



***NOEN SOSIAL-PSYKOLOGISKE KONSEKVENSER AV ULIKHET OG
DÅRLIGE LEVEKÅR***

**DET SAMFUNNSVITENSKAPELIGE FAKULTET INSTITUTT FOR SOSIALFAG
MASTER I SOSIALT ARBEID OG SOSIALPEDAGOGIKK JUNI 2019
SKREVET AV MASTERSTUDENT: MARTINE PETTERSEN
VEILEDER: FØRSTELEKTOR EILEF A. MELAND VED UIS**

**MASTERSTUDIUM I SOSIALFAG
MASTERGRADSOPPGAVE**

SEMESTER: VÅRSEMESTER 2019

FORFATTER/MASTERKANDIDAT: Martine Pettersen

VEILEDER: Eilef A. Meland

TITTEL PÅ MASTEROPPGAVE:

Norsk tittel: Noen sosial-psykologiske konsekvenser av ulikhet og dårlige levekår.

Engelsk tittel: Some social-psychological consequences of inequality and poor living conditions.

EMNEORD/STIKKORD: Sosialt arbeid, ulikhet, dårlige levekår, livskvalitet, lavinntekt, fattigdom, sosiale forhold, psykologiske konsekvenser, velferdsstaten, velferdsproblemer, akkumulering, hopning.

ANTALL SIDER: 115 **VEDLEGG:** 17

STAVANGER 20.06/2019 Martine Pettersen

DATO/ÅR **Kandidatens navn**

I forbindelse med elektronisk innlevering, kommer jeg til å reservere meg mot å offentliggjøre mastergradsoppgaven på universitetets nettsider

FORORD

Etter en spennende og lærerik prosess er endelig masteroppgaven klar til å leveres. Det har vært krevende til tider, men jeg er svært takknemlig over å ha fått mulighet til å fordype meg i et så tidsaktuelt og viktig tema. Gjennom dette arbeidet har jeg fått økt innsikt i konsekvenser av ulikhet og dårlige levekår i Norge.

Jeg ønsker først og fremst å takke veilederen min Eilef A. Meland for god oppfølging og veiledning fra begynnelse til slutt. Gjennom veiledning har jeg fått løftet blikket og tatt innover meg nye perspektiver som har beriket studien. Du har kommet med mange ærlige og nyttige innspill underveis med din store kjennskap til fagets kunnskapsfelt.

Videre vil jeg takke alle respondentene i studien for at dere stilte opp til intervju. Jeg håper at jeg på en tilfredsstillende måte har klart å belyse deres utfordringer.

Jeg ønsker også å takke familie, venner og medstudenter som har støttet meg, motivert meg og deltatt i gode diskusjoner gjennom hele studieforløpet. Jeg vil spesielt gi en stor takk til venninnene mine Kajsa Knøøs, Katrin Gjerdrum og Mia Bruvik som har lest igjennom oppgaven og gitt meg god tilbakemelding. Jeg vil også takke Katrin og Kajsa for mange gode samtaler og støtte. Til sist vil jeg takke min samboer Håkon Neeraas for god støtte og tålmodighet gjennom hele masterprosjektet.

Stavanger, 19. juni. 2019

Martine Pettersen

SAMMENDRAG

Studiens tema er ulikhet og dårlige levekår. Problemstillingen min handler om å fremme *noen sosial-psykologiske konsekvenser av ulikhet og dårlige levekår*. Mitt hovedbidrag i denne studien er å se ulikhet og ulik fordeling av goder og levekår i sammenheng med livskvalitet.

Vitenskapsteoretisk utgangspunkt for studien er fenomenologi, hermeneutikk og kritisk realisme. Der det er to deler jeg ønsker å forstå: Det ene er strukturelle trekk ved ulikhet, lavinntekt og dårlige levekår og hvordan det påvirker lavinntektspersoner sin livskvalitet. Det andre er lavinntektspersoner livsverden og deres tolkning av virkeligheten, som jeg videre har tolket i en større sammenheng gjennom teori og forskning.

Forskningsdesignet jeg har brukt er intensivt opplegg, abduktiv strategi og kvalitativ metode. Jeg tok i bruk relativ strukturerte intervju for å få tilgang til lavinntektspersoner sine opplevelser og erfaringer. Respondentene ble rekruttert gjennom NAV-kontor.

Funnene i studien: Studien viser at respondentene kommer i negative spiraler der dårlige levekår på en levekårs komponent fører til at de kommer dårlig ut på flere levekårskomponenter. Respondentene kommer særlig dårlig ut på levekårskomponentene arbeid, økonomi og bolig som fører til forringet livskvalitet. Når det kommer til livskvalitet viser funnene at respondentene stresser mye der hovedtyngden ligger på økonomi. Respondentene sammenligner seg med andre og opplever negative sosiale sammenligninger. Naturlig ville dette ført til lav selvfølelse, mens funnene i studien viser det motsatte. Noen respondenter har tatt i bruk forsvarsmekanismer og dysfunksjonelle avhengigheter som rus, spilleavhengighet og trøstemat. Videre viser studien av lavinntekt og ulikhet i samfunnet går utover psykisk helse, ensomhet og tilliten respondentene har til samfunnet. Til slutt vil jeg trekke frem at studien viser at lavinntekt påvirker barna gjennom at de går sultne på skolen, ikke har råd til fritidsaktivitet, sosiale ting og at de bekymrer seg for foreldrenes økonomi.

INNHALDSFORTEGNELSE

1	INNLEDNING.....	1
1.1	Bakgrunn for valget	1
1.2	Hensikt med studien.....	3
1.3	Problemstillingen	3
1.4	Ett utsnitt av dagens forskning.....	4
1.5	Oppgavens oppbygging.....	5
1.6	Oppgavens avgrensning	5
2	TEORI.....	6
2.1	Ressurs-arena modellen	7
2.1.1	Levekår defineres som tilgang på ressurser.....	8
2.1.2	Arena	11
2.1.3	Sammenhenger mellom levekårskomponentene	13
2.1.4	Er objektive indikatorer tilstrekkelig for å måle menneskers velferd?.....	15
2.2	Wilkinson, Pickett og Payne	18
2.2.1	Spiller graden av ulikhet noen rolle for helse- og sosiale problemer?	18
2.2.2	Sosiale sammenligninger og relativ posisjon i forhold til andre i samfunnet	20
2.2.3	Hvordan negative sosiale sammenligninger fører til stress	21
2.2.4	Personer med lavere sosial status har større tilbøyelighet til å ty til stress	23
2.2.5	Sammenheng mellom selvfølelse, sosiale sammenligninger og lavinntekt	23
2.2.6	Ressursfattige omgivelser fører til stress og kortsiktighetsatferd.....	25
2.2.7	Hva gjør stress med kroppen?	29
2.2.8	Forsvarsmekanismer og dysfunksjonelle avhengigheter	30
2.2.9	Hvordan spiller ulikhet inn på avhengighetsskapende atferd som alkohol, trøstespising og gambling?.....	31
2.2.10	Identitetskrise og stress gjennom online identiteter og statuspress	33
2.2.11	Barns velvære og ulikhet	35
2.2.12	Urettferdighet og mistillit.....	36
2.2.13	Større ulikhet er ikke til fordel for noen, ikke engang de rike.....	37
2.2.14	Sammenhengen mellom alle teoriene.....	38
3	METODE.....	40
3.1	Vitenskapsteoretisk utgangspunkt.....	40

3.1.1	Spenninger mellom forskjellige vitenskapstradisjoner.....	41
3.1.2	Fenomenologi.....	43
3.1.3	Hermeneutikk.....	46
3.1.4	Kritisk realisme.....	48
3.2	Utforming av forskningsdesign.....	51
3.2.1	Intensivt opplegg.....	51
3.2.2	Deduktiv + induktiv=Abduktiv.....	52
3.2.3	Kvalitativ metode.....	53
3.2.4	Relativt strukturert dybdeintervju.....	54
3.3	Om datainnsamling.....	56
3.3.1	Utvalg.....	56
3.3.2	Gjennomføring av intervjuene.....	57
3.4	Dataanalyse.....	58
3.4.1	Transkribering.....	58
3.5	Metodekvalitet.....	58
3.5.1	Reliabilitet.....	58
3.5.2	Validitet.....	59
3.6	Forskningsetiske overveielser.....	59
3.6.1	Min rolle som forsker.....	61
4	FUNN OG RESULTATER.....	61
4.1	En liten introduksjon av mine åtte respondenter.....	61
4.2	Strukturelle forhold.....	62
4.3	Utdannelse.....	65
4.4	Drømmen om å eie egen bolig.....	66
4.5	Strategier knyttet til knapp økonomi.....	67
4.5.1	Knapp økonomi.....	67
4.5.2	Gjeld.....	68
4.5.3	Å ikke klare en uforutsett utgift på 6000kr.....	68
4.5.4	Bekymringer, usikkerhet og utrygghet på grunn av økonomi.....	71
4.6	Betydningen av velferdsytelser.....	73
4.7	Barnefattigdom, velvære og ulikhet.....	73

4.8	Sosial status og plassering i samfunnet.....	76
4.9	Sosiale sammenligninger	77
4.9.1	Hvordan ser du på andre som har bedre livssituasjon enn deg selv?	80
4.10	Helse.....	82
4.10.1	Stress	83
4.10.2	Rus og alkoholbruk.....	84
4.10.3	Trøstemat.....	84
4.10.4	Satsing på pengespill	85
4.10.5	Psykisk helse	85
4.11	Sosiale forhold	88
4.11.1	Må spørre om hjelp fra venner og familie for å klare seg økonomisk.....	88
4.11.2	Venner, støtte og ensomhet	88
4.12	Urettferdighet og mistillit.....	90
5	RESULTATANALYSE.....	92
5.1	Strukturelle forhold	92
5.1.1	Betydningen av velferdsytelser	93
5.2	Drømmen om å eie egen bolig	94
5.3	Høye krav på arbeidsmarkedet.....	95
5.4	Foringet livskvalitet på grunn av dårlige levekår	96
5.5	Stress	97
5.6	Ulikhet og lavinntekt fører til kortsiktighetsatferd.....	98
5.7	Sosiale sammenligninger	102
5.7.1	Sosial status og plassering	104
5.8	Egooppfatning	105
5.9	Forsvarsmekanismer og dysfunksjonelle avhengigheter	107
5.9.1	Shopping som dysfunksjonell mestringsstrategi	107
5.9.2	Satsing på pengespill som dysfunksjonell mestringsstrategi.....	107
5.9.3	Trøstemat som dysfunksjonell mestringsstrategi	108
5.10	Barnefattigdom, velvære og ulikhet.....	109
5.11	Urettferdighet, mistillit og ulikhet.....	110
6	AVSLUTNING.....	111

6.1.1	Hva jeg har gjort i denne studien.....	111
6.1.2	Oppsummering av funnene i studien.....	112
6.1.3	Hva jeg kunne gjort annerledes i en ny studie.....	113
6.1.4	Aktuelle forslag til forbedring av levekår og livskvalitet.....	114
7	REFERANSELISTE.....	116
	VEDLEGG 1: INTERVJUGUIDE	124
	VEDLEGG 2: MHI-5 PSYKISKE HELSEPLAGER.....	133
	VEDLEGG 3: LIVSTIDSFØREKOMST AV ALVORLIG DEPRESJON.....	134
	VEDLEGG 4: ROSENBERG «SELF ESTEEM SCALE».....	135
	VEDLEGG 5: COHENS «PERCEIVED STRESS SCALE»	136
	VEDLEGG 6: GODKJENNELSE FRA NSD	137
	VEDLEGG 7: INFORMASJONSSKRIV OG SAMTYKKEERKLÆRING	140

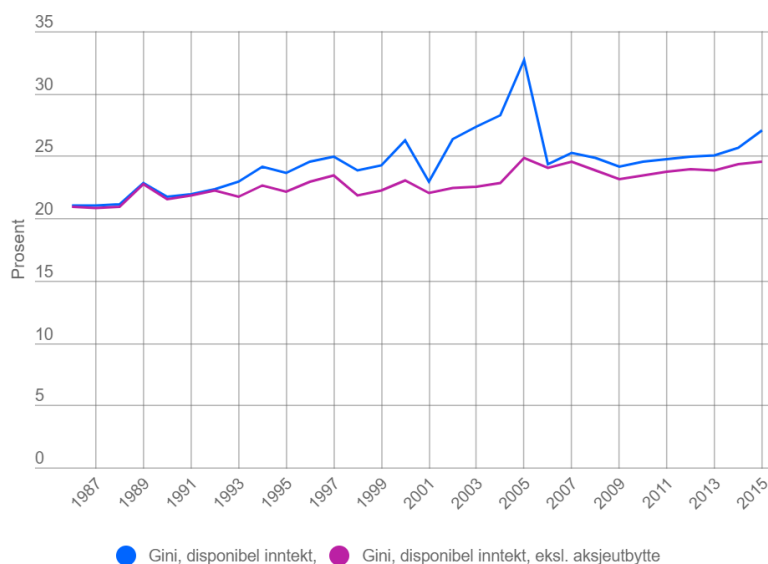
1 INNLEDNING

1.1 Bakgrunn for valget

Ett av de mest brennbare temaene i vår tid er hvordan ulikhet og fattigdom påvirker oss individer. Jeg er i denne studien nysgjerrig på hvilke samfunnsvirkninger økende ulikhet har og hva det har det å si for mennesker med lavinntekt. I Norge har det vært en voksende ulikhet de siste 20 årene, som gjør dette til et interessant tema også her til lands. Ulikheten er interessant fordi den påvirker oss og samfunnet.

For å måle ulikhet kan vi bruke Gini-koeffisienten som er et mål på ulikhet. Den viser et tall mellom 0-1, der 0 er helt jevn fordeling mens 1 betyr at en får alt. Grafen under viser Gini-koeffisienten i forhold til inntekt med og uten aksjeutbytte. Gini-koeffisienten (med aksje utbytte) lå på 0,22 i 1990 og i 2015 lå den på 0,27, som viser en økende ulikhet i Norge¹ (Aaberge & Stubhaug, 2018).

Utvikling i Gini-koeffisienten for Norge



(Meld. St. 29 (2016-2017), s. 136)

Figur 1.1 Ulikhet- Utvikling av Gini-koeffisienten.

Jo større forskjeller vi får, jo flere vil føle seg fattige og flere vil gå under kategorien dårlige levekår og forringet livskvalitet. Dette skal jeg se nærmere på ved å se på en sammenligning mellom de som har 25% lavest inntekt og de som har 25% høyest inntekt, når det kommer til livskvalitet og levekår:

¹ Her vises det at vi fikk en kunstig høy Gini-koeffisient i 2005, på grunn av nye regler når det kom til aksjeutbytte som gjorde at mange fikk det travelt med å ta ut aksje det året.

Slik har vi det - livskvalitet og levekår:

De med lavest inntekt og de med høyest inntekt

Andel som har ulike levekårsproblemer og -goder



(Statistisk Sentralbyrå, 2017b)

Figur 1.2 Fordeling av livskvalitet og levekår i befolkningen.

Her kan vi se hvordan goder og ulemper fordeler seg i befolkningen. Denne figuren viser at de med de 25% høyeste inntekter bare har dårligere skår enn befolkningen på punktet «Fornøyd med tiden til å rådighet», og bedre enn befolkningen ellers på alle andre levekårskomponenter. «Fornøyd med tiden til å rådighet», er også det eneste punktet de med 25% laveste inntektene skårer høyere enn befolkningen, ellers skårer de lavere på alle levekårskomponentene. Dette vil

jeg gjerne illustrere med et bibelvers som Matteus-effekten er inspirert av, som går slik: «For den som har, ham skal gis, og han skal ha overflod; men den som ikke har, fra ham skal endog tas det han har» (Matteus, 13:12). Det var den amerikanske sosiologien Robert Merton som lanserte Matteus-effekten, som går ut på at den som har, skal få, og den som ikke har, skal bli fratatt selv det han har. De som har økonomiske og sosiale fordeler eller ulemper har en tendens til å bli selvforsterkende. I tråd med Matteus-effekten innebærer akkumulering og opphopning at dårlige levekår på én komponent gir dårlige levekår på andre komponenter, og omvendt (Barstad, 2016, s. 7). De dårligstilte i samfunnet er de som opplever en hopning av viktige velferdsproblemer. Det ene er *nedbrytende ulemper* som handler om at velferdsproblemer øker risikoen for å bli utsatt for andre problemer. Det andre er *fruktbare funksjoner* som skjer når høy velferd innenfor en komponent fører til høyere velferd innenfor andre komponenter (Barstad, 2014, s. 60). Jeg kommer til å gå ut ifra definisjonen som sier at kriteriet for at en person har dårlige levekår er at de har opphopning av viktige levekårsindikatorer. De som har en hopning på minst fire problemer, har dårlige levekår eller er levekårsfattige (Barstad, 2014).

1.2 Hensikt med studien

Hensikten med studien er å se på noen sosial-psykologiske konsekvenser av ulikhet og dårlige levekår. Jeg er ute etter å forstå hvordan dårlige levekår påvirker emosjoner, kognisjoner og atferd i lys av at samfunnet blir mer og mer preget av ulikhet.

Hensikten er å få et innblikk i hvordan ulikhet påvirker oss, og sette søkelyset på at det er ulikheten og ikke fattigdommen i seg selv som er problemet. Jeg håper denne studien kan hjelpe til med å få vekk negative holdninger mot de som har dårlige levekår, ved å trekke frem noen sosial-psykologiske konsekvenser som lavinntekt og ulikhet fører med seg. I denne studien går jeg ut ifra EU sin fattigdomsgrense som sier at ekvivalent inntekt for antall personer må tilsvare eller ligge under 60% medianinntekten i minimum tre av de siste fem årene.

Forskningsspørsmålene jeg skal belyse i denne studien er: Hvilke sosial-psykologiske mekanismer fører lavinntekt og ulikhet med seg? Hvilke sosial-psykologiske mekanismer og strukturelle hindringer fører til nedbrytende ulemper og dårlige levekår for lavinntektspersoner? I denne studien kommer jeg til å trekke frem noen strukturelle hindringer og sosial-psykologiske mekanismer for lavinntektspersoner.

1.3 Problemstillingen

Det jeg søker å forklare er hvorfor lavinntektsgrupper med dårlige levekår kommer i negative sirkler, der levekårene forringes ytterligere. Det jeg vil undersøke er hvordan de økonomiske levekårene påvirker livskvaliteten til lavinntektspersoner. Jeg vil se på de psykologiske og sosiale fenomener bak det å ha dårlige levekår og forringet livskvalitet.

Denne oppgaven skal integrere makro- og mikroperspektivet som er mitt hovedbidrag i denne oppgaven. Makronivået handler om strukturelle trekk ved ulikhet og ulik fordeling av goder og levekår. Lavinntektsgrupper mangler ofte ressursene de trenger for å opprettholde den livsstilen som er forventet i samfunnet. Dette er dette som fører til deprivasjon og ekskludering fra arenaer

når lavinntektsgrupper ikke står til kravene. Dette knytter jeg til ressurs-arenamodellen, som handler om hvordan ressurser vi har til rådighet fører til kvaliteten på levekårene våre.

Denne andre hovedteorien er fra Keith Payne, Richard Wilkinson og Kate Pickett, som har forankret sitt arbeid i biologi, psykologi og sosialmedisin der de forklarer hvordan ulikhet virker inn på oss. En av teoriene går ut på at store forskjeller mellom hva vi har og andre har hindrer god livskvalitet og lykke. Økende ulikhet fører til at vi sammenligner oss med andre i mye større grad. For mennesker med lavinntekt er det større sannsynlighet for at ulikhet føre til negative sosiale sammenligninger med andre. Negative sosiale sammenligninger sammen med et liv i lavinntekt fører ofte til høy grad av stress. Dette fører til at personer med lavinntekt får livskvalitet og livslykke forringet på grunn av økende ulikhet. Mikroperspektivet skal føre til en forståelse av hvordan dårlige levekår og ulikhet påvirker emosjoner, kognisjoner og atferd hos lavinntektspersoner. Kognisjoner handler om menneskers tolkninger, meninger og holdninger, mens emosjoner angår reaksjoner og følelser. Atferd dreier seg om individers beslutninger som her blant annet vil handle om utdanning, arbeid og økonomiske valg.

1.4 Ett utsnitt av dagens forskning

I denne studien har jeg basert på nyere litteratur innenfor sosialmedisin og sosialpsykolog som jeg skal presentere i teoridelen. Her skal jeg presentere noen funn fra tidligere forskning innenfor dette felte.

Nyere studier på hopning viser at velferdsproblemer har en tendens til å hope seg opp hos de samme individene som er i tråd med Matteus-effekten. Videre skal jeg presentere noen sosialpsykologiske forskningsfunn som viser at dårlige levekår kan føre til forringet livskvalitet.

Studier av generelle opphopningsmønstre basert på levekårsundersøkelser, bekrefter at velferdsproblemer har en tendens til å følge hverandre. Det er særlig svensk empiri som er hovedfunnene i dette studiefeltet. Dette er empiriske studier som fokuserer på negative risikoer og onde sirkler (Bask, 2010, 2011, 2016; Bask & Bask, 2015; Böhnke, 2008; Ferrarini, Kenneth & Sjöberg, 2010; Halleröd, 2000, 2009; Halleröd & Bask, 2008; Halleröd & Larsson, 2008; Halleröd & Seldén, 2013; Heap, Lennartsson & Thorslund, 2013). Videre skal jeg vise hva noen av disse funnene sier.

Funn viser at økonomiske vansker har en sterk tendens til å hope seg opp med andre velferdsproblemer (Bask, 2011, 2016; Halleröd & Bask, 2008; Halleröd & Larsson, 2008). Bask (2016) viser funn som sier at økonomiske problemer er den mest ufordelaktige velferdskomponenten å komme dårlig ut på. Studien viser blant annet en sterk sammenheng med mangel på en fortrolig venn og økonomiske vanskeligheter. Böhnke (2008) sine funn viser at å ha lavinntekt i Europa fører til å ha færre sosiale kontakter og lite følelsesmessig støtte som tærer på følelsen av å være integrert. Videre viser Bask (2011) at økonomiske problemer, vedvarende arbeidsledighet, helseproblemer og søvnproblemer har betydelige sammenhenger. Dette er viktige funn for studien da jeg vil se hvilke levekårsarenaer lavinntektspersoner kommer dårlig ut på.

Anders Barstad er den fremste forskeren på dette temaet i Norge. Videre kommer jeg til å utdype en analyse av levekårsundersøkelsen EU-SILC 2013 av Anders Barstad. I denne analysen fant han en klar sammenheng mellom subjektiv livskvalitet og akkumulering av velferdsproblemer, og da særlig psykiske problemer som korrelerte med lav tilfredshet i livet. Den sterkeste enkeltkorrelasjonen han fant er mellom psykiske vansker og dårlig økonomi (Barstad, 2016, s. 30-31). Barstad (2017) trekker frem at en vanskelig økonomisk situasjon skaper utrygghet og kan være med på å forsterke de psykiske problemene. Psykiske problemer på sin side igjen, gjør det vanskeligere å håndtere økonomien på en god måte. Videre har det blitt vist av Tåhlin (1989) at mental helse ble sterkere påvirket av relativ enn absolutt inntekt. Dette kan være med på å forklare hvordan ulikhet virker inn på livskvalitet som jeg skal se nærmere på i denne studien.

1.5 Oppgavens oppbygging

Jeg vil i det følgende gjøre rede for oppgavens videre oppbygging. I kapittel 2 vil jeg vise til det teoretiske rammeverket som ligger til grunn for analyse og drøfting av datamateriale. Jeg har valgt å bruke to ulike utgangspunkt for å belyse problemstillingen i studien. Det første er ressurs-arenamodellen som er en analysemodell for levekår, som har hovedvekt på folks ressurser. Det andre er teori av Richard Wilkinson, Kate Pickett og Keith Payne for å belyse livskvalitet med hovedfokus på stress og negative sosiale sammenligninger.

I kapittel 3 presenteres og drøftes metodisk valg. Her starter jeg med å gjøre rede for vitenskapsteoretisk forankring og forståelse før jeg deretter drøfter utforming av forskningsdesign. Videre beskriver jeg datainnsamling og dataanalyse. I siste del av kapittelet tar jeg for meg metodekvalitet og forskningsetiske overveielser.

I kapittel 4 presenteres undersøkelsens funn og resultater fra studien. Først presenteres respondentene og deretter sorteres dataene etter tema som blir forankret i sitatene fra respondentene.

I kapittel 5 drøftes og fortolkes funnene i undersøkelsen opp mot valgt metode, teori og refleksjoner.

I kapittel 6 forklarer jeg hva jeg har gjort i studien. Videre oppsummerer jeg resultatene av studien opp mot studiens problemstilling. Etter dette går jeg inn på hva jeg kunne gjort annerledes i en ny studie. Avslutningsvis gir jeg aktuelle forslag til forbedring av levekår og livskvalitet for lavinntektspersoner.

1.6 Oppgavens avgrensning

I denne studien har jeg undersøkt noen sosial-psykologiske konsekvenser av ulikhet og dårlige levekår. Mitt hovedbidrag i denne studien er å se ulikhet og ulik fordeling av goder og levekår i sammenheng med livskvalitet. Levekårskomponentene jeg har valgt å trekke frem er arbeid, økonomi og bolig. Når det kommer til livskvalitet har jeg i hovedsak trukket frem negative konsekvenser av stress og sosiale sammenligninger i lys av at vi lever i et land med stadig større ulikhet.

Dette er en liten studie som gir en liten føring i lavinntektspersoner sosiale og psykologiske forhold i lys av ulikhet og dårlige levekår, og gjelder ikke generelt for lavinntektspersoner. Jeg har sett inn i åtte respondenter sin livsverden og deres tolkning av virkeligheten, som jeg videre har tolket i en større sammenheng gjennom teori og forskning.

2 TEORI

Jeg vil nå gjennomgå og diskutere aktuelle teorier som er relevant for å analysere problemstillingen, som handler om hvordan dårlige levekår påvirker livskvaliteten til personer med lavinntekt. Sagt på en annen måte handler det om hvordan ulikhet og dårlige levekår gir sosial-psykologiske konsekvenser for personer med lavinntekt. Jeg er ute etter å forstå hvordan dårlige levekår påvirker emosjoner, kognisjoner og atferd hos individer

Teoridelen består av to hoveddeler: Den ene delen handler om makroperspektivet (levkår og ulikhet) og den andre om mikroperspektivet (livskvalitet). Denne studien har som mål å integrere makro- og mikroperspektivet i forhold til økende ulikhet i samfunnet. Først skal jeg se på makroperspektivet gjennom ressurs-arena modellen. Ressurs-arenamodellen handler om hvordan ressurser og levekår vi har til rådighet er bestemmende for hvilke arenaer i samfunnet vi får innpass i. Den belyser også et viktig poeng og det er at de forskjellige arenaene har ulike strukturelle trekk som kan virke ekskluderende for svakerestilte grupper. Dette illustrerer at det er en kombinasjon av styrken på egne ressurser og strukturelle hindringer ved forskjellige arenaer i samfunnet som er avgjørende for hvilke levekår vi sitter igjen med. Dette er viktig teori for å belyse problemstillingen, men den kan ikke belyse hele. Ressurs-arenamodellen dekker nemlig ikke forhold som har med livskvalitet å gjøre.

Mikroperspektivet i studien handler om hvilke effekter livskvaliteten har for lavinntektspersoner. For å avdekke dette skal jeg ta i bruk teori av Richard Wilkinson og Kate Pickett som handler om hvordan negative sosiale sammenligninger fører til stress og ulykkelighet. Denne teorien har videre blitt videre utdypet av Keith Payne som tar for seg de psykologiske og biologiske mekanismene som ligger bak stress.

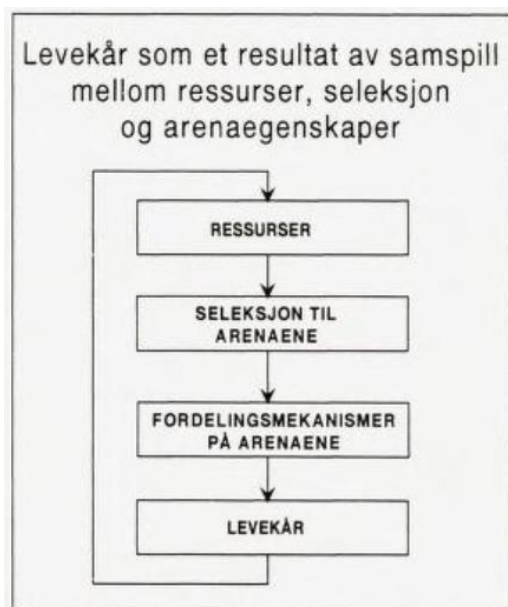
I forhold til undersøkelsen som skal bli gjennomført her er det helt sentralt å se objektive levekår og subjektiv livskvalitet i sammenheng. Levekårsulikhet kan gi utslag på mange dimensjoner av livskvalitet. For eksempel er økonomiske ressurser og arbeid viktige objektive levekårsindikatorer. Hvis en person ikke er i jobb og har dårlig økonomi kan det ha sterk innvirkning på en person psykisk og sosialt. Et annet sentralt eksempel for å vise hvordan disse to teoriene bør ses i lys av hverandre er hvordan dårlige økonomiske ressurser kan føre til følelser av utrygghet og skam, som jeg skal illustrere i et eksempel. Hvis en person har få økonomiske ressurser, er det større sannsynlighet at personen bli ekskludert fra boligmarkedet. Leiemarkedet i Norge er lite sammenlignet med mange andre land, som fører til at det er et kortsiktig og fragmentert utleietilbud. Det er ikke uvanlig å få en leieavtale på 1 år av gangen, som kan føre til utrygghet på grunn av usikker bosituasjon. Å måtte leie i et rikt land der det forventes at alle skal eie sin egen bolig, kan fremskynde følelser av skam, utilstrekkelighet og andre vonde følelser som

svekker livskvaliteten. Dette er et ett av mange eksempler, som jeg kommer tilbake til underveis i teorikapittelet. Jeg skal først presentere og reflektere over levekårsmodellen som ofte betegnes som ressurs-arenamodellen, og deretter bevege meg videre til teorien om livskvalitet som i hovedsak går på stress, sosiale sammenligninger, emosjoner og kognisjoner.

2.1 Ressurs-arena modellen

Her kommer jeg først og fremst til å presentere ressurs-arenamodellen som er et av hovedbidragene til denne studien. Etter dette kommer jeg til å vie plass til nyere perspektiver på ressurser som sosial eksklusjon og hopning. Helt til slutt kommer jeg til å ta for meg kritikk av levekårsforskningen.

Ressurs-arenamodellen er en analysemodell for levekår, som har hovedvekt på folks ressurser. Den oppstod som et resultat av at den nasjonale levekårsundersøkelsen ble fornyet. Hovedvekten i levekårsundersøkelsen ble flyttet fra et økonomisk perspektiv, der det var stort fokus på materiell behovstilfredstillelse til et nytt perspektiv der folks ressurser stod i sentrum. I den nye undersøkelsen ønsket man å finne indikatorer som kunne fange opp befolkningens sosiale og helsemessige tilstand (NOU 1993:17, s. 41). Ressurs-arenamodellen er bearbeidet og foredlet av mange bidragsytere over mange år, og de mest kjente bidragsyterne er Sten Johansson, James Coleman, Gudmund Hernes og Knud Knudsen , og er i nyere tid fremstilt av Anders Barstad. Denne modellen ble første gang presentert i 1973 og har i senere tid blitt forenklet. I denne studien kommer jeg til å ta i bruk den forenklete levekårsmodellen som er presentert i *NOU 1993:17 Levekår i Norge. Er graset grønt for alle?* som er presentert nedenfor:



(NOU 1993:17, s. 44)

Figur 2.1 Denne figuren illustrerer samspillet mellom ressurser, arena og levekår.

Det teoretiske utgangspunktet for modellen «(...) forutsetter at individer til enhver tid disponerer over et gitt sett av ressurser, f.eks. utdanning, helse o.l., som kan settes inn på forskjellige arenaer, f.eks. i arbeidslivet, for å utføre ulike aktiviteter» (NOU 1978:3, s. 19). Analysemodellen for den norske levekårsundersøkelsen går med andre ord ut på at levekår er et produkt av to faktorer; den ene faktoren er ressurser individet har tilgang til og den andre faktoren er strukturelle egenskaper til arenaene som ressursene anvendes på. Strukturelle egenskaper kan forklares som tilgang, sortering og sorteringsmekanismer, som i første omgang handler om man kommer inn og deretter hvordan man blir vurdert.

Videre er det en pil fra levekår og opp til ressurser igjen, som kan tolkes som sosial-økonomisk arv, siden ressursene til barna blir preget av ressurser og økonomien til foreldrene. Det er en sentral problematikk som jeg skal ta opp senere i dette kapitlet. Videre kommer jeg til å redegjøre for begrepene i modellen. Jeg kommer først til å ta for meg ressurser som begrepet og deretter utrede for arenabegrepet som handler om sortering og fordeling på ulike arenaer.

2.1.1 Levekår defineres som tilgang på ressurser.

Det finnes forskjellige tilnæringer til levekår. Her kommer jeg til å gå inn på den nordiske tilnærningen som har dominert levekårsforskningen i Norge fra 1970-tallet. Den er et viktig fundament, men har fått kritikk for å ha for stort fokus på objektive levekår og utelatt subjektiv livskvalitet, som jeg skal komme nærmere tilbake til. I den nordiske levekårsforskningen har levekår blitt definert som tilgang til ressurser.

Ressurser er et viktig fundament for denne studien, siden lavinntektspersoner ofte har færre ressurser enn andre, som er styrende for hvordan livet deres utvikler seg. Ressurser er nemlig helt avgjørende for hvordan levekår individer ender opp med. Sosialpolitiske forskeren Richard Titmuss formulerte nøkkelbegrepet ressurser slik: «individets disponering over ressurser i form av penger, eiendeler, kunnskaper, mental og fysisk energi, sosiale relasjoner, trygghet, og så videre, som individet kunne bruke til å kontrollere og bevisst styre sine livsvilkår» (sitert i Barstad, 2014, s. 49). Ut ifra dette nøkkelbegrepet ble det laget en liste over velferdskomponenter som skal representere «det gode liv»:

1. Helse og tilgang på helsetjenester
2. Sysselsetting og arbeidsmiljø
3. Økonomiske ressurser og forbrukerbeskyttelse
4. Kunnskaper og utdanningsmuligheter
5. Familie og sosiale relasjoner
6. Bolig og nærservice
7. Rekreasjon og nærservice
8. Sikkerhet for liv og eiendom
9. Politiske ressurser (Johansson, 2002, s. 22)

Barstad (2014) og Johansson (2002) hevder at levekårsindikatorene er universelle uansett tidsepoke og kultur (2014, s. 49; 2002, s. 27). Med dette menes det at det er oppgaver som alle må forholde seg til når de beveger seg gjennom livssyklusen; Få omsorg i barnealder, erverve seg

ferdigheter og kunnskaper, kunne forsørge seg selv igjennom arbeid, finne et sted å bo og etablere familie, opprettholde helsetilstand, beskytte seg om vold og kriminalitet, finne en samfunnsmessig identitet i kulturen og som medborger (Johansson, 2002, s. 27). I denne studien har jeg stort fokus på ressurser, men har større fokus på noen ressurser og mindre på andre. Jeg har valgt å ha fokus på fysisk- og psykisk helse, arbeid, økonomiske ressurser, utdanning, familie og sosiale relasjoner, bolig og trygghet. Dette er på grunn av at noen levekårsindikatorer har mer å si for livskvaliteten enn andre. I min studie er hovedpoenget å se sammenheng mellom levekår og livskvalitet, og da har jeg valgt å legge størst vekt på de levekårene som jeg mener påvirker livskvaliteten i størst grad hos lavinntektspersoner.

Et viktig særtrekk ved levekår er at det handler om objektive mål på hvordan vi har det, og at det dreier seg om beskrivelser og ikke vurderinger (Barstad, 2014, s. 55). «(...) levekår handler om hvilke betingelser – av sosial og økonomisk art- som menneskers handlinger og levemåte er underlagt» (siteret i Barstad, 2014, s. 47). Selv om Barstad og Johansson hevder at levekårsindikatorene er universelle, betyr ikke det at levekårsforskningen er ferdig utarbeidet. Fundamentet som ble utviklet på 1970-tallet, har blitt forbedret og modernisert frem til i dag. I neste avsnitt skal vi se på ressurser som fungerer som kapital.

2.1.1.1 Ressurser som kapital

Når vi snakker om individets ressurser i ressurs-arenamodellen, er det viktig å fremheve at noen ressurser er viktigere enn andre. Her skal jeg ta for meg ressurser som akkumuleres og gir avkastning over tid, og blir en form for kapital. Det er to former for ressurser som fyller kravet til å være en kapital; økonomisk kapital og kulturell kapital. Sistnevnte omfatter utdanning og kulturelle objekter. Individene som har investert i disse kapitalene kan forvente avkastning som overstiger deres opprinnelige verdi (Savage, Warde & Devine, 2005, s. 45). Utdanning gir for eksempel fordeler på arbeidsmarkedet i forhold til høyere lønn, lettere tilgang til arbeidsmarkedet og bedre arbeidsoppgaver. Andre teoretikere mener også dette. Houston mener at utdanning er den viktigste ressursen, siden det er her sosial ulikhet er mest synlig (2002, s. 158). Pierre Bourdieu er en sentral bidragsyter til denne teorien, og anser den økonomisk kapital som den viktigste kapitalen. Han er opptatt av at sosial kapital kan anskaffes gjennom økonomisk kapital (referert i Barstad, 2014, s. 56).

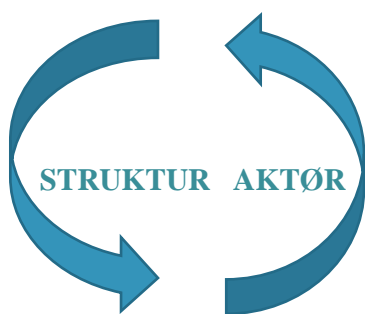
I denne studien er jeg særlig opptatt av sosiale forhold og vil vie ekstra plass til forholdet mellom økonomisk- og sosial kapital, når det kommer til akkumulering og avkastning. Jeg skal dermed her vise hvordan økonomisk kapital, ikke bare har akkumulerende fordeler for dem som har stor økonomisk kapital, men hvordan det har akkumulerende ulemper for dem som har liten økonomi. En avhandling av Bourdieu viser at lavinntekt svekker evnen til å oppnå sosiale relasjoner. Den bakenforliggende grunnen er at det reduserer evnen til å være sjenerøs, gavmild og støttende (referert i Böhnke, 2008, s. 135). Lavinntekt gjør det nemlig vanskelig å holde fast med gjensidighetsprinsippet som styrer sosiale relasjoner. Den svekkede evnen til å være gavmild og støttende, og gjør at lavinntektspersoner heller ikke får det tilbake. Dette kan ha konsekvenser for andre ressurser som fysisk- og psykisk helse, siden de har mangel på støtte og kjærlighet.

Dette viser hvordan ressurser (økonomisk kapital) er bestemmende for levekår (mangel på sosiale relasjoner), og hvordan levekår er bestemmende for ressurser (svekket psykisk og fysisk helse) igjen. Videre i samspillet mellom sosiale forhold og økonomisk kapital skal jeg ta for meg hvordan dette fører til økende ulikhet.

Økonomisk kapital er akkumulerende gjennom sosial kapital, siden økonomisk kapital fører til større sosialt nettverk, som igjen kan føre til større økonomisk kapital. Men hvordan kan egentlig sosiale relasjoner føre til økt økonomisk kapital? Det skal jeg forklare nærmere. Individuer danner lettere nettverk med personer som ligner dem selv ut ifra sosioøkonomiske og demografiske mål (DiMaggio & Garip, 2012, s. 8). Forskning viser at dette både kan skyldes egne valg og strukturelle forhold (McPherson, Smith-Lovin & Cook, 2001, s. 429). De som er i toppskiktet vil få enda større avkastning på ressurser de har til rådighet, siden de omgir seg med andre velstående mennesker som kan hjelpe de å få avkastning på arenaer de har lyktes på. Sosiale relasjoner fungerer som inngangsbillett til for eksempel arbeidsmarkedet. Faren ved dette er at det gir enda større ulikhet i befolkningen. Dette stemmer godt overens med Matteus-effekten, som sier at; «Økonomiske og sosiale fordeler og ulemper har en tendens til å bli selvforsterkende» (sitert i Barstad, 2016, s. 7). Ett aspekt i denne studien handler om hvordan ulikhet spiller inn på dårlige levekår, som gjør denne koblingen verdifull for studien.

I denne studien kommer til å ha ekstra stort fokus på ressurser som akkumuleres og gir avkastning over tid. Det er ingen tvil om at utdannelse og økonomi er to viktige ressurser som har mye å si for om en person befinner seg i lavinntekt og hvilke levekår de har.

Ressurser forutsetter at mennesker er et aktivt handlende individ, og at levekår kan skapes og endres gjennom bevisst handling (NOU 1993:17, s. 44). Det er et gjensidig samspill mellom struktur og aktør. Det er strukturen som påvirker aktøren og det er aktøren som påvirker strukturen.



Figur 2.2 Struktur VS aktør

Samfunnet påvirker oss mennesker, men vi påvirker også samfunnet. Det vil si at samfunnet ikke er statisk og at sosiale mønstrene i samfunnet ikke er gitt, men er i stadig forandring. Sosiale strukturer handler om mønstre av samhandling og rollefordeling og forutsetter at menneske er et aktivt handlende individ.

Hittil har vi hatt søkelys på aktøren i dette samspillet videre skal vi ha fokus på strukturer gjennom arena-begrepet. Strukturer kan både virke hemmende og fremmende for individer, som vi skal vise gjennom arenabegrepet.

2.1.2 Arena

I den første norske levekårsundersøkelsen stod i tillegg til ressurser arenabegrepet sentralt. Arenaer kan forklares som ulike typer felt med sine egne handlingsrammer, regler og politikk. Det handler med andre ord om strukturene i samfunnet. Strukturelle egenskaper kan forklares som tilgang, sortering og sorteringsmekanismer. Det handler i første omgang om man kommer inn og spørsmålet etterpå er hvordan man blir vurdert. En arena kan for eksempel være skole, yrke, arbeidsmarkedet, lønssystemer, organisasjoner, lover for ytelse fra NAV, utdanningssystemet, konsumvaremarkeder, boligmarkedet eller lånemarkedet der ressursene kan investeres. I NOU-levekårsrapporten (1976:28) forklares arenabegrepet slik: «En kan i prinsippet karakterisere ulike arenaer ved ulike strukturelle egenskaper som påvirker resultatene av den enkeltes aktiviteter på arenaene» (s. 17). Dette gjenspeiler hvordan individer og strukturer gjensidig påvirker hverandre. Levekårene individer sitter igjen med er ikke bare avhengig av ressursene til den enkelte, men hvilke arenaer som er tilgjengelige og hvilke strukturer de har. Ressurser har bare en verdi dersom det kan anvendes på en arena (Halvorsen, 2014, s. 103). Videre kommer jeg til å ta to arenaer som påvirker lavinntektspersoner.

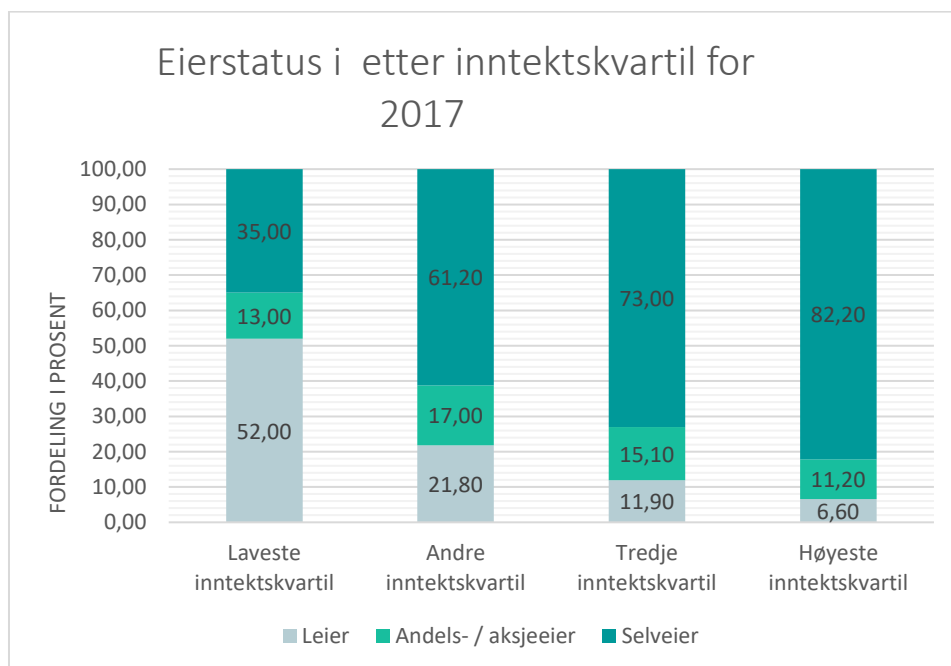
Arenaer som påvirker lavinntektspersoner er blant annet boligmarkedet og arbeidsmarkedet. Grunnen til at jeg vil utdype boligmarkedet er på grunn av at den største forskjellen mellom fattig og rik, er mellom de som eier og de som leier. Arbeidsmarkedet er også en viktig arena for god livskvalitet siden det er den viktigste kilden til inntekt, som fører til autonomi over eget liv. Arbeidsmarkedet er en viktig arena for inntekt, livsglede og sosiale forhold.

2.1.2.1 Boligmarkedet som arena

I Norge er den største investeringen husholdninger gjør bolig. Fra EU sin årlige levekårsundersøkelse EU-SILC viser det at 81,5% av befolkningen eier sin egen bolig i Norge. Her er det medregnet selveiere og andels- og aksjeeiere (Eurostat, 2017). Dette fører til at den største forskjellen mellom fattig og rik er skillet mellom de som eier sin egen bolig og de som leier. Forskjeller mellom de som eier og leier er samfunnsskapt gjennom ekstra fordeler til huseier. De som er på leiemarkedet finansierer andre sine huslån gjennom leie de betaler, i tillegg til at personer som har huslån får skattefradrag, som gjør det ekstra gunstig for huseiere. Attpåtil får også de som eier all verdistigning til deres hånd uten å måtte skatte av det. Boligprisene har steget kontinuerlig siden 1992, som fører til at boligmarkedet gir økonomisk avkastning. Dette gjør det til en arena for de rike. Investorer tar ut gevinst ved videresalg på grunn av kontinuerlig vekst i prisnivå, i tillegg som de kan kjøpe for å leie ut. Prisvekst blir dermed en strukturell hindring som gjør at lavinntektspersoner ikke får kjøpt bolig.

Videre skal jeg vise sammenhengen mellom eierstatus og inntektskvartil. Det er en tydelig sammenheng mellom inntekt og boligeierskap. Figuren under viser at jo høyere inntektskvartil man tilhører jo større sannsynlighet er det for at man eier sin egen bolig. Figuren viser at blant

personene med 25% lavest inntekt er det 52% som leier, mens det bare er 7% av de med høyest inntekt som leier. Det vil si at det bare er 35 % av de med lavest inntekt som er selveiere, mens blant de rikeste er andelen 82%. Dette er store forskjeller som det er verdt å bemerke seg.



