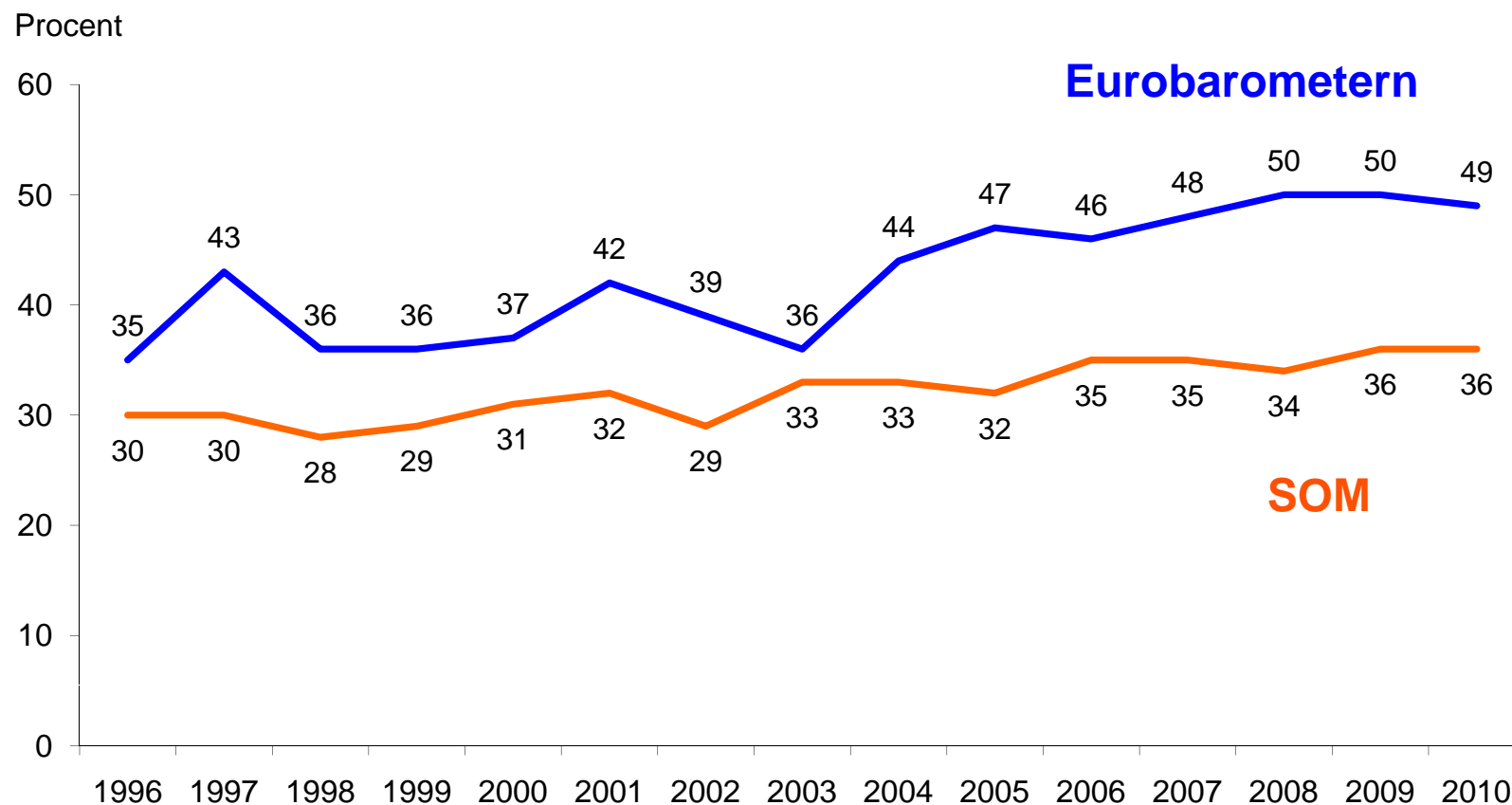
Inte alls nöjd

...vs Eurobarometerens besöksintervjuer:

Mycket nöjd – Ganska nöjd – Ganska missnöjd – Mycket missnöjd



## ”Mycket nöjd med livet”: SOM vs Eurobarometern

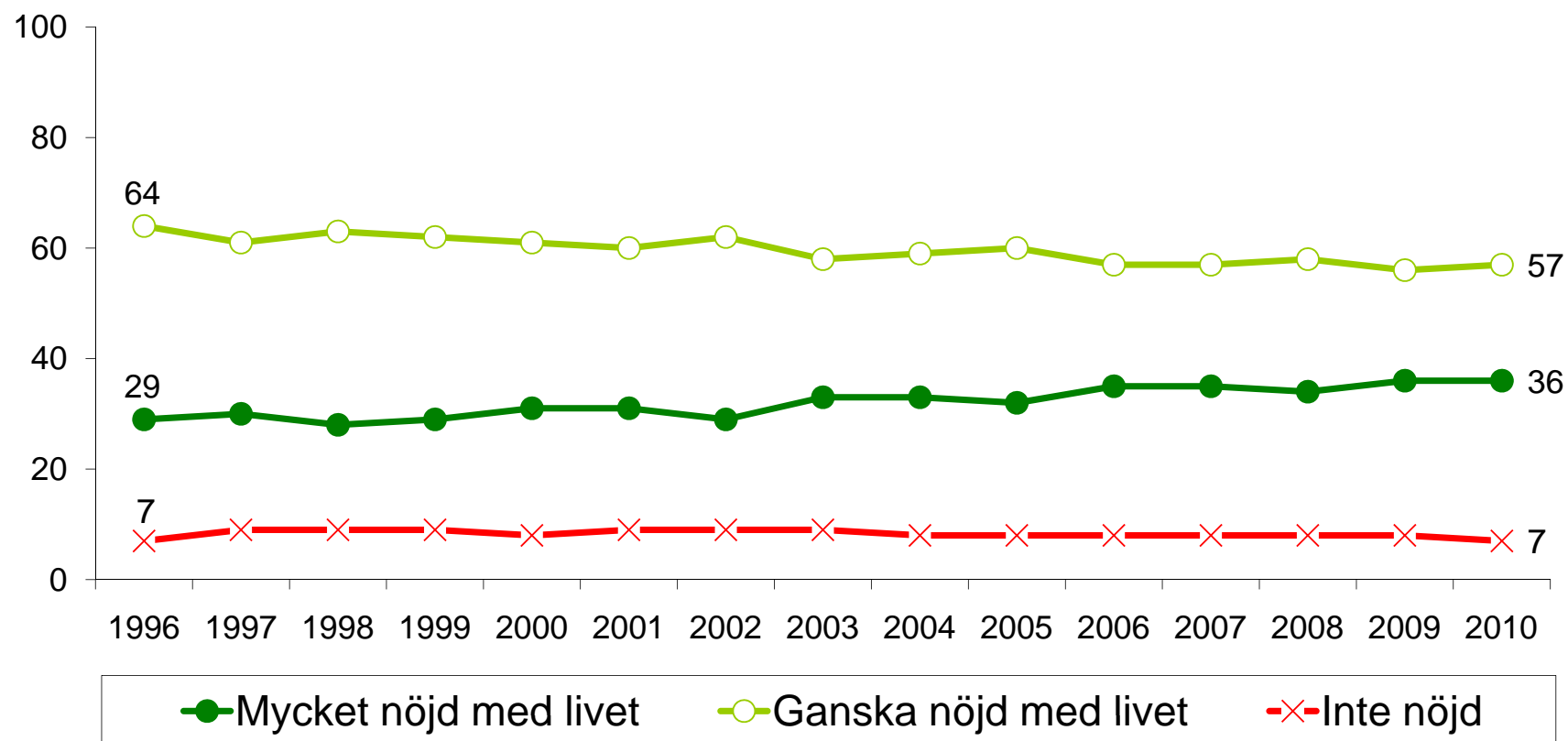


Källa: Andelen svenskar som svarat 'mycket nöjd med livet' i Eurobarometern resp. Riks-SOM-undersökningen.