(Statistisk Sentralbyrå, 2017a)

Figur 2.3 Sammenhengen mellom eierstatus og inntektskvartil for 2017.

Dette illustrer Matteus-effekten, som handler om at økonomiske- og sosiale fordeler og ulemper har en tendens til å bli selvforsterkende (Barstad, 2016, s. 7). For personer med lavinntekt vil vil den negative konsekvensen av å ikke få kjøpe egen bolig, gjøre så de får enda større månedlige utgifter på grunn av leie. Dette er en strukturell hindring der økonomi spiller en stor rolle. En spesielt negativ ved å leie er store bo utgiftsandeler. Statistikk viser at leietakere er overrepresentert i gruppen med høy boutgiftsbelastning. Lavinntektspersoner er også blant de mest utsatte gruppene når det kommer til høy boutgiftsbelastning (Normann, 2017, 20. februar). Videre skal jeg se på arbeidsmarkedet som arena med vekt på strukturelle hindringer for personer med dårlige levekår.

2.1.2.2 Arbeidsmarkedet

Arbeidsmarkedet og lavinntekt er sterkt knyttet til hverandre. Ifølge en NAV rapport fra 2018 er risikoen for å havne i vedvarende lavinntekt fem ganger så høy for personer som ikke har en stabil tilknytning til arbeidsmarkedet. Prekariatet er navnet på en ny underklasse i samfunnet der individer ikke har en trygg eller varig tilknytning til arbeidslivet. Individene veksler mellom arbeid og trygder, der ingen av delene er av varig karakter.

Det blir stadig høyere krav på arbeidsmarkedet på grunn av globalisering, teknologi, demografiske utviklingstrekk og migrasjon. Globalisering fører til sterkere konkurranse, som resulterer i at ufaglært arbeidskraft må byttes ut med faglært arbeidskraft på grunn av høyere krav. Informasjons- og kommunikasjonsteknologien har utviklet seg på rekordfart og parkert ufaglært

arbeidskraft, og skapt økende behov for faglært arbeidskraft. Det gis heller høyere lønn til dem som har kompetanse siden det gir økt produktivitet. Ettersom ufaglært arbeidskraft blir etterspurt mindre har det ført til dårligere lønn. Produksjonen flyttes også ofte til u-land, siden det er billigere arbeidskraft (Atkinson, 2015, s. 111-113). Det fører til at ufaglært arbeidskraft får mindre og mindre tilbud. Det er for få jobber på arbeidsmarkedet for denne gruppen, og skylden kan ikke legges på de som ikke har jobb. Dette gjør det ekstra vanskelig for utsatte grupper å komme inn på arbeidsmarkedet, som for eksempel innvandrere, personer uten utdanning, mangel på arbeidserfaring og personer med nedsatt arbeidsevne. Arbeid og velferdsdirektoratet hevder at dette kan føre til økte inntektsforskjeller i årene fremover:

Fram mot 2030 ventes arbeidsledigheten blant ufaglærte fortsatt å være klart høyere enn blant personer med høyere eller yrkesfaglig utdanning. Det vil bli behov for å endre tiltak og virkemidler rettet mot de mest utsatte gruppene – ufaglært ungdom, innvandrere som mangler grunnleggende kompetanse, og personer med nedsatt arbeidsevne. (Arbeids- og velferdsdirektoratet, 2019, s. 9)

Boligmarkedet og arbeidsmarkedet er viktige levekårindikatorer som er viktig for individet. I neste avsnitt skal jeg ta for meg ulike sammenhenger mellom levekårskomponentene.

2.1.3 Sammenhenger mellom levekårskomponentene

Det jeg skal ta opp her er hvordan vi på best mulig måte kan se levekårene i en helhet. Det er nemlig slik at levekårene kan ha forskjellige mulige sammenhenger. Jeg skal videre ta opp tre mulige måter å se på levekår på: A) Vi kan se leveår som uavhengige av hverandre, B) eller vi kan se på levekår som kompensere sammenhenger, C) og sist kan vi se om det er slik at dårlige utfall på en levekårskomponent, fører til dårlige utfall på en annen komponent.

A) Det første jeg skal ta opp er å se levekårskomponenter som uavhengige komponenter. Det vil si at de forskjellige levekårsvariablene ikke har noen sammenheng med hverandre, og at levekårene er tilfeldig fordelt i befolkningen (Barstad, 2014, s. 58). For eksempel vil man da ikke tro at det er noen sammenheng mellom inntekt, arbeid og helse. **B)** En annen mulig sammenheng er å se om noen levekår kan kompensere for andre levekår. Det skjer ved at individet trekker ressurser fra en arena for å kompensere for manglende ressurser på andre arenaer (Barstad, 2014, s. 58). Det vil si at lønn kan kompensere for stressende og farlig arbeidsmiljø, eller at personer med høy inntekt kan kompensere for dårlig helse. **C)** Den tredje sammenhengen er hopning, som betyr at dårlige levekår på en komponent fører til dårlige levekår på andre komponenter, og motsatt for gode levekår («Matteus effekten») (Barstad, 2014, s. 58). Med opphopning og akkumulering menes det levekårsproblemer ikke bare er additive (summerer seg), men at de også kan være multiplikative (forsterker hverandre) (Løyland, Hjelmbrække & Lunder, 2012, s. 11). Det kan for eksempel være sammenheng mellom dårlig inntekt og boligstandard, eller at dårlig helse fører til lav inntekt, som igjen fører til enda dårligere psykisk og fysisk helse. Kompensering og hopning er de sammenhengene jeg tenker at kan speile befolkningens velferd og levekår på en mest mulig helhetlig måte. Det er spesielt hopning jeg kommer til å legge vekt på i denne studien.

Noen sosial-psykologiske konsekvenser som kan være med på å forklare mekanismene bak hopning handler om stress. Lavinntekt kan føre til stress på grunn av alvorlige mangler som økonomi og sosiale relasjoner som reduserer kapasiteten vi har tilgjengelig til andre viktige ting i livet. Barstad (2014) fremhever også at de som har dårlige levekår har større sannsynlighet for å utvikle kronisk stress som er forankret i flere faktorer. De må for eksempel ta større sjanser med helse i forhold til arbeidsmiljø. De får ofte ikke dratt til lege og tannlegebesøk når de trenger det og de må ty til mindre innkjøp av sunn mat. Lavinntekt kan også føre til mange på sosial kontakt og tilhørighet, som i sin tur igjen kan forsterke andre velferdsproblemer. Motsatt har et stort sosialt nettverk mange fordeler som for eksempel støtte og omsorg, som er særlig viktig når man blir utsatt for belastende livshendelser (s. 60). I neste avsnitt skal jeg se på sammenhengen mellom hopning og sosial-økonomisk arv.

Sosial-økonomisk arv illustreres i ressurs-arenamodellen i pilen som går fra levekår og opp til ressurser, gjennom å tenke at det er en tilbakekoblingseffekt. Pilen illustrerer at individuelle ressurser er slutt punkt for en generasjon, som i neste omgang er starten på ressursene for neste generasjon. Vi i Norge har like muligheter på viktige områder som lik tilgang til helsetjenester og utdanning, men vi har likevel ikke likt utgangspunkt. Dette kan knyttes til hopning, siden familiens dårlige levekår fører til nye dårlige levekår i neste generasjon. Dette destruer samfunnets mål om like muligheter. Arv og midler i familien har forsterkende effekt. Foreldrenes levekår har stor innvirkning på hva slags levekår som er utgangspunktet for neste generasjon. Slik som Atkinson sier: «De som nyter godt av resultatulikheter i dag, kan videreføre en urettferdig fordel til barna sine i morgen.» (Atkinson, 2015, s. 33). Ulikhet i levekår i dagens generasjon legger grunnlag for urettferdig fordeling av levekår i neste generasjon. Ved å se på hopning kan vi se de ekstra problemene som de som har lavinntekt sliter med, og de ekstra fordele til de som er rike. I denne studien kommer jeg til å se på hvilke forskjellige hopningsmønstre lavinntektspersonene i studien har, og se det i sammenheng med strukturelle hindringer. Hopning som begrep har ført til at nye begrepet har fått større oppmerksomhet som sosial eksklusjon og marginalisering.

Sosial eksklusjon dreier seg om at individer rammes av dårlige levekår på en rekke komponenter (helse, inntekt, bolig etc.), som fører til at eksklusjon fra det samfunnsmessige fellesskapet. Barstad beskriver sosial eksklusjon slik «(...) «ekskluderende samfunnsmessige prosesser som fører til at noen grupper eller enkeltindivider fratras mulighetene til å delta i samfunnslivet på lik linje med andre» (2014, s. 59). Sosial eksklusjon kan variere i styrke og form, der personer kan være ekskludert fra samfunnet på flere arenaer samtidig. Alvorlige former for sosial eksklusjon skjer hvis personer blir utstengt fra en rekke arenaer, som for eksempel at de både er arbeidsledige, har dårlig økonomi og mangel på nære relasjoner. I en analyse av sosiolog og forsker Miia Bask (2010) anses en person for å være sosialt ekskludert dersom personene lider av to av følgende seks velferdsproblemer: Økonomisk vanskeligstilte, langtids arbeidsledige, helseproblemer, opplevelse av vold eller trusler, trangbodhet, mangel på mellommenneskelig kontakt (s. 299).

Personer kan være veldig dårlig stilt i forhold til andre i samfunnet, selv om de ikke er helt sosialt ekskludert. Begrepet marginalisering ble derfor innført for personer som er på grensen mellom å være inkludert og ekskludert. Dette gav flere nyanser til denne forståelsen. For eksempel kan mennesker som ikke har fast forankring til arbeidslivet, være inkludert på andre arenaer i samfunnet (Halvorsen, 2014, s. 123). Videre skal vi se på om levekår er en tilstrekkelig måte å evaluere det gode liv.

2.1.4 Er objektive indikatorer tilstrekkelig for å måle menneskers velferd?

En kritikk av levekårstradisjonen er at den har manglet et viktig aspekt, nemlig livskvalitet.

Evaluerende spørsmål (subjektive indikatorer) har den skandinaviske velferdstradisjonen vært skeptiske til å bruke. Subjektive indikatorer evaluerer livskvaliteten vår, og handler om hvordan vi har det og hvordan vi opplever vår egen livssituasjon, og kan defineres slik:

«Livskvalitet innebærer et helhetsperspektiv på livet til enkeltmennesker og grupper, både på ett tidspunkt og over livsløpet. Det er et normativt begrep som understreker at et godt liv har mange kjennetegn, både av materiell og ikke-materiell art. Hvilke kjennetegn dette er varierer, men blant de mest sentrale finner vi frihet og autonomi, trygghet og mening, helse og livsglede, deltaking og engasjement, mestring og selvutvikling, samt fravær av unødig lidelse. Disse kjennetegnene representerer mål i seg selv, de er det som «virkelig betyr noe» og ikke bare midler til å nå andre mål.» (Barstad et al., 2016, s. 49)

Denne definisjonen har blitt inspirert av Amartya Sen som sier at velferd handler om det å ha et genuint valg om å være den man ønsker og kunne leve et liv man selv regner som verdifullt (Sen, 1993, s. 39). Livskvalitet handler med andre ord om hvordan vi har det og vår egen tilfredshet. Dette omfatter vårt følelsesspekter av negative og positive følelser som for eksempel glede eller bekymring. Videre handler det om vår opplevelse av fungering og mestring i forhold til kultur, verdier, mål og forventninger.

Tåhlin (1990) forklarer at argumentasjonen på 1980-tallet gikk ut på at resultatene av levekårsundersøkelsen skulle gi grunnlag for politiske tiltak, og livskvalitet kunne ikke gjøres til gjenstand for politisk kontroll. Politikken skulle dermed ikke påvirke individers tilfredshet, men ta seg av de kvantifiserbare faktiske forholdene (s. 158). Tilfredshets var subjektivt og individers forventninger var sosialt konstruert og ikke faktiske. Det var dermed ikke forhold som tilhørte politikken. Den objektive tradisjonen for levekår er kritikkverdigg, siden den benytter objektive og kvantitative indikatorer for å kartlegge kvalitative og subjektive forhold. Denne tradisjonen har alt for lite fokus på livskvalitet og dyptgående kvalitative analyser.

Sosiolog Erik Allardt er en av de som har protestert mot den dominerende levekårsforståelsen på 1980-tallet. Han hevder at livskvalitet er et like godt mål på levekår som objektive mål, og at den største verdien er se disse i sammenheng. Selv om individers forventninger er sosialt konstruert, bedømmer individer sin velferd ut ifra referansegruppen han eller hun identifiserer seg med, og blir dermed uansett realistiske og reelle (referert i Barstad, 2014, s. 55). Vi sammenligner oss med andre som har visse fellestrekk med oss selv. En referansegruppe kan for eksempel være personer fra samme aldersgruppe, familietype eller yrke. Allardt (1990) kritiserer også at

levekårsundersøkelsene ikke ble supplert med kvalitative data, slik at de kunne foretatt dyptgående analyser av levekårene. Ved å gjøre dette kunne man for eksempel sett sammenhengen mellom subjektive og objektive velferdsforhold (s. 189). Ved å se på subjektive og objektive mål sammen, kan man for eksempel se på inntektsnivå (objektivt mål) og se det i sammenheng med om man mener det er lett eller vanskelig å få endene til å møtes (subjektivt mål).

Det har i senere tid blitt økt interesse for subjektive mål på velferd. Livskvalitet som begrep kom første gang til syne i offentlige dokumenter på 1990-tallet. I livskvalitetsdimensjonen har det spesielt blitt økt oppmerksomhet rundt psykososiale forhold og psykisk helse. Dette innebærer spørsmål som blant annet går på følelser som lykke, tilfredshet og glede (Halvorsen, 2014, s. 125). Velferdsforskningen må utvides slik at livskvalitet får mye større plass. Det har vært et underprioritert område, og har fått for liten plass i undersøkelser. Opp igjennom årene har vi opparbeidet oss en stor base med levekårsforskning og lite om subjektive opplevelser. Det er blitt større fokus på å se levekår (hvordan vi har det) og livskvalitet (hvordan vi tar det) i forhold til hverandre i dag, men det er fortsatt et stykke å gå.

I Norge ble livskvalitetsbegrepet tatt opp for alvor i 2016. Da utgav Helsedirektoratet i samarbeid med Folkehelseinstituttet, SSB og NOVA/OsloMet rapporten *Gode liv i Norge: Utredning om måling av befolkningens livskvalitet* (Barstad et al., 2016). Her er det fokus på å se menneske som en helhet der det både er fokus på livskvalitet og levekår. I rapporten står det blant annet at:

«Det er behov for å videreutvikle den nasjonale statistikken om levekår og livskvalitet, slik at en får bedre informasjon om hvordan folk selv synes de har det og hvordan slike opplevelser henger sammen med livsområder som helse, arbeidsliv, økonomisk trygghet, deltagelse i samfunnet, sosiale bånd, fritid, natur og nærmiljø.» (Barstad et al., 2016, s. 2).

Denne rapporten viser hvordan man kan få et helhetsbilde på menneske og livet, ved å ta i bruk objektive og subjektive indikatorer. Etter dette løftet i 2016 ble det i 2018 lansert en ny rapport fra Helsedirektoratet som heter *Livskvalitet: Anbefalinger for et bedre målesystem* (Nes, Hansen & Barstad, 2018, 27. august). Målet var å utarbeide en standard for livskvalitet, siden de forskjellige undersøkelsene i Norge tar for seg livskvalitet spriket i hva slags spørsmål som blir stilt, og hvilke sider av livskvaliteten som blir målt. Utgangspunktet for det nye målesystemet illustreres her:

"Vi må derfor spørre folk - ikke bare om generell tilfredshet, men også om glede og mestring i hverdagen, om opplevelse av mening, handlefrihet, respekt og tilhørighet, om håpløshet, stress eller press. Vi må kombinere slike data med informasjon om faktiske livsbetingelser, samfunnsforhold, bo- og arbeidsforhold – sette mennesket inn i en større sammenheng. Og så må vi følge utviklingen over tid så vi kan forstå hvem som får det verre og hvem som får det bedre - hvordan, på hvilken måte og under hvilke omstendigheter". (Nes et al., 2018, 27. august, s. 6)

I min undersøkelse har jeg lagt stor vekt på livskvalitet og har blitt inspirert av denne rapporten. Jeg har tatt i bruk flere mål og skalaer som er presentert i rapporten, som for eksempel

måleinstrument for stress². Grunnen til at det er relevant for denne studien er at jeg vil finne ut hvordan dårlige levekår virker inn på livskvaliteten. Derfor vil jeg se om personer som har lavinntekt også har dårlig livskvalitet gjennom å undersøke hvor mye de stresser, hvor dårlig psykisk helse de har og om de har dårlig selvfølelse. Jeg er opptatt av det subjektive feltet som går på kognitiv og affektiv art. Videre skal jeg gjennomgå de nyeste publikasjonene på velferd- og levekårsfronten, som viser hvordan den har blitt modernisert og fornyet, med større inkludering av livskvalitet.

Den nye Meldingen fra Stortinget *Muligheter for alle: Fordeling og sosial bærekraft (Meld. St. 13 (2018–2019))* har fokus på både livskvalitet og psykisk helse. Den tar for seg økonomisk ulikhet og lavinntekt i Norge, som ser på ulik fordeling og sosial bærekraft i et internasjonalt perspektiv, som blant annet tar for seg tall fra OECD (Organization for Economic Co-operation and Development). OECD har laget en standard for å måle ulikhet og livskvalitet. Denne standarden ble første gang presentert i 2011 i rapporten *How's Life?, og den nyeste rapporten fra 2018* (OECD, 2018) er med i Meldingen fra Stortinget.

Videre har levekår blitt modernisert igjennom Statistisk Sentralbyrå som har gjennomført levekårsundersøkelser siden 1973. En ny levekårsrapport fra SSB heter *Fattigdomsproblemer, levekårsundersøkelsen* og kom i april (Statistisk Sentralbyrå, 2019, 11. april). Her viser de både til subjektive og objektive indikatorer på velferd som er økonomi, materielle goder, utdanningsnivå og sosiale goder. En ting jeg savnet her var å se dette i sammenheng med subjektiv livskvalitet i form av kognitiv og affektiv art. Når det kommer til kognitiv art kunne de dekt faktorer som hvor fornøyd en er med livet, både generelt sett og på viktige livsområder. Når det kommer til affektiv art tenker jeg at de kunne inkludert indikatorer som stress, selvfølelse, depresjon, angst og generell psykisk helse.

SSB samarbeider også med EU-SILC (Survey on Income and Living Conditions) som har er en undersøkelse på et internasjonalt nivå i regi av Eurostat. Undersøkelsen EU-SILC blir gjennomført hvert år med levekårsstemaer som roterer i en syklus på 3 år, for å dekke alle levekårsområdene tilstrekkelig. Levekårskomponentene som blir belyst er: økonomi, utdanning, arbeidsforhold, boforhold, fritidsaktiviteter, sosiale nettverk, omsorg, helse, utsatthet og uro for lovbrudd. Fra og med 2013 startet EU-SILC å inkludere spørsmål som gikk på livskvalitet. Den nyeste undersøkelsen fra EU-SILC er fra 2018 med boforhold, utsatthet og uro for lovbrudd som tema. Det har nylig blitt publisert et dokumentasjonsnotat SSB som belyser denne levekårsundersøkelsen (Støren & Todorovic, 2019, 15. mars).

Dette åpner opp for ny dimensjon på velferd, som jeg skal se nærmere på i denne studien. Hittil har jeg hatt fokus på levekår som har dominert velferdstradisjonen, videre skal jeg ha fokus på livskvalitet og psykososiale forhold. Livskvalitet er en bærebjelke i denne studien siden jeg er opptatt av hvordan dårlige levekår og strukturelle hindringer på makronivå påvirker livskvaliteten på mikronivå i form av kognitiv og affektiv art.

² Disse skalaene og målene skal jeg komme grundigere inn på i metodekapittelet.

2.2 Wilkinson, Pickett og Payne

I dette kapittelet skal jeg gå ut ifra teorier av Richard Wilkinson, Kate Pickett og Keith Payne for å belyse livskvalitet gjennom teori om ulikhet, negative sosiale sammenligninger og stress.

Det Wilkinson og Pickett først ville formidle i sin første bok *Ulikheten pris* først er at samfunn med stor likhet er høyest nødvendig og at det gir mange fordeler. De har vist at samfunn preget av stor ulikhet har flere velferdsproblemer enn samfunn med stor likhet. De viser hvordan ulikhet påvirker forskjellige dimensjoner av livet som kriminalitet, forventet levealder og psykisk helse. Problemene samfunn med stor ulikhet står overfor, er ikke er begrenset til personer som er fattige. Den påvirker alle mennesker på alle nivåer i samfunnet. Forfatterne viser at jo større forskjeller det er mellom fattige og rike i et samfunn, jo verre blir det for alle; til og med de rike. Alle drar nytte av større likhet, når det gjelder deres sosiale liv, psykiske- og fysiske helse. Denne boken ser på den store helheten og de store tallene, og hvordan samfunnet er utenfra. Oppfølgerboken *The inner level* ble publisert i 2018 og ser på de mer personlige og individuelle effektene av ulikhet. Her blir de sosiale effektene av gapet mellom de fattige og rike tatt opp, som for eksempel sosiale sammenligninger og vårt mentale velvære.

Keith Payne har skrevet boken *Følelsen av forskjell; Slik påvirker ulikhet hvordan vi tenker, lever og dør* som ble publisert i 2018. Payne retter søkelys mot hva ulikhet og store forskjeller gjør med enkeltmennesker. Payne er inspirert av Wilkinson og Pickett og deres teori om sosiale sammenligninger. Han understreker at alle påvirkes av ulikhet, og ikke bare de som har lavinntekt og er fattige. Ved å gjøre dette utfordrer han et godt brukt argument, som går ut på at det ikke er ulikheten som er problemet, men fattigdom. Ett av hans viktige poeng er at når mennesker rundt oss blir rikere, øker det vår standard for hvor mye som er «nok». Eneste måten vi kan vurdere hva som er «nok», er ved å sammenligne oss med andre. Payne har blant annet et utsagn i boka der han poengterer at når naboer og venner begynner å legge benkeplater i skinnende kvarts, ser plutselig vår granittbenk litt shabby ut.

Et viktig poeng fra disse tre forfatterne er at de ikke bare belyser hvordan vi har det (levekår), men hvordan vi opplever å ha det relativt i forhold til andre (livskvalitet). Det gjør at disse teoriene er spesielt viktig for denne studien, siden den skal bidra til å avdekke hvordan økende ulikhet i Norge ikke bare påvirker levekår, men livskvaliteten. Her skal jeg ta opp sammenhengen mellom ulikhet, negative sosiale sammenligninger og stress. Ettersom disse bøkene baserer seg på store mengder forskning, kommer jeg til å gå in på forskning som de har referert til, i tillegg til nyere forskning på temaet.

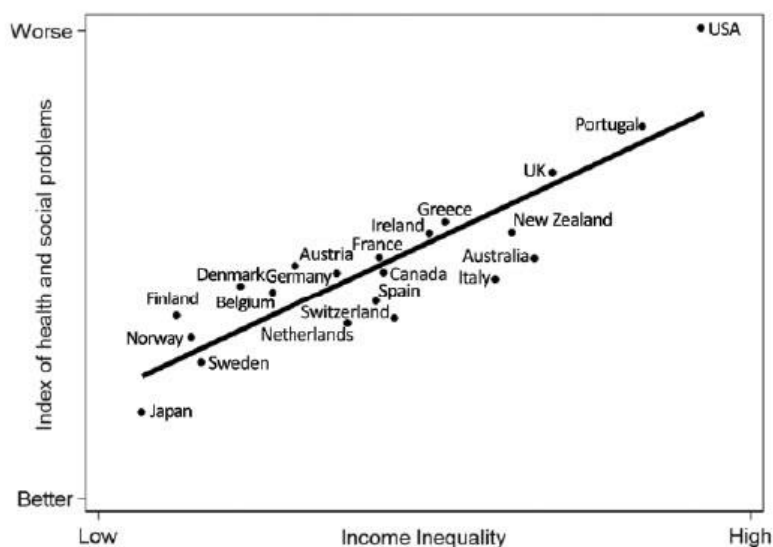
2.2.1 Spiller graden av ulikhet noen rolle for helse- og sosiale problemer?

Wilkinson og Pickett (2011) påpeker at det er lineære sammenhenger mellom lavere nivå ulikhet og mindre hyppighet av helse- og sosiale problemer. Nesten alle problemer som er mest utbredt i lavere sosiale lag, gjelder særlig samfunn med store ulikhet. Dette er problemer som kriminalitet, drap, sosial uro, psykisk- og fysisk helse (s. 44). Videre skal vi ta en nærmere titt på Wilkinson og Pickett sin forskning på dette området. Wilkinson og Pickett har gjennomført en undersøkelse der de sammenlignet rike land seg imellom. Her ser de på forholdet mellom rikdom og en rekke

samfunnsproblemer. Den faste variabelen i denne undersøkelsen er helse og sosiale problemer, som de har sett i sammenheng med gjennomsnittsinntekten i de forskjellige landene og i forhold til ulikhet. De 10 helserelevante og sosiale problemene omfatter: nivå av tillit, psykiske lidelser (medregnet narkotika- og alkoholavhengighet), forventet levealder, spedbarnsdødelighet, fedme, barns skoleprestasjoner, tenåringsfødsler, drap, fengslingsrater og sosial mobilitet (Wilkinson & Pickett, 2011, s. 45).

I den ene undersøkelsen så de om inntektsnivå (BNP per person) korrelerte med de 10 helserelevante- og sosiale problemene mellom land som har forskjellig rikdomsgrad. Her fant de ingen korrelasjon (Wilkinson & Pickett, 2011, s. 45-46). Ved å gjennomføre denne undersøkelsen kunne de se om rikdomsgrad spilte noe rolle, når de så på land med godt utviklet økonomi. Dette gir problemer til teorier som påstår at fattigdom skaper sosiale problemer. Så om man var et rikt land med høy gjennomsnittsinntekt eller et mindre rikt land med lavere gjennomsnittsinntekt, hadde ikke noe å si for hyppigheten av sosiale problemer.

Den andre undersøkelsen skulle teste de 10 helserelevante- og sosiale problemene opp mot inntektsulikhet innad i de forskjellige landene. Her fant de sterk korrelasjonen mellom ulikhet og hver av de 10 sosiale- og helserelevante problemene som er i indeksen. Sverige, Japan og Norge ligger nederst til venstre med lavest ulikhet og lavest forekomst av helse- og sosiale problemer.



(Wilkinson & Pickett, 2011, s. 46).

Figur 2.4 Helserelevante- og sosiale problemene opp mot inntektsulikhet.

Wilkinson og Pickett (2011) har forsikret seg om at dataene fra undersøkelsen kommer fra pålitelige kilder; Verdensbanken, Verdens helseorganisasjon, FN og OECD (s. 49). Så det disse to undersøkelsene sier oss er at dårlig helse og sosiale problemer ikke kommer av den gjennomsnittlig levestandard, siden det da ville vært en korrelasjon i den første undersøkelsen. Undersøkelsen sier derimot at man kan leve i mindre velstående land med mindre ulikhet, og ha

mindre helse- og sosiale problemer enn et rikere land med større ulikhet. Det er graden av ulikhet som er roten til helse- og sosiale problemer. Wilkinson og Pickett (2011) sier at

Problemene i rike land forårsakes ikke av at samfunnet ikke er rikt nok (eller at det er for rikt), men av at skalaen for materielle forskjeller mellom folk i hvert enkelt samfunn er for stor. Det som betyr noe, er hvordan vi står i forhold til hverandre i vårt eget samfunn. (s. 51)

Relativ fattigdom i rike land handler om at vi må leve opp til de fremherskende standardene i samfunnet. Det er viktig å fremstå som presentabel i samfunnet uten stigma og skam på grunn av fattigdom (Wilkinson & Pickett, 2011, s. 51). Materiell ulikhet er en sentral faktor bak helse- og sosiale problemer. Materielle ulikheter setter rammeverket for hvordan sosiale skiller, klasse- og kulturforskjeller utvikler seg. Böhnke (2008) peker på at velstående samfunn slik som Norge der lavinntekt er forbundet med en minoritet og ikke hele befolkningen, kan lavinntekt føre til psykologiske konsekvenser som stigma, skyld og skam. Dette kan videre føre til tilbaketrukkethet og mindre sosial kontakt (s. 135). Det virker rett og slett sosialt nedbrytende på samfunnet. Videre skal vi se på hvorfor mennesker i den utviklede verden er sensitive for ulikhet og materielle forskjeller som fører til helse- og sosiale problemer.

2.2.2 Sosiale sammenligninger og relativ posisjon i forhold til andre i samfunnet
For å forstå hvordan ulikhet har psykologiske og sosiale konsekvenser må vi se på sosiale sammenligninger som en mulig forklaring. For å forstå hvordan ulikhet kryper innunder huden på oss, må vi se nærmere på hvorfor vi blir så sterkt påvirket av vår relative posisjon i forhold til andre i samfunnet. Vår relative posisjon vises både gjennom relativ inntekt og sosial status i forhold til andre. Mennesker er følsomme for sosiale sammenligninger som i tillegg blir forsterket jo større klasseskiller det er i et samfunn. Dette skal jeg gå nærmere inn på her.

Først skal vi se nærmere på hvordan kroppen reagerer på sosiale sammenligninger. Vi har noe som kalles belønningssenteret i hjernen som reagerer når vi får noe vi har lyst på, eller snart får det. Både penger og relativ status bearbeides i denne delen av hjernen (Payne, 2018, s. 46-47). Forbindelsene i belønningssenteret utviklet seg for at vi skal fortsette å oppsøke ting som er bra for overlevelse og forplanting; altså ting som sex, mat og trening. Hjernen skaper en felles valuta for alle forskjellige opplevelser som bearbeides av belønningssystemet. Dette systemet reagerer også når vi tjener penger. Det merkelige er at hjernen reagerer akkurat likt på sterk relativ status som på penger (Payne, 2018, s. 48). Et eksperiment av nevrologen Klaus Fliessbach viser akkurat dette. Her ble hjernen til deltakerne i studien skannet, mens to og to deltakere spilte et spill. Den som vant fikk penger i premie. I belønningssenteret i hjernen, hadde det ikke noe å si hvor mye de vant. Det var faktumet at de var bedre enn den de spilte mot altså relativ status, som var det avgjørende (referert i Payne, 2018, s. 48-49). Individuer vurderer sosial klasse ut ifra relativ posisjon. Vi kaster et blikk på andre, og føler et sug etter å være høyere på statusstigen enn andre mennesker. Når vi vurderer vårt eget hus og bil, er det er i relativ posisjon i forhold til andre (Payne, 2018, s. 49).

Sosiale sammenligninger er noe vi gjør helt automatisk og vi måler vår relative status ubevisst hele tiden. Sammenligningsgrunnlaget vårt endrer seg etter hvert som vi klatrer på stigen. Høyere status fører til at vi sammenligner vi oss med personer vi anser som likemenn (Payne, 2018, s. 50). Her skal jeg vise forskning viser hvor mye relative sammenligninger betyr for oss. Økonomene Andrew Clark og Andrew Oswald testet ut hvor mye penger som personer anser som «nok», altså relativ lønn i forhold til andre. De så på hvordan inntekten til hver person var i forhold til andre som hadde lignende jobber. De som er mest fornøyde er de som fikk bedre betalt enn sine likemenn (referert i Payne, 2018, s. 50-51). Denne forskningen viser at hva vi anser som nok kommer an på hva andre vi sammenligner oss med har. Økonomen David Card og hans kollegaer har også forsket på relative sammenligninger, og har sett på hvordan kollegaer vil reagere hvis de får vite hva de andre på arbeidsplassen tjener. De fant ut at det å få vite at de tjente mindre enn gjennomsnittet på arbeidsplassen førte til hyppigere oppsigelse på jobben. For dem som tjente over gjennomsnittet gjorde ikke avsløringen til at de ble mer tilfredse med jobben. Denne studien konkluderer med at høy grad av lønnsulikhet reduserer tilfredsheten til dem som tjener minst, uten at det øker tilfredsheten til dem som tjener mest (referert i Payne, 2018, s. 188). Her kan en se virkningen av sosiale sammenligninger. Relative sammenligninger er et viktig faktum, siden hjernen og kroppen gjør det ubevisst og er avhengig av slike sammenligninger, til og med for de mest grunnleggende persepsjoner (Payne, 2018, s. 51).

(...) fra et psykologisk ståsted henger fattigdom og ulikhet tett sammen. Vi danner oss et bilde av vår egen rikdom ved å sammenligne med det vi ser rundt oss, fordi vi oppfatter praktisk talt alt i forhold til det vi ser rundt oss. (Payne, 2018, s. 58)

Wilkinson og Pickett (2011) uttrykker også at grunnen til at økende ulikhet er farlig er fordi at det fører til at skillene mellom oss blir mer synlige. Det gjør oss enda mer følsomme for sosiale sammenligninger som disponerer for at relativ status blir et fenomen som blir desto viktigere (s. 69). Vi har i dette kapittelet konstatert at vi er følsomme for sosiale sammenligninger av natur og at økende ulikhet fører til at vi blir enda mer følsomme for sosiale sammenligninger. Videre skal jeg se på hvorfor sosiale sammenligninger er skadelig for mennesker og hvordan det påvirker oss psykisk og sosialt.

2.2.3 Hvordan negative sosiale sammenligninger fører til stress

Problemstillingen jeg har valgt skal hjelpe til å forstå de psykologiske og sosiale forholdene som ligger bak lavinntekt og dårlige levekår. En mulig forståelse av dette fenomenet innebærer å forstå hvordan negative sosiale sammenligninger fører til stress og hvordan det påvirker oss psykologisk og sosialt. Her skal jeg vise at store forskjeller mellom hva vi har og hva andre har hindrer det god livskvalitet og lykke.

Psykologene Sally Dickerson og Margaret Kemeny har gjennomgått funn fra 208 publiserte rapporter fra eksperimenter der kortisolnivået har blitt målt mens de har blitt utsatt for stressfaktorer. Kortisol er et sentralt stresshormon som sendes ut i kroppen når vi blir utsatt for stressende situasjoner. Det blir aktivert under forhold der sentrale mål er truet eller det oppstår hindringer for å oppnå ønskede mål (2004, s. 355). Funnene Dickerson og Kemeny fra denne metaanalysen var at

oppgaver som omfattet «sosialt truende evalueringer» i form av trussel mot selvbilde eller sosial status, fremprovoserte høyere kortisolnivå enn andre stressfaktorer. Det var spesielt i tilfeller der det var en kombinasjon av sosialt truende evaluering og mangel på kontroll at kortisolnivået var særlig høyt. Sosialt evaluerende trusler omfatter et viktig aspekt ved selvindentitet, siden den blir eller kan bli negativet dømt av andre. Sosialt truende evaluering var altså stressfaktoren som treffer oss hardest (2004, s. 377). Dette skal jeg videre illustrere i en figur som viser sammenhengen mellom stress og truende sosiale evalueringer.

STRESSREKASJON



Figur 2.5 Denne figuren illustrerer sammenhengen mellom graden av truende sosiale evalueringer og økende stress.

Dickerson og Kemeny (2004) fastslår at menneske har et driv til å beskytte sitt sosiale jeg, og er på vakt mot trusler mot selvbilde eller sosial status. I dette behovet ligger det å fremme positiv selvpresentasjon, sosial status og positiv selvrespekt. Det sosiale jeget er en refleksjon av vår sosiale verdi, status og anseelse og er i stor grad bygget på andres oppfatninger av oss. Personer som har kvaliteter som blir verdsatt og respektert av andre får høyere sosial status og verdi. Mens de som mangler disse verdsatte egenskapene eller har uønskede egenskaper mottar signaler av avvisninger og uinteresse og har lavere sosial status, som oftere vil føre til stress (Dickerson & Kemeny, 2004, s. 357). Negative sosiale evalueringer kan fører til at jeg sosiale jeget blir svekket og at man får dårlig selvtillit og selvoppfatning. Wilkinson og Pickett (2011) hevder at vi er sensitive overfor følelser som får oss til å føle oss mindreverdige, og at dette er grunnen til at høy eller lav status påvirker selvfølelsen vår i så stor grad (s. 66). Flere andre laboratoriestudier bekrefter også sammenhengen mellom status og stress, der lav selvfølelse fører til forhøyet kortisolresponser på stressoppgaver (Kirschbaum et al., 1995, s. 472; Pruessner, Hellhammer & Kirschbaum, 1999, s. 485; Seeman et al., 1995, s. 79-80). Hvordan trusler mot sitt sosiale jeg og stress henger sammen skal jeg vise her.



Figur 2.6 Denne figuren viser at trusler mot sitt «sosiale jeg» fører til stress når en person opplever negative sosiale evalueringer, der ikke blir verdsatt og respektert.

2.2.4 Personer med lavere sosial status har større tilbøyelighet til å ty til stress
Vi har hittil sett på at negative sosiale evalueringer fører til stress. Neste steg er å se på om lavinntektspersoner opplever større grad av negative sosiale evalueringer og i større grad enn andre opplever stress.

Payne bekrefter at studier har vist at lavinntektsgrupper har høyere nivå av stresshormoner som adrenalin og kortisol. Typiske kjennetegn er at de har hyperaktiverte immunsystemer og høy forekomst av betennelser. Studier har også vist at fattige eller personer som føler de har lavere status har litt høyere stresshormoner og betennelsesreaksjoner når de driver med dagligdagse gjøremål, men at den store forskjellen vises når de blir utsatt for stress (Payne, 2018, s. 132). Payne viser til en studie av Andrew Steptoe ved University College London. Han rekrutterte forskjellige personer fra lavstatus- og høystatusyrker i den britiske statsforvaltningen og satte dem til å utføre stressende oppgaver. De ble satt til å gjøre oppgaver der de var dømt til å gjøre feil, men samtidig fikk de beskjed om at «en gjennomsnittlig person» ville klart å gjøre oppgaven uten feil. Så når de gjorde feil, ville de føle seg dårligere enn en gjennomsnittlig person. Både lavstatus- og høystatusgruppen vurdere oppgaven som like stressende, men kroppene deres reagerte forskjellig. Lavstatusgruppen viste flere indikasjoner til betennelsesreaksjoner i blodomløpet. Begge gruppene fikk rasker hjerterytme under testen, men hjerterytmen gikk raskere tilbake hos høystatusgruppen. Hos lavstatusgruppen hadde de fortsatt høyere hjerterytme etter to timer (referert i Payne, 2018, s. 132-133). Dette er et interessant funn som jeg kommer til å ta med meg videre i denne studien. Jeg kommer til å stille spørsmål til lavinntektspersoner som går på stress, bekymringer og om de har problemer med søvn.

Psykologen Keely Muscatell og hennes kollegaer gjorde en lignende studie, med en annen metode. De startet med å intervjuer frivillige, mens de filmet dem. De ble blant annet spurt om hva de mest stolt av i livet og hva de helst vil forandret med seg selv. De fylte i tillegg ut et spørreskjema med informasjon om inntekt og posisjon på statusstigen. Neste steg var at en annen forsøksperson skulle se på filmen av dem, og gi uttrykk for hva de syntes om dem. Etter dette får personen se hva andre synes om dem. Eksempler på beskrivelser kan være intelligent, irriterende, omsorgsfull osv. Forsøkspersonen som har gitt de komplimenter og fornærmelser er en bløff. De ble systematisk gitt ros og fornærmelser, samtidig som de skannet hjernen og fulgte med på blodomløpet. Betennelsesnivået var spesielt høyt hos de som plasserte seg selv lavt på statusstigen. I denne studien er det funn på at den sosiale evalueringen forårsaker endring i betennelsesnivået (referert i Payne, 2018, s. 133-134). Disse studiene viser at lavinntektspersoner har større tilbøyelighet til å ty til stress og at stresshormonene er lengre i kroppen. Den viser også at negative sosiale evalueringer fører til større mengde stress på personer som er lavt på statusstigen. Hvis det er slik at sosiale evalueringer treffer lavinntektspersoner hardest, bør ikke de også ha lav selvfølelse?

2.2.5 Sammenheng mellom selvfølelse, sosiale sammenligninger og lavinntekt
Personer med lavinntekt og dårlige levekår har oftere lavere sosial status og klasseposisjon i samfunnet. Sosial status styres ofte av ytre suksess som jobb, utdanning, inntekt, boligforhold, klær etc. Dette er arenaer som lavinntektspersoner ofte kommer dårlig ut på. Wilkinson og Pickett

(2011) peker på at sosial status har mye å si for vår egen verdi. Jo høyere man er på den sosiale stigen jo lettere det å føle stolthet, verdighet og ha god selvfølelse, motsatt knyttes lav sosial status og klasseposisjon til skam (s. 66). Likevel er det forskning som viser at stigmatiserte grupper i samfunnet ikke kontinuerlig har lavere selvfølelse enn andre. Selvfølelse defineres som individets positive eller negative holdning mot selvet. Selvfølelse innebærer hvordan en person tenker, føler og ser på seg selv, som styrer menneskets syn på selvverd og selvaksept (Rosenberg, Schooler, Schoenbach & Rosenberg, 1995, s. 141-142).

Crocker og Major (1989) har gjennomført en analyse for å se på sammenhengen mellom sosialt stigma og selvfølelse. De finner det interessant at psykologiske teorier viser at stigmatiserte grupper bør ha lav selvfølelse, men at empirisk forskning vanligvis ikke støtter denne spådommen. Crocker og Major gjennomfører en analyse for å se på dette fenomenet. De foreslår her at denne uoverensstemmelsen kan komme av hvordan stigmatiserte og undertrykte grupper beskytter selvfølelsen. I denne analysen foreslås det at en beskyttelsesmekanisme stigmatiserte og undertrykte grupper bruker å sammenligne seg med andre stigmatiserte og personer som er i samme situasjon som dem selv. Grunnen til at de sammenligner seg med de som har samme skjebne som seg selv er på grunn av segregerte miljøer og for å unngå ubehagelige og smertefulle sosiale sammenligninger. Enkeltpersoner kan føle seg truet av overlegenes ypperlige ytelser og dermed unngår psykologisk nærhet med dem. En annen forsvarsmekanisme som kanskje blir brukt er å verdsette de domeneene der deres egne grupper utmerker seg på, mens de devaluerer domener der andre grupper har fordeler. De kan også få høyere selvfølelse av at andre i deres egen gruppe presterer bra. En siste forsvarsmekanisme som analyse kommer frem til er at stigmatiserte personer gjør negative tilbakemeldinger om til fordommer mot selve gruppen, og ikke til seg selv personlig. Det er flere studier som støtter de forskjellige forsvarsmekanismene som er vist her (Blanton, Crocker & Miller, 2000; Crocker, Voelkl, Testa, Major & Tesser, 1991, s. 218; Major, Sciacchitano & Crocker, 1993, s. 719; Martinot, Redersdorff, Guimond & Dif, 2002).

Lavinntekstpersoner er en stigmatisert og forhånds dømt gruppe. For eksempel hevder personer at gruppen generelt har spesielt dårlige egenskaper eller at de er upålitelige og lignende. Individer med dårlige levekår og lavinntekt vil ofte ha lavere sosial status og klasseposisjon i samfunnet, og det vil være naturlig å tenke at de lettere oppleve stress på grunn av at det sosiale jeget er truet. Det er lite forskning som har fokusert på den subjektive opplevelsen til personer i stigmatiserte grupper. Forskning på selvfølelse og lavinntekt er et interessant felt og noe jeg vil utforske mer i denne studien. Jeg vil se på hvordan selvfølelse personer med lavinntekt har, og hvordan forhold de har til sosiale sammenligninger. Sammenligner de seg med personer som har høyere status som lett vil føre til lav selvfølelse og stress, eller tar de i bruk forsvarsmekanismer der de unngår psykologisk nærhet til personer som har høyere status enn de selv. Selvfølelse er et viktig aspekt for god psykologisk fungering, og er knyttet til mange andre variabler som tilfredshet med livet og lykke som er viktige faktorer for god livskvalitet som er sentralt i denne studien. Selvfølelse har med både kognitive og affektive forhold å gjøre. Den kognitive delen dreier seg om tanker, mens den affektive delen tar for seg følelser og holdninger. Payne er også inne på at vi kan kontrollere hvordan og hvem vi sammenligner oss med dersom vi er bevisste på det.

Vi sammenligner hele tiden det vi har, med det andre har som en ubevisst ukontrollerbar prosess. Hjernen vår kommer til en konklusjon som sier at det vi har ikke er godt nok, som uttrykkes ved en følelse av utilstrekkelighet. Dette har en dobbel effekt ved at det motiverer oss til å ønske at vi har mer og den rettferdiggjør disse ønskene ved at andre besitter disse tingene. Det vi i motsetning kan kontrollere er hvordan vi sammenligner oss med andre og hvem vi sammenligner oss med (Payne, 2018, s. 211-212.). «Kontrollert sammenligning betyr først og fremst at vi lærer å kjenne igjen når vi er rammet av en slik tvangstanke, og for det andre at vi velger på en klok måte hva slags sammenligning som egentlig er relevant og nyttig» (Payne, 2018, s. 212). Poenget her er ikke at vi skal slutte å sammenligne oss med andre, men at det er sunnere måter å gjøre det på. Det er ikke bare lav sosial status som kan føre til negative sosiale sammenligninger. Større ulikhet fører også til at vi sammenligner oss med andre i mye høyere grad. Det blir stadig større ulikhet i Norge, som gjør at dette er viktig for å belyse de negative sosiale og psykologiske konsekvensene av ulikhet.

2.2.6 Ressursfattige omgivelser fører til stress og kortsiktighetsatferd

For å forstå hvordan dårlige levekår gir sosial-psykologiske konsekvenser, er det viktig å se på hvilket miljø lavinntektspersoner lever under og hvordan kroppen reagerer på disse miljømessige faktorene. Jeg har hittil vist at lavinntektspersoner er mer disponert for å ty til stress og at stresshormonene er lengre i kroppen. Dette skal jeg ta et steg videre å vise at høyere grad av stress fører til kortsiktig tenkning hos personer med dårlig levekår.