# Svensk livstillfredsställelse 1996–2010

Procent

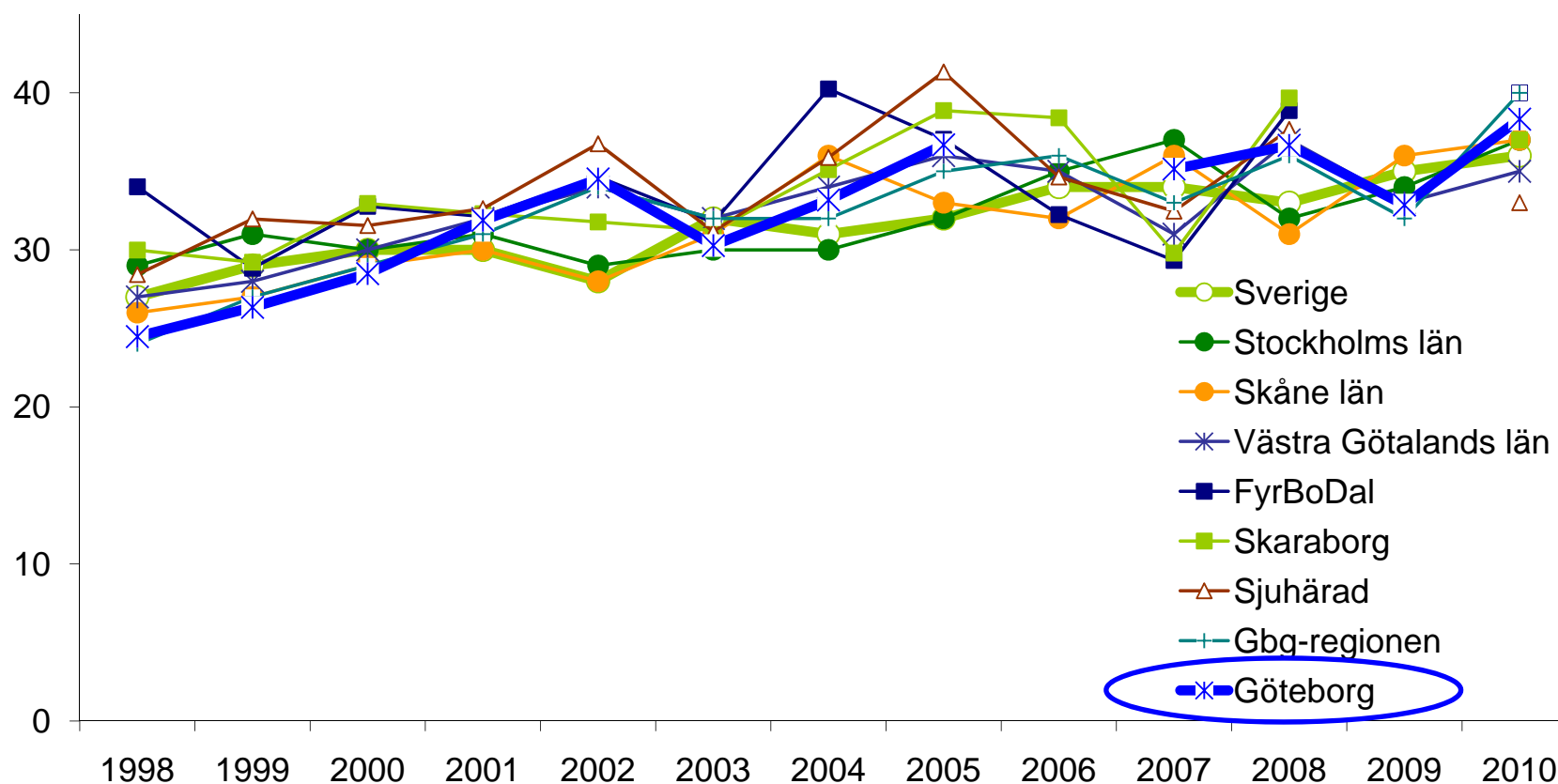






# Inga tydliga geografiska skillnader i svensk livstillfredsställelse... 1998–2010

Procent



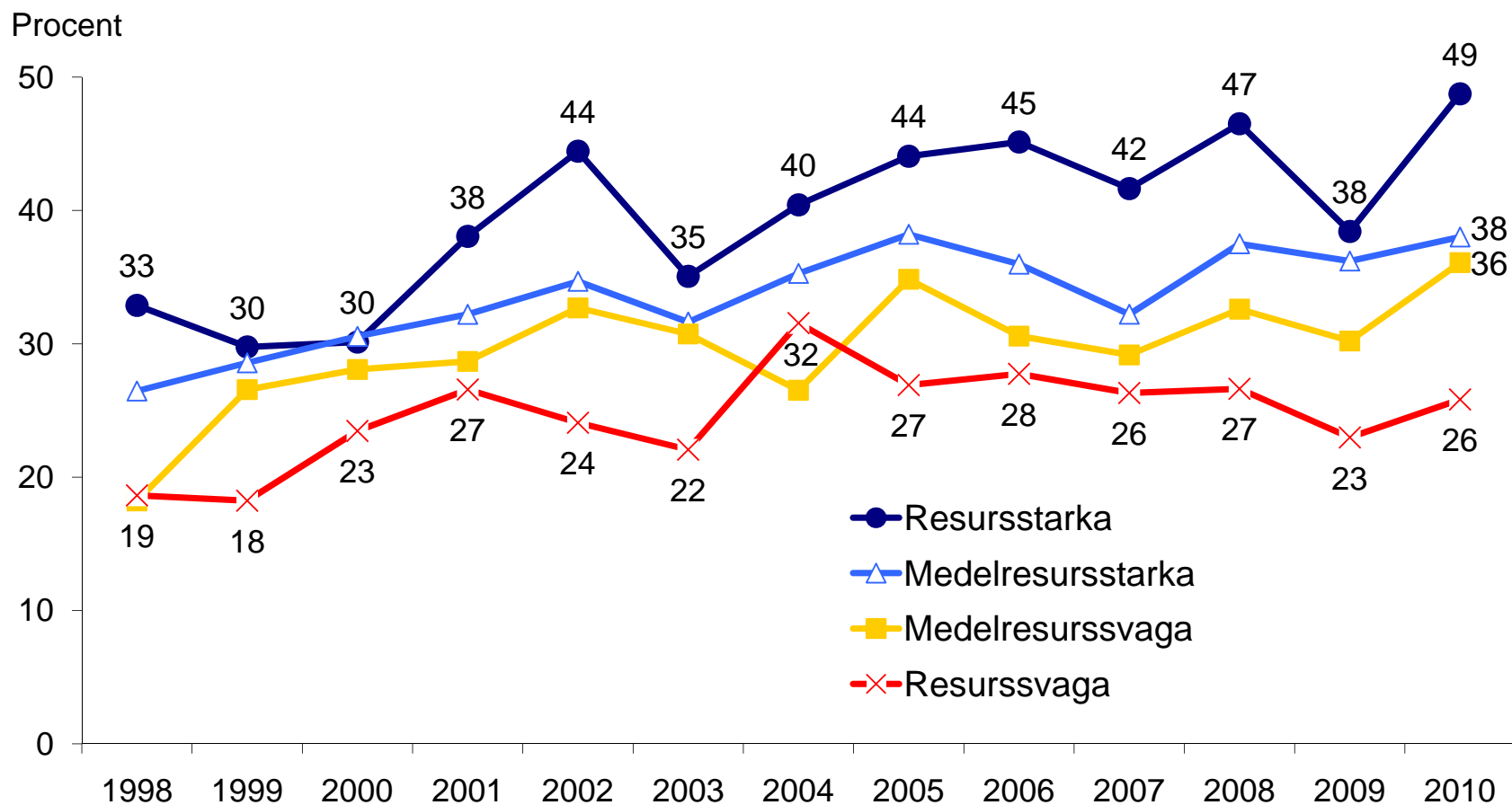
Kommentar: Resultaten avser andelen mycket nöjda med livet. Källa: Riks-SOM, Väst-SOM. Länsresultaten är genomgående hämtade från Riks-SOM.