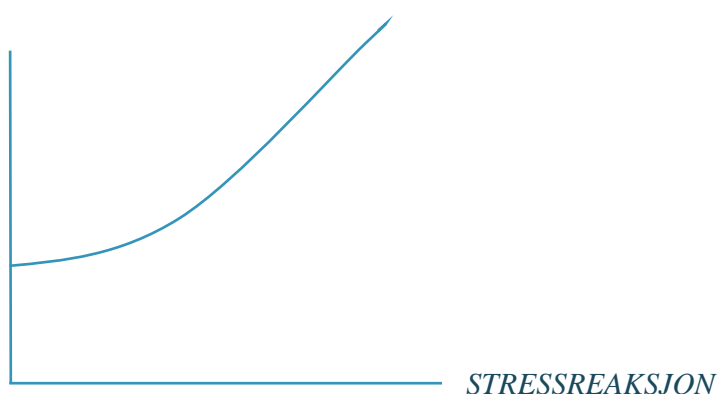
For å forstå dette må vi se på hvordan menneskets natur har fått oss til å reagere i ressursfattige og ressursrike omgivelser, og på høy eller lav ulikhet. Robert Sapolsky trekker frem at det er da vi kan forstå hvordan en som er oppdratt i en rik familie tenker og handler annerledes enn en som er oppvokst i en fattig familie; Og hvorfor en person som er oppdratt et sted med stor ulikhet vil oppføre seg annerledes enn en person som lever et sted med stor likhet. På den måten kan vi erkjenne hvordan ulikhet endrer hvem vi er (referert i Payne, 2018, s. 65). Å trekke frem miljøfaktorene er ofte godt ment. Da unngår man å gi de fattige skylden for sin egen fattigdom og dårlig livssituasjon ved å fokusere på mangel på ressurser og muligheter. Det er en fallgrube ved å bare se miljøfaktorer som årsak. Vi kan da i naivitetsens tro at de fattige sine avgjørelser og atferd er like som middelklassen sine. Sannheten er at man tenker og handler svært forskjellig i de to verdene. De som lever i dårligere kår har en tendens til å ha en atferd der de hele tiden lever i nuet, mens i middelklassen planlegger de dagene og fremtiden (Payne, 2018, s. 65-66). Videre skal jeg forklare hvordan lavinntektspersoner ofte tenker mer kortsiktig enn andre, for at vi skal klare å sette oss inn i det skal jeg vise hvordan den menneskelige kroppen forbereder oss på å håndtere knappe ressurser.

I et evolusjonsmessig perspektiv har vi to forskjellige typer atferder, der vi tar i bruk forskjellige strategier. Vi har en langsom strategi og en rask strategi. Den langsomme strategien er for langsiktig tekning og investeringer i fremtiden. Den raske strategien er for umiddelbare farer og kalles «lev hardt og dø ung» strategien hos Payne og omfatter en hel del mer stress. Den raske strategien blir brukt når det er harde tider, og den langsomme når det er gode tider (Payne, 2018,

s. 68). Jeg skal bruke denne teorien i en norsk kontekst, og kommer derfor til å kalle «lev hardt og dø ung» tilnærmingen til risikoatferd/kortsiktighetsatferd heretter.

Mange undersøkelser som har blitt gjort har vist at kortsiktighetsatferd finner sted når personer vokser opp i ressursfattige omgivelser. Dette har for eksempel blitt forsket på når det kommer til forplantning. Det viser seg at dyr forplanter seg raskere når det er dårlige tider, for at rasen ikke skal dø ut. Payne viser til flere forskningseksempler på dyr som viser at denne teorien stemmer. Det samme kan vi se hos mennesker når det kommer til forplantning i dårlige tider. Studier viser at kvinner som vokser opp i fattige eller skadelige omgivelser får barn tidligere og får flere barn, som øker sjansen for å videreføre genene (Payne, 2018, s. 68-70). Denne langsom VS raskstrategien kan bli overført til fattigdom i dagens moderne samfunn. Det er gjort forskning der de har slått sammen subjektiv fattigdom og rikdom med prinsippet om rask og langsom strategi. Psykolog Mitch Callan spådde at hvis man fikk individer til å føle seg fattige, så ville de få tunnelsyn og ta raske beslutninger og ignorere fremtiden. Omvendt ville de som følte seg rike ta langsomme beslutninger og se ting i et langsiktig perspektiv. Han gjennomførte fire forskjellige forsøk, der alle viste at denne teorien stemte. En av forsøkene testet om mennesker som følte seg relativt fattige i forhold til andre, ville ha umiddelbar tilfredsstillelse. For eksempel kom det spørsmål om de ville ha 250 dollar nå eller om de ville ha 1000 dollar om et år og lignende. Dette var for å lokalisere i hvilken grad deltakerne brukte umiddelbar tilfredsstillelse istedenfor langsiktige investeringer. Studien viste at personer som var relativt fattige i forhold til andre var mer tilbøyelig til å ta umiddelbar tilfredsstillelse. Et annet urovekkende funn fra studien var at mennesker som følte seg relativt fattige i forhold til andre, var mer tilbøyelige til å satse penger (Callan, Shead & Olson, 2011, s. 967-968). Denne studien er et bevis på at bare er en subjektiv følelse av å føle seg fattigere enn andre kan føre til risiko og kortsiktighetsatferd. Dette viser hvordan vi tenker kortsiktig når vi har liten økonomi, og hvordan vi tenker langsiktig når økonomien er god. Ressursfattige omgivelser er mye mer stressende enn ressursrike omgivelser og kan være en mulig forklaring på hvorfor vi får kortsiktig atferd (Payne, 2018, s. 76). Dette skal jeg videre illustrere i en figur.

KORTSIKTIG ATFERD



Figur 2.7 Denne figuren viser hvordan store mengder stress fører til økende kortsiktig atferd.

Dette er interessante funn som jeg kommer til å ta videre i denne studien. For å belyse dette teamet kommer til å se på hvordan lavinntektspersoner sin forbrukeratferd. Dette kommer jeg til å gjøre gjennom å stille spørsmål som går på impulsiv atferd på forbrukermarkedet, gambling, kredittkortgjeld/forbrukslån, om de kjøper ting på avbetaling.

Ulikhet disponerer for risiko- og kortsiktighetsatferd. Der det er høy grad av ulikhet er det større sannsynlighet for at individer tar opp forbrukslån, gambler, misbruker alkohol osv. Noen hevder at risikoatferd er et bevisst valg, og at det er et resultat av at ressursvake gruppers vage karakter. Denne tankegangen tar ikke hensyn til at det flere ganger har blitt vist gjennom forskning at fattigdom og ulikhet har innvirkning på hvordan individer tenker og tar beslutninger (Payne, 2018, s. 122). Det som er viktig å få med seg her, er at trolig alle som blir satt i en slik situasjon, ville også fått en risiko- og kortsiktighetsatferd. Videre skal vi på hvordan kortsiktighetsatferd har sammenheng med subjektive sosiale sammenligninger. Dette har jeg illustrert i en figur.



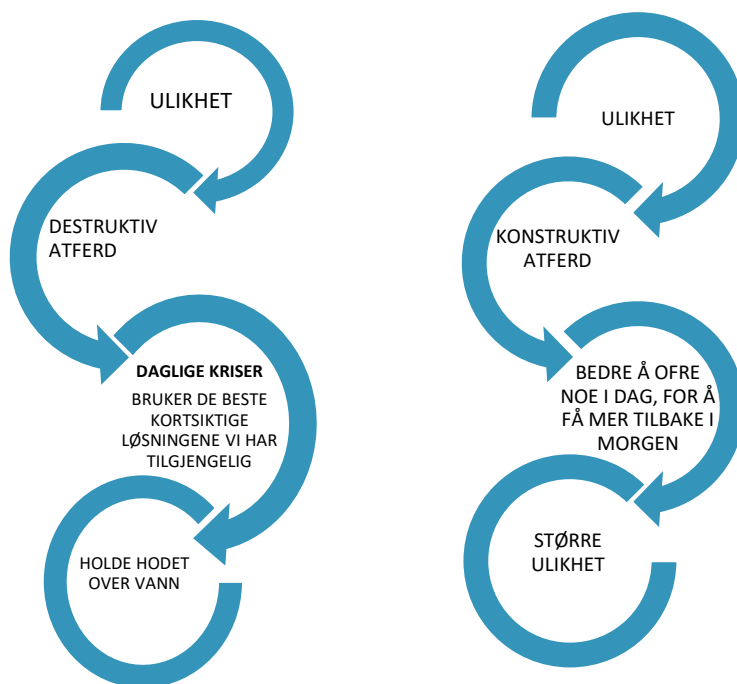
Figur 2.8 Ulikhet disponerer for negative sosiale sammenligninger, som igjen fører til stress som gjør mennesker mer tilbøyelig for risikoatferd/kortsiktighet (evolusjonsperspektivet).

Følelsen av utrygghet som utløses av fattigdom og ulikhet fører til behovet for risiko- og kortsiktighetsatferd. Dette er på grunn av møte med en uviss fremtid som igjen fører til kortsiktige avgjørelser. Dette kan være alt fra å ta opp forbrukslån, slutte på skolen til å selge narkotika. Dette gir belønninger på kort sikt, men setter kjepper i hjulene for fremtiden.

Risikoatferd/kortsiktighetsatferd fører også til at unge mennesker får barn tidlig og at de unngår å gifte seg. Giftet er den største forpliktelsen majoriteten noen gang inngår i (Payne, 2018, s. 199).

For utenforstående kan det se ut som at personer med dårlige levekår har selvdestruktiv atferd som strider mot økonomisk sunn fornuft. Det kan se ut som at de snur ryggen mot et liv med høyere verdighet til fordel for et liv med mindre verdi. Det kan for andre utenforstående virke

irrasjonelt. For å kunne uttale seg om dette må personen vite hvilke kriser disse personene står overfor hver dag. Man må med andre ord vite om de ødeleggende onde sirklene som personene er fanget i. Vi må innse hva som er hovedproblemet i denne kjernen: Ulikhet påvirker menneskers atferd og atferd påvirker ulikhet, som vi også har sett i Barstad sin teori om hvordan samfunn og individ gjensidig påvirker hverandre. Politikk har en tendens til å handle om å sette inn incentiver for å motivere lavinntektsgrupper til å bedre egen situasjon (Payne, 2018, s. 201-202). Det som ikke tas hensyn til her er systemets innvirkning på ethvert enkeltindivid gjenspeiles i de valgene de tar i hverdagen. Lavinntektspersoner opplever daglige kriser, der de bruker de beste kortsiktige løsningene de har tilgjengelig. De har for lengst sluttet å rette seg etter tips fra økonomer om hva som er rasjonelt å gjøre, og byttet det ut med strategier som dreiers seg om å holde hodet over vann (Payne, 2018, s. 202-203). Et viktig hovedpoeng er at menneskers atferd er en reaksjon på situasjonen de er. Lavinntektspersoner får ofte ikke dekket grunnleggende behov, som fører til kortsiktig tenkning. De samme kreftene som skaper onde sirkler og destruktiv atferd hos de fattige, skaper konstruktiv atferd og gode sirkler hos de mer velstående. Dette skal jeg videre illustrere i en figur.



Figur: 2.9. Denne figuren illustrerer hvordan miljøet lavinntektspersoner lever under fører til kortsiktighetsatferd.

Dette illustrerer Matteus-effekten, som går ut på at den som har, skal få, og den som ikke har, skal bli fratatt selv det han har. De som har økonomiske og sosiale fordeler har en tendens til å bli selvforsterkende (Barstad, 2016, s. 7). Payne illustrerer også dette ved å si at velstående personer ofte går i en oppadgående spiral. Personer som stabiliserer seg fort etter en stressende episode,

opplever ofte at verden er trygg (Payne, 2018, s. 204). Fattigdom handler ikke bare om materiell knapphet, men om ulikhet som driver frem relativ fattigdom. Det skaper et skille mellom rike og fattige. Ulikhet skapes like mye av de rikes formue og overdådighet, som av de fattiges fattigdom og elendighet (Payne, 2018, s. 204). Relativ fattigdom ødelegger alle sidene i individets liv. Det handler ikke nødvendigvis om menneskers grunnleggende behov, men det de har relativt i forhold til andre. Her har vi gått igjennom at miljømessige- og biologiske forhold fører til stress som gjør mennesker mer tilbøyelige til kortsiktighetsatferd. Videre skal jeg fokusere på stress og hvorfor det er skadelig for kroppen.

2.2.7 Hva gjør stress med kroppen?

En stressreaksjon er en spesielt utviklet kroppslige reaksjon på en hvilken som helst krise, for å redde menneske her og nå (Payne, 2018, s. 125). I en slik fase går kroppen i en fight, freeze or flight modus, og var veldig nyttig i artenes opprinnelige økologiske miljø, da vi for eksempel bekjempet ville dyr. Stressreaksjoner kan være skadelig for oss mennesker, siden vi produserer stresshormoner. Disse hormonene er trygge, hvis de brukes sjelden i korte perioder (Payne, 2018, s. 128). To av de mest betydningsfulle stresshormonene er kortisol og adrenalin. Disse og andre hormoner frigjør glukose, proteiner og fett som er lagret i celler fra maten vi har spist og kanalisere ut slik at det kan utnyttes som energi av musklene. Stresshormonene bremser insulinet som har som funksjon å fjerne glukose fra blodomløpet og lagre det i cellene til senere bruk. I en stressreaksjon utløses det i tillegg en immunreaksjon som bærer navnet betennelse.

Betennesceller skiller ut i blodet som et forebyggende tiltak når vi er i en stressreaksjon. Det er kroppens immunceller som dreper invaderende organismer. De vonde følelsene vi har kjent når vi har hatt en infeksjon, er kroppens reaksjon mot selve infeksjonen (Payne, 2018, s. 126). I en vanlig infeksjon vil kroppen iverksette angrep etter at bakteriene eller viruset har trengt inn i kroppen. Slik er det ikke når det er en stressreaksjon, da ventes det ikke til noe har trengt inn i kroppen. Da settes det umiddelbart i gang en forebyggende reaksjon. Dette systemet er laget for å unnsnippe akutte farer, ved å kanalisere alle ressursene menneske har til den gitte faren. En faktor som skiller mennesker fra andre dyr, er at menneske kan aktivere stressreaksjoner i flere uker, måneder eller år av gangen (Payne, 2018, s. 127-129). Når stresshormonene virker hindrende for insulinet sin funksjon, slik at den ikke får lagret glukose i lange perioder øker risikoen for fedme, diabetes, hjertelidelser, autoimmune sykdommer, allergi, depresjon og andre alvorlige lidelser (Payne, 2018, s. 129). Studier bekrefter også at det er en sterk sammenheng mellom depresjon og stress (Nordin & Nordin, 2013, s. 505). Videre skal vi hvordan stress, kan føre til slike lidelser og sykdommer.

Når vi aktiverer stressreaksjoner får vi hjerte til å slå raskere og blodårene til å trekke seg sammen. Hvis mennesker gjør dette i måneder og år øker det risikoen for hjertelidelser. Når det kommer til betennelsesreaksjoner kan immunsystemet bli overaktivert hvis det pågår i lange perioder. Da blir det vanskeligere for cellene å skille mellom kroppens egne celler og inntrengercellene, slik at de ikke klarer å skille det lengre. Når immunsystemet angriper egne celler forårsaker det autoimmune sykdommer. En annen måte immunsystemet kan bli overaktivert på er hvis det ikke klarer å skille mellom farlige inntrengere (virus og bakterier) og harmløse

stoffer (midd, pollen, bestemte ingredienser i matvarer). Det er slik det utvikles allergi. Videre gir langvarig betennelse også en risikofaktor for hjertesykdom, depresjon og andre alvorlige lidelser (Payne, 2018, s. 129). I denne studien kommer stress til å være en hovedkomponent, siden den er så skadelig for kroppen. Videre skal jeg ta for meg hva det er med ulikhet som fører til stress hos mennesker.

2.2.8 Forsvarsmekanismer og dysfunksjonelle avhengigheter

I dette avsnittet skal jeg gå nærmere inn på hvordan ulikhet, stress, dysfunksjonelle avhengighet og det moderne samfunn henger sammen. Det å oppnå og vedlikeholde selvtillit og status i et samfunn preget av ulikhet er svært stressende. Denne følelsen av stress og mislykkethet kan føre til en økende trang for noe som får dem til å føle seg bedre. Det kan være alkohol, rusmiddel, trøstespising, shoppingterapi eller andre ting de kan støtte seg på for å føle seg bedre. Dette er en dysfunksjonell strategi for å føle seg bedre som jeg skal gå nærmere inn på nå (Wilkinson & Pickett, 2018, s. 89-90).

Wilkinson og Pickett bruker definisjonen til psykologen Bruce Alexander som definerer avhengighet som en overveldende involvering eller enhver form for forfølgelse som er skadelig for avhengige personer, samfunnet eller begge deler. Dette er en bred definisjon som inkluderer avhengighetsproblematikken på et samfunnsnivå. Denne definisjonen inkluderer spørsmålet om hvorfor mennesker i økende grad involverer seg i avhengighetskapende atferd og hvorfor det dreiers seg om avhengighet til så mange forskjellige ting. Ut ifra hans ståsted er avhengighet måter å tilpasse seg følelser av å være utstøtt, ekskludert fra sosiale relasjoner, mistilpasset og fremmedgjorthet fra den virkelige verden. Personer føler seg rett og slett ulykkelige i seg selv (Wilkinson & Pickett, 2018, s. 90).

Ifølge Alexander er røttene til hvorfor personer blir avhengige basert på psykologiske prosesser. Det handler i stor grad om hva det betyr å være et sunt og friskt individ. Sunne mennesker opprettholder en balanse mellom deres individuelle behov for autonomi og prestasjoner og deres vitale behov for sosial tilknytning og tilhørighet (referert i Wilkinson & Pickett, 2018, s. 91).

Videre skal jeg illustrere hvorfor vi tyr til dysfunksjonelle avhengigheter i en figur.



Figur 2.10 Hvorfor vi tyr til dysfunksjonelle avhengigheter.

Til nå har vi konstaterer hva slags psykologiske mekanismer som får oss til å ty til dysfunksjonelle avhengigheter. Videre skal jeg ta for meg hva som trigger oss til å ha en usunn balanse i livet vårt der vi tyr til forskjellige avhengigheter for å føle oss bedre. Alexander ser avhengighet som et produkt av modernitet. Han tror at fri markedsøkonomi bryter sosialt samhold. I Alexander sin argumentasjon er ikke dette en patologisk tilstand som rammer noen få individer, men en generell tilstand i hele samfunnet. Dette er en forplantet antisosialt konsept basert på det «økonomiske individ» (Wilkinson & Pickett, 2018, s. 90-91)

Samfunn som har frie marked kan hverken bli fri fra avhengigheter eller intens konkurranse og inntektsulikhet. I slike frie samfunn blir individuell konkurranse overdrevet på bekostning av sosialt samhold. Det er ikke bare at fokuset blir for stort på individuell konkurranse, men at det sosiale jeget blir mer truet, fordi det er et så stort fokus på å bli vellykket. Under disse omstendighetene sliter individer med å oppnå tilhørighet til andre mennesker, og får ikke dekket sine psykososiale behov. Dette fører igjen til at de tyr til en rekke avhengigheter som virker som krykker for andre behov de ikke får tilfredsstilt. Disse atferdene er vanligvis selvødeleggende i varierende grad og medfører psykiske plager og lidelser (Wilkinson & Pickett, 2018, s. 91). Forskning viser også at positivt velvære og affekt er knyttet til mindre utskillelse av stresshormoner, og svakere betennelsesreaksjon ved stress (Steptoe, Deaton & Stone, 2015, s. 645). Hvordan dette henger sammen skal jeg videre illustrere i en figur.



Figur 2.11 Denne figuren viser hvordan høy ulikhet fører til psykiske plager og lidelser gjennom økt press på individuell konkurranse og vellykkethet som gjør kroppen mer disponert for stress.

I denne studien kommer jeg til å se om lavinntektspersoner tyr til dysfunksjonelle mestringsstrategier og om det fører til problemer for dem personlig eller økonomisk. Jeg kommer også til å se om hverdagen til lavinntektspersoner er preget av stress og stille spørsmål som går på autonomi og kontroll over livet. Videre skal jeg knytte dysfunksjonelle mestringsstrategier til ulikhet. De dysfunksjonelle avhengighetene jeg skal ta for meg først er alkohol, trøstespising og gambling. Det skal jeg komme nærmere inn på i neste avsnitt.

2.2.9 Hvordan spiller ulikhet inn på avhengighetsskapende atferd som alkohol, trøstespising og gambling?

For å få til å unngå avhengighetsskapende atferd som trøstespising, alkohol og gambling må vi forstå hva det er med samfunn preget av ulikhet som skyver oss inn i slik destruktiv atferd. En tidligere undersøkelse under overskriften «Spiller graden av ulikhet noen rolle for helse- og sosiale problemer?» konstaterte Wilkinson og Pickett at inntektsulikhet i rikere land har sammenheng psykiske lidelser som inkluderer avhengighet av narkotika- og alkohol (2011, s. 45-46).

Sammenhengen mellom ulikhet og ulovlig rusmiddelbruk er klar og robust, men alkoholbruk er mer komplisert. En grunn til dette er at komparative studier der man har sammenlignet mange land har brukt alkoholsalg som indikator. Hvis det blir solgt mye alkohol i et land, trenger det ikke å bety at det er mange som har problemer med alkohol. Likevel har studier vist at det er betydelig sammenheng mellom inntektsulikhet og alkohol, men vi kan ikke konstatere at det er knyttet til problematferd (Wilkinson & Pickett, 2018, s. 94-95). Videre skal vi se på effekten av gambling og usunne matvaner i ulike samfunn.

Det finnes få gode komparative studier mellom ulike samfunn av atferd som går på gamling eller usunne matvaner. Wilkinson og Pickett fant ut at det er høyere grad av fedme i samfunn med høyere ulikhet (Wilkinson & Pickett, 2011, s. 45). Det er også gjennomført dyrestudier som har vist at sukker- og fett har en beroligende effekt, og at det når den samme delen av hjernen som opiater. På bakgrunn av dette er det antydnet at trøstespising er en respons på stress (Wilkinson & Pickett, 2018, s. 95). For å videreutvikle denne teorien er det blitt utført flere eksperimenter og observasjonsstudier. En studie viser at det å være fattig i forhold til andre øker angstnivå og fører til et høyere kaloriinntak. Personene som er fattige hadde økende tilbøyelighet til å spise usunne matvarer med høyt sukker- og fettinnhold. (Bratanova, Loughnan, Klein, Claassen & Wood, 2016, s. 166). En annen studie viser at personer som ble utsatt for stress hadde større kaloriinntak og mer ukontrollert spising, sult og driv til å spise (Groesz et al., 2012, s. 719). Ut ifra dette er det ikke usannsynlig at lavinntektspersoner er mer tilbøyelig til å spise mer usunn mat, siden de ofte opplever større mengde stress og angst enn andre. Dette er interessante funn, som jeg skal utforske mer videre i studien.

Gambling er i likhet med drikking ikke nødvendigvis et problem i seg selv, men kan være avhengighetsskapende og problematisk. Så det å vite hvor mange gamblingsspill som er spilt i forskjellige samfunn sier oss ikke mye. Det vi trenger å vite er hvor mange mennesker som gambler eller spiller som føler det som tvang, ved at de har utviklet en spilleavhengighet. En rapport publisert i 2012 beregnet andelen mennesker som er spilleavhengige justert etter alderssammensetningen i verdensbefolkningen. Funnene viser at det er lavest forekomst av problemgambling i Europa. Danmark, Nederland og Tyskland viser lavest forekomst av problemgambling, mens Norge, Storbritannia, Sør-Korea, Island, Ungarn, Frankrike og New Zealand viser lavere enn gjennomsnittet. Beregnet ut ifra det siste året det ble målt problemgambling i hvert enkelt land ligger det mellom 0,5%-7,6%, med et gjennomsnitt på 2,3% (Williams, Volberg & Stevens, 2012, s. 5-6). Den siste målingen fra Norge er fra 2010 og viser at det var 1,4% som sa at de hadde problemer med gambling (Williams et al., 2012, s. 48). Wilkinson og Pickett brukte disse dataene videre til å se om landene med stor inntektsulikhet også scorete høyt på spilleavhengighet. De fant en sterk og signifikant sammenheng (2017, s. 18).

Alkohol og gambling kan bli brukt som psykologisk flukt fra seg selv og eget liv, for å minske følelser av å være utilstrekkelig, makteløs og ubrukelig som forsterkes av sosial ulikhet. Ifølge Wilkinson og Pickett (2011) fører økende ulikhet til at det blir lagt større vekt på sosial status, siden skillene mellom oss blir mer synlige. Det gjør oss enda mer følsomme for sosiale

sammenligninger. Økende ulikhet fører til at det blir viktigere og viktigere å måle oss opp mot hverandre, på grunn av at statusforskjellene øker. Dette fører til at sosial posisjon fortløpende blir et viktigere trekk ved en persons identitet (s. 69). Wilkinson og Pickett (2011) poengterer at økt ulikhet skaper økt statuskonkurranse og statusfrykt (s. 70). Jo høyere ulikhet det er i et samfunn, jo høyere verdi er knyttet til å ha selvrespekt og være vellykket. Rus og gambling kan være med å få oss til å føles og sterke og kompetente og hjelpe oss til å flykte fra sosialt press og hjelpeløshet (Wilkinson & Pickett, 2018, s. 96-97). Dette er en interessant teori som jeg kommer til å ta videre inn i studien. Personer med lavinntekt og dårlige levekår vil oftere enn andre føle seg utilstrekkelig og ubrukelige, siden de i større grad enn andre opplever negative sosiale sammenligninger. Jeg kommer til å se om dette har sammenheng med alkohol og gambling i denne studien. Videre skal jeg utdype hva det moderne samfunn og online identitet har og si for samhørighet, identitet og sosial status. Her blir også dysfunksjonelle mestringsstrategier tatt opp.

2.2.10 Identitetskrise og stress gjennom online identiteter og statuspress

Å opprettholde en samhørighetsfølelse til andre mennesker, slik at vi balanserer våre psykososiale behov og oppnår en motstandsdyktig identitetsfølelse, blir stadig vanskeligere i frie markedssamfunn. Sosiale media og den digitale verden gjør det enda viktigere å ha en tilhørighet og føle seg verdifull og verdsatt (Wilkinson & Pickett, 2018, s. 92).

Det er nesten umulig å tilfredsstille behovet for bekreftelse av vårt «sosiale jeg» som er styrende for vårt selvbilde og sosial status. I dagens samfunn er det høye nivåer av sosiale evalueringer, siden vi i tillegg til våre virkelige identiteter, har online identiteter som konstant må oppdateres og bevares. Å leve med konstante sosiale evalueringer i denne skalaen er slitsomt og utmattende, siden kroppen oppfatter det som trusler (Wilkinson & Pickett, 2018, s. 92).

Wilkinson og Pickett refererer til Roy Baumeister som er professor i psykologi ved Florida State University. Han beskriver en rekke faktorer som vi gjør for å opprettholde vårt selvbilde for oss selv og andre som for eksempel å kjøpe nye klær før de er utslitt, sulter får å holde oss trendy tynne, gjennomfører kosmetiske operasjoner, leser bøker og ta kurs i hvordan vi skal gjøre et godt inntrykk osv. Disse faktorene han beskriver handler om at vi mister oss selv, for å opprettholde en fasade for andre. Det dreier seg om den kroniske byrden av andres forventninger. I dag skal vi alle bli perfekte idealer basert på overfladiske standarder av skjønnhet og av å eie de riktige tingene (Wilkinson & Pickett, 2018, s. 91-92). Når vi bli sett ned på av andre og vi starter å føle oss verdiløse, ubrukelige og avvist blir rusmiddel, alkohol, og dypdykk in i fantasiverdenen av serier og tv, trøstemat, shoppingterapi, eller en mulighet for en stor gevinst mer fristende. Vi er hele tiden fristet av produkter som lover å skape den identiteten vi ønsker oss med kjøp eller aktiviteter som gir kortsiktige løsninger for det kroniske stresset og bekymringer som omfavner oss (Wilkinson & Pickett, 2018, s. 92).

Wilkinson og Pickett (2018) fremhever ideen om at avhengighet og tvangsmessig atferd involverer å erstatte menneskelige relasjoner med ting, har eksistert siden sent på 1980-tallet. Moderne forbrukere sin vanedannende-lignende atferd er et resultat av at mennesker er desorienterte, redde og lever i en nådeløs verden som gjør at individer blir fristet av fikser som

lover å gjøre virkeligheten utholdelig (s. 92-93). «You don't have to be ill to give in; just human» (sitert i Wilkinson & Pickett, 2018, s. 93).

Lavinntekstpersoner blir som alle andre påvirket av det moderne samfunn sin fasade, der alt skal være perfekt. Som nevnt av Aleksander tidligere er ikke dette usunne forhold til oss selv en patologisk tilstand som rammer noen få individer, men en generell tilstand i hele samfunnet (Wilkinson & Pickett, 2018, s. 90-91). Men for lavinntekstpersoner vil denne sosiale sammenligningen bli ekstra hard, siden de ofte er av negativ art, som kan føre til at de oftere enn andre tyr til dysfunksjonelle mestringsstrategier. Dette skal jeg videre illustrere i en figur.



Figur 2.12 Sammenhengen mellom det moderne samfunn og ha dårlige levekår og lavinntekt

Dette er en spennende teori som jeg skal bygge videre på i denne studien. Jeg kommer derfor til å stille spørsmål som går på om lavinntekstpersoner føler stor lykke ved kjøpe ting andre har, og om de kjøper produkter eller varer for å bedre hvordan de føler det. Jeg kommer også til å stille spørsmål som går på om de sparer penger før de kjøper en vare de har lyst på, eller om de tyr til kreditt for å få umiddelbar tilfredsstille, der de slipper å spare penger. Det er vanskelig å unngå destruktive handlingsmønstrene.

2.2.10.1 Forbrukshemmeligheter

Wilkinson og Pickett viser til forskning som viser at vår sosiale status bestemmes av hvordan vi brukes pengene våre. Vår sosiale status handler om hvordan andre ser på oss, der vi blir kategorisert og får en merkelapp etter hva vi bruker pengene våre på. Det handler om alt fra klær, mat, hva vi leser og hører på, til hvor vi drar på ferie og hva vi planter i hagen. Dette er en årsakene til stor sosial angst og økonomisk motgang for mange. Det å prøve og forbedre vår sosiale status gjennom forbruk av penger er ofte en kamp i motvind (referert i 2018, s. 100).

Norge er et rikt forbrukssamfunn. Generelt i rike forbrukssamfunn har shopping blitt en hverdagslig måte å erstatte mennesker med ting. Vi blir definert ut ifra hvordan andre ser på oss. Når andre mennesker definerer oss ser de ikke på verdier og hvordan vi er på et indre plan, men inntrykket som tingene våre skaper. Mennesker blir tvunget til å shoppe i stor grad, og noen stopper ikke før kreditt-grensen er nådd. Inntil forholdene som fremkaller angst og

statuskonkurransen er adressert, og vi reduserer ulikheten som fremdriver tvangsmessig forbruk, vil denne tilstanden som har konsekvenser for økonomi, helse og sosiale forhold fortsette og fortsette (Wilkinson & Pickett, 2018, s. 101). I neste avsnitt skal vi se på at det ikke bare er materielle goder vi bruker for å fronte vår status, men opplevelser.

Wilkinson og Pickett trekker frem at det ikke bare er materielle goder vi kjøper for å heve vår status. Vi bruker også penger på å fronte opplevelser og ferier på sosiale medier. Vi vil gjerne oppleve ferien like perfekt som det andre for den til å fremstå på sosiale medier. Daniel Briggs forsket på unge arbeiderklassebriter på ferie til party-øyen Ibiza. Han viser hvordan deres oppførsel og valg er formet av kulturen i hjemlandet de kommer fra. Det oppstår sosial angst på grunn av bekymringer over at ferien ikke blir slik de har forestilt seg. Denne forbrukslivsstilen er en markør for sosialstatus: De for anerkjennelse for sin sosiale identitet blant sine jevnaldrende. Deres valg, atferd og forbruk er formet av kommersielle interesser og ytre press. Turistindustrien og media og spesielt Realty-TV, lager og forsterker ideen om at man bare kan ha det gøy, hvis man bruker penger (referert i Wilkinson & Pickett, 2018, s. 101-102). I den siste delen av teorien til Wilkinson og Pickett skal jeg gå inn på barns velvære i forhold til ulikhet.

2.2.11 Barns velvære og ulikhet

UNICEF sine rapporter fra 2007 og 2013 som handler om barns rapporterte velvære i velstående land, viser at foreldrenes opplevelse av motgang blir overført til barna. Den blir overført gjennom foreldrenes psykiske helse, gjeldsnivå, dårligere økonomi og konflikt i hjemmet. I sårbare familier er barn og ungdom klar over over stresser som ligger over foreldrene, som øker deres sårbarhet for dårligere psykisk helse (referert i Wilkinson & Pickett, 2018, s. 106). Payne (2018) hevder også at stresset til foreldrene blir overført til barna og at de ikke får den stabiliteten de trenger gjennom familie (Payne, 2018, s. 199).

Generelt over hele verden opplever barn som er født i vanskeligstilte sosioøkonomiske familier mindre grad av velvære og må leve med dets livslange konsekvenser. Wilkinson og Pickett har sammenlignet UNICEF sine rapporter fra 2007 og 2013. Forskningen viser at velvære hos barn i velstående land er verre jo større ulikhet det er (2015, s. 39). Relativ fattigdom snarere enn gjennomsnittlig inntekt, er en forutsetning for den internasjonale variasjonen i velvære hos barn. Det tyder på at den relative sosioøkonomiske posisjonen er en viktigere faktor for barns velvære enn absolutte nivåer av fattigdom eller rikdom. Det vil rett og slett si at barn har det bedre i land med større inntektslikhet (Pickett & Wilkinson, 2015, s. 43).

Usikkerhet rundt vår relative sosiale status fører til konkurranse når det kommer til velvære, materialisme og forbruk. Dette har drevet mange familier ut i i gjeld. Forholdet mellom gjeld og dårlig fysisk og psykisk helse er kompleks. De fleste forskere sporer en ond sirkel fra gjeld til økt stress og dens virkninger på helse og tilbake til mer gjeld igjen. Mennesker med psykisk og fysisk dårlig helse sliter med gjeld siden sykdom er et kompromiss for deres mestringsevne, så vel som deres evne til å øke deres inntekts og eiendeler. (Wilkinson & Pickett, 2018, s. 108-109). I oppvekstrapporten av barne,- ungdoms- og familiedirektoratet skriver Wilkinson og Pickett at barnefamilier har hatt en svakere inntektsutvikling sammenlignet med husholdninger uten barn

(2017, s. 33). I forhold til studien som blir gjennomført her kommer til å se på om lavinntektspersoner er bekymret over fremtiden når det kommer til økonomi og om de har gjeldsproblemer. Videre kommer jeg til å ta opp om den økonomiske situasjonen er så anstrengt at de ikke har råd til å reise på ferie med barna. Grunnen til det er at barn kan føle seg ekskludert og oppleve mindre velvære på grunn av at familien ikke har råd til ferie, slik som andre har.

2.2.12 Urettferdighet og mistillit

Ulikhet og fattigdom har også avlet frem en «oss-dem» holdning i samfunnet som fører til mistillit til staten, andre mennesker og fordommer som gir enkle svar. Her skal jeg vise at høy ulikhet fører til mindre lykke og livskvalitet gjennom mistillit og opplevd urettferdighet.

Easterlin-paradokset kalles det overraskende funnet som sier at gjennomsnittlig lykke ikke er knyttet til økonomisk vekst. Nøkkelen for å forstå paradokset er at veksten ofte ikke blir jevnt fordelt. Hvis veksten går til de rikeste og ikke til hele befolkningen, øker ikke lykkenivået. Høy grad av ulikhet er en bedre forklaringsvariabel for manglende lykke enn BNP. Lykke har sitt utspring i relativ status og ulikhet (Payne, 2018, s. 206-207). En gruppe psykologiforskere ledet av Shigehiro Oishi så nærmere på svingninger i lykke blant amerikanere mellom 1972-2008. Deres funn var at husholdningsinntekt ikke var relatert til lykke. Misnøye svingte opp ned i takt med inntektsulikheten. Jo større ulikhet, jo større misnøye. De fant ut at misnøyen var sterkes blant de fattige, men at ulikhet påvirket lykken til alle bortsett fra de 20% rikeste i befolkningen. Amerikanerne stolte mindre på andre mennesker og opplevde andre som mindre rettferdige i de årene med større inntektsulikhet. Videre viste forskningen at det ikke var redusert inntekt, men de lavere nivåene av oppfattet rettferdighet og tillit som gjorde at lavinntektsamerikanerne følte seg mindre glade i årene med større inntektsulikhet (Oishi, Kesebir & Diener, 2011, s. 1099). Her ser vi hvordan ulikhet fører til større mistillit til andre mennesker, som igjen fører til mindre lykke og livskvalitet.



Figur 2.13 Forholdet mellom ulikhet, mistillit, urettferdig og mindre lykkefølelse.

Sammenhengen som viser at ulikhet fører til mistillit, urettferdighet og mindre lykke blir et av fokuspunktene i denne masteravhandlingen. I denne studien har jeg stilt spørsmål som går på tillit til andre mennesker, tillit til staten og hvor rettferdig lavinntektspersoner tenner at samfunnet er når det gjelder inntekt og formue.

2.2.13 Større ulikhet er ikke til fordel for noen, ikke engang de rike

Ulikhet forveksles ofte med fattigdom, da man tror at man kan redusere ulikheten ved å ha et mål om å fremme økonomisk vekst. Økonomisk vekst er ikke i seg selv tilstrekkelig. Payne illustrerer dette i et eksempel der et økonomisk geni hadde innført å doble inntekten til alle. Det ville ført til enda større problemer med ulikhet. Dobling av inntekten til millionærer vil øke inntekten deres betraktelig i forhold til en som har dårlig råd (Payne, 2018, s. 205). «Sannheten er at det store flertallet av befolkningen blir skadelidende når ulikhetene øker» (Wilkinson & Pickett, 2011, s. 202). Effektene av ulikhet begrenser seg ikke til de minst velstående, men påvirker alle i befolkningen.

En studie fra 2010 i USA viser at rikere personer har høyere livskvalitet, men bare opp til et visst nivå. Vendepunktet i USA var rundt 75 000 dollar i året. Etter dette hadde ikke mer penger noe effekt på det følelsesmessige velværet. De målte det følelsesmessige velvære gjennom hyppigheten eller intensitet av opplevelse av glede, fascinasjon, angst, tristhet, sinne, kjærlighet som gjør livet behagelig eller ubehagelig. Disse følelsene handler i stor grad om lykke og livskvalitet (Kahneman & Deaton, 2010, s. 16491).

Høy ulikhet henger sammen med høyere kriminalitet og stressrelaterte sykdommer. Disse problemene skaper dårligere livskvalitet for alle, og ikke bare de fattige. Dette er en av grunnene til at mennesker er lykkeligere på steder der det er større likhet. Payne peker også på en annen grunn for at velstående burde være mer opptatt av å redusere ulikheter. Ulikhet spiller inn på hvilken type menneske man blir. Mange har en oppfatning av at rikdom gjør at man blir lykkelige, siden man slipper å streve og slutter å sammenligne seg med andre. Det mange ikke vet er at høy ulikhet gjør det vanskelig å bli tilfreds og lykkelige (Payne, 2018, s. 216). Dette underbygges av en studie som ble gjort på delstatene i USA der delstatene ble sammenlignet på grunnlag av ulikhetsnivå og hyppigheten av forskjellige typer googlesøk. Denne studien viser at stater med størst ulikhet korrelerte sterkest med luksusvarer som googlesøk (Walasek & Brown, 2015, s. 530). De har også videreutviklet denne undersøkelsen internasjonalt, som viser at mennesker har høyere sannsynlighet for å søke på høy-status varer, og mindre sannsynlighet for å se på ting som er urelatert til status i land der det er større ulikhet (Walasek & Brown, 2016, s. 1010).

Økonomiprofessor Robert H. Frank referer til mange studier som viser at det å bruke penger på luksusvarer ikke øker lykkenivået. Penger kan ikke gi varig lykke og tilfredshet (Frank, 1999, s. 64-74).

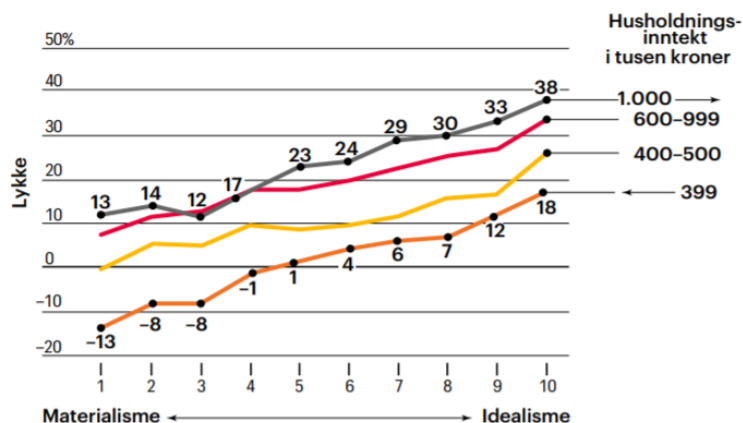
Koblingen mellom materialisme og skadet trivsel og velvære er sterk. Psykologiprofessor Tim Kasser fra Knox College i Illinois utviklet en indeks som plasserer folks verdier på forskjellige kontinuum. En viktig akse i indeksen er i hvilken grad målene er ytre og materialistiske, som for eksempel; finansiell suksess, ytre image, popularitet kontra indre mål som for eksempel; personlig vekst, tilhørighet og fellesskapsfølelse. Over mange års forsknings har Kasser funnet ut at materialisme er relatert til angst og depresjon, rusavhengighet, mangel på empati, høyere sosial dominans, høyere grad av fordommer, utspekulerthet, antisosial atferd og konkurransedrevet atferd kontra samarbeidsvillig. Materialisme gjør oss ulykkelige, men å være ulykkelige gjør oss

også materialistiske (Kasser, 2002, s. 5-22). Wilkinson og Pickett understreker at en rekke studier har vist at materialisme er relatert til lav selvfølelse, depresjon og ensomhet. Materialisme er en fremmedgjort form for å formidle vårt egenverdi til andre gjennom statuskonkurransen som er forsterket av ulikhet (Wilkinson & Pickett, 2018, s. 108).

Dette er det også forsket på i norsk sammenheng. Ottar Hellevik er professor i statsvitenskap ved Universitetet i Oslo, og skrev et innlegg i Aftenposten der han viser til forskningsresultater fra Norsk monitor. Dette er en sosiokulturell studie som har blitt gjennomført annethvert år siden 1985. Tallene Ottar Hellevik har trukket frem dreier seg om inntekt, verdisyn og lykkenivå. Forskningen viser at de som er materialister er mindre lykkeligere, enn de som er idealister. Lykkenivået har en jevn stigning i alle grafene og vi kan se at lykkenivået ligger 25-30 prosentpoeng høyere i den idealistiske enden av grafen, enn den materialistiske på alle inntektsnivåene. Vi ser også at lykkenivået i takt med inntekten. Dette kan begrunnes i at økonomisk trygget og frihet er viktig for lykkfølelsen. De som er minst lykkelige er de som både er materialister og har lav inntekt (Hellevik, 2019, s. 31). Jeg vil likevel understreke at høyere inntekt øker lykkfølelsen, men bare til et visst nivå, før den flater ut som jeg har poengtert tidligere.

Inntekt, verdisyn og lykke

Lykkenivå: prosent ikke lykkelig til prosent meget lykkelig



Kilde: Norsk Monitor 2003-2015

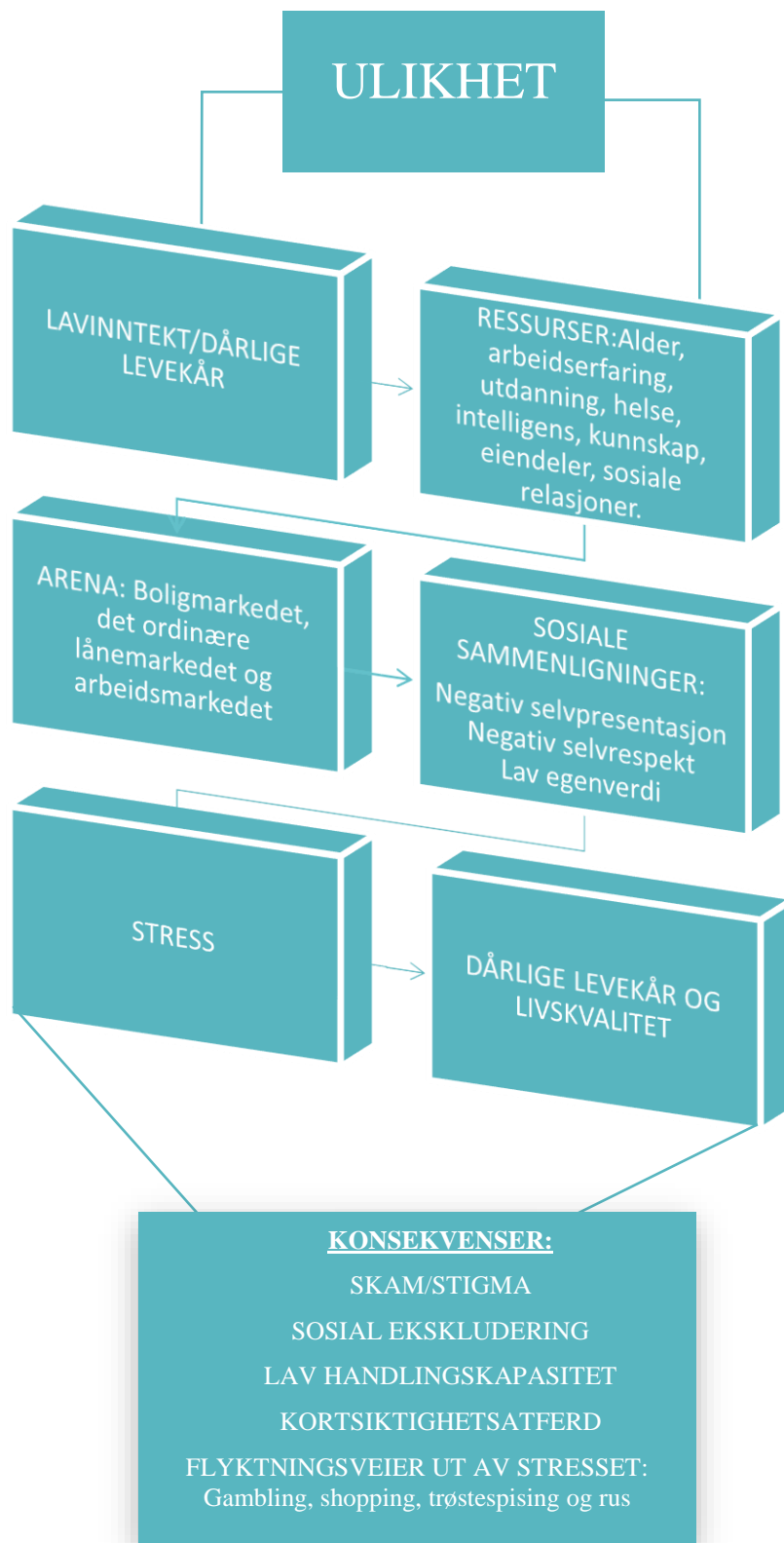
De som plasserer seg under nullstreken («ikke lykkelige»), befinner seg i den materialistiske enden av skalaen samtidig som de har lavest husholdningsinntekt.

(Hellevik, 2019, s. 31)

Figur 2.14. Forholdet mellom inntekt, verdisyn og lykke.

2.2.14 Sammenhengen mellom alle teoriene

Avslutningsvis skal jeg vise hvordan alle teoriene henger sammen. Hovedbidraget mitt i denne studien er å se dårlige levekår og livskvalitet i sammenheng. Dette har jeg gjort ved å integrere hovedteoriene: Ressurs-arenamodellen (levekår), negative sosiale sammenligninger og stress (livskvalitet). Dette skal jeg videre illustrere i en figur.



Figur 2.15. Denne figuren viser noen sosial-psykologiske konsekvenser av ulikhet og dårlige levekår. Dette vises med hovedfokus på ressurs-arenamodellen (leveskår), negative sosiale sammenligninger og stress (livskvalitet).

Ressurs-arenamodellen fanger opp dette dialektiske samspillet mellom individ og samfunn. Det dialektiske samspillet dreier seg om ressurser individet har tilgang til og strukturelle egenskaper til arenaene som ressursene anvendes på. Strukturelle egenskaper kan forklares som tilgang og

sortering, som i første omgang handler om man kommer inn og deretter hvordan man blir vurdert. I denne studien vil arenaer være avgrenset til å være boligmarkedet, det ordinære lånemarkedet og arbeidsmarkedet. Å være ekskludert fra ulike arenaer er avgjørende for levekårene lavinntektspersoner blir sittende igjen med. For mennesker som har lavinntekt er det større sannsynlighet at de opplever negative sosiale sammenligninger som ofte fører til følelser av lav egenverdi og sevlrespekt, som igjen fører til følelser av skam og stigma. Når det blir større ulikhet sammenligner vi oss med andre i mye større grad, siden skillene mellom oss blir større. Negative sosiale sammenligninger sammen med et liv i lavinntekt fører ofte til høy grad av stress. Stress i seg selv gir dårligere levekår og livskvalitet fordi det er skadelig for kroppen og korter ned livet. Følelsen av stress og mislykkethet kan føre til en økende trang for noe som får oss til å føle seg bedre, som for eksempel bruk av rusmiddel, alkohol, trøstemat, shoppingterapi eller gambling. Forsvarsmekanismer og dysfunksjonelle avhengigheter er måter å tilpasse seg følelser av å være utstøtt, fremmedgjort og ekskludert fra sosiale relasjoner. Personer føler seg rett og slett ulykkelige i seg selv. Stress fører også til kortsiktighetsatferd som fører til enda dårlige levekår og adgang til enda arenaer. I neste kapittel skal jeg gå over til metode som er grunnlaget for hvordan problemstillingen blir tolket og hvilke betingelser som ligger i bunn.

3 METODE

I dette kapitlet skal jeg gjøre rede for de metodiske tilnærmingene som ligger til grunn for studien. Jeg vil først ta for meg det *vitenskapsteoretiske utgangspunktet* for studien. Deretter skal jeg drøfter *utforming av forskningsdesign*. Videre beskriver jeg *datainnsamling* og *dataanalyse*. Etter dette tar jeg for meg *metodekvalitet* som handler om *reliabilitet*, *validitet*. Til slutt i kapitlet tar jeg for meg *forskningsetiske overveielser* der jeg blant annet tar for meg *min rolle som forsker*.

3.1 Vitenskapsteoretisk utgangspunkt

Å finne et vitenskapsteoretisk utgangspunkt handler om å finne en retning for undersøkelsen. I dette kapitlet skal jeg gå nærmere inn på forskjellige vitenskapsteorier- og filosofier, som er grunnlaget for hvordan problemstillingen blir tolket og hvilke betingelser som ligger i bunn. Før jeg går nærmere inn på dette skal jeg forklare det teoretiske rammeverket for oppgaven, som er utgangspunktet for hvilket vitenskapsteoretisk utgangspunkt som blir valgt.

Vi kan dele det teoretiske rammeverket i to deler. Den ene delen handler noen strukturelle trekk ved ulikhet og dårlige levekår. Den andre delen handler om subjektive beskrivelser av hvordan det er å leve med lavinntekt. Dette vil til sammen belyse enkelte aspekter ved livskvaliteten og strukturelle hindringer for lavinntektspersoner. Gjennom å se samspillet mellom strukturelle hindringer og hvordan dette påvirker livskvaliteten til lavinntektspersoner, kan jeg få innsyn i det dialektiske samspillet mellom individ og samfunn. Ved å veksle mellom mikro- og makronivå kan vi fange opp det aktive subjekt sin utforming av sin egen livssituasjon, og hvordan den preges av omgivelsene.

Vitenskapsteori- og filosofi blir også ofte omtalt som metavitenskaper; Forskjellige metavitenskaper handler om dybdekunnskap om ulike teorier og filosofisk refleksjoner på kunnskap og vitenskap. Innenfor forskjellige metavitenskaper er det forskjellige retninger og posisjoner, der noen retninger ligner på hverandre og andre er opposisjoner mot hverandre. For å begrunne valget av vitenskapsteoretiske utgangspunkt, skal jeg presentere tre sentrale vitenskapsteoretiske spenninger.

1. Spenningen mellom objektivitets tradisjon og fenomenologisk tradisjon.
2. Spenningen mellom positivistisk tradisjon og hermeneutikk.
3. Spenning mellom positivisme og kritisk realisme

Videre etter dette kommer jeg til å utdype metavitenskapene hermeneutikk, fenomenologi og kritisk realisme, siden det er vitenskapene som eigner seg best til problemstillingen jeg har valgt.

3.1.1 Spenninger mellom forskjellige vitenskapstradisjoner

Her skal jeg gå inn på tre forskjellige vitenskapsteoretiske spenninger som er relevant for studien. Her skal det bli tydelig hvorfor jeg har valgt fenomenologi, hermeneutikk og kritisk realisme. Jeg begynner med å forklare den objektive tradisjonen innenfor positivismen og setter den opp fenomenologien. Videre fortsetter jeg med hermeneutikk og setter den opp mot positivismen. Til slutt forklarer jeg hvorfor kritisk realisme er en nødvendighet på grunn av samspillet mellom mikro-makroperspektivet, som hermeneutikken og fenomenologien ikke tilstrekkelig dekker.

I positivismen er forskningen nøytral, verdifri med stor distanse til forskningsobjektet, der målet er å avdekke en objektiv virkelighet (Thornquist, 2003, s. 40-41). Innenfor min studie har jeg objektive faktorer. Jeg har en objektiv virkelighet som går utenfor enhver subjektiv forståelse; med objektive faktorer som levekår, ulikhet og lavinntekt. Jeg trenger et vitenskapelig ståsted som tar for seg objektive faktorer og strukturer i samfunnet. Videre skal jeg forklare hvorfor jeg ikke velger positivismen til dette formålet.

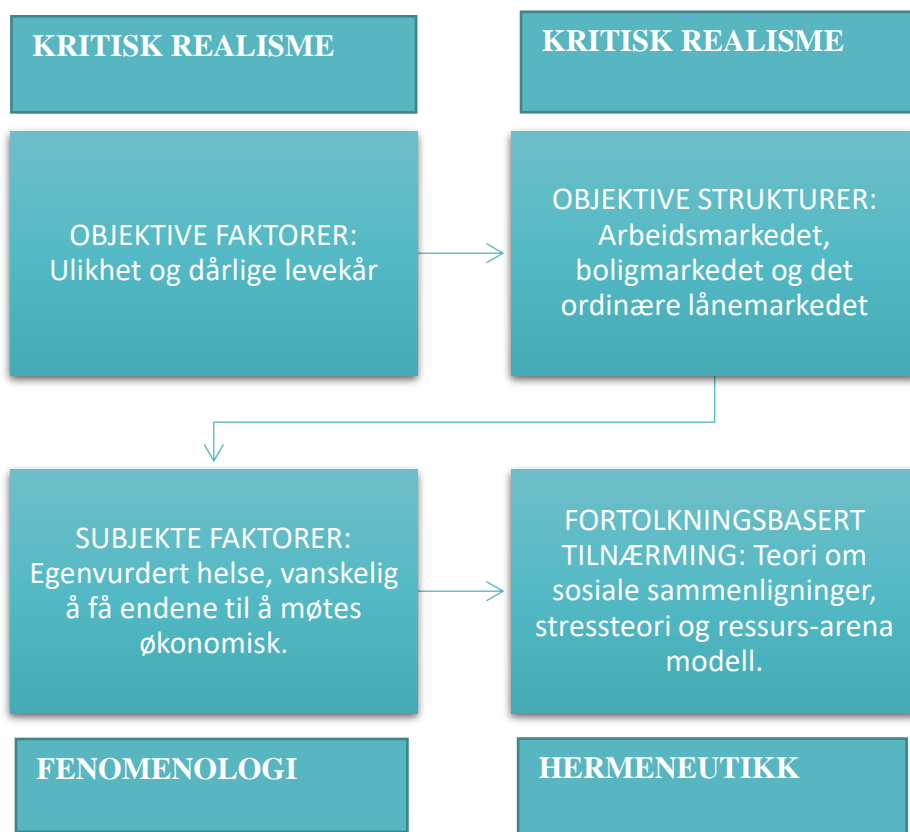
Positivismen søker innsikt i kausale sammenhenger der de ønsker å forklare årsak- og virkning (Thornquist, 2003, s. 48). Det kan delvis passe sammen med problemstillingen, da jeg søker å finne hvordan strukturelle trekk påvirker dårlige levekår og ulikhet. Videre søker jeg hvordan dette har innvirkning på lavinntektsgrupper sin atferd, kognisjon og emosjoner. Det som likevel skjærer seg er at sosiale fenomener er vesensforskjellige fra naturfenomener. Det har sammenheng med at det i samfunnsvitenskap handler om å *forstå* fenomenet og ikke *forklare* det. Jeg søker å forstå individets oppfatning, forståelse og fortolkning av sin egen verden. Mer konkret er jeg ute etter hvordan lavinntektspersoner opplever fenomener de forholder seg til og hvordan det berører deres verden. Dette passer sammen med fenomenologien siden den er opptatt av fenomenverdenen slik de personer vi studerer opplever den (Thagaard, 2013, s. 40). I denne studien er det ikke én virkelighet med bare én sannhet, men en verden av sannheter. Her er det rom for at mange tolker verden ulikt. Jeg er ikke ute etter å avgjøre om et utsagn er sant eller falsk. Hva individer subjektivt mener handler ikke om sannhetskriterier, men livsytringer.

Problemstillingen min har en fortolkningsbasert tilnærming og hører til hermeneutikken. I denne studien skal jeg fortolke individers fortolkninger av virkeligheten. For å få til dette må jeg gå ut ifra den tolkningen disse personene har om verden er sann for dem. Jeg skal i denne studien tolke lavinntektspersoners atferd, handlinger, oppfatninger og meninger i lys av ulikhet og teori om *sosiale sammenligninger, stressteorien og en ressurs-arenamodell*. Dette utvider horisonten siden det setter livshistoriene til individene i en større sammenheng. Målet er ikke å komme frem til reproduerbare objektive fakta som kan etterprøves. Innenfor positivismen har Karl Popper innført et falsifikasjonskrav, som vil si at utsagn må kunne etterprøves. Nærmere bestemt må forskeren utarbeide en hypotese som kan utsettes for falsifikasjon. Viser det seg at utsagnet er falsk gjennom avkreftelse eller at det har blitt motbevist, må utsagnet forkastes (referert i Godfrey-Smith, 2003, s. 58). Denne positivistiske tilnærmingen passer ikke inn i studien, siden jeg ikke kan teste om det individene i studien sier til meg er sant. Denne studien handler om lavinntektspersoner sin opplevelse og oppfattelse av sitt eget liv og da er denne forståelsen sann for dem.

Objektiviteten i positivismen har en streng adskillelse mellom subjekt og objekt (Juil, 2012, s. 67). Mer konkret vil det si at det er en streng adskillelse mellom verden slik den er for subjektet selv og hva som faktisk er den virkelige verden. I fenomenologien er det stikk motsatt. Her er veien til objektiv erkjennelse gjennom menneskets subjektive og intensjonelle erfaringsverden (Juil, 2012, s. 67). Det vil si at i fenomenologien er det ingen objektiv realitet uavhengig av den subjektive verden. Min tilnærming passer ikke direkte inn i noen av disse to tilnærmingene til den objektive verden.

Vitenskapsteorien jeg har valgt for å belyse de objektive strukturer i samfunnet, er kritisk realisme. Denne retningen forkaster ikke objektiviteten til positivismen. Det menes her at det finnes objektive sosiale strukturer i den sosiale verden. Det er en dualitet som går på ut på at det er mange sammenflettede sosiale strukturer, der både handlingene til individene er påvirket av strukturen, samtidig som de er med på å danne strukturene (Porpora, 1989, s. 199-200). Det vil si at det er manifesterte fenomener som er forårsaket av underliggende strukturer og mekanismer. Dette vil passe godt til denne studien siden lavinntektsgrupper opplever strukturelle hindringer ved at de blir ekskludert fra arenaer i samfunnet. Arenaer jeg kommer til å trekke frem i denne studien i er boligmarkedet, det ordinære lånemarkedet og arbeidsmarkedet. Denne vitenskapsteorien mener i motsetning til positivismen at samfunnsvitenskap aldri kan være verdinøytral. Denne retningen står for at de som studerer samfunnet, bør bruke sin viten til å formulere samfunnskritikk for å skape sosiale forandringer (Buch-Hansen & Nielsen, 2012, s. 279). Neuman illustrerer gjennom eksempler at samfunnsvitenskap aldri vil bli verdinøytral, siden den alltid vil være basert på forskeren verdier, meninger og overbevisninger (2003, s. 70-75).

Min problemstilling bygger i hovedsak på teorier om menneskelig erfaring (fenomenologi), fortolkning (hermeneutikk) og objektive strukturer (kritisk realisme) som jeg skal illustrere i en figur.



Figur 3.1 Hvordan kritisk realisme, fenomenologi og hermeneutikk henger sammen med studien.

Disse overgangene mellom kritisk realisme, fenomenologi og hermeneutikk er mye mer flytende inn i hverandre, enn denne fremstillingen. Dette er bare for å vise hvordan jeg bruker alle tre tilnærmingene i studien. En som objektivt sett har dårlig økonomi, trenger ikke oppleve at de har vanskelig med å få endene til å møtes. Dette vil så klart avhenge av hvor stor ulikhet det er i samfunnet, som er bestemmende for hvor mye det er forventet av en person økonomisk i forhold til hva de har til rådighet. Videre skal jeg tolke lavinntektspersoner sine subjektive opplevelser ut ifra min forforståelse og teori.

Grensen mellom fenomenologi og hermeneutikk er spesielt flytende. Begge tilhører fortolkningsvitenskap der formålet er å forstå andre subjekters meninger og intensjoner de handler ut ifra. Forskjellene mellom dem handler om fortolkernes rolle. Fenomenologi har et mer åpent fokus og tar en mindre aktiv og styrende rolle. Andre menneskers erfaringer fra livsverden og ytringer er viktigere enn forskerens perspektiver og interesser i fenomenologi. Innhenting av empirien er knyttet til fenomenologi, mens analysen er preget av kritisk realisme og hermeneutikk. Videre skal jeg utdype fenomenologi, hermeneutikk og kritisk realisme på et dypere plan.

3.1.2 Fenomenologi

Kjernen i denne studien handler om individers opplevelse av lavinntekt og ulikhet. Jeg søker å forstå hvilke konsekvenser lavinntekt og ulikhet har for individer på et sosial-psykologisk plan.

Jeg er interessert i individers subjektive opplevelse og erfaringer som har gjort at en av mine vitenskapsteoretiske retninger falt på fenomenologi.

Jeg har valgt å legge vekt på begreper og teori fra grunnleggeren av fenomenologien Edmund Husserl. Det er på grunn av at jeg er interessert i fundamentet til fenomenologien og dens grunnleggende begreper. Dette teoretiske rammeverket inspirerte en rekke sentrale tenkere som Alfred Schutz, Martin Heidegger, Maurice Merleau-Ponty og Hans Georg Gadamer. Av disse ble jeg spesielt trukket inn i Alfred Schutz siden har knyttet fenomenologien til sosiologi og en sosial kontekst. Jeg kommer til å ta for meg begrepene fenomenologisk reduksjon, epoché, livsverden, intersubjektivitet og synet på den objektive virkelighet.

3.1.2.1 Fenomenologisk reduksjon og epoché

«Den fenomenologiske reduksjonen innebærer at interessen sentreres rundt fenomenverdenen slik de personer vi studerer, opplever den, mens den ytre verden kommer i bakgrunnen» (Thagaard, 2013, s. 40). En bærebjelke i fenomenologien er at realiteten er slik personer opplever at den er. Et fenomen vil derfor være det som trer frem for personene. I forbindelse med dette viser Husserl til begrepet *epoché* som betyr å sette sine fordommer i parentes (referert i Juul, 2012, s. 70). Nærmere bestemt handler dette om å ikke la forhåndsantakelser og teorier skygge over erfaringsverden til menneskene vi studerer. Det skal sies at senere fenomenologer har nedtonet parentesens som et utslag av Heideggers hermeneutiske fenomenologi. Nyere fenomenologer og hermeneutikere har tolket det dit hen at begreper og teorier må være forankret i eller kunne føres tilbake til den førvitenskaplige livsverden til individene vi studerer (Juul, 2012, s. 72-73). I denne studien er jeg ute etter lavinntektspersoners opplevelse og erfaringer fra egen verden, og en slik tilnærming krever at jeg som forsker i størst mulig grad tilsidesetter egne oppfatning, i det skal tilstrebe og få tak i andres oppfatninger. For å få til dette må jeg som forsker lytte og spørre på en måte som ikke avstenger for nye oppdagelser. Jeg må være åpen for å få frem personers dype erfaringer og opplevelser.

3.1.2.2 Livsverden

Vi oppfatter verden både ubevisst og bevisst som inngår i menneskers forståelseshorisont. Her er det flere mentale operasjoner gående på en gang som omfatter: Tidligere erfaringer, minner, forventninger og kunnskap, som er styrende for atferd og hvordan vi tenker. Den bevisste delen handler i denne studien om de reflekterte tanker, meninger og holdninger til subjektet. Den ubevisste delen kalles *livsverden* som handler om den ubevisste oppfattelsen av verden.

Thornquist (2003) refererer til Husserl og Schutz som begge betrakter livsverden og tilstanden å *være-i-verden* som den hverdagslige verden mennesker lever i og erfarer. Dette er en verden som betraktes og forstås ut ifra subjektet sine erfaringer og i lys av kulturen og samfunnet subjektet er en del av. Dette handler om de dagligdagse tingene vi ikke har et reflektert forhold til. Husserl kaller dette for den *naturlige innstilling* (s. 90). Dette er den delen av verden vi ikke forholder oss undersøkende, reflekterende eller analytiske til.

Vitenskapsteori om livsverden er viktig i min studie, siden jeg ute etter aspekter som handler om hvordan lavinntektspersoner opplever strukturelle hindringer og hvordan dårlige levekår påvirker

livskvaliteten. Jeg lurer rett og slett på hvordan dårlige levekår påvirker deres livsverden. Videre er jeg interessert i hvordan disse fenomenene er fortolket i individers bevissthet som viser seg i det fenomenene beskrives og blir satt ord på. Jeg er opptatt av hvordan opplevelse av ulikhet har konsekvenser for hvordan lavinntektspersoner har det på et sosial-psykologisk plan. Videre skal jeg se på hvordan vi oppfatter verden i samspill med andre.

3.1.2.3 Intersubjektivitet

Intersubjektivitet er et viktig begrep i fenomenologien, og omfatter den verden som er tilgjengelig for flere enn oss selv. Intersubjektivitet er en verden et menneske ikke kan realisere på egen hånd, men som skapes sosialt. Gjennom sosialisering og interaksjon har personer felles forestillinger og fortolknings skjema om verden. Ifølge Schutz (referert i Thornquist, 2003, s. 111) utvikles intersubjektivitet i et dialektisk samspill mellom personers interaksjon, forestillingsevne og omgivelser.

Omgivelser i denne studien handler om sfæren rundt lavinntektspersoner. Å leve i lavinntekt vil påvirke hvordan personer ser og tolker verden. Dette kan knyttes til teorien til Payne om at lavinntektspersoner må ha en annen tilnærming til verden på grunn av lavinntekt og ulikhet³. Dette vil innvirke på hvordan lavinntektspersoner opplever og forestiller seg verden, i forhold til en som har god økonomi. Schutz sier dette i forbindelse med livsverden; «Særlig med hensyn til hverdagsverdenen stemmer det av *vi engasjerer oss i den ved handling og endrer den ved våre handlinger*» (siteret i Thornquist, 2003, s. 111). Han tolker individer som aktive handlende subjekter og ikke som passive mottakere av omgivelsene. Dette er viktig siden det sier noe om det dialektiske samspillet mellom gitte realiteter vi handler ut ifra og hvordan vi kan endre disse realitetene gjennom våre handlinger. I min studie lurer jeg på hvilke hindringer lavinntektspersoner støter på som gjør at de ikke får en bedre livssituasjon.

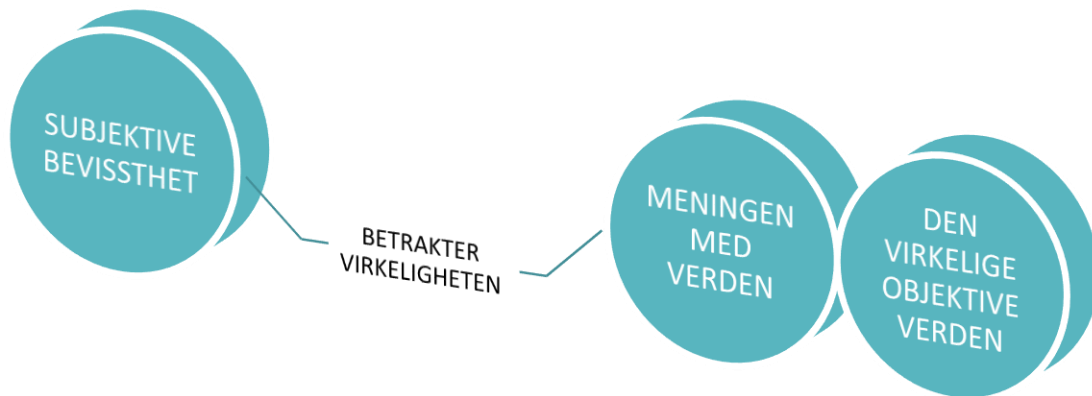
Thornquist (2003) referer til Alfred Schutz sin sosiologi som handler om hvordan mennesker sosialiseres inni verden av selvfølgeligheter og hva slags sannheter som blir tatt for gitt. Dette forklarer han igjennom begrepet intersubjektivitet og common-sense-viten. Common-sense-viten er en del av grunnlaget for personers handlinger og tolkninger som skapes i interaksjon med andre. Mennesker sosialiseres inni sin egen common-sense-viten, som vi tar for gitt og tillegger den en objektivitet som blir til en slags sannhet (s. 111). Sammen med denne common-sense-viten utvikler mennesker en rekke vaner og handlingsmønstre som utgjør en persons atferd er i overensstemmelse med omgivelsenes forventinger. Hva slags forventinger lavinntektsgrupper har til sitt eget liv, kan være noe helt annet enn hva en person med god økonomi forventer.

3.1.2.4 Synet på den objektive virkelighet

I fenomenologien er det viktig hvordan fenomener fremtrer for subjektet. Vi oppfatter verden gjennom vår ubevissthet og bevissthet og ikke bare direkte gjennom sanseinntrykk (Thornquist, 2003, s. 89). En del av fenomenologien er å redegjøre for og analysere hvordan verden fremstår for individer og hva slags mentale prosesser som er involvert. Både vår bevissthet og ubevissthet

³ Teorien til Payne står i kapitlet om teori

er bestemmende for hvordan vi oppfatter den objektive verden. I fenomenologien kan vi bare erkjenne den objektiv virkelighet gjennom den subjektive opplevelsesverden. Juul (2012) refererer til Husserl som sier at den subjektive bevissthet er bærer av både meningen med verden og den virkelige verden som uadskillelige deler (Juul, 2012, s. 67).



Figur 3.2 Illustrasjon av hvordan vi betrakter virkeligheten.

Denne figuren viser at den objektive virkeligheten bare kan betraktes gjennom den subjektive bevissthet. Det vil si at det egentlig ikke er en objektiv virkelighet uten at subjektet betrakter den. I denne studien er det både objektive (dårlige levekår og ulikhet) og subjektive mål (livskvalitet). Det som blir problemet her er at ulikhet og dårlige levekår er objektive mål som går utenfor den subjektive meningen om den. Det som er poenget er at subjektiviteten ikke går over den objektive virkeligheten i denne studien, slik det gjør i fenomenologien. Likevel er de subjektive følelsene og meningene til individene et fundament i oppgaven. Videre skal jeg gå inn på hermeneutikk som handler om analysedelen i studien.

3.1.3 Hermeneutikk

Hermeneutikken handler om analysedelen av studien. Her legger jeg vekt på forståelsesbegrepet som handler om forforståelse, helhetsforståelse og delforståelse.

Med bakgrunn i at jeg ønsket å få innsikt i hvordan ulikhet og dårlige levekår påvirket emosjoner, kognisjoner og atferd hos respondentene, valgte jeg et hermeneutisk ståsted. I denne tilnærmingen fremheves betydningen av å fortolke og forstå individers atferd, gjennom å utforske et dypere meningsinnhold enn det som er umiddelbart innlysende. Antropologen Clifford Geertz understreker at hermeneutikk kjennetegnes av «tykke beskrivelser», som handler om samspillet mellom respondentens selvforståelse og forskerens fortolkning av denne selvforståelsen (referert i Thagaard, 2013, s. 41). Det omtales som en «tykk beskrivelse» siden forskeren i hermeneutikk skal ha en bred forståelse og se det i en større sammenheng, enn bare respondentens forståelse.

3.1.3.1 Forforståelse og helhetsforståelse

Innenfor denne tilnærmingen legges det stor vekt på forforståelse og helhetsforståelse.

Forforståelse innebærer forskerens egne erfaringer, faglige begreper og teoretisk rammeverk. Sistnevnte har jeg gått igjennom i teorikapittelet. Helhetsforståelsen går ut på at ingen fenomener kan forstås uavhengig av den større helheten de inngår i. I denne studien vil helheten handle om

konteksten til lavinntektspersonene. Konteksten innebærer respondentenes ressurser og noen utvalgte arenaer som jeg vil se i lys av økende ulikhet, stress og sosiale sammenligninger. I denne studien vil jeg jeg ha fokus på arbeidsmarkedet, boligmarkedet og det ordinære lånemarkedet som arena.

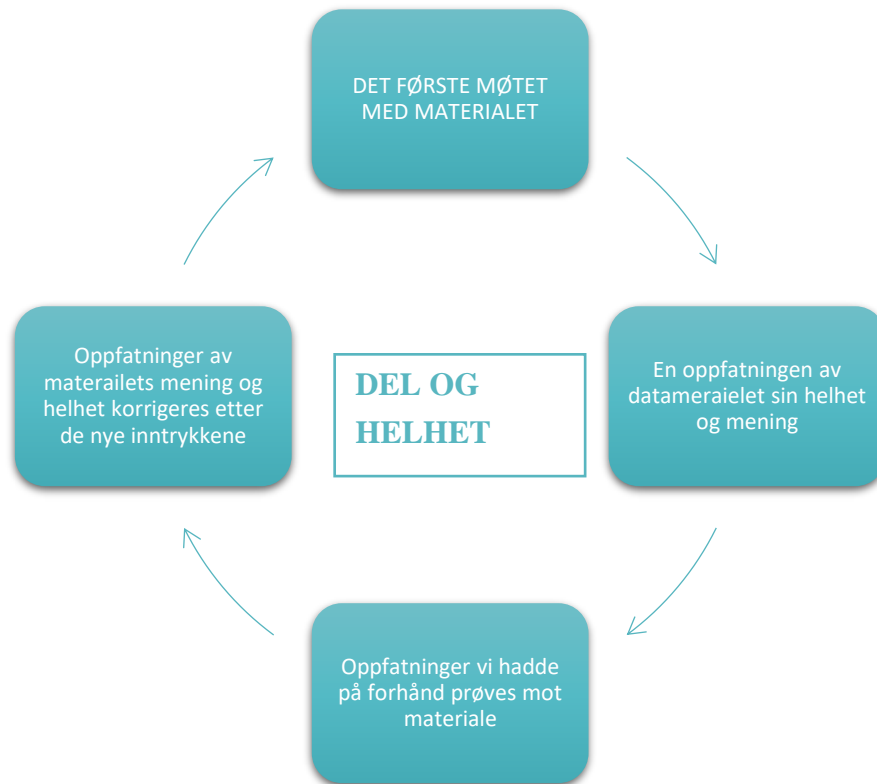
Livsytringene til respondentene tolkes i lys av forskerens forståelse av den konteksten respondentene inngår i (Grønmo, 2004, s. 373-374). Ettersom jeg er opptatt av hvordan X (ulikhet og dårlige levekår) påvirker Y (emosjoner, kognisjoner og atferd) i oppgaven. Må jeg forstå hvorfor respondentene har den atferden de har i forhold til den konteksten de er en del av. Jeg er ute etter respondentenes atferd, følelser, tanker, holdninger, meninger og beslutninger for å se de i en større helhet. Her går den «større helhet» ut på å forstå sammenhengen mellom ulikhet og dårlige levekår på makronivå og hvordan dette gir noen psykologiske og sosiale konsekvenser på mikronivå, ved hjelp av ressurs-arenamodellen og stressmodellen som forklaring.

3.1.3.2 Den hermeneutiske sirkel

I forhold til analysedelen i studien, vil jeg trekke inn Gadamer sin teori om den hermeneutiske sirkel. Den hermeneutiske sirkel inngår i analyser av tekst som handler om å veksle mellom forståelse og forforståelse og mellom delforståelse og helhetsforståelse. Jean Grondin (2016) har en videre utdypning av Gadamer sin teori om den hermeneutiske sirkel og hvordan en forsker kan bruke forståelseshorisonten i analyse av tekst og skriver følgende:

The process of understanding, he argues, is a constant back and forth between the whole and the parts: one's interpretation of the parts of a text cannot but be guided by a (pre-) understanding of the whole in which they stand, yet this understanding of the whole is constantly revised the more one advances in the understanding of the parts, which are then understood in light of a more accurate idea of the whole. The hermeneutical circle, he contends, describes this constant and ongoing process of trial and error, where one always strives to develop the right anticipations which have to be "borne out by the things themselves. (s. 405)

Her viser han til hvordan den hermeneutiske sirkel skal være et utgangspunkt for å få den riktige forståelsen av et fenomen gjennom en sammensmelting av forforståelsen vår og den nye forståelsen vi får igjennom teksten, som konstant må tolke i lys av delen og helheten. Antakelsene må bli uttalt av tingene i seg selv, og ikke bare vår forforståelse. Denne prosessen skal jeg videre illustrere i en figur.



Figur 3.3 Sammenheng mellom del og helhet i datamaterialet.

Her illustreres det hvordan forskerens oppfatninger blir korrigert etter vi har fått ny innsikt av datamaterialet som er samlet inn i studien. Forskerens forforståelse og nye forståelse smelter sammen til en ny forståelse. Her er det viktig at helheten skal forstås ut ifra delene, og delene skal forstås ut ifra helheten. Videre skal jeg se på kritisk realisme som er det siste vitenskapsteoretiske utgangspunktet.

3.1.4 Kritisk realisme

Her skal jeg gå inn på kritisk realisme. Grunnleggeren av kritisk realisme er den britiske filosofien Roy Bhaskar. Denne retningen har flere bidragsytere som Andrew Sayer, Margaret Archer, Tony Lawson og Andrew Collier.

Ettersom hovedbidraget mitt i denne studien er å fokusere på samspillet mellom individ og samfunn, har jeg valgt kritisk realisme som et ståsted i tillegg til fenomenologi og hermeneutikk. Jeg skal ikke bare ha om hvordan individer fortolker virkeligheten, men hvordan individet blir påvirket av noen objektive strukturer i samfunnet. Denne tilnærmingen forutsetter at det ligger bakenforliggende objektive faktorer, som ikke nødvendigvis er synlige. Thagaard (2013) viser til at kritisk teori har et kritisk standpunkt til etablerte strukturer i samfunnet (s. 43). Studien min går ut ifra at det er objektive faktorer som ligger til grunn for at lavinntektsgrupper ikke får forbedret situasjonen sin. Jeg vil fokusere på utvalgte strukturer som jeg mener er særlig viktige for at lavinntektspersoner ikke får forbedret situasjonen sin, nemlig boligmarkedet, det ordinære lånemarkedet og arbeidsmarkedet. Først jeg skal vise en liten oversikt over kritisk realisme, før jeg går videre på utdypningen av individ-struktur relasjonen.

KRITISK REALISME- KAUSAL ANALYSE	
ONTOLOGI	Åpen
METODE	Reason «Grunner»- anvendt fornuft
EPISTEMOLOGI	Forstå
ANALYTISK METODE	Avhengig av hvilken retning som er valgt

Tabell 3.1 Oversikt over kritisk realisme som vitenskap

3.1.4.1 Utdypning av individ-struktur relasjonen

Individ-struktur dualismen med fokus på samspillet mellom individ-struktur ble utviklet av Bhaskar. Margaret Archer videreutviklet teorien til Bhaskar, og er en av hoved bidragsyterne til individ-struktur relasjonen innenfor kritisk realisme, som kan illustreres i følgende tre trinn:

Det første trinnet i denne vitenskapsteoretiske retningen er at strukturer både muliggjørende og begrensende for individet (Buch-Hansen & Nielsen, 2012, s. 293). Jeg vil legge stor vekt på arenaer som lavinntektspersoner er ekskludert fra eller virker begrensende, som følge av mindre ressurser og økonomisk kapital. Kommer et individ dårlig ut på en arena, kommer individet også ofte dårlig ut på andre arenaer. Jeg er altså ute etter å fange opp negative ringvirkninger til personer med lavinntekt. Et eksempel kan være at en person uten utdanning og dårlig helse har vanskeligere tilgang til arbeidsmarkedet som levekårsarena, enn en person som med god helse og utdanning. Dette er igjen bestemmende for de nye ressursene individer har tilgang til. Dette kan videre knyttes til strukturelle hindringer for personer med dårlige levekår og lavinntekt.

Det andre trinnet handler om at sosiale strukturer og individer utsteder kausale krefter (Archer, Sharp, Stones & Woodiwiss, 1999, s. 12). Forenklet vi det si at det er sosial interaksjon som fører til at strukturer og individ gjensidig påvirker hverandre. Sosiale strukturer er et produkt av menneskelige aktivitet og menneskelige aktivitet er alltid strukturelt betinget. Individene møter ikke bare en enkelt struktur, men ett nettverk av sammenbindende strukturer som for eksempel politiske og økonomiske strukturer. Hay (2002) trekker frem at individene ikke har en perfekt viten om konteksten de opererer innenfor, og er nødt til å fortolke virkeligheten slik som i hermeneutikken (s. 209-210).

Det siste trinnet i syklusen handler om strukturell utvikling. Individer gjenskaper og omdanner strukturer gjennom deres atferd (Buch-Hansen & Nielsen, 2012, s. 294). Sosiale fenomener må ses som et resultat av individers strukturelt betingende aktiviteter.

Til slutt skal jeg ta en liten oppsummering og knytte det til denne studien. Trinnene forklarer at manifesterte fenomener er forårsaket av underliggende strukturer og mekanismer. Grunnen til at dette er relevant er at denne tilnærmingen både fokuserer på makro- og mikroperspektivet. Ved å bare se på individperspektivet risikerer man at strukturer og makrokontekster kommer i skyggen. Situasjonen til lavinntektsgrupper kan ikke forstås uten å se på forskning og teori om strukturelle forhold som styrer hverdagen til den enkelte. Da får jeg både fanget opp den enkelte sin utforming

av sin egen livssituasjon (mikro) og noen strukturelle forhold som innrammer den enkelte sitt handlingsfelt (makro). I denne oppgaven har jeg koblet individperspektivet til strukturer på tre forskjellige arenaer som har mye å si for livene deres. Tilnærmingen jeg har brukt for å utforske dette er ressursmodellen. Her legges det blant annet vekt på personens besittelse av ressurser, som styrer personenes påvirkningsevne til å styre sitt eget liv. Videre knytter jeg hvordan ulikhet (makro) har innvirkning på lavinntektsgruppers (mikro) atferd, emosjoner og kognisjoner.

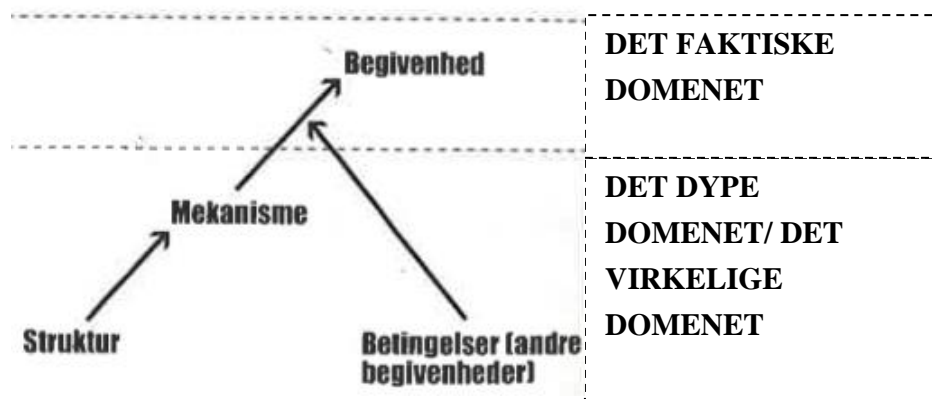
3.1.4.2 Epistemologi

Epistemologien i kritisk realisme tar høyde for at samfunnsvitenskaplige viten er kontekstuell. Her er systemet åpen, som gir rom for at konteksten er i konstant forandring. Dette er et grunnvilkår som gjør sikker viten og sannhet umulig (Jespersen, 2004, s. 160). Her går sannheten på det man har «gode grunner til å tro». Dette skal jeg forklare nærmere med et sitat fra den britiske filosofen og økonomen Tony Lawson:

Are there reasons to believe that x has been caused by a mechanism (let us call it “ f ”) mainly depending on y, \dots, z ? Are there reason to believe that the tendency behind f (y, \dots, z) also will be valid in the future taking properly into consideration that a) the system is open, b) the structure is uncertain and c) causal relationships are stochastic (with hardly known mean and variance). (sitert i Jespersen, 2004, s. 175)

Ordet “reason” er dekkende for det vi kaller sunn fornuft og det vi med gode begrunnelser kan anta at er gyldig. Det kan likevel være flere grunner bak mekanismen X . Vi kan ikke si med sikkerhet at X har blitt forårsaket bare av en mekanisme kalt f . Det kan være mange andre mekanismer som spiller inn som vi ikke har tatt høyde for. Studien handler om hvordan X (atferd, kognisjon og emosjoner) har blitt påvirket av mekanismene (dårlige kår, ressurser og ulikhet) i lys av noen strukturer i samfunnet. Det kan være flere mekanismer som fører til X , men jeg har bare noen utvalgte mekanismer jeg har studert og satt i fokus. Videre skal jeg illustrer dette i en figur.

Kritisk realisme



(Buch-Hansen & Nielsen, 2012, s. 282)

Figur 3.4. Denne figuren illustrer kausalitetsforståelsen til kritisk realisme. Her kan vi se sammenhengen mellom struktur, mekanisme og begivenhet, og at det kan være andre begivenheter som spiller inn.

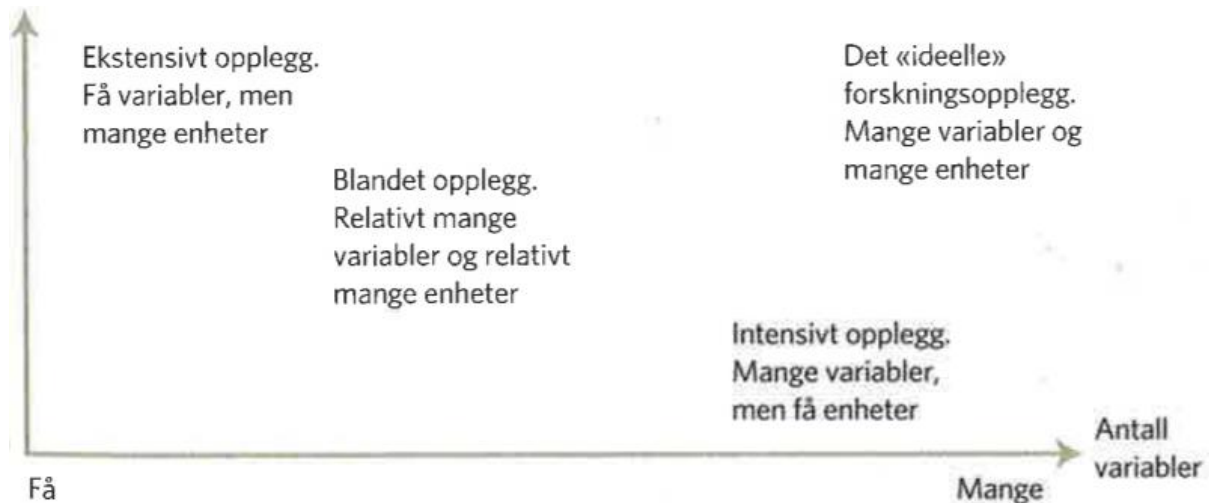
Sist vil jeg nevnte at et svakt punkt i kritisk realisme er at den ikke har en metode for å skille mellom svake og sterke kausale forklaringer eller tendenser, slik positivismen har. Videre skal jeg forklare fremgangsmåter som er brukt ved innsamlingen av data, nærmere eksakt forskningsdesign.

3.2 Utforming av forskningsdesign

Forskningsdesign handler om hvordan problemstillingens skal belyses og besvares. Mer konkret handler det om kombinasjonen av fremgangsmåter som er brukt ved innsamlingen av data. Her skal jeg reflektere rundt valgene mine om å ha en eksplorerende studie med intensivt opplegg og valg av kvalitativ metode med relativt strukturert dybdeintervju.

3.2.1 Intensivt opplegg

Her skal jeg gjennomgå refleksjonene rundt å ha et intensivt opplegg istedenfor et ekstensivt. Grimen (2000) sier intensive opplegg søker forståelse i dybden, mens ekstensive opplegg sikter på forståelse i bredden (s. 193). Jeg har en forstående problemstilling, der jeg søkte å forstå lavinntektspersoner sine opplevelser, atferd, meninger, holdninger, beslutninger og emosjoner på et dypt nivå. For å få en dyp forståelse av alle disse aspektene krever det at jeg har mange variabler. Dette skal jeg illustrere i en figur.



Jacobsen (2015, s. 91)

Figur 3.5 Ulike undersøkelsesopplegg.

Denne figuren setter ekstensive og intensive opplegg opp mot hverandre. Den viser at et intensivt opplegg har mange variabler der det går i dybden på få respondenter, som det jeg skal i denne undersøkelsen. Helt øverst til høyre illustreres det «ideelle forskningsopplegget» med mange variabler og mange enheter. I en ideell verden ville jeg ønsket å gå i dybden og bredden, men det ville vært altfor ressurskrevende. Det som er ulempen med et intensivt opplegg er at det er selektivt, kan ikke overføres til andre studier og er mangetydig. En omfattende ekstensiv

undersøkelse kunne vært et sterkt valg, men velges bort på grunn av tid, ressurser og kompleks problemstilling. Denne intensive dybdestudien kan eventuelt være en forstudie til en omfattende ekstensiv studie.

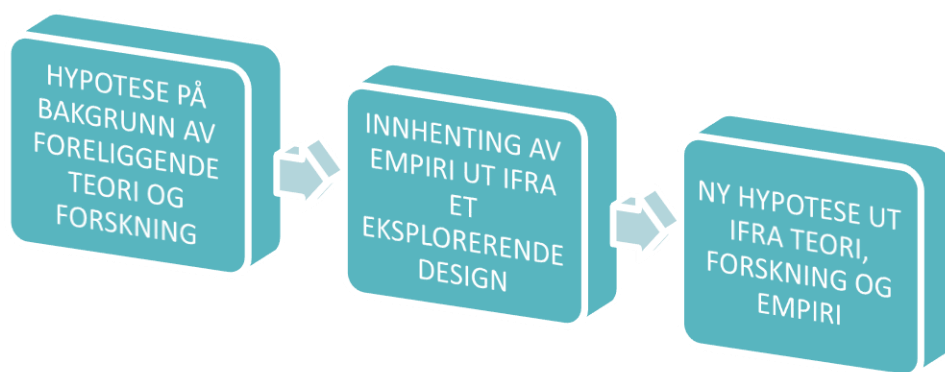
3.2.2 Deduktiv + induktiv=Abduktiv

Her skal jeg først introdusere hva som karakteriserer induktiv og deduktiv metode. Deretter skal jeg argumentere for hvorfor jeg i denne studien skal bruke en blandingsmetode og hvilke styrker og svakheter dette gir.

Deduktiv metode handler om å ta utgangspunkt i tidligere forskning eller teoretiske resonnementer for å så gå ut i den empiriske verden. Forskeren vil prøve å nå frem til forståelser eller forhold som kan belyse spørsmål fra de tidligere diskusjonene (Hellevik, 2002, s. 81). Det er her viktig å reflektere rundt at det kan være flere alternative forklaringer på et fenomen. De forklaringene vi velger å belyse bør være nøye vurdert. Når det kommer til induktiv metode tar forskeren ifølge Andersen (1997) utgangspunkt i enkelthendelser og beskjeftiger seg frem til generelle lovmessigheter eller forestillinger om et fenomen (s. 39). Denne måten å undersøke på er karakterisert av en eksplorerende undersøkelsestype, som går ut på å få ny innsikt og forståelse, der det avdekkes nye dimensjoner ved forskningstemaet.

Hellevik (2002) hevder at deduktiv metode har en fordel i at sjansen for et tydelig og interessant utfall er større. Sjansene er spesielt gode dersom det er lagt vekt på å teste konkurrerende forklaringer på et fenomen, slik at våre egne eller andres forklaringer kan erklæres som uholdbare (s. 83). En induktiv metode har den fordel at vi kan komme frem til ny og interessant informasjon. Dette kan være informasjon vi ikke i utgangspunktet har tenkt på, og kan utvide hva slags spørsmål som gjøres til gjenstand for forskning. I denne studien har jeg valgt å benytte meg av en abduktiv tilnærming som er en blanding av disse to tilnærmingene. Jeg har tatt i bruk hypoteseformulering som tilhører den deduktive tilnærmingen. Jeg vil likevel ikke slå fast ved at det ikke finnes andre forklaringer på fenomenet jeg studerer. Jeg kan ikke gå ut ifra en positivistisk kausal hypotese som går ut på at samme type årsak (X) alltid etterfølges av samme type virkning (Y) (Thomassen, 2006, s. 53). Jeg har kritisk realisme som grunnlag, og den har en annen kausalitetsforståelse⁴. Kritisk realisme går ut ifra at vi lever i en dynamisk verden der mekanismer, begivenheter og tendenser alltid er i forandring. Lawson poengterer at det kan være mange grunner bak mekanismen X, og at vi ikke kan si med sikkerhet at X bare har blitt forårsaket av en mekanisme (referert i Jespersen, 2004, s. 175). Det er derfor her viktig at vi har en induktiv metode som har en eksplorerende undersøkelsestype, slik at vi kan undersøke nye forhold og sammenhenger som vi ikke har oppdaget med den opprinnelige hypotesen. Abduksjon har store likheter med den hermeneutiske sirkel som brukes i analysedelen. Begge formene går ut ifra antakelser som skal revurderes ettersom det kommer ny innsikt og kunnskap.

⁴ Her ligger ikke konklusjonen implisitt i premissene slik det gjør i positivismen



Figur 3.6 De ulike trinnene i en abduktiv metode.