Workshop Livstillfredsställelse & lycka, Göteborg 23 maj 2011 Lennart Nilsson; Åsa Nilsson

www.som.gu.se



# ...däremot *inom* Göteborg 1996–2010



Kommentar: Resultaten avser andelen mycket nöjda med livet.

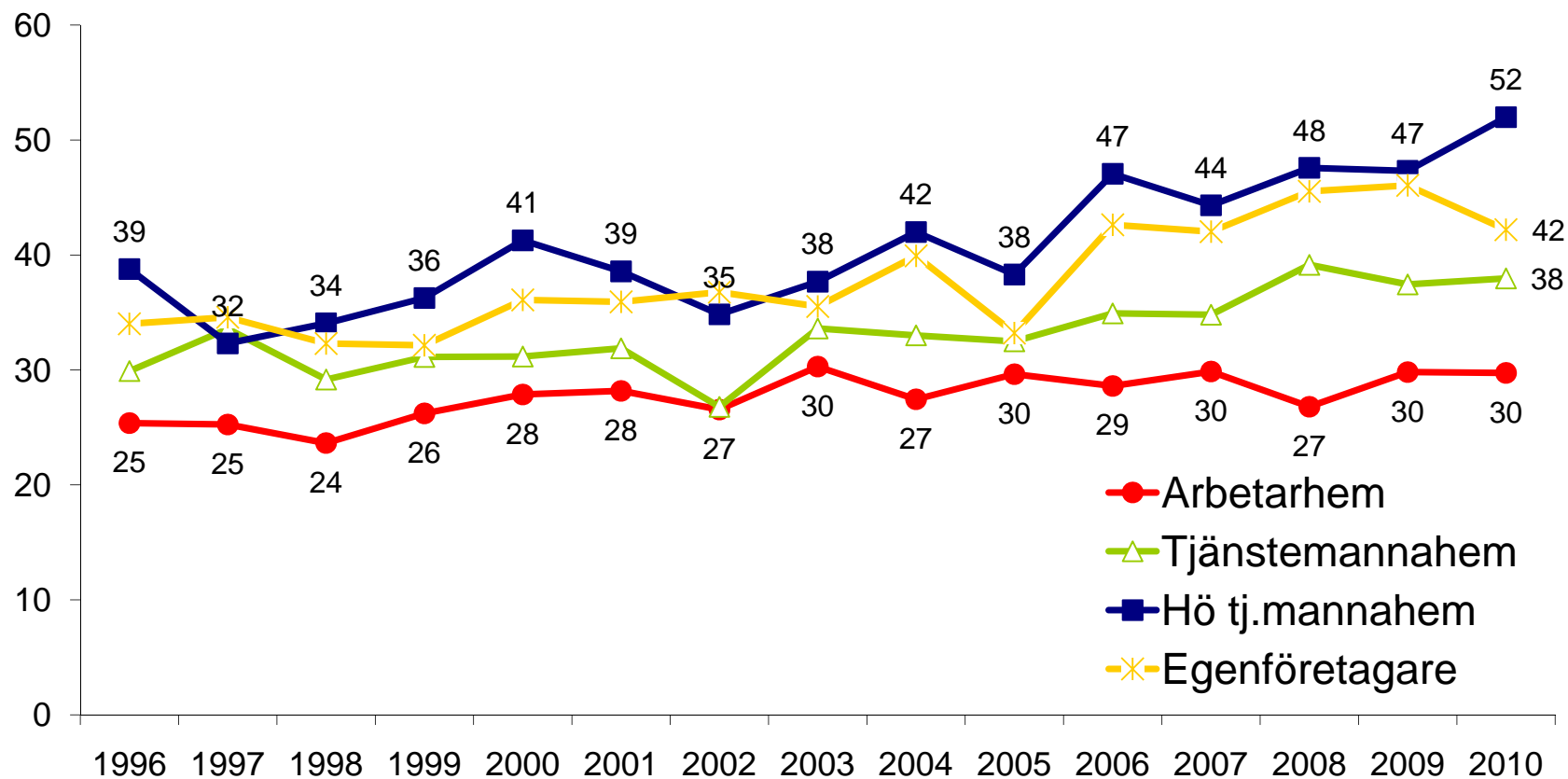
Workshop Livstillfredsställelse & lycka, Göteborg 23 maj 2011 Lennart Nilsson; Åsa Nilsson