Abduktiv metode har både sine fordeler og ulemper. En negativ konsekvens av å bruke en slik tilnærming er vi ikke har tilgang til en sannhet, og har ingen direkte regel som kan avgjøre om en teori er sann. I det ligger det at det finnes mange teorier en forsker må velge imellom og mange mulige konklusjoner, ettersom vi ser verden som et åpent system. Konklusjonen er da én av mange mulige konklusjoner. Det som er styrken er at det kan føre til ny kunnskap og videreutvikling av teori.

Her skal vi se nærmere på hvorfor jeg endte med en eksplorerende design. Kvale og Brinkmann (2015) vektlegger at eksplorativ metode handler om å få ny innsikt og forståelse, der det avdekkes nye dimensjoner ved forskningstemaet (s. 147). Det eksplorerende designet er basert på det fenomenologiske og hermeneutiske grunnlaget. Studien er eksplorerende ved at jeg søker å utforske lavinntektspersoner sine opplevelser og tolkninger. Jeg skal følge livshistorien til lavinntektspersoner med tilknyttet atferd, meninger, holdninger, følelser og strukturelle hindringer de opplever. Videre i studien skal jeg tolke dette i lys av teori om sosiale sammenligninger, stress og hvordan ulikhet har innvirkning følelser, holdninger og atferd, som tilhører den deduktive metoden. Den er deduktiv siden jeg har gjort meg noen antakelser på forhånd, og laget spørsmål som belyser disse teamene. Jeg er ute etter å få en forståelse av hvordan X påvirker Y; Hvordan dårlige levekår og ulikhet (X) påvirker emosjoner, kognisjoner og atferd (Y). Jeg har en forstående problemstilling som i stor grad handler om fortolkning. Her handler tolkningen om hvordan lavinntektspersoner tolker sin egen situasjon ut ifra at de har dårlige levekår og lever i et land med økende ulikhet. Her er grunnlaget fenomenologisk som beskjeftiger seg med bevissthet, opplevelse og menneskers livsverden. Grønmo (2004) understreker at dette forutsetter at forskere utvikler nærhet til individene som studeres med innlevelse i meningsytringer og livsverden (s. 371). Dette styrer den videre diskusjonen om valg av kvalitativ eller kvantitativ metode.

3.2.3 Kvalitativ metode

Her skal jeg argumentere for hvilken innsamlingsmetode jeg har valgt. For jeg skal få frem de beste analysene og diskusjonen, krever det at jeg finner den innsamlingsmetoden som eigner seg best. Problemstillingen, vitenskapsteoretisk utgangspunkt og undersøkelsesdesign er grunnlaget for mitt valg av innsamlingsmetode.

Hensikten med min studie er å forstå lavinntektspersoner emosjoner, tanker og atferd og sette det inn i en større sammenheng med ulikhet, sosiale sammenligninger og negative ringvirkninger for personer med lavinntekt. For å få forstå lavinntektspersoner sine emosjoner, tanker og atferd, må vi bruke en fenomenologisk tilnærming for å forstå individers subjektive opplevelse og interaksjon med omverden. Ifølge Grimen (2000) er denne kunnskapen som oftest bare oppnåelig gjennom intensive kvalitative forskningsopplegg (s. 200). I motsetning til kvantitative metoder gir kvalitative metoder mulighet for å innhente beskrivelser av spesifikke situasjoner, tanker, holdninger, følelser og opplevelser.

Videre tok jeg i bruk en hermeneutisk fortolkningstilnærming for å sette personer livsyttring i en større sammenheng. Det er her det fenomenologiske mikroperspektivet blir satt sammen med makroperspektivet ved hjelp av hermeneutikk og kritisk realisme som utgangspunkt. En viktig faktor i problemstilling er nemlig at vi lever i en dynamisk verden der sosial-psykologiske konsekvenser av ulikhet og dårlige levekår kan forandre seg etter hvert som samfunnet endrer seg. I takt med at samfunnet endrer seg kan også de strukturelle hindringene lavinntektspersoner støter på være i endring. I denne studien påvirker individ og samfunn hverandre i en kontinuerlig prosess som kan gjøre dybdestudier til en fordel. Dybdestudier kan få med seg nye aspekter som kvantitative breddestudier ikke får med seg, siden de ofte i større grad er mer rigide. Så det kan her være en fordel å gå i dybden slik man gjør kvalitativ metode for å få frem meningsaspekter, tolkninger, ny informasjon og innfallsvinklinger. Kvantitative opplegg forsøker å gå i bredden og krever mange respondenter som jeg dessverre ikke har mulighet til i denne studien på grunn av tid og ressurser, men som kanskje kunne blitt gjort senere i en utvidet kvantitativ studie.

3.2.4 Relativt strukturert dybdeintervju

Jeg valgt å bruke relativt strukturert dybdeintervju som forskningsstrategi. Her skal jeg først gå inn på intervjuguiden (se vedlegg 1) og hvilke spørsmål jeg har valgt å ta med. Videre skal jeg presentere forskjellige skalaer og standarder jeg har valgt å ta med i undersøkelsen og avslutningsvis vil jeg gå inn på hvorfor jeg har valgt relativt strukturert intervju.

Strukturering av intervju kan betraktes som en glidende skala fra *åpen samtale* til et *lukket spørreskjemasamtale* (Jacobsen, 2015, s. 150). Jeg valgte en mellom-grad av disse to.

Intervjuguiden har en sterk grad av strukturering med 84 spørsmål i fast rekkefølge, som er kategorisert ut ifra forskjellige temaer. Intervjuguiden har blitt nøye pretestet med pilotering på 4 personer. Da fikk jeg reflektert rundt hvordan spørsmålene ble oppfattet, og fikk forsikret meg om at jeg får den informasjonen jeg ønsker ved å stille spørsmålet. Jeg har både åpne og lukka spørsmål med svaralternativer. Intervjuguide består både av kognitive spørsmål som dreier seg om bakgrunn, status og handlinger og evaluerende spørsmål som dreier seg om meninger.

Spørsmålene er både objektive og av beskrivende art samt subjektive og av evaluerende art.

Intervjuguiden består av temaene bakgrunn, arbeid, boligsituasjon, økonomisk situasjon, helse, sosiale forhold, tillit og strukturelle hindringer. Grunnen til at disse spørsmålene ble stilt er for å både dekke levekår, livskvalitet og strukturelle hindringer for lavinntektspersoner. Jeg har også

benyttet allerede eksisterende skalaer og standarder når det kommer til psykisk helse, depresjon, selvfølelse og stress som jeg skal komme nærmere inn på nå

For å måle psykiske helseplager har jeg tatt i bruk MHI-5 er 5 spørsmål fra spørreskjemaet SF-36 (se vedlegg 2). Jeg har valgt dette måleinstrumentet siden det har færre spørsmål enn andre måleinstrument som måler psykisk helse. Det er en fordel i min studie, siden jeg har mange spørsmål i min intervjuguide da jeg både skal dekke levekår og livskvalitet. Det er en anerkjent metode som har vist seg å ha høy validitet og reliabilitet (Loge & Kaasa, 1998; Pez et al., 2006, s. 54; Strand, Dalgard, Tambs & Rognerud, 2003, s. 117-118; Ware, Snow, Kosinski & Gandek, 1993). Jeg vil understreke at dette måleinstrumentet ikke gir grunnlag for å gi en klinisk diagnose. Ett problem med MHI-5 er at dette er et generelt mål og dekker ikke angst og depresjon. Depresjon har henger tett sammen med livskvalitet og har særlige negative konsekvenser, som de også bemerker seg i avhandlingen «*Livskvalitet: Anbefalinger for et bedre målesystem*» (Nes et al., 2018, 27. august, s. 117). Derfor har jeg valgt å ha med et eget mål på depresjon, men utelater angst på grunn av plassmangel, men jeg ville tatt med i en større undersøkelse.

For å måle livstidsforekomst av alvorlig depresjon, har jeg brukt en standard der fem av ni diagnosekriterier for alvorlig depresjon i DSM-III-R er brukt (se vedlegg 3). Flere kilder viser at den har moderat pålitelighet. Den får også kritikk for at det vanskelig å tenke tilbake om man har hatt disse symptomene samtidig, og blir svært preget av nåværende symptomer (K. S. Kendler, Gardner & Prescott, 2001, s. 617; Kenneth S. Kendler, Neale, Kessler, Heath & Eaves, 1993, s. 863). Den ble likevel valgt siden andre måleparametere på depresjon som Hopkins Symptom Check List, har langt flere spørsmål og intervjuguiden min inneholder allerede mange spørsmål. Intervjuguiden min er allerede på grensen til å være for stor, og da måtte jeg valgt bort andre spørsmål. Den standarden jeg har brukt gir ikke grunnlag for å stille kliniske diagnoser, men den kan identifisere synlige tilfeller av depresjon. Respondentene blir spurt om de har hatt minst tre av de problemene som er nevnt ovenfor samtidig, de som svaret ja på dette spørsmålet og samtidig oppgir at de har følt seg deprimert, trist eller nedfor, klassifiseres som et et tilfelle for minst en episode av alvorlig depresjon (Nes & Clench-Aas, 2011, s. 17).

For å måle respondentenes selvfølelse tok jeg i bruk Rosenberg «Self Esteem Scale» (se vedlegg 4), som ble laget av Morris Rosenberg og er den mest brukte internasjonalt. Dette er et anerkjent måleinstrument som har høy validitet og reliabilitet (Demo & Hogan, 1985; Robins, Hendin & Trzesniewski, 2001, s. 159-160; Robins, Tracy, Trzesniewski, Potter & Gosling, 2001, s. 477). Skalaen består av 10 påstander der personen skal svare fra en skala fra 1-4 der 1 er «veldig enig» og 4 er «veldig uenig». Jo høyere skår man får jo høyere selvfølelse representerer det. Hvis personen har dårlig selvfølelse ligger den på mellom 0-15 i skår, normal selvfølelse ligger mellom 15-25 og høy selvfølelse går fra 25-30. Denne studien handler om handler om psykologiske og sosiale konsekvenser av dårlige levekår og ulikhet, som gjør det vesentlig å vite hvordan selvfølelse lavinntektspersoner har, siden de i større grad enn andre blir utsatt for negative sosiale sammenligninger.

Stress er et sentralt aspekt ved livskvalitet og har stor plass i denne studien. Stress kan både være en årsak og konsekvens, siden mange forhold som lavinntektspersoner er under kan føre til stress samtidig som stress er skadelig i seg selv og har sterk sammenheng med psykiske problemer. Jeg bruker den mest kjente skalaen for opplevd stress som er Cohens Perceived Stress Scale, bare at den er oversatt til norsk (se vedlegg 5). Den måler dagligdagsstress og er anbefalt i avhandlingen *Livskvalitet: Anbefalinger for et bedre målesystem*. Den er utprøvd i Sverige (Nordin & Nordin, 2013) og Tyskland (Schneider, Schönfelder, Wolf & Wessa, 2017) og viser god validitet og reliabilitet. Jo høyere skår på skalaen, jo mer stress representerer det. Skår fra 0-13 vil bli vurdert som lavt stressnivå, skår fra 14-26 vil bli betraktet som moderat stressnivå, skår fra 27-40 vil bli vurdert som høyt oppfattet stress.

Et viktig mål ved kvalitative tilnærminger å få en dypere forståelse av sosiale fenomener på bakgrunn av fylldige data om personer og situasjoner (Thagaard, 2013, s. 11-12). Grunnen til at jeg valgte denne formen for intervju er på grunn av at det finnes mye forskning og teori på dette temaet fra før av, som gjør det viktig å orientere seg på hva som allerede er forsket på og hva slags funn og teorier de har kommet frem til. Ved å velge denne formen for intervju kunne jeg se hvordan mine funn stemmer overens med eksisterende teori og for å oppdage nye sider ved dette fenomenet. En fordel med å ha relativt strukturert dybdeintervju er at intervjuguiden er godt gjennomarbeidet, og at svarene er sammenlignbare, siden alle intervjupersonene har gitt informasjon om de samme temaene, og i stor grad svart på de samme spørsmålene.

Måten jeg valgt å gjennomføre individuelle intervju på er ansikt-ansikt møte. Det egner seg godt til å studere personlige og sensitive temaer (Thagaard, 2013, s. 12). Fordelen er at forskeren får nærhet til respondentene, som gir mulighet til å være sensitiv. Lavinntektsgrupper er en sårbar gruppe, ved å ta i bruk denne intervjutypen fikk jeg mulighet til å kjenne på situasjonen «her og nå», og endre spørsmålsformuleringer eller stille oppfølgingsspørsmål. En slik sensitivitet var viktig når jeg stod overfor en sårbar gruppe der jeg skal stille spørsmål som er personlige og kan være vanskelig å svare på. En annen fordel var at jeg til en viss grad kunne styre datainnsamlingen, slik at den resulterte i informasjon som var mest mulig dekkende for problemstillingen. Dette gav et godt grunnlag for relevante tolkninger.

3.3 Om datainnsamling

3.3.1 Utvalg

For å få data som kunne bidra til å belyse oppgavens problemstilling, var det nødvendig å velge respondenter som hadde egenskaper og kvalifikasjoner som er strategisk i forhold til problemstillingen min (Thagaard, 2013, s. 60). Inkluderingskriteriet for å være med i studien var at respondentene sin husholdning måtte ha lavinntekt. I dette prosjektet ble respondentene rekruttert ved hjelp av et NAV kontor. Respondentene ble utvalgt ved hjelp av selvseleksjon gjennom NAV systemet. Kontaktpersonen i NAV informerte de aktuelle respondentene om undersøkelsen og de som ønsket å delta ble videre kontaktet på telefon.

Repstad peker på at respondentene bør være mest mulig ulike for å sikre et bredt inntrykk gjennom intervjuene. Når respondentene er ulike forsterker det sjansen for å finne ny relevant data

(2007, s. 58). For å få mest mulig variasjon søkte jeg respondenter med ulikt kjønn, alder, etnisitet, sivilstatus og livssituasjon. Nærmeste bestemt ble det respondenter fra kategoriene innvandrere, enslig og familie. Jeg søkte menn og kvinner fra alle kategoriene. Respondenter over 50 år så jeg ikke som hensiktsmessig å undersøke, siden jeg er opptatt av respondenter som har opplevd mer ulikhet under huden. Generasjonene av yngre skala er oppvokst med større ulikhet i samfunnet, og det er de psyko-sosiale kvensekvensene av ulikhet og dårlige levekår jeg er interessert i å undersøke.

Antall respondenter til undersøkelsen har blitt styrt av flere overveielser, som er en kombinasjon av tid og ressurser til rådighet i forskningsprosjektet og loven om fallende utbytte. Det som menes med fallende utbytte er at nye respondenter utover et visste punkt bringer inn stadig mindre ny kunnskap (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 148). En fallgrube med for mange respondenter er at jeg kan få for dårlig tid til å foreta dyptgående analyser av intervjuene. På en annen siden trenger jeg nok respondenter, slik at jeg kan sammenligne de med hverandre, og er avhengig av et bredt utvalg. Jeg satte meg derfor som et mål å komme så nærme 12 respondenter som mulig, jeg fikk 8 respondenter. Ut ifra dette har jeg fått fortolkning og forståelse, til tross for at utvalget er noe snevert. Respondentene består av begge kjønn, barnefamilier, etniske grupper og folk med ulik tilknytning til arbeidslivet.

3.3.2 Gjennomføring av intervjuene

Videre skal jeg ta for meg gjennomføringen av intervjuene. I forkant av intervjuene spurte jeg respondentene hvor de ønsket at intervjuet skulle bli holdt. Noen ville ha intervjuet på studentkontoret mitt på Universitet i Stavanger, mens flesteparten ville ha det på sitt lokale NAV kontor, siden det var nærmest.

Når jeg møtte respondentene fortalte jeg litt mer om studien og de fikk tid til å lese og signere samtykkeskjema. Etter de hadde lest samtykkeskjema gikk jeg gjennom det muntlig før de signerte. Det var flere som ville ha kopi av intervjuguide, transkripsjonen og hele studien når jeg var ferdig. Etter dette gikk jeg kjapt gjennom intervjuguiden slik at de visste hvilke temaer som ble stilt og i hvilken rekkefølge. Ettersom intervjuguiden min har mange spørsmål der noen er lukka med svaralternativer valgte jeg å gi de intervjuguide. På den måten kunne de følge hvert enkelt spørsmål og se alle svaralternativene på de lukkede spørsmålene. Jeg tok opp intervjuet på lydopptaker, slik at jeg fikk med meg alt som ble sagt, og kunne konsentrere meg og om å være aktivt lyttende. Jeg noterte likevel litt underveis for at det skulle bli en stillhet, som kan være et virkemiddel for å få respondenten til å fylle stillheten. Ved å gjøre dette fikk jeg informasjon som jeg ellers ville gått glipp av.

Jeg gjennomførte til sammen åtte intervjuer, som tok mellom 34 og 118 minutter. Før intervjuene hadde jeg forberedt meg godt, og jeg visste godt hvilke spørsmål jeg skulle stille og hvorfor jeg stilte dem. Dette gjorde det lettere for meg å få frem meningsaspektet til respondenten, slik at jeg nøyere kunne avklare hva de mente med utsagnene på et dypere nivå. Dette vil ifølge Kvale og Brinkmann gi et sikrere grunnlag for analysen (2015, s. 165). Etter hvert som jeg hadde gjennomført noen intervjuer, ble jeg mer selvsikker på meg selv som forsker og turte å gå dypere

inn i de forskjellige teamene. Jeg fikk også flere og flere oppfølgingsspørsmål jeg ville stille etter hvert som jeg begynte å se forskjellige mønstre i datamateriale. Noen av respondentene har jeg har jeg også kontaktet i etter tid av intervjuet for å stille oppfølgingsspørsmål. Når intervjuene var ferdige måtte jeg gå tilbake til mine hypoteser og fortolkninger å se om de var verifisert, falsifisert eller videreutviklet, som jeg skal gå nærmere inn på de i de siste kapitlene.

3.4 Dataanalyse

3.4.1 Transkribering

«En transkripsjon er en konkret omdanning av en muntlig samtale til en skriftlig tekst» (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 210). Totalt ble det 63 sider med transkribert tekst av de åtte intervjuene. Jeg brukte Nvivo 12 for å transkribere og kode dataene. Jeg transkriberte intervjuene fortløpende etter at de var gjennomført. På den måten ble det lettere å huske tilbake til stemning og inntrykk. Jeg valgte å skrive intervjuene på bokmål fremfor dialekt, slik at det blir mer forståelig for de som skal lese studien.

3.5 Metodekvalitet

Validitet og reliabilitet handler om at vi skal forholde oss kritiske til dataene som er samlet inn (Lewis, 2009, s. 7). Reliabilitet handler om forskningen er utført på en pålitelig og tillitsvekkende måte og validitet viser til gyldigheten av tolkningene av dataene.

3.5.1 Reliabilitet

Reliabilitet handler om at forskningen skal være utført på en pålitelig og tillitsvekkende måte. Vi må stille spørsmål om pålitelighet under hele forskningsprosjektet. Dette gjelder under intervju, i transkriberingen og i analysen av dataene. Forskeren må rett og slett reflektere over samspillet mellom forskningen og resultatene som blir presentert (Hammersley & Atkinson, 1996, s. 54). Dette innebærer at vi må gjøre forskningsprosessen og teorien gjennomiktig.

Forskningsprosessen gjøres gjennomiktig ved å gi en detaljert beskrivelse av forskningsstrategi og analysemetoder. Teoretisk gjennomiktighet gjennomføres ved å gi en detaljert beskrivelse av teoretisk ståsted som reflekterer grunnlaget for tolkningene (Silverman, 2011, s. 360). Reliabilitet er sterkt knyttet til om resultatene kan reproduseres av andre forskere på andre tidspunkt (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 276). Ved å gjøre hele forskningen gjennomiktig kan andre forskere lettere videreføre forskningen og vurdere den trinn for trinn. Dette garanterer likevel ikke at andre forskere får samme resultater siden forskningen er såpass avhengig av forskerens relasjon til respondentene, tidsepoke og undersøkelsessituasjonen.

Thagaard (2013) vektlegger at argumentasjonen for pålitelig forskningen, innebærer at forskeren må reflektere over konteksten for innsamlingen av data og relasjonen til respondentene. Forskerne må reflektere om samtalen har vært preget av åpenhet eller om informasjonen har vært begrenset og overfladisk (s. 203). I studier av sårbare grupper er tillit til forskeren er nøkkelfaktor. Ved å ha intervju som forskningsstrategi hadde jeg mulighet til å etablere tillit og nærhet til å respondentene jeg skulle undersøke. Dette var viktig for å få en sårbar gruppe til å åpne seg. Et annet element som styrer påliteligheten til dataene er hvordan de er registrert. Jeg har valgt å

bruke lydopptaker. Dette valgte jeg siden det gir en fullstendig gjengivelse av det som har blitt fortalt. Thagaard (2013) poengterer at vi da kan konsentrere oss om den sosiale interaksjonen og fokusere på deltakerens reaksjoner og kroppslige signaler (s. 112).

3.5.2 Validitet

Validitet handler om tolkningene av forskningsdataene er gyldige. I tråd med Husserl fra fenomenologien kan alle teorier være feiltolkninger av hva som får individer til å gjøre det de gjør. Vi må derfor betvile denne gyldigheten (referert i Juul, 2012, s. 69). I forhold til kritisk realisme vil de teoriene jeg belyser oppgaven min ikke være den eneste rette sannheten (Jespersen, 2004, s. 161). Det eneste jeg med rimelighet ikke kan betvile er hvordan menneskene jeg har undersøkt opplever verden

I en kvalitativ studie med få respondenter kan ikke forskningsresultatene statistisk generaliseres, men det er en mulighet for teoretisk generalisering (Jacobsen, 2015, s. 90). Min studie er for liten til teoretisk generalisering, men den er et bidrag til å forstå sammenhengen mellom ulikhet og dårlige levekår. Ut ifra forskningen og teorien til Keith Payne og ressursmodellen til Barstad, hadde jeg på forhånd en formening om hvordan virkeligheten så ut og hvordan fenomenene hang sammen (Jacobsen, 2015, s. 90). Min studie er bare et lite utsnitt av et stort forskningsfelt. Den tolkingen som har blitt utviklet her er et lite bidrag til en mer generelle teoretisk forståelse av dette sosiale fenomenet, og handler i mindre grad om enkeltstående situasjoner (Thagaard, 2013, s. 211). Thagaard understreker at det er fortolkningen som er grunnlaget for overførbarhet til andre studier (2013, s. 210). I denne studien har jeg i stor grad fokus på fortolkning, og i mindre grad hatt fokus på livsfortellingen til respondentene. Her har jeg gjennomført fortolkninger av respondentene sine emosjoner, kognisjon og handlinger. Denne studien er liten, men den kan bli utprøvd og videreutviklete i nye undersøkelser.

3.6 Forskningsetiske overveielser

Utvalget i denne studien er en sårbar gruppe, og krever særlige etiske overveielser. I studien har jeg undersøkt hvordan ulikhet og dårlige levekår har sosial-psykologiske konsekvenser. Dette kan innebære sensitive temaer for personer med lavinntekt og sosiale mangler, som gjør det ekstra viktig å følge etiske prinsipper. Her kommer jeg til å beskrive etiske aspekter i forhold til hvordan studien ble planlagt og gjennomført.

I forkant av undersøkelsen ble prosjektet godkjent av NSD (Norsk senter for forskningsdata AS) (se vedlegg 6). I meldingen ble det blant annet redegjort for problemstilling, metode, oppbevaring av data, informasjonsskriv og samtykkeskjema (se vedlegg 7).

Sentralt for denne studien er forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi (NESH, 2016, s. 4). Nedenfor skal jeg gjennomgå tre områder som tradisjonelt diskuteres når det kommer til etiske retningslinjer for forskere: informert samtykke, konfidensialitet og konsekvenser for å delta i forskningsprosjekter. Kvale og Brinkmann understreker at dette er problemområder som forskeren skal forholde seg til og reflektere over gjennom hele forskningsprosjektet (2015, s. 102). Alle deltakerne i studiet fikk et informasjonsskriv som inneholdt prosjektets formål, hva det innebar å delta, hvordan jeg som

forsker oppbevarte og brukte deltakernes opplysninger, deltakernes rettigheter og forskerens ansvar for deltakeren. Informasjonsskrivet inneholdt derfor informasjon om informert samtykke, konfidensialitet og konsekvenser for deltakelse i studien.

En forskningsetisk retningslinje er at forskning som innebærer personopplysninger må ha deltakerens informerte, frie og uttrykkelige samtykke (NESH, 2016, s. 14). Deltakerne ble informert om at det var frivillig og delta og at de kunne trekke seg til enhver tid, uten at det fikk negative konsekvenser. Uttrykkelig innebærer at deltakerne skal være innforstått med dette (NESH, 2016, s. 15). Dette er et prinsipp basert på at individet skal ha råderett over eget liv, og at den enkelte skal ha kontroll på opplysninger om seg selv som deles med andre (Thagaard, 2013, s. 26).

Neste forskningsetiske retningslinje er kravet om konfidensialitet. Dette er et løfte om at informasjonen ikke skal formidles videre på noe måte som kan identifisere deltakeren (NESH, 2016, s. 16). I masteroppgaven har alle deltakerne blitt anonymisert. Det vil si at ingen personnavn har blitt oppgitt, og ingen uttalelser har blitt gjengitt slik at det er mulig å identifisere enkeltpersoner. Alle deltakerne har fått fiktive navn. Personopplysningsloven stiller strenge krav til sikker oppbevaring av lister med navn, som gjør det mulig å identifisere enkeltpersoner (NESH, 2016, s. 18). Jeg løste dette ved at alle navn ble erstattet med et referansenummer som viste til en adskilt liste med navn, som er nedlåst mens prosjektet pågår. NESH understreker at det skal være avklart før prosjektet starter hvor lenge det er behov for å lagre materiale og om det skal tilintetgjøres ved prosjektets slutt (NESH, 2016, s. 18). Deltakerne fikk informasjon om at prosjektet skulle avsluttes 03.06.2019, og at materiale som kan bidra til indirekte identifisering av enkeltindivider slettes ved prosjektslutt.

Den tredje forskningsetiske retningslinjen går på konsekvensene det har for deltakere å delta i forskningsprosjektet og gruppen forskningen representerer. NESH vektlegger at forskeren har ansvar for å verne deltakerne mot skade og urimelige belastninger. Dette har sammenheng med verdier som går på personlig integritet, menneskeverd og medbestemmelse. Videre fremhever NESH viktigheten av å vise respekt for menneskeverdet når det kommer til valg av tema og når forskningsresultatene blir formidlet og publisert (2016, s. 12). På bakgrunn av dette har alle respondentene i studien blitt informert skriftlig via informasjonsskrivet at de har rett til å få innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert, og at de kan få en kopi av personopplysningene sine. Videre har de fått informasjon om at de kan rette opp personopplysninger om seg selv eller få de slettet. Thagaard (2013) understreker at det bør være en sammenheng mellom hva deltakeren gir av informasjon, og hva de får igjen for å være med i undersøkelsen (s. 30). Positive elementer ved å være med i undersøkelsen er at deltakere får mulighet til å representere sin gruppe og får fortelle ut ifra sitt eget ståsted. Negative konsekvenser er at de må dele sensitiv informasjon. Thagaard vektlegger at det er viktig å ha respekt for deltakerne grenser (2013, s. 119). Dette ble viktig allerede i forberedelsesfasen, da det var viktig å reflektere over mulige spørsmål som kunne ha negative konsekvenser for deltakerne, ved å unngå spørsmål som var for personlige eller

nærgående. Deltakernes mulighet for innflytelse i analysefasen er liten. Her er det viktig å vise lojalitet og respekt over informasjonen deltakerne har gitt meg.

3.6.1 Min rolle som forsker

Når det brukes intervju som metode er forskeren selv av stor betydning, og er det viktigste leddet i opplegget (Grønmo, 2004, s. 209). Utviklingen av tillit og troverdighet har mye å si for hvor åpen deltakerne var om sine erfaringer. Jeg var opptatt av å vise respekt og ydmykhet overfor respondentene, slik at jeg skape et trygt miljø rundt deltakelsen av intervjuet. Jeg var tydelig på at jeg var masterstudent og ikke hadde noe tilknytning til døråpneren NAV. De fikk både skriftlig gjennom informasjonsskrivet og muntlig beskjed av meg at deltakelse i prosjektet ikke ville påvirke deres behandling hos NAV.

4 FUNN OG RESULTATER

Her skal jeg først gi en liten introduksjon av mine åtte respondenter. Etter dette skal jeg presentere funn og resultater fra studien. Jeg kommer til å presentere de viktigste funnene som jeg videre i neste kapittel skal drøfte.

4.1 En liten introduksjon av mine åtte respondenter

William er en norsk mann på 50 år. Han er gift og har 4 barn. Han jobber fulltid som yrkessjåfør. William opplever å ha for liten inntekt i forhold til å ha 4 barn. Han har opparbeidet seg gjeld på grunn av spilleavhengighet, som har oppstått på grunn av mobbing i skole og arbeidslivet. Han har fått kontroll på gjelden sin, men prosessen er enda lang og han ser frem til å bli gjeldfri.

Belle er en dame på 45 år fra Somalia som kom til Norge i 2006. Hun er skilt og er enslig forsørger for 5 barn. Belle har alltid vært ivrig etter å komme ut i jobb, men har møtt hindringer på det norske arbeidsmarkedet, da hun ikke har fagbrev og manglende norskkunnskaper. Hun jobber i dag hver tredje helg i en barnebolig, men kunne ønske stillingen var mye større. Hun er derfor med i Kvalifiseringsprogrammet i NAV for å få ekstra støtte til å komme ut i arbeid. Dette har ført til at hun har fått mulighet til å ta fagbrev som barne- og omsorgsarbeider, og hun vil være ferdig nå i september.

Mia er en dame på 39 som kom til Norge i 2006. Hun ble skilt for 3 år siden og er enslig forsørger for 3 barn. Ekteskapet hennes tok slutt på grunn av fysisk og psykisk vold. Hun har opparbeidet seg gjeld ved å ta opp forbrukslån på grunn av for liten inntekt. Hun ønsker seg en jobb slik at hun får bedre råd og har noe som oppleves meningsfullt å gå til. For å få støtte til å komme ut på arbeidsmarkedet er hun med i Kvalifiseringsprogrammet og får KVP-lønn og supplerende sosialhjelp. Hun er i praksis på et sykehjem, der hun jobber på kjøkkenet med å lage mat og ta oppvask. Mia har vært i praksis flere ganger, uten at det har hjulpet henne til å få en jobb.

Ariel er en norsk dame på 29 år. Hun har samboer og har 2 barn. Ariel har fullført videregående skole, men er uten jobb og har et hull i CV-en på 6 år. Grunnen til dette er dårlig helse som er kommet på grunn av ryggplager. Hun ønsker å ta mer utdanning, slik at hun kan finne en jobb som ikke er så fysisk krevende for ryggen. En strukturell hindring for Ariel er at all støtte fra

NAV forsvinner hvis hun velger å ta utdanning, og må klare seg på lånekassen. Det er vanskelig med 2 små barn og husleie på 11 000 kr i måneden. Den eneste inntektskilden hennes i dag er sosialhjelp, som ikke gir rom til å spare opp penger slik at hun kunne tatt den utdannelsen hun ønsker.

Ingrid er en norsk ugift dame på 46 år som har omsorg for datteren sin 50%. Hun er utdannet hjelpepleier og jobbet som dette helt til hun ble syk. Når hun ble syk gikk hun ikke til legen, og endte opp med å miste jobben og rettighetene til sykepenger. Dette førte til at den eneste utveien var sosialhjelp. Ingrid har det vanskelig psykisk og føler ikke at sosialhjelp hjelper henne med å få styrken tilbake. På grunn av reduserte inntekter fra å være hjelpepleier til å bare ha sosialhjelp, har Ingrid følt seg tvungen til å ta opp forbrukslån. Det er også mange regninger som har gått til inkasso. Dette oppleves vanskelig for Ingrid som beskriver seg selv som plikttoppfyllende og alltid har hatt «alt på stell». Hun føler hele situasjonen er med på å dra henne ned og gjøre psyken enda verre.

Leo er en ugift mann på 38 år som jobber under et lavterskel-jobbtilbud i kommunen han bor i. Dette tilbudet er rettet mot mennesker som har falt ut av det ordinære arbeidsmarkedet og er i samarbeid med Gatemagasinet Asphalt. Leo sier at denne jobben har reddet han, men at det er dårlig betalt. Leo har store deler av livet vært rusavhengig, men har vært rusfri siden desember. Han har også opparbeidet seg gjeld på grunn av spilleavhengighet, rus og for lite inntekter i forhold til utgifter. Han ønsker å få en fulltidsjobb der han kan klare seg selv og bli kvitt gjelden sin.

Astrid er en norsk dame på 40 år. Hun har samboer og har 3 barn. Hun går i dag på Kvalifiseringsprogrammet og er praksis. Hun har opparbeidet seg gjeld på grunn av arbeidsledighet og uføre. Hun har i tillegg til dette epilepsi og dysleksi som har ført til at hun har slitt mye på skolen når hun var mindre og har mange hull i skolegangen. I dag føler hun seg motivert til til å ta mer utdanning, ettersom helsen hennes har blitt bedre og har et ønske om å bli blomsterdekoratør. Astrid er positiv og ser lyst på fremtiden.

Matteo er en norsk mann på 29 år. Han er samboer og har 3 barn. Matteo har tidligere drevet med rus på grunn av mobbing på skolen og lav selvtillit. Han drev med fagbrev i vei og anleggsarbeider, men fikk problemer med helsen, som gjorde at han måtte avslutte. Han går i dag på dagpenger, og har tatt utdanning innenfor prosjektledelse som utgjør 15 studiepoeng. Matteo har ikke billappen, dette har vært en hindring for å få jobb, noe NAV i dag hjelper han med. NAV har både støttet utdanningen og billappen økonomisk slik at han skal komme ut i arbeidsmarkedet igjen. Etter han er ferdig med å ta billappen har han en jobb som venter på han som salgsmanger.

4.2 Strukturelle forhold

Det første jeg skal gå igjennom er strukturelle hindringer. Respondenter opplever strukturelle hindringer av forskjellige grunner. Det handler i stor grad om arbeidsmarkedet, for liten økonomi og dårlig helse. Noen får ikke kommet ut i arbeid på grunn av dårlig helse, mens andre får ikke kommet inn på arbeidsmarkedet på grunn av hull i CV, manglende kompetanse og utenlandsk opprinnelse. For liten økonomi er en felles faktor som ofte kommer opp. Det er vanskelig å ta

utdanning og få bedre helse med liten økonomi. Tre av mine respondenter er i jobb, men det er bare en som har fulltidsjobb.

Er det noen strukturelle hindringer som gjør at du ikke får en bedre livssituasjon?

Ariel føler hun er i en ond sirkel siden hun har dårlig helse og ryggplager. Mange jobber på arbeidsmarkedet vil være utilgjengelig med dårlig rygg, og hun har funnet ut at utdanning er nødvendig. Det er bare ett problem og det er at hun mister støtten fra NAV og vil ikke klare seg økonomisk hvis hun velger å ta utdanning. Hun får heller ikke en bedre helse, siden økonomien ikke strekker til så hun får råd til det hun trenger for å rette opp i skaden i ryggen.

Det er vanskelig når jeg har barn og dårlig helse å gjøre ting for å stabilisere livet. Utdanning har jeg mulighet til, men da får jeg null i inntekt. Da må jeg ta opp egne lån og leve på lånekassen, og det har jeg ikke mulighet til med barn, husleie, strøm, dårlig helse osv. NAV vil ikke supplere noe, hvis jeg skal ta utdanning. Da blir det for liten inntekt, med den livssituasjonen jeg har nå. (Ariel)

Helsa koster penger. Hadde jeg fått mer penger dekket til helse, så hadde jeg hatt en større sjanse til å komme meg fortere ut i arbeid. Hadde jeg hatt den hjelpen jeg trenger, hadde jeg hatt et støtteapparat bak i ryggen. Hadde jeg fått den hjelpen jeg trenger psykisk og fysisk, hadde jeg hatt en fulltidsjobb. Alle ting går tilbake til den økonomiske situasjonen. (Ariel)

Problemer for både Mia og Belle og Leo er at praksisplass ikke fører til fast jobb. Både Mia og Belle er innvandrere med manglende norskkunnskaper som de mener kan være en medvirkende faktor til at de ikke får jobb etter endt praksis.

Jeg har vært i praksis flere ganger. Jeg var først i praksis på sykehjem. Etter dette var jeg i praksis i Kiwi. Når den var ferdig satt jeg 4 år uten at jeg fikk jobb, praksis eller noen ting. For 5 måneder siden startet jeg i ny praksis på et sykehjem. Jeg har aldri fått jobb etter praksisperiode. Det er vanskelig når jeg er innvandrer. Jeg er redd for å ikke få jobb etter praksis, siden jeg ikke vil sitte hjemme. Det er lettere å få jobb hvis man er norsk enn innvandrer. (Mia)

Det er mange innvandrere som er i praksis som ikke får jobb etterpå. Jeg er redd for at jeg blir en av dem (...). Jeg får ikke lært norsk hjemme. Jeg må ut i jobb for å lære meg norsk tilstrekkelig. Det var også en leder i en barnehage jeg var i som spurte meg om jeg måtte ha på hijab. Hvorfor er det viktig? Jeg har vært ute i praksis og jobbet flere ganger og de sier at jeg er flink, men jeg har ikke fått jobb på grunn av at jeg ikke har hatt fagbrev. (Belle)

NAV vil bare ha meg ut i praksisplass, det vil si og jobbe gratis. Det er ikke aktuelt, for det har jeg gjort hele livet... så det gidder jeg ikke mer. Det har jeg gjort så mange ganger og det ender bare opp med at de ikke kan ansette meg når praksisen er ferdig. Det er utnytting og det er ikke greit. (Leo)

En annen ond sirkel som Belle har fått oppleve er at det er vanskelig å få jobb uten fagbrev, men at hun ikke har god nok økonomi til å ta fagbrev før hun får jobb, siden hun har mange barn og forsørge.

Hvis man ikke har fagbrev eller utdanning så får man ikke jobb. Jeg jobber på en barnebolig med barn og ungdom som har spesielle behov. Jeg jobber lite, bare 14,8%. Mange har fagbrev der jeg jobber, og får mye høyere stillingsprosent. Jeg vil jobbe med barn, men 14,8% er veldig lite. Hvorfor er ikke jeg bra nok? Jo, fordi jeg ikke har fagbrev (...). Det og ikke ha hatt fagbrev har vært ødeleggende. Jeg har vært ute i praksis og jobbet og de sier at jeg er flink, men jeg har ikke fått jobb på grunn av at jeg ikke har hatt fagbrev. (Belle)

En strukturell hindring som hindrer meg å være i en bedre livssituasjon er jobb. Det burde vært lettere å få jobb uten fagbrev, slik at man kunne spart opp slik at man kunne tatt fagbrev etterpå når man hadde råd. Å få fagbrev og utdanning tidligere, ville gjort situasjonen lettere. Det er ikke så lett å ta utdanning, når man har så mange barn å forsørge. Det er en ond sirkel at jeg må ha fagbrev for å få jobb, og jeg må ha en jobb for å få råd til fagbrev. (Belle)

Det er ikke bare innvandrere som sliter med å få seg jobb etter endt praksis. Hull i CV-en er et problem for både Ariel og Leo. Leo har slitt med rus som har ført til hull i CV-en på syv år. Nå opplever han at det er vanskelig å få seg jobb på grunn fortiden sin og helseproblemer. Han føler dette er et stigma som hindrer han i å få jobb. Ariel har søkt masse jobber, men føler at ingen har troen på henne med så stort hull i CV-en.

Jeg har søkt masse jobber, men jeg har et hull i CV-en på syv år, og det er veldig vanskelig å forklare til folk (...). Jeg har også ødelagt ryggen. Jeg har isjias og legen tror at jeg har en prolaps nå... Så jeg får ikke de jobbene som jeg vil jobbe med heller. (Leo)

Jeg søker på masse jobber, men det er ingen som vil ansette noen med hull i CV-en. Jeg har et hull på 6 år. Det er dårlig papir. Når arbeidsgivere ser dårlig papir tenker de at hun der kommer ikke til å vare her, hun kommer ikke til å klare denne jobben. Vi bare hiven den CV-en i søpla. Jeg har ikke sjans lengre. (Ariel)

Leo klarer seg heller ikke økonomisk som har ført til gjeldsproblemer. Han har derfor ødelagt kreditten sin som gjør at han er ekskludert fra lånemarkedet. Dette hindrer han også i å kjøpe hus i fremtiden.

«Betalingsanmerkningene hindrer meg også i å få en bedre livssituasjon. Jeg har sikkert en liste så lang som en.. ja. Det hindrer meg i å få jobb og det hindrer meg i å kunne kjøpe hus i fremtiden» (Leo).

For Matteo er det helsen og økonomiske problemer som har stått i veien for en bedre livssituasjon, som også er en medvirkende faktor til at han ikke har fått seg jobb tidligere. Matteo opplever derimot mye støtte fra NAV når det kommer til lappen og utdanning. Det har ført til at han har fått et jobbtilbud som venter på han til han er ferdig med lappen.

Jeg har vært lærling på vei- og anleggsarbeider. Jeg holdt på med fagbrevet, men så røyk armene, så gikk den delen i vasken (...). Det at jeg ikke har hatt mulighet til å ta de jobbene jeg har villet på grunn av helsa, og at jeg har hatt økonomiske problemer er vel i bunn og grunn de strukturelle hindringene jeg har hatt...men det går jo rette veien (...). NAV har jo hjulpet ganske godt det siste året. De har gitt meg det jeg har spurt om. Jeg har fått tiltak på utdanning, slik at jeg har fått prosjektledelse på 15 studiepoeng. Nå dekker de bilsertifikatet for at jeg skal få den jobben jeg har fått tilbud om. Skal ikke klage sånn som situasjonen har vært nå med tanke på den biten, men på den økonomiske biten så kunne det gått vært litt mer hjelp når det har vært så stramt som det har vært. (Matteo)

For Astrid er det mangler og hull i skolegangen og dårlig helse som ført til at hun ikke har tatt en utdanning og fått seg en jobb.

Den økonomiske situasjonen er ikke akkurat den beste(...), og det er derfor jeg vil ta utdanning, slik at jeg kan ta fagprøven og får en skikkelig jobb. Jeg har aldri visst hva jeg skal bli, og jeg slet en del på skolen da jeg var mindre (...). Jeg har slitt mye på skolen når jeg var mindre på grunn av epilepsi, og jeg ble testet i voksenalder for dysleksi og sånne ting... så jeg har mange huller i skolegangen, men nå føler jeg at jeg har blitt bedre både helsemessig og det meste, så nå føler jeg det er den rette tiden å ta utdanning på. (Astrid)

For Ingrid er det psykisk helse grunnen til at hun ikke er i arbeid lengre og har havnet på økonomisk sosialhjelp. Hun føler at den psykiske helsen blir dårligere av at hun har så dårlig økonomi, og at hun kommer lengre og lengre fra arbeidslivet. Det er blant annet det at Ingrid ikke får betalt regningene sine som hun synes er spesielt vanskelig for psyken. Ingrid nevner også andre ting som er vanskelig, som dreier seg som at hun ikke får vært sosial og at hun må låne penger av venner og familien som er ødeleggende for tilværelsen hennes.

Det at jeg får så lite utbetalt holder meg nede hele veien. Jeg blir helt deprimert av dette. Det gjør så det tar lengre tid før jeg kommer ut i arbeid. Hadde jeg fått litt mer utbetalt enn det jeg har, så hadde jeg tenkt mer i de baner at jeg kunne gått ut i arbeid (...). Da hadde jeg sett mer lyst på livet (...). Så med andre ord, sånn jeg har det nå holder det meg nede. Jeg føler at jeg er under vann, og at jeg ikke kommer over vann, før jeg får litt mer (...). Jeg får ikke betalt regningene mine slik som jeg ønsker (...). Noen regninger har gått til inkasso (...). Det er vanskelig å ta det innover seg, og derfor har noen regninger havnet hos Namsmann. Det er ikke kjekt i det hele tatt. Det er med på å holde meg nede. Jeg blir deprimert av det (...). Det å få så lite går utover forholdet jeg har til venner og familie og det ødelegger tilværelsen min. (Ingrid)

4.3 Utdannelse

Her skal jeg gi et kjapt overblikk over hva slags utdanningsnivå de forskjellige har fullført og om de har ønske om å ta mer utdanning.

UTDANNINGSNIVÅ SOM ER FULLFØRT	FREKVENS
IKKE FULLFØRT GRUNNSKOLEUTDANNING	2
GRUNNSKOLEUTDANNING	1
VIDEREGÅENDE UTDANNING	4
HØYERE UTDANNING	1

Tabell 4.1 Utdanningsnivå.

HAR DU ET ØNSKE OM Å TA MER UTDANNING?	FREKVENS
JA	4
NEI	3
VET IKKE	1

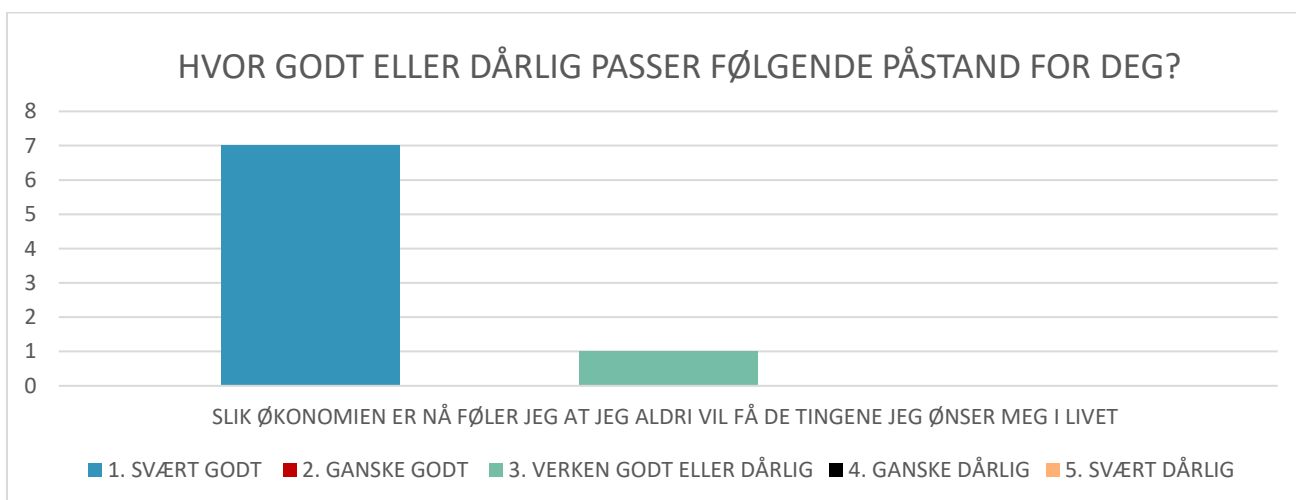
Tabell 4.2 Ønske om å ta mer utdanning.

Blant respondentene er det variert hva de har fullført av skolegang, og det er bare en som har fullført høyere utdanning. Det er tydelig at det er et ønske hos flere av respondentene å ta mer utdanning.

4.4 Drømmen om å eie egen bolig

I materialet mitt kom det frem at et felles ønske fra respondentene er å eie sin egen bolig. Per dags dato er det ingen av respondentene som eier. Alle leier privat bortsett fra en respondent som har kommunal bolig.

Respondentene fikk et spørsmål om de følte at de fikk de tingene de ønsket seg i livet. Her ble bolig et tema for mange av respondentene.



Figur 4.1. Slik økonomien er nå føler jeg at aldri vil få de tingene jeg ønsker meg i livet.

På dette spørsmålet var det flere respondenter som trakk frem at det var hus de ønsket seg mest som de ikke får på grunn av dårlig økonomi.

«Det er så mye jeg ønsker meg, men hus. Jeg kunne godt tenkt meg å kjøpe hus, men det går jo ikke... Det er egentlig det eneste jeg ønsker meg mest» (Astrid).

«Et liv... og jeg har lyst til å eie mitt eget hus eller en leilighet, men...ja» (Leo).

«Jeg kunne ønske jeg kunne kjøpt bolig, bil og blitt kvitt gjeld» (Matteo).

«Jeg har lyst til å kjøpe eget hus» (Belle).

Det er flere ulemper ved å leie som blir trukket frem av respondentene. Ariel drømmer om å eie eget hus når hun får fulltidsjobb, slik at hun slipper å betale ned på andres lån. William trekker frem at leie er dyrere enn å eie selv.

«Hadde jeg hatt en fulltidsjobb. Da hadde jeg kunne tjent mine egne penger, vi hadde hatt to biler og kjøpt vårt eget hus. Istedenfor å leie og hadde vi sluppet å betale ned på lånet til noen andre» (Ariel).

«I forhold til å eie noe så er det jo dyrt. Det blir jo en del sum i løpet av året» (William).

4.5 Strategier knyttet til knapp økonomi

Her skal jeg gå igjennom hvordan økonomien til respondentene er og hvilke strategier de bruker i hverdagen når det kommer til økonomi. Til slutt skal jeg se på bekymringer knyttet til den økonomiske situasjonen.

4.5.1 Knapp økonomi

Felles for respondentene er at de opplever knapp økonomi. Det er bare en av åtte respondenter som klarer å legge til side penger til sparing, som følge av dette er det bare en respondent som klarer en uforutsett utgift på 6000kr. Dette spørsmålet henger naturlig sammen med at hele seks respondenter har ubetalte forfalte regninger og at seks respondenter har betalingsproblemer og gjeld.

KLARER DU Å LEGGE TIL SIDE PENGER SOM SPARING?	FREKVENNS
JA	1
NEI	7

Tabell 4.3 Legge til side penger som sparing.

HAR DU NOEN UBETALTE FORFALTE REGNINGER?	FREKVENNS
1. JA, MANGE	4
2. EN DEL	1
3. NOEN FÅ	1
4. INGEN	2

Tabell 4.4 Ubetalte forfalte regninger.

«Ja, mange.. en hel søppelsekk faktisk» (Leo).

«Ja, mange. Jeg har for eksempel ikke fått betalt SFO på 2 måneder, siden jeg ikke har nok penger (Mia).

HVOR SJELDEN ELLER OFTE HAR HUSHOLDES BETALINGSPROBLEMER FOREKOMMET?	FREKVENS
1. ALDRI	1
2. EN SJELDEN GANG	2
3. AV OG TIL	
4. OFTE	5
VET IKKE	

Tabell 4.5 Husholdets betalingsproblemer.

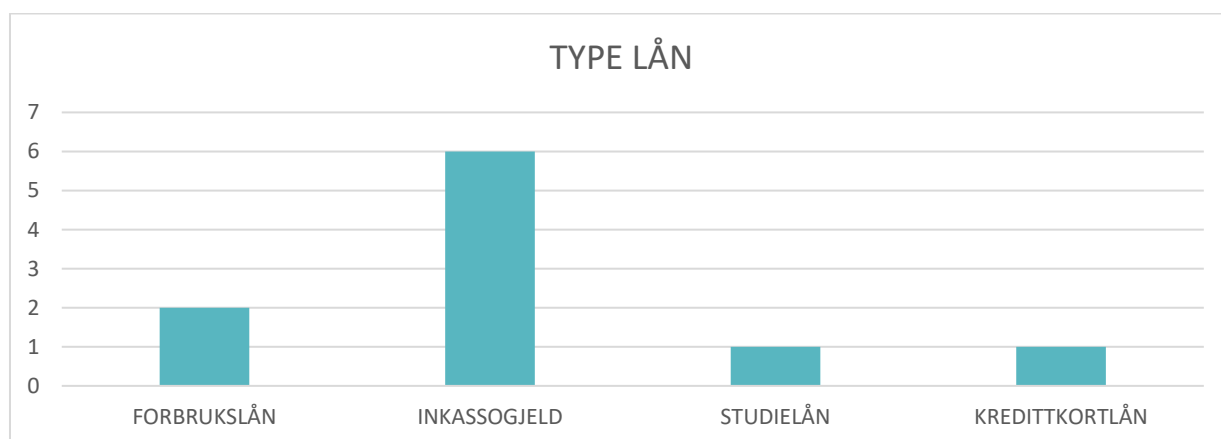
«Jeg har ikke nok inntekter til å dekke halvparten av utgiftene jeg har» (Leo).

«Betalingsproblemer forekommer ofte. Nå i mai får jeg ikke betalt husleie, siden jeg har måtte prioritere andre ting» (Belle).

«Jeg trenger masse, men har ikke råd. Problemene med å ikke ha nok penger kommer ofte» (Mia).

4.5.2 Gjeld

Ingen mulighet til å spare penger og betalingsproblemer henger sammen med hvorfor så mange av respondentene har gjeldsproblemer. Hele seks av åtte respondenter har gjeld. Nedenfor har jeg laget en oversikt over hva slags type gjeld det er.



Figur 4.2 Hvilke typer lån respondentene har.

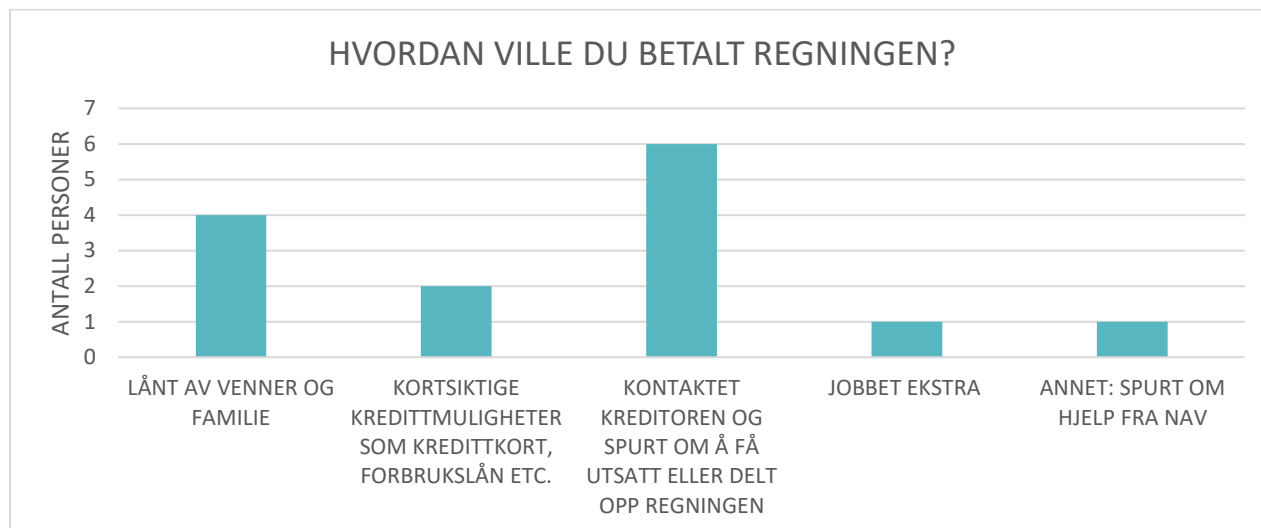
Felles for alle respondentene er at de alle har inkassogjeld. Videre er det til sammen tre av seks stykker som har forbrukslån og kredittkortlån. Dette henger nøye sammen med hvordan respondentene ville betalte en uforutsett utgift på 6000kr.

4.5.3 Å ikke klare en uforutsett utgift på 6000kr

En av åtte respondenter klarer en uforutsett utgift på 6000kr i løpet av en måned, uten å måtte ta opp ekstra lån eller motta hjelp fra andre. Den ene respondenten som sa at de hadde klart en

uforutsett utgift på 6000kr i løpet av en måned, fikk ett oppfølgings spørsmål der hun ble spurt om hun hadde klart det hvis det var 10 000kr. Hvis utgiften hadde vært så høy hadde ikke heller hun mulighet til å betale.

Videre spurte jeg hvordan de ville betalt utgiften:



Figur 4.3 Hvordan de ville betalt en uforutsett utgift på 6000kr/10 000kr.

Mange svarer at de ville delt opp regningen. I praksis betyr det for flere av respondentene at de kjøper ting på avbetaling, noe som i praksis betyr at de tyr til kortsiktige kredittmuligheter. Dette er mye dyrere enn å kunne betale summen med en gang. Begge respondentene som oppgir at de hadde tydd til kortsiktige kredittmuligheter, sa også at de ville ringt til kreditor for å få delt opp regningen.

«Når jeg skulle kjøpe en sofa for 2 år siden delte jeg opp regningen slik at jeg betaler litt hver måned. Jeg betaler 250kr i måneden for sofaen» (Mia).

«Kontaktet kreditoren og få delt den opp slik jeg kunne betalt 1000kr i måneden (...). For eksempel mobiltelefon. Da kjøper jeg den først og betaler litt hver måned» (Belle).

Mens andre respondenter har ødelagt kreditten sin som skaper mye usikkerhet, siden de ikke har mulighet til å spare.

Jeg har ødelagt kreditten min så det går ikke an å få noe kreditt eller lån. Det måtte blitt «kontakte kreditor og spurt om å få utsatt eller delt opp regningen.» Fordi at med sånne summer så hadde jeg ikke fått venner eller familie til å legge ut når de vet hvordan den økonomiske situasjonen er. (Matteo)

Jeg har betalingsanmerkninger (...). Jeg kan ikke kjøpe meg en komfyr og betale litt i måneden, slik jeg har gjort før. Hvis jeg skal betale noe hos Elkjøp eller Lefdal må jeg betale hele summen der og da. Hva skal jeg gjøre hvis vaskemaskinen ryker? Det skaper mye usikkerhet (...). Det holder meg nede hele veien. Bruker mye tid å tenke det (...). Jeg ville lånt av venner eller familie... Men jeg har allerede lånt av venner og familie, så jeg bør ikke låne mer enn det jeg har gjort. (Ingrid)

Vi har hittil sett at at det er tre respondenter som har tatt opp kredittlån og forbrukslån og at det er to respondenter som ville tatt opp kortsiktige kredittmuligheter for å betale en regning på 6000kr/10 000kr, som er tegn på kortsiktig tenkning siden det er dyrere i lengden. Videre skal jeg gjennomgå forbrukeratferd der jeg skal legge vekt på om respondentene tenker langsiktig eller kortsiktig. Jeg skal se hvordan respondentene forholder seg til impuls kjøp og hvor nøye de er på å sjekke prisen.

Når det kommer til impuls kjøp er svarene variert:

TYR DU OFTE TIL IMPULSKJØP?	FREKVENS
1. ALLTID	
2. SOM OFTEST	1
3. NOEN GANGER	2
4. SJELDEN	3
5. ALDRI	2

Tabell 4.6 Impulsiv atferd.

For de respondentene som tyr til impulsiv atferd gjelder dette i hovedsak for mat og klær og ikke store ting, men for én av respondentene har det ikke alltid vært sånn. Både store og små impuls kjøp er tegn på kortsiktig atferd, der de ikke tenker langsiktig.

Noen ganger. Jeg kjøpte klær til barna mine for 2 uker siden, så kom jeg hjem og så på bankkontoen min, og fikk veldig vondt i magen, siden jeg hadde så lite penger. Da måtte jeg gå tilbake med klærne. (Mia)

Jeg gjør det på mat noen ganger. Da kan jeg gjerne kjøpe en biff på en tirsdag, og spise den samme dag. Men da blir det på bekostning av at det blir en billig middag i helgen. Jeg kan være litt sporadisk på maten og ty til impuls på sjokolade og sånne ting for eksempel, men jeg kjøper aldri store ting. Jeg tyr ikke til impuls på Ekspert eller kjøper meg dyre klær eller noen sånne ting. (Ariel)

Ikke nå lengre, men jeg gjorde. Men fruen er ganske streng, og det er ho som har lært meg å bli flinkere med pengene. Så jeg vil si «sjelden», det forekommer jo at man kjøper seg en Monster eller en iskaffe eller sånne ting når man ikke har råd, men ikke disse store tingene som det en gang var (...) Det har ikke alltid vært gode avgjørelser. (Matteo)

Andre motstår å ty til impuls kjøp siden de må tenke økonomisk og er tegn på mer langsiktig tenkning.

Aldri. Jeg må tenke på hva jeg skal ha. Jeg kan ikke kjøpe, kjøpe og kjøpe. Jeg må planlegge. Hvis gryta mi blir ødelagt, drar jeg bare å kjøpe en ny gryte. Jeg kan ikke kjøpe en kåpe eller en flaske ved siden av fordi jeg har lyst på det. Jeg må tenke økonomisk. (Belle)

«Jeg vil si «sjelden», og det er på grunn av at jeg ikke har så god råd» (Ingrid).

Når det kommer til å sjekke prisen nøye er det mer enstemmig. Her svarer alle «alltid» eller «som oftest».

SJEKKER DU PRISEN NØYE FØR DU KJØPER NOE?	FREKVENS
1. ALLTID	6
2. SOM OFTEST	2
3. NOEN GANGER	
4. SJELDEN	
5. ALDRI	

Tabell 4.7 Hvor ofte respondentene sjekker prisen

Alle respondentene sier at de sjekker prisen nøye før de kjøper noe, og at det handler om å tenke økonomisk. Dette er tegn på langsiktig tenkning.

«Alltid. Jeg ser alltid på prisen» (Mia).

«Som oftest. Jeg ser ofte hvor jeg kan få det rimeligst hen» (William).

Jeg kjøper aldri på første og beste plass. Hvis jeg finner noe jeg har lyst på, så ser jeg på nett hvor jeg kan finne den billigere. Du har jo alle disse fantastiske tilbudsappene for matvarer, klær og byggevarer så sjekker alltid flere plasser før jeg kjøper en ting. Så jeg sjekker prisen som oftest. (Matteo)

4.5.4 Bekymringer, usikkerhet og utrygghet på grunn av økonomi
Videre skal jeg på se på bekymringer og utrygghet knyttet til økonomi.

Er du bekymret for fremtiden når det gjelder økonomi?

Det respondentene trekker frem er at de har dårlig økonomi som fører til at de ikke kommer til å få midler til å gjøre ting som andre kan, og at de er urolige og bekymret og kverner mye rundt økonomien.

«Jeg er bekymret for fremtiden når det gjelder økonomi. Jeg er urolig. Økonomien er vanskelig» (Mia).

Jeg tenker mye på fremtiden, og må tenke masse på økonomien, og spesielt siden jeg har barn. Jeg tenker spesielt mye på at KVP snart er over, og om jeg kommer til å få jobb etter at praksisen i barnehagen er over. Jeg vil ikke gå over til sosialhjelp igjen. Det er ingen lys fremtid. Tenk å se tilbake på et liv, der det bare har bestått av sosialhjelp og ikke jobb. (Belle)

Respondentene opplever at dårlig økonomi fører til mye usikkerhet og utrygghet. Felles for respondentene er at de må tenke på situasjonen her og nå, siden situasjonen er så ustabil. Enkelte nevner også at de ikke har mulighet til å tenke på fremtiden siden de alltid må tenke her og nå.

Ingrid tenker mye på at pengene hun får av NAV. Ingrid sin inntekt er så liten at hun ikke får betalt alle regningene sine, slik at mange regninger har gått til inkasso. Hun er helt avhengig av å

få pengene fra NAV til rett tid for at livet skal gå rundt, som viser seg å gi mye usikkerhet siden pengene ikke kommer da de skal.

Det med lite inntekt...det påvirker så mye. Jeg tenker hele tiden på når jeg skal få penger fra NAV, får jeg det til rett tid nå(...). Jeg kan ikke stole på når jeg får den utbetalingen jeg har rett på. Det er mye usikkerhet. For eksempel på fredag, da var jeg lovet et beløp fra NAV. Jeg så frem til den utbetalingen siden det var helg. Jeg fikk ikke den utbetalingen før mandag. Det har skjedd gang på gang på gang (...). Så hele tiden lever jeg i uvisshet. Får jeg det den dag, eller den dagen. Det er også sånn at når jeg ringer inn på kontaktsenteret på NAV, så er det sånn at de skal ringe innen to virkedager. Det har skjedd mange ganger at saksbehandleren ikke har ringt meg innen to virkedager. Her har det vært snakk om alvorlige ting, som at jeg skal i kontakt med Fylkesmann. Jeg har nesten ikke krefter, siden jeg er helt tappet for krefter. For det første er jeg sykemeldt i bunn og grunn. Det er så mye som river meg ned her. Jeg må kjempe hele tiden (Ingrid).

Det gir mye usikkerhet og i hvert fall at vi ikke får penger før helgen, da må vi gå tre dager uten penger(...). Nei, det er så lite oversiktlig, og så mye rot, som fører til mye usikkerhet. Jeg må tenke så mye på hvordan det blir i de nærmeste dagene. Jeg får ikke mulighet til å tenke i lang tid fremover. Det er så trist det skal være sånn. (Ingrid)

Slik situasjonen til Ingrid er nå får hun ikke tatt hensyn til dårlig psykisk helse og hun må alltid tenke i nuet her og nå, og får ikke mulighet til å tenke langt frem i tid slik at hun kunne fått planlagt fremtiden sin. En annen respondent som har knapp økonomi er Ariel og her skal det heller ikke mye til før budsjettet sprekker som gjør at Ariel også må tenke mye her og nå.

Jeg går i en ond sirkel med lege, helsetjenester og NAV. Jeg er strukturert, men må gå til NAV og mase hele tiden. Hvis jeg har betalt en regning og skal få betalt halve regningen fra NAV, så må det skje med en gang. Hvis ikke de overfører innen tiden, så ryker hele budsjettet. (Ariel)

For Belle handler usikkerheten om at hun økonomien blir mye dårligere hvis hun ikke får jobb etter at praksisperioden er over.

Matteo, Belle og Astrid får mye tankekjør rundt økonomi. Belle må i likhet med Ingrid ta en dag om gangen, som hindrer de å kunne tenke langsiktig når det er så stor usikkerhet og mange bekymringer.

Dårlig økonomi sliter jo på alt... altså du blir jo utrygg, du går jo og kverner dag inn og dag ut og lurere på hvordan du skal få ting til å gå rundt og hvordan man skal klare å få mat på bordet. (Matteo)

«Det har med økonomien å gjøre. Det er liksom de tankene som kommer rundt økonomien... man mister litt motet. Jeg får mye tanker om økonomi, som gjør at jeg ikke får tenkt på andre ting» (Astrid).

Jeg må tenke mye frem og tilbake og hjernen får ikke slappet av. Hjernene mine er konstant skrudd på og kverner (...). Når KVP-lønnen går ut, kommer det til å bli vanskelig økonomisk. Jeg er bekymret, og må hele tiden tenke på morgendagen og ta en dag av gangen. (Belle)

4.6 Betydningen av velferdsytelser

Ett mønster som går igjen i datamateriale er at flere av respondentene primært trenger litt større økonomi. Liten økonomi hindrer flere av respondentene til å komme ut i arbeid, ta utdanning eller å bli friske.

Jeg føler at satsene som ligger på NAV, ikke tar hensyn til hvordan økonomien er i Norge dag. I forhold til hva det koster å leve kontra hva du får i hjelp. De sier at du skal få så du klarer deg, men når du ligger tre, fire, fem tusen i minus hver måned, så har du ikke så du klarer deg. Så det sliter jo på...det gjør det, du er trøtt og sliten og drittlei alt (...). En økonomisk kræsje det kan skje. Staten kunne vært mer på ballen for at folk skulle ha klart seg bedre. Staten burde hatt litt mer samsvar med hvordan dagens økonomi er i forhold til dagens støtte. (Matteo)

Jeg husker det var en gang i fjor, så fikk jeg helt uventet to utbetalinger. Først fikk jeg den ene, også helt uventet fikk jeg en utbetaling til en eller to dager etterpå. Det var visst noe jeg hadde rett på, men det kom helt uventet. Da jeg oppdaget at jeg hadde fått en utbetaling til, da tenkte jeg herlighet, nå fikk jeg litt mer penger. Det lettet hele kroppen (...) og jeg så lyst på livet. (Ingrid)

Det å få litt mer med andre ord, det hadde hjulpet mye på veldig mange ting. Det hadde det. Det å få så lite går utover forholdet jeg har til venner og familie og det ødelegger tilværelsen min (...). Når det er sånn som dette ser jeg mørkere på mange ting. Det har jeg sagt til saksbehandleren min også at det hadde hjulpet mye å bare fått litt til. Jeg hadde kommet fortere i jobb. NAV er med på å holde meg nede hele veien (...). Jeg føler at jeg er under vann, og at jeg ikke kommer over vann, før jeg får litt mer. Jeg har snakket med NAV om dette, og de sier at jeg ikke skal betale visse regninger, og det vanskelig for meg, siden jeg alltid har vært pliktoppfyllende, og det har jeg vært i alle år. Og det har skjedd at regninger har gått til inkasso og Namsmann helt imot min vilje. Det å tenke på at jeg har betalingsanmerkninger. Det holder meg så nede. Siden jeg har betalingsanmerkninger så er det ting som hemmer meg i fremtiden. (Ingrid)

Respondentene uttrykker at det ikke er lett å være avhengig av staten for å få hverdagen til å gå akkurat rundt. Respondenter kommer i unødvendige kriser som kunne vært unngått hvis ytelsene hadde vært i litt større skala.

4.7 Barnefattigdom, velvære og ulikhet

Når foreldrene har liten økonomi går det utover barna. Noen barn må gå sultne på skolen, mens andre har ikke råd til aktiviteter og penger til bursdagsgave til selskaper som barna skal i. Det

også flere som ikke har råd til å reise på ferie med barna sine. Noen av barna til respondentene begynner også å skjønne at de er fattige og bekymrer seg for økonomien til foreldrene.

Det er flere av foreldrene som opplever at pengene ikke strekker til fritidsaktiviteter og selskaper som barna skal i/eller gjerne skulle gått i.

Jeg må gå sulten siden jeg ikke får så mye penger. For eksempel en fredag for ikke så lenge siden skulle to av barna i selskap, og jeg hadde bare 7 kroner og en 50-lapp. Hvor skal jeg finne noe til syv kroner og en 50-lapp? Situasjonen gjør det vanskelig. (Belle)

«Sønnen vår kan ikke gå på sportslige ting utenfor lokal samfunnet, på grunn av at vi ikke kan kjøre igjennom når det er bompenger» (Ariel).

Flere foreldre er også bekymret for at barna ikke får spist sunt eller at de må gå sultne.

Jeg kunne ønske at skolen hadde uniform slik at det ikke vært så mye press med å kjøpe klær. Jeg kunne også ønske at det også var gratis mat i skolen, slik at barna mine slapp å gå sultne på skolen. (Belle)

Jeg har en sønn med diabetes, som koster mye penger, siden han trenger et variert og sunt kosthold. Noen ganger når jeg drar til butikken har jeg ikke råd til annet enn brød, og kan ikke kjøpe frukt, grønnsaker eller noe annet. (Belle)

Jeg tenker mye på at jeg må passe på at dattera mi får nok mat og drikke. Jeg har ikke nok penger til frukt og grønt. Jeg og dattera mi går forbi frukt- og grønt avdelingen, og kan ikke ta med frukt og grønnsaker. Det hindrer oss i å leve sunt. Jeg tenker veldig mye på at dattera mi skal få det hun trenger. (Ingrid)

Foreldre sliter også med å betale for materielle ting og klær som barna trenger.

Det er mye å betale til bursdager, aktiviteter og sånne ting...klær koster mye. Hvis klærne blir for små, og de vil ha større klær, må jeg si at jeg ikke har penger til mine egne barn. Når sønnen min på barneskolen viser at buksene eller genserne er for små, sier jeg har han må dra de ned, så de ikke ser for små ut. (Belle)

«Jeg har en datter på snart 12 år, og hun krever forskjellige ting i den alderen. Så nå er for eksempel Ipaden hennes ødelagt, og jeg har ikke penger til å kjøpe ny» (Ingrid).

Barna til noen av respondentene begynner også å skjønne at de er fattige og lurer på hvorfor de ikke kan gjøre ting som andre kan, og barna begynner å bekymre seg for at familien ikke har penger.

Nå har jeg jo levd med dårlig økonomi i så mange år...så for min del så har det blitt en vanesak (...). Jeg er vant til å leve stramt, men jeg ser på den eldste jentungen, at ho begynner å slite litt med det at vi har så lite penger. Liksom hun bekymrer seg mye og lurer på om vi er fattige og hvorfor hun ikke kan gjøre ting som vennene hennes gjør. Hun begynner å merke at det tærer på. Det er mye derfor enn har begynt å jobbe så hardt for å

få til noe å komme frempå, og starte på en eventuell utdanning og få til noe i fremtiden. Men...det er noe en skulle gjort for mange år siden. (Matteo)

«Jeg sitter og ser på at barna bekymrer seg for penger og det skal ikke være sånn» (Matteo).

«Han er bare 8 år, men han begynner å forstå mer og mer. Han begynner å forstå at mamma ikke har penger» (Ariel).

Er din økonomiske situasjon så anstrengt at du ikke har råd til å reise på ferie med barna?

«Jeg skal ikke på ferie, men barna skal på ferie med mor. Jeg blir hjemme på grunn av at jeg på gjeldsordning, og må tenke på økonomi» (William).

Nå er jeg egentlig ganske heldig, siden foreldrene mine har både hytte og campingvogn...Så akkurat det er ikke det største problemet. Vi pleier ikke å reise så mye til å utlandet og sånt noe, men vi har venner rundt om i Norge vi besøker, så det bekymrer meg ikke så mye. (Astrid)

«Ja, jeg har ikke kunnet reise på ferie med barna på 12 år... Det er vanskelig» (Mia).

«Ja, vi kan ikke reise på ferie...det har alltid vært sånn for barna. Jeg kan ikke huske at jeg har hatt økonomi til å gjøre noe... veldig noen gang» (Matteo).

«Ja, jeg har ikke råd til å reise på ferie med barna. Det er trist» (Belle).

Familien har hytte og der dro vi hvert år før (...). Den står tom nå, og det har den gjort lenge, siden jeg ikke har hatt råd til å reise på ferie med dattera mi. Ingenting. I fjor dro vi ikke en plass, sånn blir det i år og. Jeg har ikke råd til ferie i det hele tatt. (Ingrid)

De fleste sier at barna har et godt oppvekstmiljø og begrunner det med at de bor på en plass som gir rom for gode oppvekstforhold, at barna trives på skolen og har venner. De legger også vekt på at de har mennesker rundt som hjelper til med barna og det er barna som blir prioritert først.

Har barna dine et godt oppvekstmiljø?

«Ja, det vil jeg si. Det er sunt og fornuftig, og det er en fornuftig plass vi bor» (Ariel).

«Jeg vil påstå det. Vi vet hvem de er med på fritiden» (William).

«Ja, barna går på skole og SFO, og de trives. De er veldig glade i skolen» (Belle).

«Ja, det vil jeg si. Vi har snille venner rundt oss som hjelper på» (Astrid).

Ja, de har jo det. Det er jo de som blir prioritert i alt. De få kronene vi får igjen etter regninger og mat og alt sånne ting, så er det jo ungene som blir prioritert. Da går det til ting de trenger som klær og eventuelt aktiviteter etter skolen og disse tingene. Så det blir lite på oss selv som foreldre. (Matteo)

«Nei, det er mye de trenger som de ikke har. Det er problematisk når jeg ikke har nok penger. Det er spesielt han som er tenåring som koster mye penger, som ikke får det han trenger» (Mia).

Flere av respondentene synes det er viktig å prioritere barna før seg selv. De blir heller hjemme selv og lar barna være med på sosiale ting og prioriterer aktiviteter og klær til barna fremfor seg selv.

Jeg prioriterer at familien skal få være med på sosiale ting, også blir jeg hjemme. Jeg er litt kjipere med meg selv og prioriterer familien isteden(...). I det generelle er jeg litt kjipere med meg selv, også får heller familien mer, slik at de får vært med på sosiale ting. (William)

«Jeg skal ikke på ferie, men barna skal på ferie med mor. Jeg blir hjemme på grunn av at jeg på gjeldsordning, og må tenke på økonomi» (William).

De få kronene vi får igjen etter regninger og mat og alt sånne ting, så er det jo ungene som blir prioritert. Da går det til ting de trenger som klær og eventuelt aktiviteter etter skolen og disse tingene. Så det blir lite på oss selv som foreldre. (Matteo)

4.8 Sosial status og plassering i samfunnet

Videre skal jeg ta for meg følelsen av å være fattig, hvilken sosial klasse de tilhører og hvor fornøyd eller misfornøyd de med sin egen sosiale status og plassering.

Alle åtte respondentene svarte ja på spørsmålet om de føler seg fattig. Selv om de føler at de er fattig når det kommer til økonomi er det et par respondenter som føler seg rik på venner og familie, som veier litt opp for å føle seg fattig.

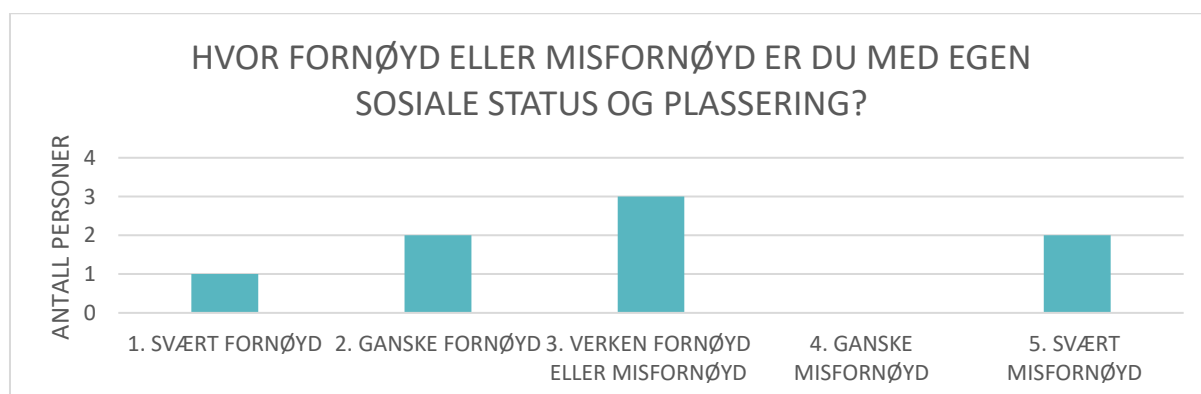
«I lomdeboka føler jeg meg fattig, men jeg er rik på familie» (William).

«Ja, når det kommer til økonomi så gjør jeg det, men med tanke på familieliv og relasjoner og sånt så gjør jeg ikke det» (Matteo).

Astrid derimot føler at det er gjelda som gjør at hun føler seg fattig og ikke økonomien generelt.

«Når det gjelder gjelda så gjør jeg det, men sann i det daglige gjør jeg ikke det» (Astrid).

Alle respondentene bortsett fra én sa at de tilhørte arbeiderklassen/underklassen når jeg stilte de spørsmålet om hvilken sosial klasse de tilhørte. Den siste respondenten svarte middelklassen som kan være knyttet til at hun har jobbet hele livet, frem til hun kom skjevt ut og havnet på sosialhjelp. Videre spurte jeg for fornøyd eller misfornøyd de var med sin egne status og plassering.



Figur 4.4 Sosial status og plassering.

Datamateriale her er ganske delt. Det er to som er svært misfornøyd, mens tre stykker er fornøyde og de siste tre er hverken fornøyde eller misfornøyde.

4.9 Sosiale sammenligninger

Hittil har vi tatt opp hvilken sosial status og plassering respondentene har i samfunnet. Videre skal hvordan respondentene blir påvirket av sosiale sammenligninger, er opptatt av hvordan andre oppfatter dem og om de er opptatt av å kjøpe ting som andre har.

FØLER DU STOR LYKKE VED Å KJØPE STORE TING SOM ANDRE HAR?	FREKVENS
1. HØY GRAD	1
2. I NOEN GRAD	1
3. I LITEN GRAD	1
4. OVERHODET IKKE	5

Tabell 4.8 Lykke ved å kjøpe ting som andre har.

Når det kommer til å kjøpe ting som andre har, sier det store flertallet «overhodet ikke». Mia er en av de som gjør det i noen grad, men det er først og fremst for barna sin del.

«I noen grad, men det handler om barna. Jeg gjør det for å gjøre dem glad» (Mia).

KJØPER DU VARER PÅ GRUNN AV AT ANDRE HAR DET?	FREKVENS
1. ALDRI	6
2. EN SJELDEN GANG	1
3. AV OG TIL	1
4. OFTE	

Tabell 4.9 Kjøpatferd på grunn av sosiale sammenligninger.

«Aldri. Jeg kjøper ting hvis jeg har lyst på det og jeg har råd. Jeg kjøper ikke ting for at andre har det. Det er ikke nødvendig og jeg har ikke mulighet til det» (Ariel).

«En sjelden gang, men det er hvis barna trenger det. Jeg vil kjøpe det andre har, men har ikke nok økonomi til det» (Mia)

Både for Ariel og Mia handler det mer om økonomi, enn at de ikke har lyst til å kjøpe ting som andre har.

KJØPER DU PRODUKTER ELER VARER FOR Å BEDRE HVORDAN DU FØLER DET?	FREKVENS
1. ALDRI	6
2. EN SJELDEN GANG	
3. AV OG TIL	2
4. OFTE	

Tabell 4.10 Kjøp av produkter for å bedre hvordan respondenten føler det.

To av respondentene svarte at de gjorde det av og til og sa at det var klær de kjøpte.

«Av og til. Jeg kjøper klær og sko. Jeg har ikke bil og ikke hus, og det gjør meg lei meg» (Mia).

«Av og til. Jeg kjøper klær» (Ingrid).

KJØPER DU TING FOR Å BEDRE HVORDAN DU BLIR OPPFATTET?	FREKVENNS
NEI	8
JA	

Tabell 4.11 Kjøpatferd for bedre hvordan personen blir oppfattet.

Kjøper du ting for å bedre hvordan du blir oppfattet?

Ingen kjøper ting for å bedre hvordan de blir oppfattet. De som har utdypet svaret sitt, sier at de ikke har råd til å kjøpe ting de har lyst på og derfor kjøper de ikke ting for å bedre hvordan de blir oppfattet. Så her også bunner svaret i økonomi. De har rett og slett ikke penger til å kjøpe ting for å heve sin sosiale status.

«Nei, jeg gjør ikke det. Kjøper det jeg trenger. Jeg kan aldri kjøpe det jeg har lyst på. Jeg tenker mer på barna, pengene går til dem» (Ariel).

«Nei, og grunnen til det er at jeg ikke har råd til å gjøre det og litt at jeg ikke tenker så mye på det» (Leo).

Når det kommer til hvordan barna blir oppfattet, så er det viktigere for enkelte foreldre, mens andre kjøper det de trenger og ikke mer enn det. For foreldrene som sier at de kjøper ting for å bedre hvordan barna blir oppfattet handler det mye om at barna selv er opptatt å ta seg godt ut.

Kjøper du ting for å bedre hvordan barna blir oppfattet?

«Ja, de får jo alltid litt mer, men det er for deres egen del...akkurat hva andre folk synes betyr ikke så mye for min del, men for barna betyr det jo litt. Det er dessverre sånn når de er små» (Matteo).

«Kanskje litt. Jeg prøver så godt jeg kan å kjøpe det som hun trenger mest. Slik at hun får hengt med på det andre har...I hvert fall sånn nogen lunde» (Ingrid).

«Ja, noen ganger, men det er når det kommer til barna, ikke meg selv» (Mia).

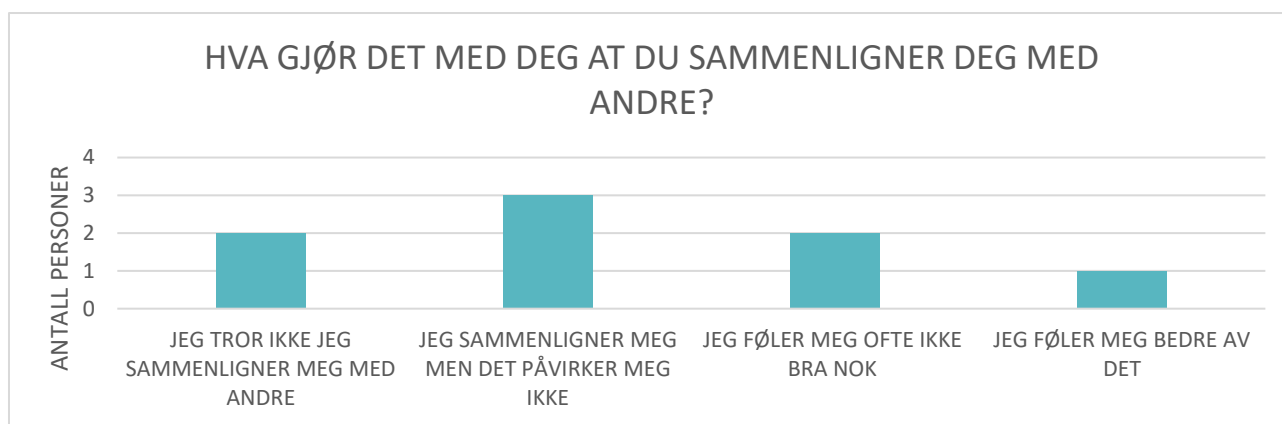
«Ja, det er viktig for barna...De eldre barna liker å se fine ut» (Belle).

«De får det de trenger. De får ikke noe mer enn det. De får ikke moteklær» (William).

«Nei, jeg er ikke så veldig opptatt av det. Jeg kjøper ting til ungene hvis de trenger ting» (Astrid).

Nei, de får det de trenger. Jeg kjøper det jeg synes er fint, men jeg kjøper det billig. Jeg har en sønn på 8 år, som ikke har noe problem med å gå med en bukse fra Sparkjøp. Han tenker ikke på hvor buksa kommer fra. (Ariel)

På spørsmålet «Hva gjør det med deg at du sammenligner deg med andre?». Har det vært litt forskjellig svar:



Figur 4.5 Sosiale sammenligninger .

Respondentene er ikke enstemmig på dette spørsmålet og svarene er veldig spredt. Den første tingen jeg la merke til som er veldig interessant er at en av respondentene følte seg bedre av sosiale sammenligninger til tross for lav status i samfunnet.

Jeg føler meg bedre av det, kanskje. Når jeg tenker på andre fra hjemlandet, så tenker jeg at jeg er heldig som får bo i Norge. Det er veldig bra i Norge, siden barna har en sjanse her. Jeg blir glad av at jeg får være i Norge. (Mia)

Hun ser det i et litt annet perspektiv enn en person som er født og oppvokst i Norge. Dette er et bra land å bo i forhold til mange andre land rundt om i verden.

Det er to respondenter som sier at «Jeg tror ikke jeg sammenligner meg med andre» og det er tre respondenter som sier «Jeg sammenligner meg men det påvirker meg ikke». Til sammen fem respondenter mener at de ikke sammenligner seg med andre eller at de ikke blir påvirket av det.

«Jeg tror ikke jeg sammenligner meg med andre. Jeg liker det som andre som har, men jeg må ikke ha det andre har» (Belle).

Selv om flere personer sier at de ikke sammenligner seg, eller at det ikke påvirker dem, er det tydelig at de gjør det ut ifra andre ting de sier.

Vi er jo låst og man føler seg jo ikke veldig bra heller når man vet at man ikke har råd til noen ting, man går jo og trekker seg selv ned, og tror at alle andre tror dumme ting om deg.. Som regel stemmer jo ikke det, men det er jo ditt eget hode som spiller deg et puss hele veien. Ting du sier til deg selv blir jo sannheten etter hvert. Det tærer på psykisk og fysisk... (Matteo)

Jeg kunne godt hatt den venninnegjengen på 8-10 stykker som gikk ut og hadde det gøy og reiste på ferie og alt dette her. Jeg føler jeg mangler litt. Jeg kunne godt hatt mer venninner og sånt, men jeg har ikke tid, økonomi og kapasitet, som er grunnen til at jeg har de få vennene jeg har. Det hadde vært kjekt å ha flere venner. Alle andre har det jo så kjekt. (Ariel)

«Jeg har ikke kapasitet eller økonomi til å gjøre det andre gjør» (Ariel).

Jeg skulle ønske jeg kunne gjort mye mer, men jeg kan jo ikke...Alle andre kan gjøre så mye (...). Så jeg sammenligner meg kanskje litt likevel. Jeg trodde ikke jeg sammenlignet meg med andre, men jeg gjorde visst det. (Leo)

4.9.1 Hvordan ser du på andre som har bedre livssituasjon enn deg selv?

Hvordan ser du på andre som har bedre livssituasjon enn deg selv?

«Jeg er fornøyd med det jeg har, så får de leve sitt litt liv og jeg lever mitt liv. Har de råd til mer enn meg, så får heller det være så» (William).

«Jeg bryr meg ikke så veldig. Det er bare sånn og man må bare godta det» (Ingrid).

«Jeg ser ikke på sånt noe» (Astrid).

«Jeg vet ikke helt... De er heldige. Jeg misunner de litt kanskje...» (Leo).

Jeg skal ikke lyve og si at jeg ikke blir litt misunnelig, jeg gjør jo det. Når man ser de kommer kjørende i flunka nye biler og... akkurat vært på ferie og forteller kjempehistorier, og du har sitti hjemme de 2 siste åra (...). Når vi snakker med nære og kjære, blir det jo litt at en tenker at fader kan ikke vi også ha det sånn. Det gjør det jo...(Matteo)

Jeg vil ha det samme som de som har mer enn meg, men jeg må ikke ha det. Men jeg har lyst på det andre har... Jeg klarer ikke å oppnå det samme som mange andre suksessfulle mennesker. De har fint hus, fin bil, jobb og rengjøringshjelp. Jeg skulle gjerne hatt det. (Belle)

Selv om det virker som de fleste ikke sammenligner seg med andre når de får spørsmål om det, svarer de på andre spørsmål ut ifra hvordan de har det relativt i forhold til andre.

«Jeg vil kjøpe det andre har, men har ikke nok økonomi til det» (Mia).

Alle andre får og tar, og har kapasitet til alt. De kan dra på hytta, de kan gjøre ting og kan fungere normalt i samfunnet, men folk i min klasse, og det er mange av dem, vi kan ikke leve. Vi lever fra hånd til munn og må vende på krona. For eksempel for å vite om vi har råd til den kjøttdeigen til middag i dag, eller skal vi kun spise salat, for det var det vi hadde i kjøleskapet. Vi tømmer hele huset for mat, før vi går og handler. Vi må se på priser og regne når vi er i butikken. Har vi råd til alt dette, eller har vi ikke, eller må vi legge vekk noe? Ellers blir det flaut i klassen. Slike følelser som det unner jeg ingen å gå med. Det går mange med sånne følelser i dag (...). De som har, de har mye, men de vil ha mer (...). I motsetning til dem som ikke har (...). Jeg har ikke kjøpt klær til meg selv på mange, mange år. Jeg kan ikke dra til frisøren, siden jeg ikke har råd til det. Jeg kan ikke legge sånne fancy negler, eller gjøre sånn fancy vipper, stikke noen fancy Botox i leppene. Jeg kan ikke gjøre sånne ting, ikke at jeg har lyst til det heller. Folk gjør det fordi de har pengene til det. De kan gjøre det de har lyst til. Det er så fantastisk. De kan skrive på internett og tjene masse på å skrive om fillers i leppene. Kjempe flott, men herre min hatt, så urettferdig at de skal håve inn penger på det. Alt er så kjipt for meg i forhold til dem (Ariel).

Du blir jo litt sånn at du sammenligner deg med venner og familie og sånne ting og ser på deres livssituasjon med både økonomi og hvordan de klarer å farte rundt og tar med ungene på ting... på den biten, i den forstand så sammenligner man seg jo. Du ser jo at du ikke strekker til på samme måte for sine egne. Det er jo det jeg har jobbet kraftig for å komme der. (Matteo).

Selv om Matteo sammenligner seg med andre, sier han at «jeg sammenligner meg, men det påvirker meg ikke». Han bryr seg ikke hvordan venner og familie ser på han, men han er opptatt av hvordan hans kjernefamilie ser på han.

Det er ikke sånn at det har gjort at du ikke føler deg bra nok?

Jo, jo. Jeg har jo til tider følt at jeg ikke duger altså som en far og som en forsørger, så føler jeg meg jo drit til tider når man ser at man ikke strekker til. Jeg føler at jeg ikke er bra nok, men overfor min egen familie, men ikke resten av omverden. Jeg bryr meg ikke om hvordan venner og familie ser på meg, men jeg bryr meg om hvordan min kjernefamilie ser på meg, men resten av verden kunne jeg ikke brydd meg mindre om. Så jeg vil si at det ikke påvirker meg så mye. Jeg er meg selv, og jeg gjør det jeg kan for å komme meg dit jeg vil, og ovenfor mine barn og samboer så betyr det mye mer. Jeg har kjørt mitt eget løp, det har ikke alltid fungert, men jeg har nå gjort det. Jeg begynte ikke å bry meg om hva folk syntes om meg før jeg begynte å få unger. (Matteo)

For enkelte virker det som at de sammenligner seg med andre, men at det er for vondt, så de prøver å la være. Men når de tenker på hva andre har i forhold til dem selv er det tydelig at det har stor innvirkning og at det er smertefullt. Flere personer tar avstand fra sosiale sammenligninger, status og plassering i forhold til andre, siden det ikke gjør noe godt, men bare vondt verre.