# Livstillfredsställelse: en växande klassfråga

1996–2010; hela Sverige

Procent



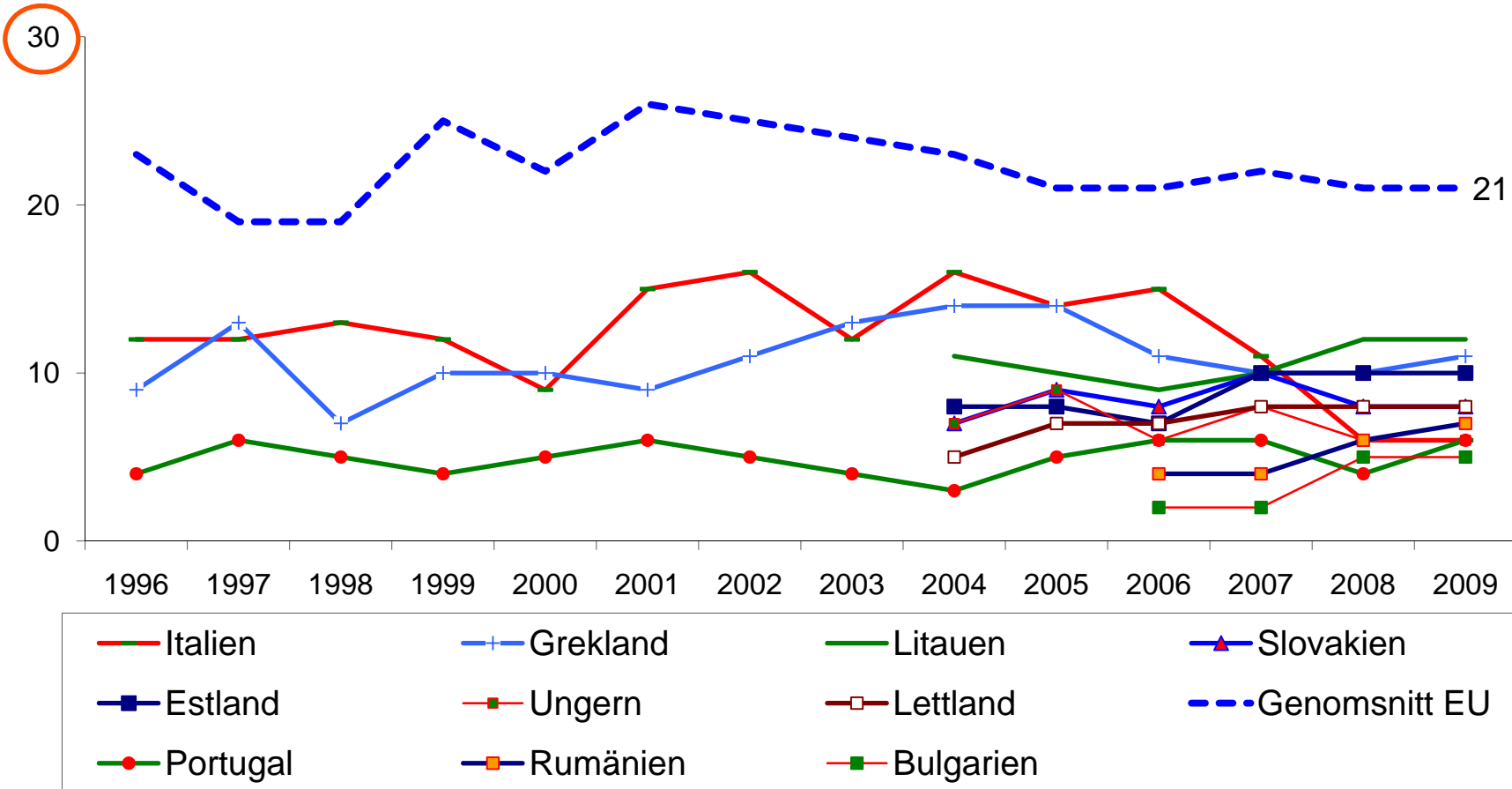
*Kommentar:* Resultaten avser andelen mycket nöjda. Kategorin 'Högre tjänstemannahem' inkl. före 2009 tillägget 'akademikerhem' Källa: Riks-SOM.



# Livstillfredsställelse i EU-länderna

1996–2008

Procent



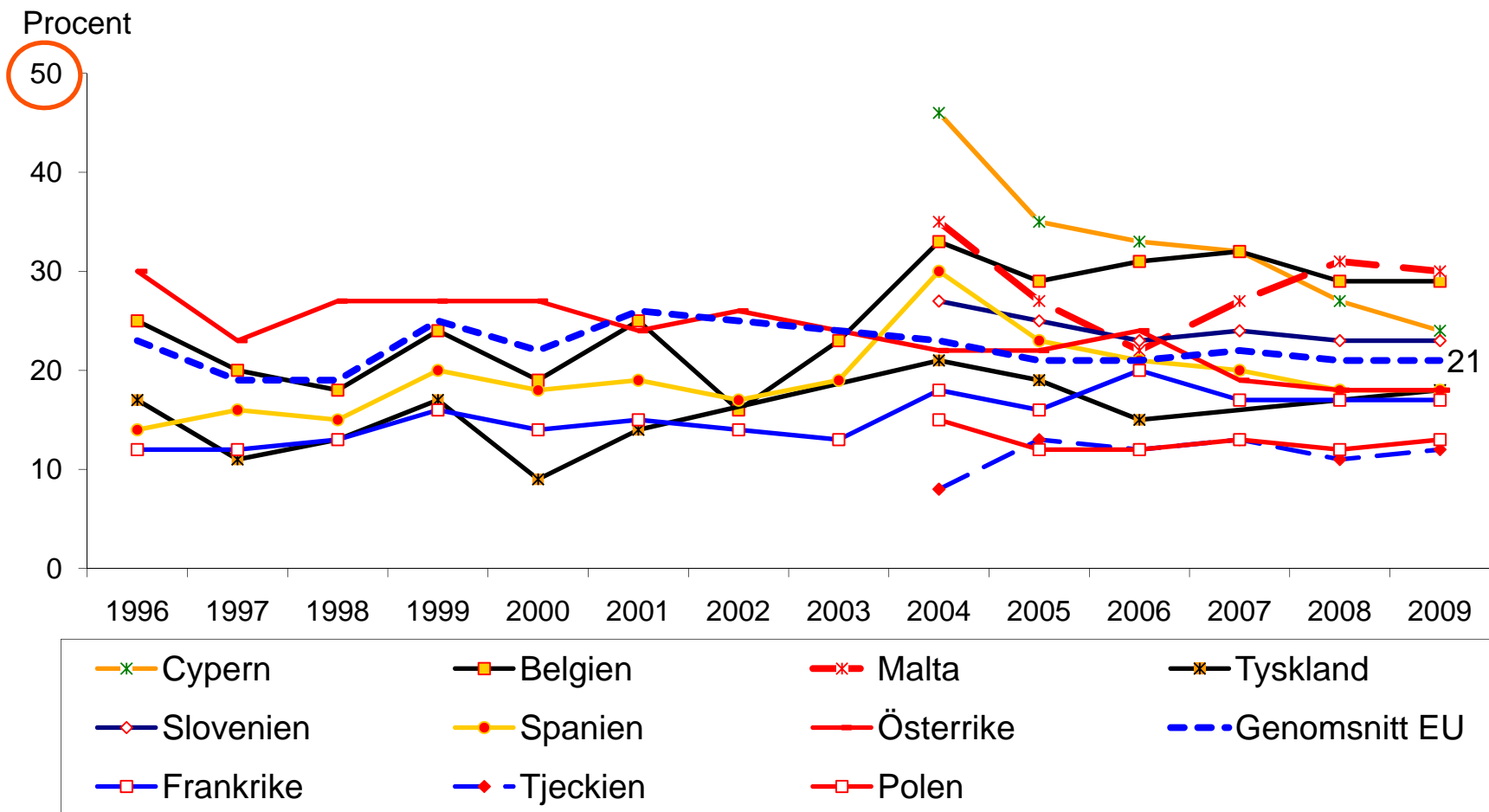
Kommentar: Resultaten avser andelen mycket nöjda med livet. Källa: Eurobarometern.