Jeg har fått en teknikk med årene at jeg ikke gidder å tenke på ting som jeg vet kan plage meg, så jeg legger det på hylla... så hvis jeg vil ha noe som plager meg kan jeg heller ta den ned, og sitte å furte å være sur. Såå...skulle jeg tenkt på at jeg har mye mindre enn alle andre, ville jeg vært ødelagt hver dag, med å tenke på ting som jeg skulle ha hatt, ting jeg skulle ha gjort, og kunne ha vært...hva, hvis, hvordan. Det gjør ingen noe godt, legg det heller vekk. (Matteo)

Jeg må alltid ty til å få hjelp rundt meg. Mens når jeg ser rundt meg føler jeg at det ikke er noen andre som må ty til hjelp, når de har to biler i garasjen sin og et hus på størrelse med et slott. Ungen har Playstation, X-box og Nintendo og alt, mens min sønn har ingenting, siden jeg ikke har råd til å kjøpe det. Så når kamerater kommer på besøk til oss, må de sitte på rommet og høre på radio. Det er ikke så stas å komme til oss. Det er ingenting jeg kan tilby (...). Når min sønn kommer hjem og sier at han hadde det og han hadde det...Så kan ikke jeg trylle (...). Han synes det er urettferdig. Og ja, alt er urettferdig, ja det er det. Men hvis jeg lar det gå for mye inn på meg, forsvinner jeg. Da blir jeg lei meg og trist. Det er ikke greit å ha det sånn. Jeg prøver og ikke tenke så mye på det. (Ariel)

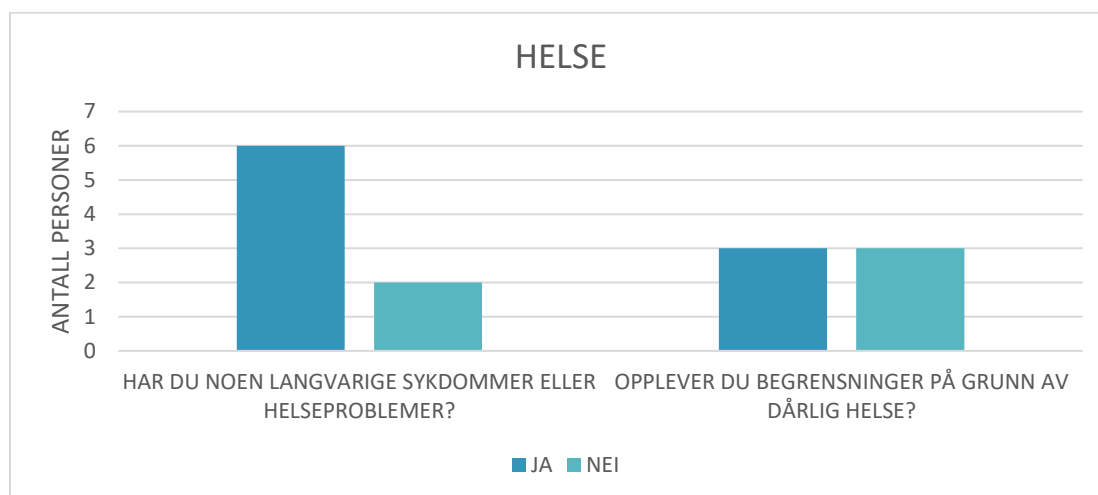
4.10 Helse

Her skal jeg gå igjennom en rekke helsefaktorer som stress, rus, trøstemat, satsing på pengespill og psykisk helse.

HVORDAN VURDERER DU DIN EGEN HELSE?	FREKVENS
1. SVÆRT GOD	2
2. GANSKE GOD	3
3. VERKEN GOD ELLER DÅRLIG	
4. GANSKE DÅRLIG	3
5. SVÆRT DÅRLIG	

Tabell 4.12 Vurdering av egen helse.

De tre som vurderer sin egen helse som «ganske dårlig» er de samme tre personene som skriver at de opplever begrensninger på grunn av dårlig helse.



Figur 4.6 Det er bare de som sier at de har langvarige sykdommer heller helseproblemer som får spørsmål om de opplever begrensninger på grunn av dårlig helse.

Det vil si at det er flere som har langvarige sykdommer eller helseproblemer, men ikke alle personene opplever begrensninger av den grunn. Det er bare de som opplever helsen som svært dårlig som opplever begrensninger.

De som opplever begrensninger på grunn av dårlig helse knytter dette til manglende mulighet til å ta de jobbene de ønsker.

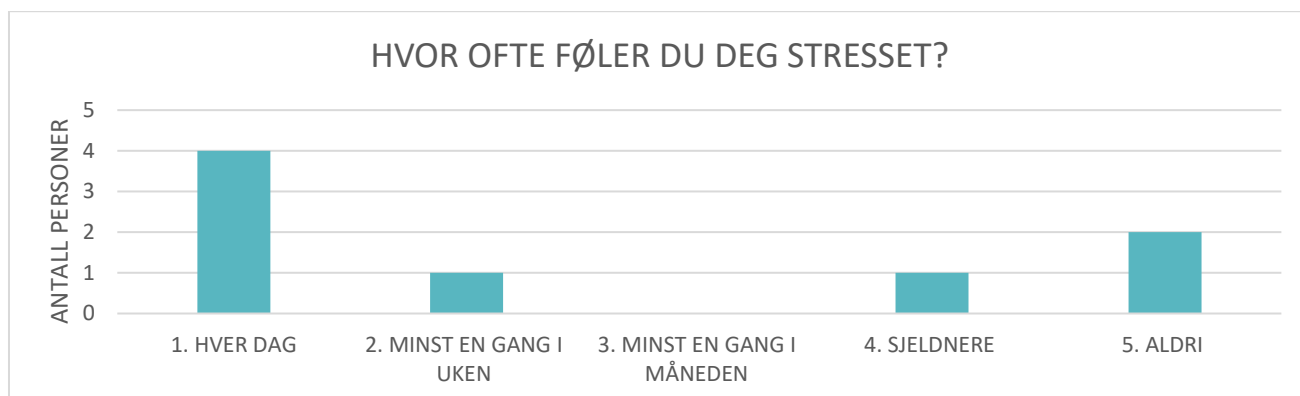
Opplever du begrensninger på grunn av dårlig helse?

«Ja, jeg har ødelagt ryggen. Jeg har isjias og de tror jeg har en prolaps nå... Så jeg får ikke de jobbene som jeg vil jobbe med» (Leo).

«Ja, hadde jeg fått mer penger dekket til helse, så hadde jeg hatt en større sjanse til å komme meg fortere ut i arbeid» (Ariel).

«Ja, jeg har ikke hatt mulighet til å ta de jobbene jeg har villet på grunn av helsa» (Matteo).

4.10.1 Stress



Figur 4.7 Hvor ofte respondentene føler seg stresset.

Stress er et sentralt aspekt ved livskvalitet. Jeg bruker den mest kjente skalaen for opplevd stress som er Cohens Perceived Stress Scale. Nedenfor kan du se hvor på skalaen respondentene ligger

STRESSNIVÅ	STRESSKÅR
LAVT STRESSNIVÅ	0
MODERAT STRESSNIVÅ	4
HØYT STRESSNIVÅ	4

Tabell 4.13 Respondentenes stress målt med Cohens Perceived Stress Scale.

Denne skalaen viser at alle respondentene opplever stress i enten moderat eller høy skala. Stress kan både være en årsak og konsekvens, siden mange forhold som lavinntektspersoner er under kan føre til stress samtidig som stress er skadelig i seg selv og har sterk sammenheng med psykiske problemer.

Hva i din livssituasjon stresser deg mest?

Det som stresser meg mest er at jeg ikke har jobb, og det fører til at jeg stresser mye med økonomi også. (...). Når jeg stresser så vil jeg spise, men jeg kan ikke. Stress gjør at jeg får en klump i magen, og jeg mister matlysten. (Belle)

Økonomi og helse (...). Økonomi føler jeg ofte at jeg ikke kan kontrollere. Det er ikke jeg som bestemmer hvor mye jeg skal få hver måned, det er NAV som bestemmer det. Alt annet har jeg stålkontroll over(...). Det er kun økonomien det går på, problemene er mynta på økonomien. Hadde økonomien vært på topp så hadde det ikke vært et eneste problem utenom helse, men da kunne helse fikses fortere. Hadde jeg bare hatt penger til det. (Ariel)

«*Mye av stresset handler om økonomi. Jeg tenker på det hver dag og på nettene*» (Ingrid).

«*Det og ikke få betalt de regningene som er viktige. Jeg får ikke betalt de jeg skylder penger privat i tide heller...*» (Leo).

«*Jeg vil ikke stresse, men det har jeg gjort i mange år. Det stresser mye at jeg må tenke mye på*

økonomi, barna og at jeg ikke har bil. Det stresser at jeg ikke har fast jobb, slik at jeg får god økonomi » (Mia).

«Økonomi og alt med sykehus med guttungen» (Matteo).

4.10.2 Rus og alkoholbruk

To av respondentene mine har tidligere drevet med rus. Grunnene til at de begynte med rus er mobbing, mangel på selvtillit, flykte fra denne verden og få kontroll på eget liv. For den ene respondenten handlet det også om å finne en gjeng som aksepterte han for den han var.

Når det kommer til rus så begynte jeg relativt tidlig. Jeg begynte å eksperimentere i 14 års alderen. Jeg hadde blitt mobbet mesteparten av oppveksten. Så traff jeg på en gruppe mennesker som aksepterte meg for hvem jeg var. Men jo mer jeg var med de jo bedre selvtillit begynte jeg å få. Så det å begynne og ruse meg i en så tidlig alder var mitt svar på å ta kontroll over mitt eget liv. Lite visste jeg at det var rusen som tok kontroll og ikke jeg. (Matteo)

«Jeg er rusfri nå, men har vært rusmisbruker i mange år av og på... det var min måte å få flykte fra den virkelige verden på» (Leo).

Når det kommer til alkohol er det ingen respondenter som drikker så mye alkohol.

I LØPET AV DE SISTE 12 MÅNEDENE, HVOR OFTE HAR DU DRUKKET NOEN FORM FOR ALKOHOL: MED FØLGENDE SVARALTERNATIVER	FREKVNES
INGEN GANGER	4
1 GANG I MND. ELLER SJELDNERE	4
2-3 GANGER I MND.	
1 GANG PER UKE	
2-3 GANGER PER UKE	
4-5 GANGER PER UKE	
6-7 GANGER PER UKE	

Tabell 4.14 Alkoholvaner.

4.10.3 Trøstemat

HVOR OFTE SPISER DU TRØSTEMAT?	FREKVNES
1. ALDRI	5
2. EN SJELDEN GANG	1
3. AV OG TIL	
4. OFTE	2

Tabell 4.15. Respondentenes svar på hvor ofte de spiser trøstemat.

To respondenter oppgir at de ofte spiser trøstemat og at det er på grunn av dårlig økonomi, ensomhet og kjedsomhet.

«Ofte. Jeg spiser trøstemat på grunn av at livssituasjonen presser meg ned psykisk» (Ingrid).

Ofte. Jeg sitter bare hjemme og da blir det at en trykker i tryne. Etter at barna har gjort

lekser og skal sove, har jeg lyst til å gå ut å gjøre noe, men vi bor så langt på landet. Man må gå ett kvarter for å komme til nærmeste buss og for å komme til nærmeste kompis må enn regne med 1,5 time i reise en vei. Da blir det til at en trykker i tryne og ser på TV heller. Så det er på grunn av følelser og kjedsomhet at jeg spiser mye. (Matteo)

4.10.4 Satsing på pengespill

Ingen av respondentene driver med spilling som er problematisk for dem i dag, men for to stykker har spilling vært problematisk tidligere. Jeg har lagt ved en tabell som viser hva de har svart.

HVOR MANGE GANGER I LØPET AV DE SISTE 12 MÅNEDENE HAR DU SATSET PÅ PENGESPILL?	FREKVENNS
IKKE SPILT SISTE 12 MND.	5
SJELDNERE ENN 1 GANG PER MND.	2
FLERE GANGER I MND.	
1 GANG I UKA	1
FLERE GANGER I UKA	

Tabell 4.16 Hyppighet av spilling de siste 12 månedene

Av de tre som har svart at de har spilt i løpet av de siste 12 månedene oppgir at det ikke fører til problemer for dem personlig eller økonomisk. To av respondentene sier at de er spilleavhengige, men bare en av de spiller fortsatt.

I1: Hva er grunnen til at du spiller?

Jeg håper at jeg vinner noe stort en gang. Jeg led av spillegalskap når jeg var yngre... så det er vel det som henger igjen. Det er den store potten som frister, hadde jeg blitt kvitt gjelda hadde jeg fått meg et liv. (Leo)

«Det hadde vært gøy å vinne og bli gjeldfri. Vinner ikke hvis vi ikke prøver, men oddsen er jo veldig imot» (Matteo).

I1: Kan du si noe om hva som er grunnen til at du havnet i spilleavhengighet?

«Hvorfor jeg havnet i spilleavhengighet det vil jeg si henger mye sammen med mobbing på skole og i arbeidslivet.» (William)

4.10.5 Psykisk helse

På psykisk helseskalaen⁵ jeg har brukt er det tre stykker som kommer så dårlig ut, som medfører at de er sannsynlig at de har mye psykiske helseplager⁶. Flere respondenter knytter dårlig psykisk helse til økonomiske problemer.

⁵ Skalaen utdypes i metodekapittel og den finnes som vedlegg 3

⁶ Jeg vil understreke at jeg ikke er i en posisjon der jeg kan gi noen en diagnose.

HVOR MANGE HAR MYE PSYKISKE HELSEPLAGER?	FREKVENNS
HAR MYE PSYKISKE HELSEPLAGER	3
HAR IKKE MYE PSYKISKE HELSEPLAGER	5

Tabell 4.17 Psykiske helseplager

Alt i alt vil ikke jeg anbefale denne livssituasjonen til noen, for det går på psyken. Man blir til slutt veldig, veldig lei seg (...). Livet blir bare verre jo dårligere økonomi man har. Til slutt sitter jeg her tannløs og hårløs med mange, mange problemer, hvis ikke ting blir bedre...Og det blir aldri bedre, man går ikke oppover, man går bare nedover. Til slutt kommer du ikke lengre ned, men du fortsetter og begynner å grave din egen vollgrav. Jeg ser ikke lyset i tunnelen, det har jeg ikke sett på mange år. (Ariel)

Jeg må tenke masse på økonomien. Det fører til psykiske problemer. Det er også ekstra vanskelig når jeg har små barn (...). Det gir problemer psykisk at jeg ikke har nok penger til å klare meg selv, og må sitte hjemme, istedenfor å jobbe. (Belle)

4.10.5.1 Depresjon

Her skal jeg gå igjennom hvor mange av respondentene som kvalifiserer til å ha ha minst ett tilfelle av alvorlig depresjon⁷.

KVALIFISERER TIL Å HA HATT MINST EN EPISODE MED ALVORLIG DEPRESJON	FREKVENNS
JA	4
NEI	4

Tabell 4.18 En episode med alvorlig depresjon.

Det er fire stykker som kvalifiserer til å ha hatt minst en episode med alvorlig depresjon. To av de som har mye psykiske helseplager har også hatt en alvorlig episode med depresjon. Det vil si at det totalt er seks av åtte respondenter som det er sannsynlig at enten lider av mye psykiske helseplager, hatt en alvorlig episode med depresjon eller begge deler.

Det at jeg får så lite utbetalt holder meg nede hele veien. Jeg blir helt deprimert av dette. Det gjør så det tar lengre tid før jeg kommer ut i arbeid. Hadde jeg fått litt mer utbetalt enn det jeg har, så hadde jeg tenkt mer i de baner at jeg kunne gått ut i arbeid (...). Da hadde jeg sett mer lyst på livet (...). (Ingrid)

4.10.5.2 God selvfølelse

Her skal se på respondentenes selvfølelse⁸. Det som er spennende her er at lavinntektspersoner ofte enn andre blir utsatt for negative sosiale sammenligninger siden de har lavere status, men de har likevel god selvfølelse. Alle respondentene skårer enten normalt eller høy selvfølelse.

⁷ Måleverktøy for depresjon har jeg utdypet i metodekapittelet.

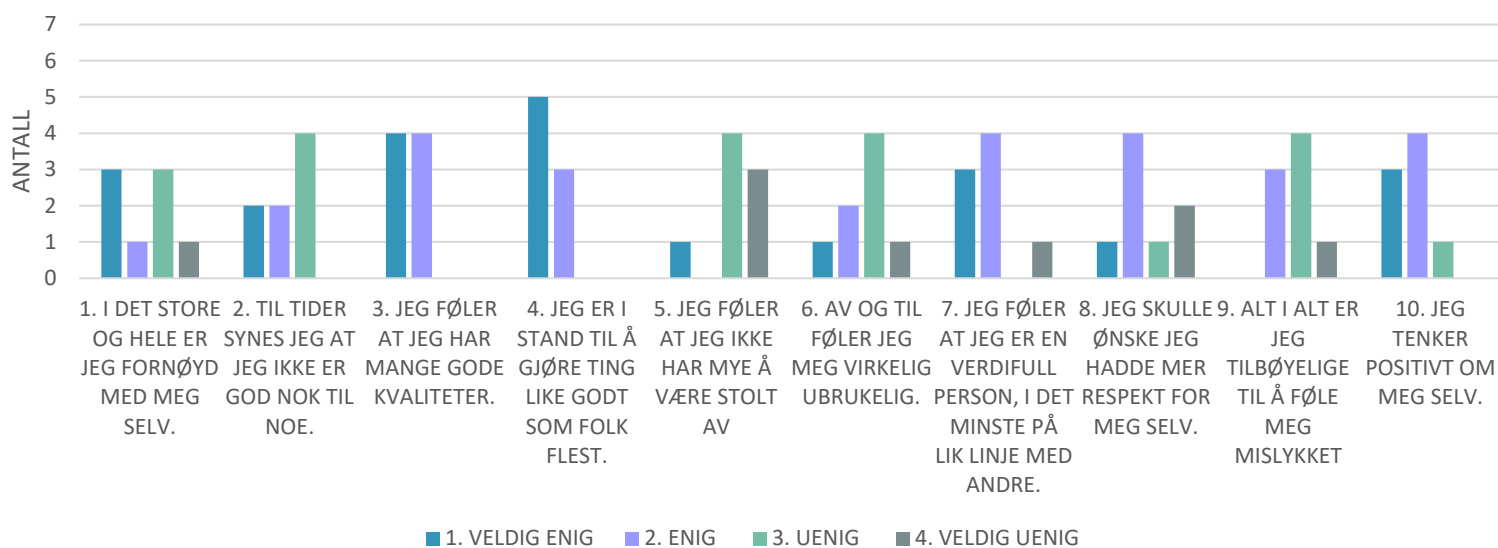
⁸ For å måle respondentenes selvfølelse tok jeg i bruk Rosenberg «Self Esteem Scale» (se vedlegg 5) som jeg har utdypet i metodekapittelet.

SELVFØLELSE	SELVFØLELSESKÅR
LAV SELVFØLELSE	0
NORMAL SELVFØLELSE	1
HØY SELVFØLELSE	7

Tabell 4.19 Resultat av selvfølelseskalaen

Videre skal jeg vise hva respondentene har svart på de forskjellige spørsmålene på selvfølelseskalaen.

I LØPET AV DE SISTE 4 UKENE HAR DU...



Figur 4.8 Respondentenes svar på de forskjellige spørsmålene i Rosenbergs Self esteem scale.

De to stolpene som skiller seg mest positivt ut er «Jeg føler at jeg har mange gode kvaliteter» og «jeg er i stand til å gjøre ting like godt som folk flest». De blir også lagt ekstra trykk på disse to påstandene når respondentene svarer.

Neste påstand er at jeg føler at jeg har veldig mange gode kvaliteter

«Jeg føler at jeg har mange gode kvaliteter. jeg er «veldig enig». Jeg har mye å tilby, og er veldig sosial og vil jobbe» (Belle).

«Enig, bare jeg får sjansen» (Matteo).

Jeg har mange gode kvaliteter, men jeg får ikke brukt det til noen ting... Mange sier at jeg mange gode kvaliteter og kunne ønske at jeg fikk brukt dem. Jeg har et stort ønske om å utbedre verden på et vis (Leo).

«Ja, «veldig enig» jeg har jobbet i mange, mange år før jeg ble sykemeldt. Jeg har fått mye skryt, det har jeg...og jeg vet jeg har mye å gi andre» (Ingrid).

Det er også ett spørsmål som halvparten av respondentene svarer negativt på og det er påstanden: «i det store og hele er jeg fornøyd med meg selv.»

«Veldig uenig. Nå er jeg ikke fornøyd med meg selv. Det er mye på grunn av at jeg ikke er i jobb» (Belle)

Hva tror du det er tilknyttet til at du i det store og hele ikke er fornøyd med seg selv, og at du er tilbøyelig til å føle deg mislykket?

«Det har litt med oppveksten min å gjøre, og litt med at jeg ikke har klart å fullføre skole eller noen ting» (Leo).

Det å ikke være fornøyd med seg selv er ut ifra dette datamateriale knyttet til å jobb og utdanning.

4.11 Sosiale forhold

4.11.1 Må spørre om hjelp fra venner og familie for å klare seg økonomisk
Flere av respondentene må spørre om å låne penger av venner og familie for å klare seg økonomisk. Det går utover forholdet de får til sin egen familie og venner. De føler også på følelser av mindre status, stolthet og flauhet.

Jeg får hjelp fra familie økonomisk. Det er ikke så lett å leve på 4000kr i måneden med to barn. Da blir det lett ukontrollert, som fører til at jeg må ty til mor. Da forsvinner litt av den statusen og stoltheten. Jeg har også en farmor som kjøper alt av klær og sko til den eldste, siden hun vet at jeg ikke har råd til det (...). Mor lever på uføretrygd, likevel deler hun halvparten til meg. Når hun handler så handler hun til meg. Når hun vet at jeg ikke har penger, så overfører hun til meg som lån. Det må selvfølgelig bli som lån, siden jeg ikke bare kan låne, når jeg snart er 30 år. Jeg kan ikke bare få og få og få, siden vi har blitt enig om at det er litt for drøyt. Jeg må alltid ty til å få hjelp rundt meg. (Ariel)

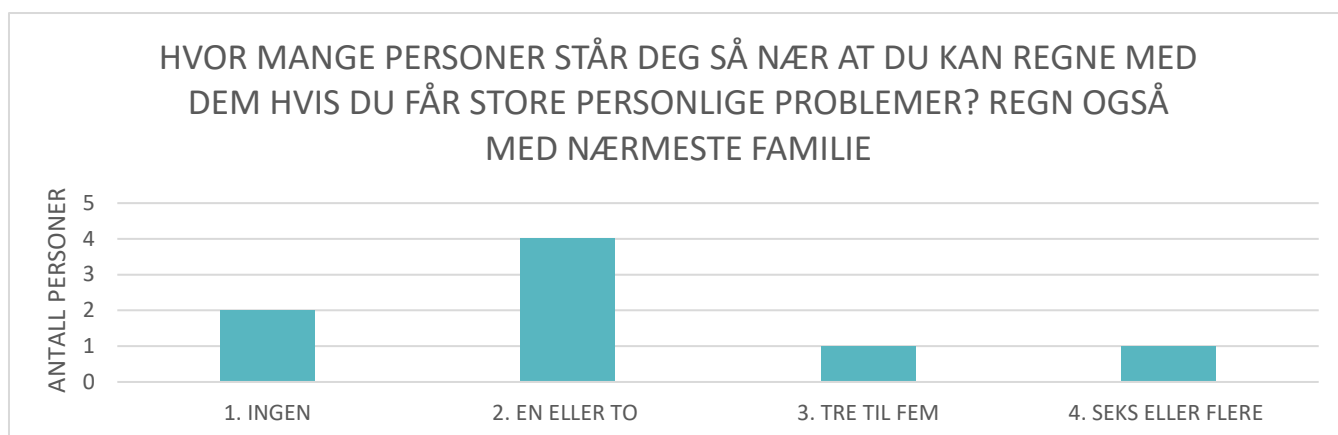
Jeg har lånt penger av venner og familie... det er ikke kjekt. Flere har jeg hatt god kontakt med i mange år, og da er det veldig flaut og dumt og måtte låne penger. Det er ikke kjekt i det hele tatt. Da får de også vite mer om min situasjon, og det er ikke kjekt (...).

Økonomien går utover forholdet jeg har til venner og familie og det ødelegger tilværelsen min. (Ingrid)

Vi ligger jo ett par tusen i minus hver måned, som familien må hjelpe til med (...). Du føler deg ikke akkurat så veldig høy i hatten når du må krype til korset både til besteforeldre, foreldre, onkler og tanter for å spørre om hjelp for å betale for dine egne barn og ditt eget liv rett og slett... for å få ting til å gå rundt... Det er ikke så veldig mye å skryte av. (Matteo)

4.11.2 Venner, støtte og ensomhet

Her skal vi se nærmere på ensomhet og hvor mye støtte og omsorg respondentene får fra venner. Først skal vi ta en titt på hvor mange personer som står respondentene så nære at de kan regne med dem hvis de får store personlige problemer.



Figur 4.9 Støtte og omsorg fra venner

Ut ifra svarene til respondentene er det seks av åtte respondenter som har mellom null og to venner som kan stille opp hvis de får store personlige problemer. Grunnen til at de har så få venner som kan stille opp, handler nødvendigvis ikke om at de ikke ar flere venner, men at vennene er i samme situasjon som de selv. Det gjør at at flere mangler venner som de kan regne med hvis de får store personlige problemer.

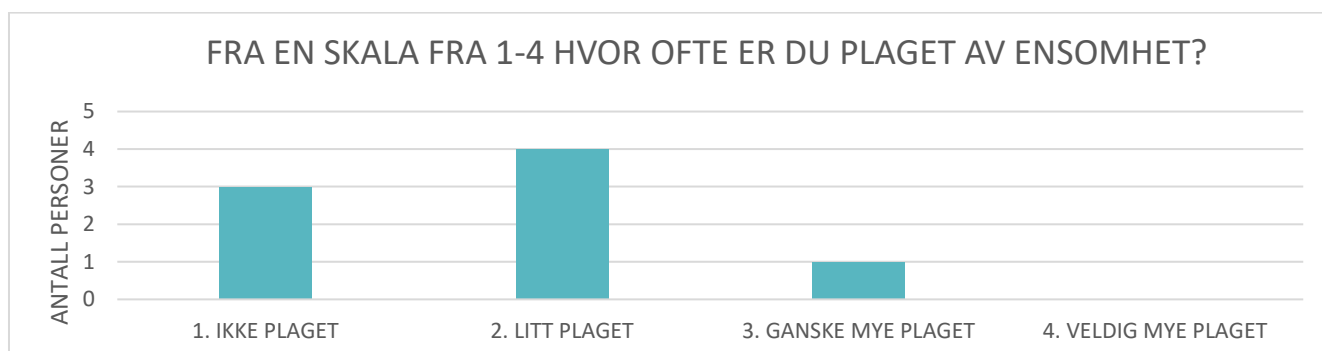
«Jeg har ingen som kan hjelpe meg hvis jeg får store personlige problemer. Jeg har venner, men de kan ikke hjelpe meg med problemene jeg har. Mine venner er i samme båt, så de har nok med seg selv» (Belle).

«Jeg har ingen som kan stille opp hvis jeg får problemer» (Mia).

«Jeg får ikke tilstrekkelig støtte fra venner, siden mine venner er i samme situasjon som meg selv» (Leo).

Astrid opplever derimot at det er en fordel å ha venner som har vært i samme situasjon som seg selv, siden vennene forstår problemene de går igjennom.

«Jeg har to venner som kan stille opp. Våre venner er nettopp ferdig med den situasjonen som vi er i nå, så de vennene vi har forstår problemene våre, siden de har hatt de selv» (Astrid).



Figur 4.10 Ensomhet.

Det er totalt fem stykker som er plaget av ensomhet. De fleste føler seg litt plaget, mens en respondent føler seg ganske mye plaget.

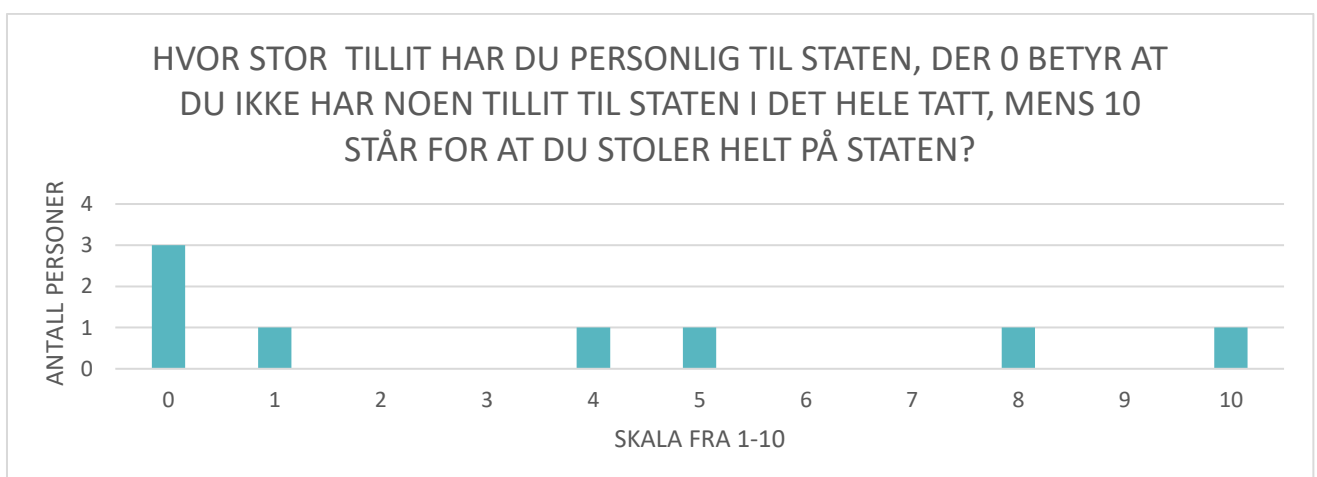
For Ingrid og Leo handler det ikke bare om at de ikke har råd til sosiale ting, men at det er ubehagelig å møte andre. Situasjonen i seg selv gjør at de isolerer seg mer fra andre. Leo føler ikke at han får vært oppdatert på det som skjer i samfunnet som gjør at han er mindre sosial.

Ja, det gjør den. Jeg er redd for at folk skal spørre meg om hvor jeg jobber hva jeg jobber med og hvor mye jeg jobber. At samtalen skal gå in på sånt, det ville vært ubehagelig. Det hemmer meg litt. Når jeg er i denne situasjonen, så gjør det at jeg går mindre ut for å være sosial. Jeg er så redd for at folk skal spørre meg om hvordan penger jeg får, og hvordan økonomien ligger an. Det er ikke kjekt i det hele tatt å snakke om at man går på sosialhjelp. (Ingrid)

Det hadde lettet litt på trykket hvis de hadde betalt TV- og internett. Jeg får ikke med meg nyheter eller noen ting. Det kunne hjulpet så jeg hadde fått vært mer sosial. Det er vanskelig å være sosial når jeg ikke får vært oppdatert på samfunnet eller noe som skjer. (Leo)

4.12 Urettferdighet og mistillit

Her skal jeg se på tillitsnivået til staten hos respondentene. Videre skal jeg se hvor rettferdig respondentene synes samfunnet når det kommer til inntekt og formue.

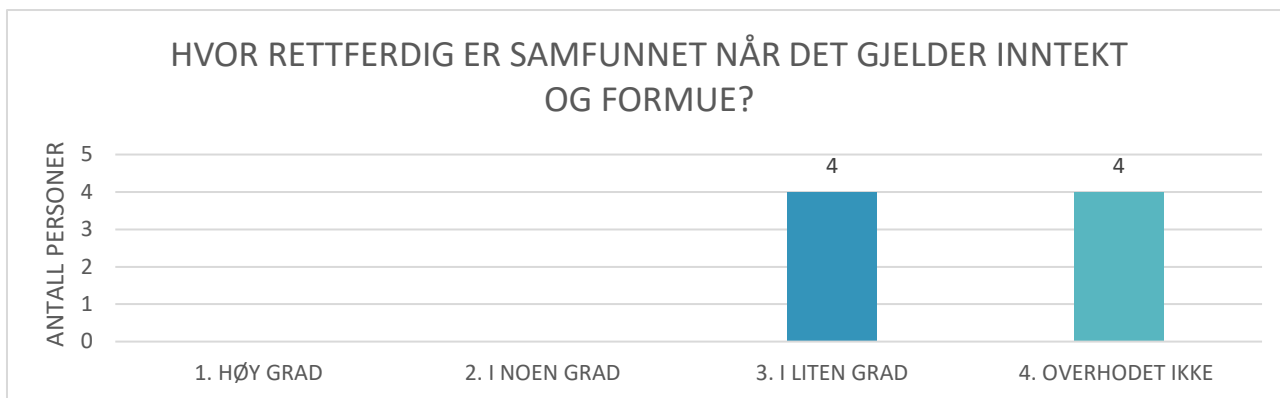


Figur 4.11 Tillit til staten.

Det er fire av åtte personer som svarer 0 eller 1 på tillit til staten. Det vil si at de så å si ikke har noe tillit til staten i det hele tatt. Videre er det to som har middels med tillit som ligger på 4 og 5 på skalaen. Etter det er to som har høy tillit til staten som ligger på 8 og 10 på skalaen. Av de som er innvandrere i studien er det en som har høy tillit til staten og en som har middels, som kan være verdt å merke seg, siden de kan har et litt annet perspektiv på ting.

Lav tillit til staten kan ofte være knyttet til urettferdighet i samfunnet. Jeg skal videre se på hva respondentene tenker om rettferdighet i samfunnet generelt og hva de tenker i forhold til rettferdighet når det kommer til inntekt og formue.

Ingen i studien synes samfunnet er rettferdig når det kommer til inntekt og formue, som jeg videre skal illustrere i en figur.



Figur 4.12 Respondentenes svar på om samfunnet er rettferdig når det kommer til inntekt og formue.

Det er mange i studien som synes samfunnet er urettferdig sånn det er i dag. Det skal jeg gå nærmere inn på nå.

Ingrid får ikke kommet seg i arbeid før den psykiske helsen er bedre, men med bare sosialhjelp utbetalt i måneden er det en vanskelig situasjon.

Jeg synes lavinntektspersoner skal få mer utbetalt i måneden. Det er veldig urettferdig, det må være litt mer balanse der synes jeg. Dette er med på å holde deg nede hele veien, hver dag og hver natt, jeg ville nesten sagt året rundt. (Ingrid)

Før jeg kom på sosialhjelp har jeg jobbet i alle år. Jeg har stått på hele tiden og brydd meg masse om jobb. Jeg har sagt ja nesten hver gang det har vært ekstra vakter, selv om det har vært på kort varsel. De ringer og spør om jeg kan komme i kveld, eller i morgen tidlig, og jeg har nesten bare sagt ja. Jeg har stått på og jobbet så mye i mange år, også skal jeg ikke få mer utbetalt enn dette her. Jeg fortjener det ikke. Det skulle stått litt mer i forhold til det jeg har bidratt med i samfunnet. Når jeg tenker på det irriterer det meg veldig. (Ingrid)

«Alle tror jo at Norge er det rikeste landet i hele verden og da tror de at alle innbyggerne også er like rike. Det stemmer ikke (...). De rike får det bedre og de fattige får det jævligere» (Leo).

Vi som har det sånn vi har det, kunne fått litt mer hjelp. Sånn som før jul liksom, satt jeg uten penger i det hele tatt. Fikk ikke noe på flere måneder... fikk ikke noe hjelp (...). Jeg synes det skulle vært litt mer likt i samfunnet og litt mer hjelp å få for de som sliter mye. Stortinget sitter på så mye penger og de krever altfor mye. Det gjør meg irritert kjenner jeg. (Astrid)

Vi skal være en kjempefantastisk velferdsstat, men vi blir mer og mer kapitalister her også. De rike får mer og de fattige får mindre, klasseskillene blir bare større og større. Det er ikke mye rettferdig det som skjer her heller. Når det skal være så fantastisk utad, men hvis man ser litt lengre inn i gromset, så er det ikke så fint som de skal ha det til. Ikke i det hele tatt. Begynner å bli flere og flere barn som lever under fattigdomsgrensa, fordi at staten mener at foreldrene har nok til å klare seg, men man trenger mer enn å så vidt klare det, men man må kunne leve i tillegg... det er ikke mye liv når du bare skal få ting til å gå

akkurat rundt. Ikke rart det blir mer problemer med depresjon og angst og disse her psykiske sykdommene som blir mer og mer utbredt. Det bør ikke være sånn når vi skal kalle oss verdens beste land å leve i. (Matteo)

Barnetrygden er også altfor liten. Hvor mye klarer man å få på en 1000-lapp på en unge på en måned. Skal de få en ny genser og bukse i måneden da, også er det brukt opp. Men hva med mat, aktiviteter etter skolen, skolesaker. Tusen kroner er ingenting...Så kom nyheten om at de økte barnetrygden, men da får du mindre sosialstønad. Hvor skulle det hjelpe henne da? Joda, vi bor i Norge og skal ha det kjempefint, men det er så falskt. (Matteo)

Det er vanskelig å leve i et rikt land med lav inntekt. Innvandrere sin inntekt er ofte lav. Politikken hjelper de rike, og ikke lavinntektspersoner. Norge trenger flere barn for eksempel(...), men politikken støtter ikke store familier med mange barn. (Belle)

Det er enkelt. Sånn som samfunnet er bygd opp nå blir det klasseskiller. Regjeringen og Stortinget lager klasseskiller så det holder (...). Hvis man ser på politikken for eksempel har det blitt skattelette for de rikeste, også har det blitt kutt i mange ordninger for de som har minst (...). Hvis man ser på mye av det som skjer i samfunnet, så er det skjevt så det holder. (William)

«Har ikke tillit til staten. Uff. Politikere hjelper de som er rike, men ikke de med lavinntekt» (Ariel).

5 RESULTATANALYSE

I forrige kapittel to jeg for meg funn og resultater som jeg har kommet frem til i denne studien. Jeg vil i dette kapittelet drøfte det opp mot relevant teori. Jeg vil se på funn og resultater i lys av ressurs-arenamodellen (levekår) og teori om stress, sosiale sammenligninger og ulykkelighet (livskvalitet) av Richard Wilkinson, Kate Pickett og Keith Payne. Hovedbidraget mitt vil være å se livskvalitet og levekår i sammenheng. Levekår gir utslag på mange sider av livskvaliteten.

5.1 Strukturelle forhold

Både ressurs-arena modellen og kritisk realisme er betinget av at strukturer både er muliggjørende og begrensende for individet. Jeg vil legge stor vekt på arenaer som lavinntektspersoner er ekskludert fra eller som virker begrensende, som følge av mindre ressurser og økonomisk kapital. Studien viser nemlig at ulemper ofte kommer for personer som er nederst i samfunnet. Kritisk realisme forutsetter at individene ikke bare møter en enkelt struktur, men ett nettverk av sammenbindende strukturer (Hay, 2002, s. 209-210).

Respondentene har forskjellige strukturelle hindringer som hindrer de å få et bedre liv. For å forstå hvordan hindringene henger sammen er det viktig å se det i lys av ressurs-arenamodellen. Det teoretiske utgangspunktet for modellen «(...) forutsetter at individer til enhver tid disponerer over et gitt sett av ressurser, f.eks. utdanning, helse o.l., som kan settes inn på forskjellige arenaer, f.eks. i arbeidslivet, for å utføre ulike aktiviteter» (NOU 1978:3, s. 19). Ulike arenaer har strukturelle egenskaper, som handler om man i hele tatt kommer inn og hvordan man blir vurdert.

Levekårene som individet sitter igjen med er et resultat av ressurser individet har tilgang til og de strukturelle egenskapene til arenaene som ressursene anvendes på. Det er flere arenaer som respondentene blir ekskludert fra. I denne studien kommer jeg til å legge vekt på at de er ekskludert fra boligmarkedet, det ordinære lånemarkedet og arbeidsmarkedet.

Det som er interessant er at færre ressurser som fører til ekskludering på en levekårsarena får konsekvenser for hvordan tilgang til de får til andre levekårsarenaer. For eksempel er det flere av respondentene som har dårlig fysisk- og psykisk helse og hull i CV-en som har ført til at de har blitt ekskludert fra arbeidsmarkedet. Dette har igjen gitt negative akkumulerende konsekvenser ved at de har fått dårlig økonomi. Dette gir igjen konsekvenser for tilgangen til det ordinære lånemarkedet, siden de blir vurdert etter hvordan økonomi de har. På grunn av dette får de bare tilgang til kortsiktige lånemuligheter med høye renter. Dette har ført til at flere har ødelagt kreditten sin og står enda lengre unna å kjøpe seg bolig. Her ser vi et sett av sammenbindende strukturer som går på økonomi og politikk.

Helsa koster penger. Hadde jeg fått mer penger dekket til helse, så hadde jeg hatt en større sjans til å komme meg fortere ut i arbeid (...). Hadde jeg fått den hjelpene jeg trenger psykisk og fysisk, hadde jeg hatt en fulltidjobb. Alle ting går tilbake til den økonomiske situasjonen (Ariel).

«Jeg holdt på med fagbrevet, men så røyk armene, så gikk den delen i vasken (...). Og at jeg har hatt økonomiske problemer er vel i bunn og grunn de strukturelle hindringene jeg har hatt...» (Matteo).

«Betalingsanmerkningene hindrer meg også i å få en bedre livssituasjon. Jeg har sikkert en liste så lang som en.. ja. Det hindrer meg i å få jobb og det hindrer meg i å kunne kjøpe hus i fremtiden» (Leo).

Og det har skjedd at regninger har gått til inkasso og Namsmann helt imot min vilje. Det å tenke på at jeg har betalingsanmerkninger. Det holder meg så nede. Siden jeg har betalingsanmerkninger så er det ting som hemmer meg i fremtiden. (Ingrid)

Dette stemmer godt overens med Matteus-effekten, som sier at; «økonomiske og sosiale fordeler og ulemper har en tendens til å bli selvforsterkende» (sitert i Barstad, 2016, s. 7). Når respondentene først har kommet dårlig ut på en levekårskomponent har de lett for å komme dårlig ut på andre levekårskomponenter også.

5.1.1 Betydningen av velferdsytelser

Ett mønster som går igjen i datamateriale er at flere av respondentene primært trenger litt større økonomi. Forskning viser at økonomiske vansker har en sterk tendens til å hope seg opp med andre velferdsproblemer (Bask, 2011, 2016; Halleröd & Bask, 2008; Halleröd & Larsson, 2008). Liten økonomi hindrer flere av respondentene til å komme ut i arbeid, ta utdanning eller å bli friske.

Når det er sånn som dette ser jeg mørkere på mange ting. Det har jeg sagt til saksbehandleren min også at det hadde hjulpet mye å bare fått litt til. Jeg hadde kommet

fortere i jobb. NAV er med på å holde meg nede hele veien (...). Jeg føler at jeg under vann, og at jeg ikke kommer over vann, før jeg får litt mer. (Ingrid)

Jeg føler at satsene som ligger på NAV, ikke tar hensyn til hvordan økonomien er i Norge dag. I forhold til hva det koster å leve kontra hva du får i hjelp. De sier at du skal få så du klarer deg, men når du ligger tre, fire, fem tusen i minus hver måned, så har du ikke så du klarer deg. Så det sliter jo på...det gjør det, du er trøtt og sliten og drittlei alt (...).

Litt større økonomi hadde gjort at personer kunne unngått unødvendige kriser og kunne konsentrert seg om å komme seg ut av den negative sirkelen med lavinntekt. Hvis ytelsene hadde vært større kunne flere personer som ønsker å ta utdanning hatt mulighet til å gjøre dette, og personer som trenger ekstra penger til å orden helsen sin psykisk og fysisk hadde hatt en sjanse. Liten økonomi gjør at mange negative spiraler får lov til å vokse seg store som får sosiale og psykisk konsekvenser for lavinntektspersoner. Videre skal jeg ta opp en arena som er svært viktig respondentene, nemlig bolig. Denne arenaen kan betegnes som den største forskjellen fattig og rik.

5.2 Drømmen om å eie egen bolig

Det er et felles ønske hos respondentene i studien å eie sin egen bolig. Fra EU sin årlige levekårsundersøkelse EU-SILC viser det at 81,5% av befolkningen eier sin egen bolig i Norge (Eurostat, 2017). Dette fører til at den største forskjellen mellom fattig og rik er skillet mellom de som eier sin egen bolig og de som leier. De som er på leiemarkedet finansierer andre sine huslån gjennom leie de betaler, i tillegg til at personer som har huslån får skattelette, som gjør det ekstra gunstig for huseiere. De strukturelle hindringene for lavinntektspersoner er mange når det kommer til å kunne kjøpe seg egen bolig. Boligprisene har steget kontinuerlig siden 1992. Det er bare én av åtte respondenter som har mulighet til å legge til side penger som sparing. Flere respondenter har ødelagt kreditten sin og har ikke mulighet til å få lån for å kjøpe seg hus. Det som er trist er at det er mye dyrere å leie enn det er å eie. Her ser man tydelig tegn til Matteus-effekten som handler om at de som har økonomiske og sosiale ulemper har en tendens til å bli selvforsterkende (Barstad, 2016, s. 7). Matteus-effekten demonstrerer at ulempene har en tendens til å samle seg opp hos de samme personene. Når de kommer dårlig ut på en levekårskomponent fungerer det som en dominoeffekt som gjør at de kommer dårligere ut på flere. For personer med lavinntekt vil den negative konsekvensen av å ikke få kjøpe seg egen bolig, gjøre se de får enda større månedlige utgifter på grunn av leie. Dette er en strukturell hindring der økonomi spiller en stor rolle. Dette viser sammenhengen mellom hopning og ressurs-arena modellen. Personer med svak økonomi må ofte ty til leiemarkedet, siden de blir ekskludert fra det ordinære lånemarkedet. Her ser vi samspillet mellom hvilke ressurser individer har til rådighet, og ekskludering fra det ordinære lånemarkedet og boligmarkedet som arena. Videre skal vi se på strukturene på arbeidsmarkedet.

5.3 Høye krav på arbeidsmarkedet

Det er noen ressurser som er viktigere enn andre, og det er ressurser som akkumuleres og gir avkastning over tid. Ressurser som gjør dette er økonomisk kapital og kulturell kapital som blant annet inkluderer utdanning (Savage et al., 2005, s. 45).

Av alle respondentene er utdanningsnivået lavt. Det er blant annet bare én person som har tatt høyere utdanning (på 15 studiepoeng). Mens det er to som ikke har fullført grunnskolen. Dette går dårlig sammen med at det stadig blir høyere krav på arbeidsmarkedet. Atkinson (2015) trekker frem at ufaglært arbeidskraft blir mindre og mindre etterspurt siden økt kompetanse gir økt produktivitet og er mer lønnsomt. En naturlig konsekvens av at ufaglært arbeidskraft blir mindre etterspurt er at de får dårligere lønn (s. 111-113). Dette er med på å forklare hvorfor respondentene i studien sliter med å finne seg jobb. Det er bare én av åtte respondenter har fulltidsjobb. Prekariatet er navnet på en ny underklasse i samfunnet der individer ikke har en trygg eller varig tilknytning til arbeidslivet. Individene i studien veksler mellom arbeid og trygder, der ingen av delene er av varig karakter.

Dårligere lønn for ufaglært arbeidskraft forklarer også hvorfor den ene personen som har fulltidsjobb fortsatt går under lavinntekt. Han har også fire barn å forsørge som også er en del av forklaringen på grunnen til at han er under lavinntekt selv om han har fulltidsjobb. Arbeids- og velferdsdirektoratet kommer også med klar tale om at denne trenden ikke er i ferd med å snu. Noe må gjøres.

Fram mot 2030 ventes arbeidsledigheten blant ufaglærte fortsatt å være klart høyere enn blant personer med høyere eller yrkesfaglig utdanning. Det vil bli behov for å endre tiltak og virkemidler rettet mot de mest utsatte gruppene – ufaglært ungdom, innvandrere som mangler grunnleggende kompetanse, og personer med nedsatt arbeidsevne. (Arbeids- og velferdsdirektoratet, 2019, s. 9)

Studien viser at det er fire respondenter som ønsker å ta mer utdanning. Det som er trist er at det ikke er tilstrekkelig tilrettelagt for at personer som har lav inntekt og familie skal kunne gjøre det. Belle i studien opplever at det er vanskelig å få jobb uten fagbrev, men at hun ikke har hatt god nok økonomi til å ta fagbrev siden hun ikke har jobb.