Workshop Livstillfredsställelse & lycka, Göteborg 23 maj 2011 Lennart Nilsson; Åsa Nilsson



# Livstillfredsställelse i EU-länderna

1996–2008



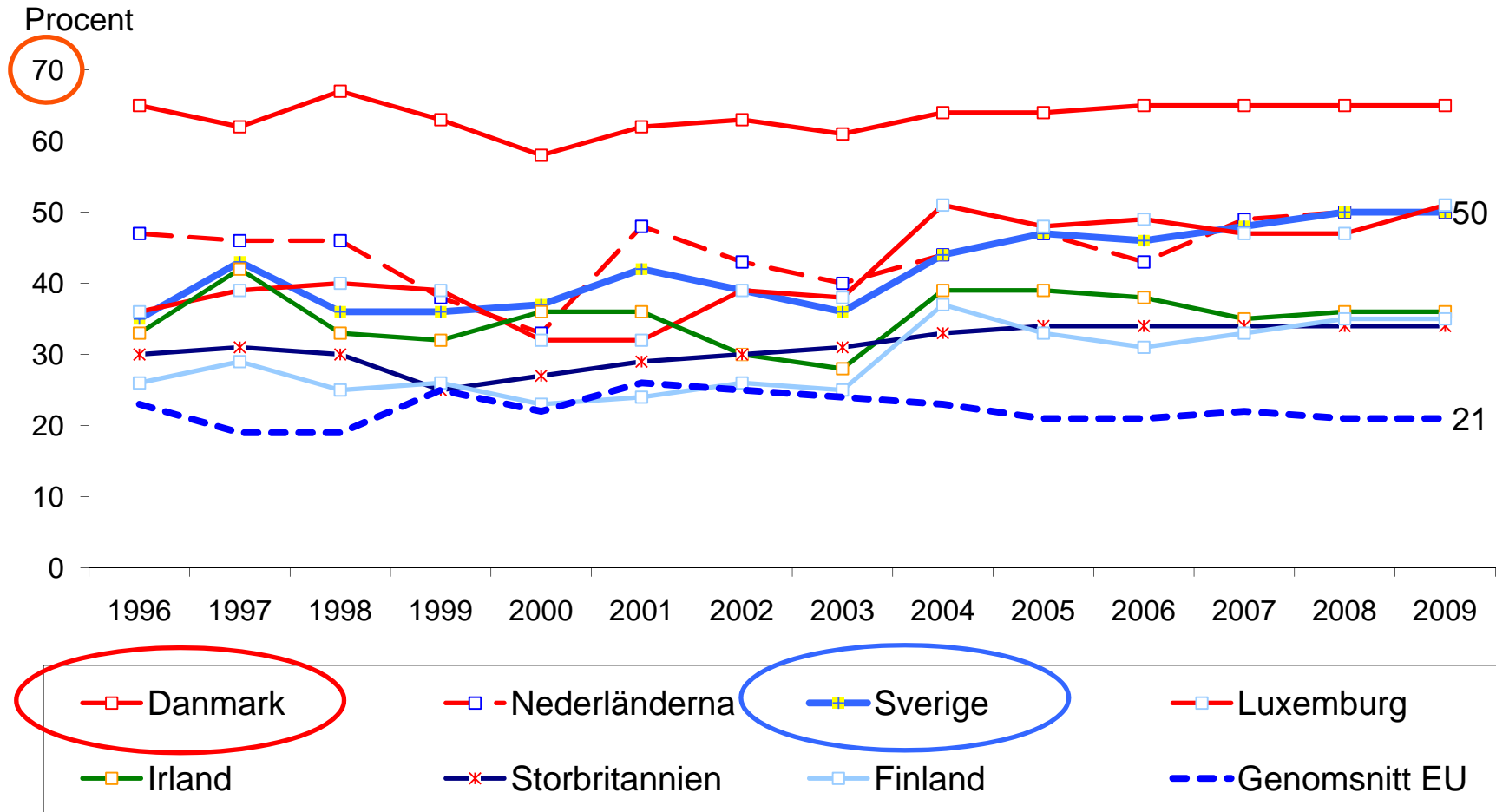
Kommentar: Resultaten avser andelen mycket nöjda med livet. Källa: Eurobarometern.

Workshop Livstillfredsställelse & lycka, Göteborg 23 maj 2011 Lennart Nilsson; Åsa Nilsson



# Livstillfredsställelse i EU-länderna

1996–2008



Kommentar: Resultaten avser andelen mycket nöjda med livet. Källa: Eurobarometern.

Workshop Livstillfredsställelse & lycka, Göteborg 23 maj 2011 Lennart Nilsson; Åsa Nilsson



# Eurobarometern 2007

Sverige			Danmark			Portugal		
Alternativ	Samtliga	Studenter	Alternativ	Samtliga	Studenter	Alternativ	Samtliga	Studenter
Mycket nöjd	44	47	Meget tilfreds	67	66	Muito satisfeito	6	19
Ganska nöjd	52	51	Nogenlunde tilfreds	31	34	Satisfeito	51	72
Ganska missnöjd	3	0	Icke så tilfreds	1	0	Nao muito satisfeito	33	8
Mycket missnöjd	1	2	Slet ikke tilfreds	1	0	Nada satisfeito	10	1
Vet ej spontant	0	0	Ved ikke (laes ikke op)	0	0	NS/NR	0	0
n=antal svar	989	61		997	107		1 069	85

*Svensk fråga:* På det stora hela, är du mycket nöjd, ganska nöjd, ganska missnöjd eller mycket missnöjd med det liv du lever? Skulle Du säga att du är....?

*Dansk fråga:* I det store hele, er du så meget tilfreds, nogenlunde tilfreds, ikke saerlig tilfreds eller overhovedet ikke tilfreds me din tilvaerelse? Er du...?.

*Portugisisk fråga:* De uma maneira general, esta muito satisfeito, nao muito satisfeito ou nada satisfeito com a vida que leva? Doria que esta....?



## Väst- respektive Riks-SOM 2009: samtliga och studerande

	Mycket nöjd	Ganska nöjd	Inte särskilt nöjd	Inte alls nöjd	n=
Väst: samtliga	34	58	7	1	3 227
Väst: studerande	40	51	8	1	291
Riks: samtliga	36	56	7	1	4 822
Riks: studerande	37	53	8	2	403

*Kommentar:* Resultaten för samtliga avser befolkningen i Sverige respektive Västsverige 16–85 år. Svarsfrekvensen var för Riks-SOM 59 procent; Väst-SOM 61 procent.

*Frågans formulering:* Hur nöjd är du på det hela taget med det liv du lever?





## Undersökning av livstillfredsställelse bland masterstudenter: på svenska och engelska 2010

Svenska	Engelska
Hur nöjd är du på det hela taget med det liv du lever?	On the whole, are you very satisfied, fairly satisfied, not very satisfied or not at all satisfied with the life you lead?

...med resultatet:

	Mycket nöjd	Ganska nöjd	Inte särskilt nöjd	Inte alls	Antal svar
Svenska	26	63	10	1	161
	Very satisfied	Fairly satisfied	Not very satisfied	Not at all satisfied	Antal svar
Engelska	30	61	8	1	159

*Kommentar:* Undersökningen genomfördes via webben. Kontakt via student- och privatmejl. Både svenska och utländska medborgare ingick i urvalet. Svarsfrekvens var 54 procent.



## Undersökning av livstillfredsställelse i Student-SOM 2010: test av svarsskalor

Nöjd – inte nöjd	Nöjd – missnöjd
Hur nöjd är du på det hela taget med det liv du lever?	På det stora hela, är du mycket nöjd, ganska nöjd, ganska missnöjd eller mycket missnöjd med det liv du lever?

...med resultatet:

	Mycket nöjd	Ganska nöjd	Inte särskilt nöjd	Inte alls nöjd	Antal svar
Nöjd – inte nöjd	32	57	10	1	785
	Mycket nöjd	Ganska nöjd	Ganska missnöjd	Mycket missnöjd	Antal svar
Nöjd – missnöjd	36	58	5	1	269

*Kommentar:* Undersökningen genomfördes via webben. Kontakt via student- och privatmejl. Svarsfrekvensen på Student-SOM 2010 var 46 procent; 2009: 47 procent.



**SOM-INSTITUTET**  
SAMHÄLLE OPINION MEDIER



GÖTEBORGS UNIVERSITET

# Svenskars livstillfredsställelse & lycka

– SOM-undersökningarna & Eurobarometern

**Lennart Nilsson & Åsa Nilsson**

SOM-institutet, Göteborgs universitet

[lennart.nilsson@som.gu.se](mailto:lennart.nilsson@som.gu.se)

[asa.nilsson@som.gu.se](mailto:asa.nilsson@som.gu.se)

Workshop Livstillfredsställelse och lycka

i Göteborg den 23 maj 2011