En strukturell hindring som hindrer meg å være i en bedre livssituasjon er jobb. Det burde vært lettere å få jobb uten fagbrev, slik at man kunne spart opp slik at man kunne tatt fagbrev etterpå når man hadde råd. Å få fagbrev og utdanning tidligere, ville gjort situasjonen lettere. Det er ikke så lett å ta utdanning, når man har så mange barn å forsørge. Det er en ond sirkel at jeg må ha fagbrev for å få jobb, og jeg må ha en jobb for å få råd til fagbrev. (Belle)

Ariel ønsker også å ta utdanning, men at hun mister støtte fra NAV hvis hun velger å ta utdanning, som gjør at hun ikke klarer det økonomisk.

Det er vanskelig når jeg har barn og dårlig helse å gjøre ting for å stabilisere livet. Utdanning har jeg mulighet til, men da får jeg null i inntekt. Da må jeg ta opp egne lån

og leve på lånekassen, og det har jeg ikke mulighet til med barn, husleie, strøm, dårlig helse osv. NAV vil ikke supplere noe, hvis jeg skal ta utdanning. Da blir det for liten inntekt, med den livssituasjonen jeg har nå. (Ariel)

Lavinntektspersoner har ofte færre ressurser enn andre som er avgjørende for hvordan livende deres utvikler seg.

5.4 Forringet livskvalitet på grunn av dårlige levekår

I denne studien er hovedbidraget å sette sammen levekår og ulikhet på makronivå og livskvalitet på mikronivå. Hittil har vi har vi gått igjennom makronivået som handler om strukturelle trekk ved ulikhet og ulik fordeling av goder og levekår. I forhold til denne studien har jeg særlig trukket frem at respondentene kommer dårlig ut på levekårskomponentene arbeid, økonomi og bolig som fører til forringet livskvalitet. Store forskjeller mellom hva vi har og andre har hindrer god livskvalitet og lykke. Flere respondenter oppgir å ha dårlig psykisk helse, at de føler seg deprimerte, ensomhet, lite sosial kontakt og stress.

Ut ifra resultatene fra studien er det fire stykker som kvalifiserer til å ha hatt minst en episode med alvorlig depresjon. Ut ifra psykisk helseskalaen jeg har brukt er det tre stykker som har mye psykiske helseplager. To av de har også hatt en alvorlig episode med depresjon ut ifra skalaen jeg har brukt. Det vil si at det totalt er seks av åtte respondenter som det er sannsynlig at enten har mye psykiske helseplager, hatt en alvorlig episode med depresjon eller begge deler. Flere respondenter hevder at dårlig økonomi tærer på psykisk og at det fører til at de blir lei seg og deprimerte.

Alt i alt vil ikke jeg anbefale denne livssituasjonen til noen, for det går på psyken. Man blir til slutt veldig, veldig lei seg (...). Livet blir bare verre jo dårligere økonomi man har. Til slutt sitter jeg her tannløs og hårløs med mange, mange problemer, hvis ikke ting blir bedre (...). Jeg ser ikke lyset i tunnelen, det har jeg ikke sett på mange år. (Ariel)

«Det at jeg får så lite utbetalt holder meg nede hele veien. Jeg blir helt deprimert av dette» (Ingrid).

Studier bekrefter også at det er en sterk sammenheng mellom depresjon og stress (Nordin & Nordin, 2013, s. 505). Datamateriale mitt viser også at flertallet av respondentene stresser mye. Mange sier også at de stresser hver dag. På spørsmålet om hva som stresser dem ligger tyngden på økonomi.

«Mye av stresset handler om økonomi. Jeg tenker på det hver dag og på nettene» (Ingrid).

Det som stresser meg mest er at jeg ikke har jobb, og det fører til at jeg stresser mye med økonomi også. (...). Når jeg stresser så vil jeg spise, men jeg kan ikke. Stress gjør at jeg får en klump i magen, og jeg mister matlysten. (Belle)

Forskning av Steptoe et al. (2015) viser at dårlig psykisk helse er knyttet til mer utskillelse av stresshormoner og sterkere betennelsesreaksjon ved stress (s. 645). Vi har hittil i denne studien sett mønstre som viser at dårlig økonomi fører til stress. Det er også flere respondenter med dårlig

psykisk helse og depresjon. Ut ifra dette kan sammenhengen mellom dårlig økonomi, stress, dårlig psykisk helse og depresjon ses slik ut:



Figur 5.1 Sammenheng mellom dårlig økonomi, stress, dårlig psykisk helse og alvorlig depresjon.

Her vises nok en gang den akkumulerende effekten av dårlig økonomi, der dårlige levekår på en komponent fører til dårlige levekår på andre komponenter (Barstad, 2014, s. 58).

Økonomien hindrer også flere av respondentene i å være sosiale, siden de ikke har råd til å være med på sosiale ting som igjen fører til ensomhet. Noen av respondenter isolerer seg også fra andre mennesker, siden de opplever situasjonen sin som stigmatiserende og uverdigg.

Ja, det gjør den. Jeg er redd for at folk skal spørre meg om hvor jeg jobber hva jeg jobber med og hvor mye jeg jobber. At samtalen skal gå in på sånt, det ville vært ubehagelig. Det hemmer meg litt. Når jeg er i denne situasjonen, så gjør det at jeg går mindre ut for å være sosial. Jeg er så redd for at folk skal spørre meg om hvordan penger jeg får, og hvordan økonomien ligger an. Det er ikke kjekt i det hele tatt å snakke om at man går på sosialhjelp. (Ingrid)

Det er tydelig at økonomi er en viktig levekårskomponent som er knyttet til respondentenes livskvalitet. Matteus-effekten viser seg gjennom at levekårskomponentene forsterker hverandre i negativ retning. Ut ifra dette kan vi se at dårlig økonomi påvirker fysisk- og psykisk helse, arbeid, utdanning, sosiale relasjoner, bolig og trygghet. Flere respondenter i studien vil gå under levekårsfattige som vil at de har hopning av dårlige levekår på minst fire levekårsindikatorer (Barstad, 2014). Videre skal jeg utdype stress, siden det er en stor del av denne studien.

5.5 Stress

Her skal jeg vise hvordan stress henger sammen med lavinntekt og ulikhet og hvor skadelig det er for kroppen. Payne (2018) understreker at studier har vist at lavinntektsgrupper har høyere nivå av stresshormoner som adrenalin og kortisol. Typiske kjennetegn er at de har hyperaktiverte immunsystemer og høy forekomst av betennelser. Studier har også vist at fattige eller personer som føler de har lavere status har litt høyere stresshormoner og betennelsesreaksjoner når de driver med dagligdagse gjøremål, men at den store forskjellen vises når de blir utsatt for stress. Personer med lavere status får høyere nivå av stress og kroppen bruker mye lengre tid på å falle til tilbake til normalen etter at stresset er over (s. 132-133). Grunnen til at kroppen bruker lang tid til å falle tilbake til normalen kan være forankret i at respondentene stresser i et så stort omfang. Mange stresser hver dag med et moderat eller høyt stressnivå. Ut ifra datamateriale er det mønstre som viser at dårlig økonomi er hovedgrunnen til at respondentene stresser. Jeg spurte respondentene hva livssituasjon som stresser de mest og her er noen av svarene.

Det som stresser meg mest er at jeg ikke har jobb, og det fører til at jeg stresser mye med økonomi også. (...). Når jeg stresser så vil jeg spise, men jeg kan ikke. Stress gjør at jeg får en klump i magen, og jeg mister matlysten. (Belle)

Økonomi og helse (...). Økonomi føler jeg ofte at jeg ikke kan kontrollere. Det er ikke jeg som bestemmer hvor mye jeg skal få hver måned, det er NAV som bestemmer det. Alt annet har jeg stålkontroll over(...). Det er kun økonomien det går på, problemene er mynta på økonomien. Hadde økonomien vært på topp så hadde det ikke vært et eneste problem utenom helsa, men da kunne helsa fikses fortere. Hadde jeg bare hatt penger til det. (Ariel)

Det kan være naturlig å tenke at stresset aldri forlater kroppen helt, siden den dårlige økonomien ikke forsvinner. Det som er farlig med dette er at stress er utrolig skadelig for kroppen. Payne (2018) vektlegger at stressreaksjoner kan være skadelig for oss mennesker, siden vi produserer stresshormoner. Disse hormoner er trygge, hvis de brukes sjelden i korte perioder. Når stresshormonene virker hindrende for insulinets sin funksjon, slik at den ikke får lagret glukose i lange perioder øker risikoen for fedme, diabetes, hjertelidelser, autoimmune sykdommer, allergi, depresjon, dårlig psykisk helse og andre alvorlige lidelser. En faktor som skiller mennesker fra andre dyr, er at menneske kan aktivere stressreaksjoner i flere uker, måneder eller år av gangen, men det er også det som gjør stress så farlig (s. 128-129).

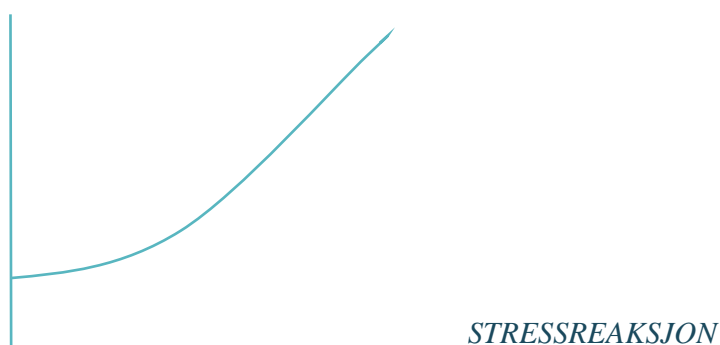
5.6 Ulikhet og lavinntekt fører til kortsiktighetsatferd

Det er noen ressurser som er viktigere enn andre, og det er ressurser som akkumuleres og gir avkastning over tid, slik som økonomisk kapital. Individene som har investert i økonomisk kapital kan forvente avkastning som overstiger deres opprinnelige verdi (Savage et al., 2005, s. 45), men det har konsekvenser av omvendt art når økonomien er for liten. Her skal vi gå igjennom de negative konsekvensene av dårlig økonomi, og hvordan det påvirker individene å leve i et miljø som presser de til å ha kortsiktig atferd.

Det er spesielt to faktorer jeg vil trekke frem som gjør at personer tyr til kortsiktig atferd og det er stress (*evolusjon*) og å dekke grunnleggende behov (*miljø*) (Payne, 2018, s. 76). Evolusjonsmessig har vi en langsom og en rask strategi. Den langsomme strategien er for langsiktig tekning og investeringer i fremtiden. Den raske strategien er for umiddelbare farer og kalles risikoatferd/kortsiktighetsatferd strategien og gjør så kroppen tyr til stress og tunnelsyn (Payne, 2018, s. 68). Først skal jeg se på miljøet som lavinntektspersoner lever under og deretter knytte det til evolusjon.

Det at lavinntektspersoner har knapp økonomi sier seg selv. Det som er interessant å se nærmere på er hvor liten økonomi respondentene har og om de får dekket grunnleggende behov. Et mønster hos respondentene er de har manglende ressurser til å legge til side penger som sparing, som fører til manglende ressurser til å betale en uforutsett utgift på 6000kr. Dette har igjen ført til at mange respondenter har mange ubetalte forfalte regninger og at de tyr til usikker kreditt. Det skaper mye usikkerhet å leve under et miljø som dette. Ressursfattige omgivelser fører nemlig til stress og kortsiktighetsatferd.

KORTSIKTIG ATFERD



Figur 5.2 Denne figuren viser hvordan store mengder stress fører til økende kortsiktig atferd

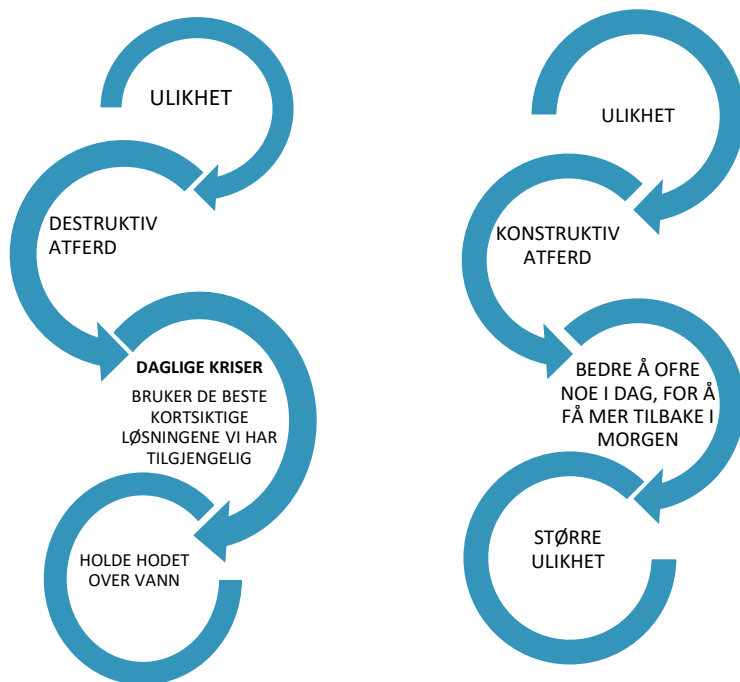
En som er oppdratt i en rik familie tenker og handler annerledes enn en som er oppvokst i en fattig familie. Grunnen til det er at høyere grad av stress, usikkerhet og utrygghet fører til kortsiktig tenkning på grunn av evolusjon. Ifølge Payne (2018) har de som lever i dårligere kår en tendens til å ha en atferd der de hele tiden lever i nuet, mens i middelklassen planlegger de dagene og fremtiden (s. 65-66). Her kan vi se hvordan respondentene lever i nuet og ikke har nok penger til å dekke sine grunnleggende behov.

Det gir mye usikkerhet og i hvert fall at vi ikke får penger før helgen, da må vi gå tre dager uten penger(...). Nei, det er så lite oversiktlig, og så mye rot, som fører til mye usikkerhet. Jeg må tenke så mye på hvordan det blir i de nærmeste dagene. Jeg får ikke mulighet til å tenke i lang tid fremover. Det er så trist det skal være sånn. (Ingrid)

Jeg går i en ond sirkel med lege, helsetjenester og NAV. Jeg er strukturert, men må gå til NAV og mase hele tiden. Hvis jeg har betalt en regning og skal få betalt halve regningen fra NAV, så må det skje med engang. Hvis ikke de overfører innen tiden, så ryker hele budsjettet. (Ariel)

Jeg må tenke mye frem og tilbake og hjernen får ikke slappet av. Hjernene mine er konstant skrudd på og kverner (...). Når KVP-lønnen går ut, kommer det til å bli vanskelig økonomisk. Jeg er bekymret, og må hele tiden tenke på morgendagen og ta en dag av gangen. (Belle)

En av grunnene til at respondentene i studien tyr til stress og kortsiktighet kan være på grunn av usikkerheten som fører med å leve med lavinntekt der de ikke har mulighet til å tenke langsiktig. Datamaterialet mitt viser at personer i studien har mange bekymringer og opplever utrygghet og usikkerhet på grunn av dårlig økonomi. Videre skal jeg vise hvordan en som ikke har mulighet til å dekke sine grunnleggende behov tenker i forhold til en som har mulighet til å tenke langsiktig.



Figur 5.3 Kortsiktighetsatferd VS langsiktighetsatferd

Videre skal jeg illustrere et eksempel på kortsiktig atferd som følge av at respondentene ikke har mulighet til å dekke sine grunnleggende behov. På grunn av knapp økonomi har nesten alle respondentene opparbeidet seg gjeld og flere har tydd til kortsiktige kredittmuligheter. Ut ifra datamateriale ser det ut som at det er vanlig å kjøpe ting på avbetaling som er mye dyrere å enn å betale hele summen med engang.

«Når jeg skulle kjøpe en sofa for 2 år siden delte jeg opp regningen slik at jeg betaler litt hver måned. Jeg betaler 250kr i måneden for sofaen» (Mia).

«Kontaktet kreditoren og få delt den opp slik jeg kunne betalt 1000kr i måneden (...). For eksempel mobiltelefon. Da kjøper jeg den først og betaler litt hver måned» (Belle).

De taper rett og slett masse penger på å ha dårlig økonomi, men dette er helt nødvendig for at de skal kunne klare seg økonomisk. Noen respondenter kan ikke kjøpe ting på avbetaling siden de er øydelagt kreditten sin. De opplever dette som veldig negativt, siden det er en stor usikkerhet i hverdagen, da de ikke kan kjøpe grunnleggende ting når de trenger det.

Jeg har betalingsanmerkninger (...). Jeg kan ikke kjøpe meg en komfyr og betale litt i måneden, slik jeg har gjort før. Hvis jeg skal betale noe hos Elkjøp eller Lefdal må jeg betale hele summen der og da. Hva skal jeg gjøre hvis vaskemaskinen ryker? Det skaper mye usikkerhet (...). Det holder meg nede hele veien. Bruker mye tid å tenke det. (Ingrid)

Dette viser igjen at det er miljøet som lavinntektspersoner lever under som skaper kortsiktig atferd. De har rett og slett ikke noe valg og har ikke mulighet til å tenke langsiktig. Når det kommer til gjeld er det ikke bare usikker kreditt som kan knyttes til kortsiktighetsatferd. Videre har jeg stilt noen ytterligere spørsmål for å måle kortsiktig atferd som jeg skal komme nærmere inn på nå.

For å se om det er andre ting enn kortsiktige kredittmuligheter som fører til at respondentene tyr til kortsiktig atferd spurte jeg om impuls kjøp og om de sjekker prisen nøye før de kjøper noe. Når det kommer til impuls kjøp var det noen som tydde til det, men at det ikke var de store og dyre tingene de hadde impuls på. Det var helst i mat- og klesbutikker. For en av respondentene har det ikke alltid vært tilfelle, da han tydde til store impuls kjøp før han fikk barn og samboer. Respondentene forklarer at impuls kjøpene de snakker om handler om ting de egentlig ikke har råd til, som i ytterste konsekvens har ført til at de må gå tilbake med ting de har kjøpt.

«Jeg kjøpte klær til barna mine for 2 uker siden, så kom jeg hjem og så på bankkontoen min, og fikk veldig vondt i magen, siden jeg hadde så lite penger. Da måtte jeg gå tilbake med klærne» (Mia).

«Det forekommer jo at man kjøper seg en Monster eller en iskaffe eller sånne ting når man ikke har råd, men ikke disse store tingene som det en gang var (...) Det har ikke alltid vært gode avgjørelser» (Matteo).

Impuls kjøp er ikke bare atferd som lavinntektspersoner har, men forskjellen er konsekvensene. Respondentene har impuls kjøp når de egentlig ikke har råd til det som gjør at dette er en kortsiktighetstenkning, siden det kan få store konsekvenser for økonomien. Grunnen til at det er slik kan være på grunn av at de har mindre kognitiv kapasitet, siden de opplever store mengder stress og usikkerhet. Når det kommer til om de sjekker prisen nøye for de kjøper noe svarte alle «alltid» eller «som oftest». Grunnen til dette handler om at de trenger å tenke økonomisk siden de har så lite penger. Her er det tegn på at de tenker langsiktig og ikke kortsiktig.

Til sammen så tenker respondentene kortsiktig når det kommer til forbrukslån, kredittkortlån og kjøpe ting på avbetaling. Vi har her sett på at miljøet kan være en medvirkende faktor til at de blir presset til å ty til disse tingene. Det er ikke alltid de har så mange andre utveier enn forbrukslån eller avbetaling hvis dyre ting ryker, når de ikke har økonomiske ressurser til å spare penger. Det er rett og slett dyrt og være fattig. Impuls kjøp som de ikke har råd til kommer også nå og da, som også er et tegn på kortsiktig tenkning som kan forklares av det stressende miljøet respondentene lever under med mye usikkerhet og utrygghet. Når det kommer til å sjekke prisen nøye har det ikke samme effekt, her klarer alle respondentene å tenke økonomisk. Hva som er grunnen til at det er to typer atferd her kunne vært spennende å utforske i en eventuell ny studie.

Følelsen av utrygghet som utløses av dårlige levekår og ulikhet fører til behovet for risiko- og kortsiktighetsatferd. Dette er på grunn av møte med en uviss fremtid som igjen fører til kortsiktige avgjørelser. Ulikheten fører til at skillene i samfunnet blir større som disponerer for negative sosiale sammenligninger som igjen øker usikkerheten og fører risiko- og kortsiktighetsatferd. Der

det er høy grad av ulikhet er det større sannsynlighet for at individer tyr til kortsiktighetsatferd (Payne, 2018, s. 122). Jeg skal videre se på sosiale sammenligninger og se hvordan det påvirker respondentene.

5.7 Sosiale sammenligninger

Slik som funnene viser har to av åtte stykker svart «Jeg tror ikke jeg sammenligner meg med andre» på spørsmålet «Hva gjør det med deg at du sammenligner deg med andre». Det er også tre stykker som har svart «Jeg sammenligner meg men det påvirker meg ikke». Likevel viser intervjuene at de sammenligner seg med andre på måten de svarer på andre spørsmål. Payne (2018) Payne trekker frem at sosiale sammenligninger er noe vi gjør helt automatisk og vi måler vår relative status ubevisst hele tiden. Hva vi anser som nok kommer an på hva andre vi sammenligner oss med har (s. 50-51).

(...) fra et psykologisk ståsted henger fattigdom og ulikhet tett sammen. Vi danner oss et bilde av vår egen rikdom ved å sammenligne med det vi ser rundt oss, fordi vi oppfatter praktisk talt alt i forhold til det vi ser rundt oss. (Payne, 2018, s. 58)

Datamateriale viser mønstre av at de ser på hva andre og de gir uttrykk for at de er misunnelige. Det kan være tegn på at de ikke er klar over at de sammenligner seg med andre. Det kan være slik teorien viser at det er en ubevisst prosess som skjer hele tiden.

Jeg skal ikke lyve og si at jeg ikke blir litt misunnelig, jeg gjør jo det. Når man ser de kommer kjørende i flunka nye biler og... akkurat vært på ferie og forteller kjempehistorier, og du har sitti hjemme de 2 siste åra (...). Når vi snakker med nære og kjære, blir det jo litt at en tenker at fader kan ikke vi også ha det sånn. Det gjør det jo...(Matteo)

Jeg vil ha det samme som de som har mer enn meg, men jeg må ikke ha det. Men jeg har lyst på det andre har... Jeg klarer ikke å oppnå det samme som mange andre suksessfulle mennesker. De har fint hus, fin bil, jobb og rengjøringshjelp. Jeg skulle gjerne hatt det. (Belle)

Likevel tyder datamateriale på at de tar litt avstand fra sosiale sammenligninger, siden det gjør vondt å sammenligne seg med andre når man er nederst på statusstigen.

Du blir jo litt sånn at du sammenligner deg med venner og familie og sånne ting og ser på deres livssituasjon med både økonomi og hvordan de klarer å farte rundt og tar med ungene på ting... på den biten, i den forstand så sammenligner man seg jo. Du ser jo at du ikke strekker til på samme måte for sine egne. (Matteo)

Jeg må alltid ty til å få hjelp rundt meg. Mens når jeg ser rundt meg føler jeg at det ikke er noen andre som må ty til hjelp, når de har to biler i garasjen sin og et hus på størrelse med et slott. Ungen har Playstation, X-box og Nintendo og alt, mens min sønn har ingenting, siden jeg ikke har råd til å kjøpe det. Så når kamerater kommer på besøk til oss, må de sitte på rommet og høre på radio. Det er ikke så stas å komme til oss. Det er ingenting jeg kan tilby (...). Når min sønn kommer hjem og sier at han hadde det og han hadde det...Så kan ikke jeg trylle (...). Han synes det er urettferdig. Og ja, alt er urettferdig, ja det er det. Men

hvis jeg lar det gå for mye inn på meg, forsvinner jeg. Da blir jeg lei meg og trist. Det er ikke greit å ha det sånn. Jeg prøver og ikke tenke så mye på det. (Ariel)

Enkelte respondenter uttrykker også at det sosiale jeg er truet ved at de føler seg dårligere og trekker seg selv ned. Det sosiale jeget er en refleksjon av vår sosiale verdi, status og anseelse og er i stor grad bygget på andres oppfatninger av oss. De som opplever uønskede negative sosiale evalueringer, der de ikke blir verdsatt og akseptert har oftere lavere sosial status som fører til stress (Dickerson & Kemeny, 2004, s. 357).

Vi er jo låst og man føler seg jo ikke veldig bra heller når man vet at man ikke har råd til noen ting, man går jo og trekker seg selv ned, og tror at alle andre tror dumme ting om deg.. Som regel stemmer jo ikke det, men det er jo ditt eget hode som spiller deg et puss hele veien. Ting du sier til deg selv blir jo sannheten etter hvert. Det tærer på psykisk og fysisk... (Matteo)

Negative sosiale evalueringer kan fører til at jeg sosiale jeget blir svekket og at man får dårlig selvtillit og selvoppfatning (kilde). Flere respondenter opplever også sosialt truende evalueringer på grunn av at de må spørre om hjelp fra venner og familie for å klare seg økonomisk. De forteller at det går utover forholdet de har til venner og familie, og at de føler på følelser av mindre status, stolthet og flauhet.

Jeg får hjelp fra familie økonomisk. Det er ikke så lett å leve på 4000kr i måneden med to barn. Da blir det lett ukontrollert, som fører til at jeg må ty til mor. Da forsvinner litt av den statusen og stoltheten. (Ariel)

Flere har jeg hatt god kontakt med i mange år, og da er det veldig flaut og dumt og måtte låne penger. Det er ikke kjekt i det hele tatt. Da får de også vite mer om min situasjon, og det er ikke kjekt (...). Økonomien går utover forholdet jeg har til venner og familie og det ødelegger tilværelsen min. (Ingrid)

Du føler deg ikke akkurat så veldig høy i hatten når du må krysse til korset både til besteforeldre, foreldre, onkler og tanter for å spørre om hjelp for å betale for dine egne barn og ditt eget liv rett og slett (...). Det er ikke så veldig mye å skryte av. (Matteo)

I dagens samfunn er det høye nivåer av sosiale evalueringer, siden vi i tillegg til våre virkelige identiteter, har online identiteter som konstant må oppdateres og bevares. Wilkinson og Pickett (2018) trekker frem at det er slitsomt og utmattende å leve med konstante sosiale evalueringer i denne skalaen, siden kroppen oppfatter det som trusler (s. 92). I datamaterialet mitt er det spesielt ett sitat som skiller seg ut når det kommer til påvirkning fra online identiteter.

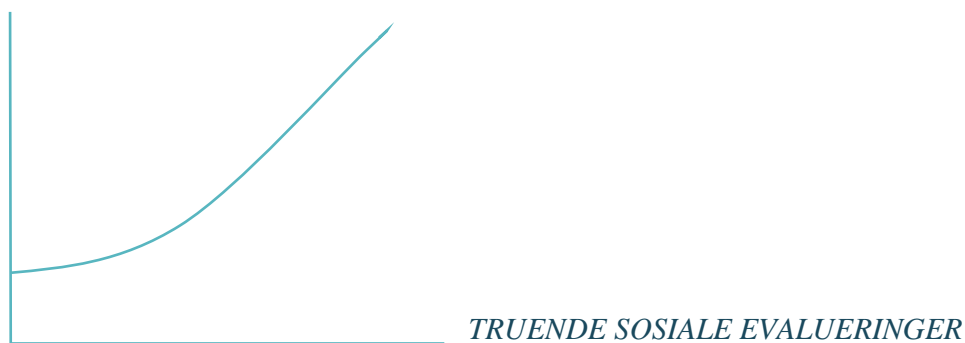
De som har, de har mye, men de vil ha mer (...). Jeg har ikke kjøpt klær til meg selv på mange, mange år. Jeg kan ikke dra til frisøren, siden jeg ikke har råd til det. Jeg kan ikke legge sånne fancy negler, eller gjøre sånn fancy vipper, stikke noen fancy Botox i leppene. Jeg kan ikke gjøre sånne ting, ikke at jeg har lyst til det heller. Folk gjør det fordi de har pengene til det. De kan gjøre det de har lyst til det. Det er så fantastisk. De kan skrive på internett og tjene masse på å skrive om fillers i leppene. Kjempe flott, men herre min hatt,

så urettferdig at de skal få inn penger på det. Alt er så kjipt for meg i forhold til dem (Ariel).

Sosiale media og den digitale verden gjør det enda viktigere å ha en tilhørighet og føle seg verdifull og verdsatt. Wilkinson og Pickett (2018) poengterer at vi i dagens samfunn skal alle bli perfekte idealer basert på overfladiske standarder av skjønnhet og av å eie de riktige tingene. Dette gjør så vi mister oss selv, for å opprettholde en fasade for andre. Det dreier seg om den kroniske byrden av andres forventninger (Wilkinson & Pickett, 2018, s. 91-92). Det er tegn til at enkelte respondenter blir påvirket av den perfekte verden bak online-identiteter, som fører til negative sosiale sammenligninger når man ikke kan leve opp til slike ideal.

Studien viser mønstre av at respondenter opplever negative sosiale sammenligninger, men at de prøver å unngå å tenke på slike sammenligninger. Forskning Dickerson og Kemeny (2004) viser at oppgaver som omfattet «sosialt truende evalueringer» i form av trussel mot selvbylde eller sosial status, fremprovoserer høyere kortisolnivå enn andre stressfaktorer (s. 377), som jeg videre skal illustrere i en figur.

STRESSREKASJON



Figur 5.4 Denne figuren illustrerer sammenhengen mellom graden av truende sosiale evalueringer og økende stress.

Vi har her sett mønstre som viser at flere respondenter føler negative sosiale sammenligninger. Videre skal jeg se på hvilken sosiale status og plassering respondentene i har samfunnet og om de er fornøyd med denne plasseringen.

5.7.1 Sosial status og plassering

Alle i studien bortsett fra én sa at hun tilhørte arbeiderklassen/underklassen. Når jeg stilte spørsmålet om respondentene var fornøyd eller misfornøyd med egen status eller plassering var det bare to som var misfornøyd. Ifølge Payne (2018) Payne kaster et blikk på andre, og føler et sug etter å være høyere på statusstigen enn andre mennesker. Når vi vurderer vårt eget hus og bil, er det er i relativ posisjon i forhold til andre (s. 49). Hvorfor er det slik at så få av mine respondenter misfornøyde? Jeg tenker at dette kan ha sammenheng med neste tema som er egooppfatning som viser at respondentene har høy selvfølelse.

5.8 Egooppfatning

Her skal vi ta opp respondentenes egooppfatning. Hittil har vi sett at respondenter i studien opplever negative sosiale sammenligninger. Wilkinson og Pickett (2011) viser også at sosiale evalueringer treffer personer lavest på statusstigen hardest (s. 66). I sin naturlighet bør også lavinntektspersoner ha lav selvfølelse?

Alle respondentene i studien viser normal eller høy selvfølelse på selvfølelseskalaen. I utgangspunktet når jeg stilte spørsmålet trodde jeg at mange flere kom til å ha dårlig selvfølelse. Dette er et overraskende funn i studien som strider imot teorien til Wilkinson og Pickett. Wilkinson og Pickett (2011) peker på at sosial status har mye å si for vår egen verdi. Jo høyere man er på den sosiale stigen jo lettere det å føle stolthet, verdighet og ha god selvfølelse, motsatt knyttes lav sosial status og klasseposisjon til skam (s. 66). Nesten alle respondentene i studien oppgir at de tilhører underklassen/arbeiderklassen. Lavinntektspersoner er i tillegg en stigmatisert og forhåndsdomt gruppe. Der folk for eksempel hevder at gruppen generelt har spesielt dårlige egenskaper og at de er upålitelige eller lignende. Det vil da være naturlig å tenke at respondentene har lav selvfølelse og selvtillit, siden det oftere opplever negative sosiale sammenligninger.

Høy selvfølelse hos respondentene kan knyttes til Alfred Schutz sin fenomenologi som handler om hvordan mennesker sosialiseres inni verden av selvfølgeligheter og hva slags sannheter som blir tatt for gitt. Han bruker begrepet common-sense-viten som er en del av grunnlaget for personers handlinger og tolkninger som skapes i interaksjon med andre (s. 111). Sammen med denne common-sense-viten utvikler mennesker en rekke vaner og handlingsmønstre som utgjør en persons atferd er i overensstemmelse med omgivelsenes forventinger. Hva slags forventinger lavinntektsgrupper har til sitt eget liv, kan være noe helt annet enn hva en person med god økonomi forventer. Lavinntektspersoner kan ha lavere forventning til seg selv som gjør at de får en illusjon av bedre selvfølelse. Videre skal jeg vise til en annen mulig grunn til at lavinntektspersoner har god selvfølelse.

Det forskning som viser at stigmatiserte grupper i samfunnet ikke kontinuerlig har lavere selvfølelse enn andre. (Crocker & Major) foreslår at grunnen til dette er at stigmatiserte og undertrykte grupper beskytter selvfølelsen. En beskyttelsesmekanisme stigmatiserte og undertrykte grupper kan bruke å sammenligne seg med andre stigmatiserte og personer som er i samme situasjon som dem selv. Dette er for å unngå ubehagelige og smertefulle sosiale sammenligninger (1989). Et mønster i datamateriale er at flere respondenter synes det er smertefullt å sammenligne seg med andre og at de prøver å ikke gjøre det.

Jeg har vært så vant til å være i arbeiderklassen så det ikke er noe jeg tenker over, at jeg har mye mindre enn alle andre, men selvfølgelig tenker jeg på det at jeg gjerne vil ha mer. Jeg har fått en teknikk med årene at jeg ikke gidder å tenke på ting som jeg vet kan plage meg, så jeg legger det på hylla... så hvis jeg vil ha noe som plager meg kan jeg heller ta den ned, og sitte å furte å være sur. Såå...skulle jeg tenkt på at jeg har mye mindre enn alle andre, ville jeg vært ødelagt hver dag, med å tenke på ting som jeg skulle ha hatt, ting jeg

skulle ha gjort, og kunne ha vært...hva, hvis, hvordan. Det gjør ingen noe godt, legg det heller vekk. (Matteo)

Jeg må alltid ty til å få hjelp rundt meg. Mens når jeg ser rundt meg føler jeg at det ikke er noen andre som må ty til hjelp, når de har to biler i garasjen sin og et hus på størrelse med et slott. Ungen har Playstation, X-box og Nintendo og alt, mens min sønn har ingenting, siden jeg ikke har råd til å kjøpe det. Så når kamerater kommer på besøk til oss, må de sitte på rommet og høre på radio. Det er ikke så stas å komme til oss. Det er ingenting jeg kan tilby (...). Når min sønn kommer hjem og sier at han hadde det og han hadde det...Så kan ikke jeg trylle (...). Han synes det er urettferdig. Og ja, alt er urettferdig, ja det er det. Men hvis jeg lar det gå for mye inn på meg, forsvinner jeg. Da blir jeg lei meg og trist. Det er ikke greit å ha det sånn. Jeg prøver og ikke tenke så mye på det. (Ariel)

De sier ingenting om at de sammenligner seg med andre i samme situasjon, men det er sannsynlig at de gjør det siden det kommer frem i datamateriale at flere har venner som er i samme båt som dem selv. (Crocker & Major) forklarer også at personer kan føler seg truet av overlegenes ypperlige ytelse og dermed unngår psykologisk nærhet med dem. En siste forsvarsmekanisme som analyse kommer frem til er at stigmatiserte personer gjør negative tilbakemeldinger om tilfordommer mot selve gruppen, og ikke til seg selv personlig (1989). Sistnevnte har jeg ikke sett noen tendenser til her, men det kan likevel være en forsvarsmekanisme som blir brukt, som det kan være interessant å se på i en eventuell ny undersøkelse. Jeg tror at grunnen til at respondentene i studien har god selvfølelse er på grunn av at de prøver å unngå psykologisk nærhet til personer med høyere status. Datamaterialet viser tendenser til at de prøver å unngå å sammenligne seg med andre siden det fører til vonde følelser, og at de prøver så godt de kan å ikke tenke hva andre har. Jeg tror likevel ikke de klarer å blokkere for alle sosiale sammenligninger, men at de prøver å ta avstand fra det så godt de kan. Det er flere uttalelser som viser at de sammenligner seg med andre selv om de selv tenker at de ikke gjør det, men de bekrefter også at disse sammenligningene er vonde å kjenne på.

Payne er også inne på at vi kan kontrollere hvem og hvordan vi sammenligner oss med hvis vi er bevisste på det. Vi sammenligner hele tiden det vi har, med det andre har som en ubevisst prosess. Når vi sammenligner oss med andre som har mere enn oss, kommer hjernen vår til en konklusjon som sier at det vi har ikke er godt nok, som uttrykkes ved en følelse av utilstrekkelighet. Det vi i motsetning kan kontrollere er hvordan vi sammenligner oss med andre og hvem vi sammenligner oss med (Payne, 2018, s. 211-212.). «Kontrollert sammenligning betyr først og fremst at vi lærer å kjenne igjen når vi er rammet av en slik tvangstanke, og for det andre at vi velger på en klok måte hva slags sammenligning som egentlig er relevant og nyttig» (Payne, 2018, s. 212). Poenget her er ikke at vi skal slutte å sammenligne oss med andre, men at det er sunnere måter å gjøre det på, og jeg tenker at lavinntektspersoner gjør det lurt i å skjerme seg så godt de kan. Det er ikke bare lav sosial status som kan føre til negative sosiale sammenligninger, større ulikhet fører også til at vi sammenligner oss med andre i mye høyere grad, som jeg skal komme nærmere inn på nå.

5.9 Forsvarsmekanismer og dysfunksjonelle avhengigheter

Wilkinson og Pickett (2018) trekker frem at en konsekvens av å bli sett ned på av andre og følelse av mislykkethet og lav status, kan føre til at vi føler oss verdiløse, ubrukelige og avvist. Følelsen av stress og mislykkethet kan føre til en økende trang for noe som får oss til å føle seg bedre, som for eksempel bruk av rusmiddel, alkohol, dypdykk in i fantasiverdenen av tv og serier, trøstemat, shoppingterapi eller gambling (s. 92). Personer med lavinntekt og dårlige levekår vil oftere enn andre føle seg utilstrekkelig og ubrukelige, siden de i større grad enn andre opplever negative sosiale sammenligninger.

5.9.1 Shopping som dysfunksjonell mestringsstrategi

Shoppingterapi kan bli brukt som forsvarsmekanisme, siden vi hele tiden fristet av produkter som lover å skape den identiteten vi ønsker oss med kjøp som gir kortsiktige løsninger for det kroniske stresset og bekymringer som omfavner oss (s. 92). Jeg stilte spørsmål som gikk på om de følte stor lykke ved å kjøpe store ting som andre har, eller om de kjøper varer på grunn av at andre har det. Flertallet sier de ikke føler stor lykke ved å kjøpe store ting som andre. Det er også få som kjøper ting for at andre har det. Flere respondenter forklarte at det ikke hadde noe med at de ikke hadde lyst på ting som andre hadde, men at de ikke hadde råd. Jeg stilte også spørsmål som gikk på om respondentene kjøpte varer på for bedre hvordan de følte det. To svarte at de gjorde det av og til. De svarte at det var klær de kjøpte.

Jeg kjøper klær og sko. Jeg har ikke bil og ikke hus, og det gjør meg lei meg» (Mia).

Hos de fleste blir ikke shopping brukt som dysfunksjonell mestringsstrategi av respondentene i studien.

5.9.2 Satsing på pengespill som dysfunksjonell mestringsstrategi

Ingen av respondentene driver med spilling som er problematisk for dem i dag, men for to stykker har spilling vært problematisk tidligere.

«Hvorfor jeg havnet i spilleavhengighet det vil jeg si henger mye sammen med mobbing på skole og i arbeidslivet» (William).

Wilkinson og Pickett (2018) trekker frem at forsvarsmekanismer og dysfunksjonelle avhengigheter er måter å tilpasse seg følelser av å være utstøtt, ekskludert fra sosiale relasjoner, mistilpasset og fremmedgjorthet fra den virkelige verden. Personer føler seg rett og slett ulykkelige i seg selv (s. 90). For William ser det ut som at spilleavhengighet blir brukt som dysfunksjonell mestringsstrategi for å tilpasse seg følelser av å være utstøtt og ekskludert fra sosiale relasjoner i likhet med teorien til Wilkinson og Pickett. En rapport publisert i 2012 beregnet andelen mennesker som er spilleavhengige justert etter alderssammensetningen i verdensbefolkningen. Den siste målingen fra Norge er fra 2010 og viser at det var 1,4% som sa at de hadde problemer med gambling (Williams et al., 2012, s. 48). Wilkinson og Pickett brukte disse dataene videre til å se om landene med stor inntektsulikhet også scorete høyt på spilleavhengighet. De fant en sterk og signifikant sammenheng (2017, s. 18).

5.9.3 Trøstemat som dysfunksjonell mestringsstrategi

Det er tre personer i studien som spiser trøstemat. Det er mønstre som viser at de bruker det dysfunksjonell mestringsstrategi. Matteo oppgir at han ofte spiser trøstemat på grunn av dårlig økonomi og ensomhet, mens Ingrid derimot føler seg nedtrykt psykisk.

Ofte. Jeg sitter bare hjemme og da blir det at en trykker i tryne. Etter at barna har gjort lekser og skal sove, har jeg lyst til å gå ut å gjøre noe, men vi bor så langt på landet (...). For å komme til nærmeste kompis må enn regne med 1,5 time i reise en vei. Da blir det til at en trykker i tryne og ser på TV heller. (Matteo)

«Ofte. Jeg spiser trøstemat på grunn av at livssituasjonen presser meg ned psykisk» (Ingrid).

forsvarsmekanismer og dysfunksjonelle avhengigheter er måter å tilpasse seg følelser av å være utstøtt, ekskludert fra sosiale relasjoner, mistilpasset og fremmedgjorthet fra den virkelige verden. Personer føler seg rett og slett ulykkelige i seg selv (s. 90).

For Matteo er det sosial eksklusjon som gjør at han spiser trøstemat som stemmer overens med teorien til Wilkinson og Pickett. Avhengigheter virker som krykker for andre behov de ikke får tilfredsstilt. Disse atferdene er vanligvis selvødeleggende i varierende grad og medfører psykiske plager og lidelser (Wilkinson & Pickett, 2018, s. 91). Sammenhengen mellom trøstemat og psykiske plager kan forklares gjennom at økende ulikhet fører til at det blir lagt større vekt på sosiale sammenligninger, siden skillene mellom oss blir mer synlige. Det gjør oss enda mer følsomme for negative sosiale sammenligninger som kan føre til psykiske konsekvenser.



Figur 5.5 Denne figuren viser hvordan høy ulikhet fører til psykiske plager og lidelser gjennom økt press på individuell konkurranse og vellykkethet som gjør kroppen mer disponert for stress og psykiske plager.

I en ny studie ville jeg utforsket sammenhengen mellom psykiske plager og dysfunksjonelle mestringsstrategier i større grad. I denne studien har jeg bare fått en liten smakebit på hvordan dette henger sammen.

5.9.3.1 Rusmidler som dysfunksjonell mestringsstrategi

Når det kommer til alkohol er det ingen respondenter som drikker så mye alkohol eller viser tegn til å bruke dette som dysfunksjonell mestringsstrategi. To av respondentene mine har derimot tidligere drevet med rus. Jeg har trukket frem tidligere at Wilkinson og Pickett (2018) trekker frem at forsvarsmekanismer og dysfunksjonelle avhengigheter er måter å tilpasse seg følelser av å være utstøtt, ekskludert fra sosiale relasjoner, mistilpasset og fremmedgjorthet fra den virkelige verden (s. 90). Dette stemmer godt overens med beskrivelsene fra de to respondentene i studien om hvorfor de startet med rus. Grunnene til at de begynte med rus er for å flykte fra denne

verden, mobbing, mangel på selvtillit og få kontroll på eget liv. For den ene respondentene handlet det også om å finne en gjeng som aksepterte han for den han var.

Jeg hadde blitt mobbet mesteparten av oppveksten. Så traff jeg på en gruppe mennesker som aksepterte meg for hvem jeg var. Men jo mer jeg var med de jo bedre selvtillit begynte jeg å få. Så det å begynne og ruse meg i en så tidlig alder var mitt svar på å ta kontroll over mitt eget liv. (Matteo)

«Jeg er rusfri nå, men har vært rusmisbruker i mange år av og på... det var min måte å få flykte fra den virkelige verden på» (Leo).

Leo snakker om å flykte fra denne virkeligheten som passer godt sammen med teorien til Wilkinson og Pickett (2018), som sier at rus og gambling kan være med å få oss til å føles og sterke og kompetente og hjelpe oss til å flykte fra et sosialt press og hjelpeløshet (s. 96-97),

Wilkinson og Pickett (2018) sier at frie samfunn med stor individuell konkurranse fører til at det sosiale jeg blir truet, siden det er så stort fokus på å være vellykket. Under disse omstendighetene sliter individer med å oppnå tilhørighet til andre mennesker, og får ikke dekket sine psykososiale behov og at dette fører til dysfunksjonelle avhengigheter (s. 91). Respondentene nevner ikke direkte at det er fordi de ikke er vellykket av de tydde til rus, men lav selvtillit og mobbing. I en neste studien ville jeg utforsket vellykkethet i større grad sammen med dysfunksjonelle strategier, siden jeg ikke har fått et tilstrekkelig svar på dette spørsmålet i denne studien.

Jeg vil avslutningsvis si at avhengighet ses her som et produkt av modernitet, og at dette er ikke er en tilstand som rammer noen få individer, men en generell tilstand i hele samfunnet (Wilkinson & Pickett, 2018, s. 90-91). Dysfunksjonelle avhengigheter og mestringsstrategier er ikke bare noe som lavinntektspersoner bruker. Mange bruker slike strategier på grunn av økende ulikhet og stort fokus på det individuelle individ som skal være så vellykket og perfekt til alle tider. Videre skal jeg se på hvordan ulikhet og dårlig levekår påvirker barna i studien.

5.10 Barnefattigdom, velvære og ulikhet

Oppveksten til barna har mye å si for hvordan de klarer seg videre i livet. Sosial-økonomisk arv illustreres i ressurs-arenamodellen i pilen som går fra levekår og opp til ressurser, gjennom å tenke at det er en tilbakekoblingseffekt. Pilen illustrerer at individuelle ressurser er slutt punkt for en generasjon, som i neste omgang er starten på ressursene for neste generasjon. Vi i Norge har like muligheter på viktige områder som lik tilgang til helsetjenester og utdanning, men vi har likevel ikke likt utgangspunkt. Foreldrenes levekår har stor innvirkning på hva slags levekår som er utgangspunktet for neste generasjon. Funnene i denne studien viser at foreldrenes økonomi går utover barna. Noen av barn går sultne på skolen og får i seg dårlig og usunn mat siden foreldrene ikke har råd.

«Jeg kunne også ønske at det også var gratis mat i skolen, slik at barna mine slapp å gå sultne på skolen» (Belle).

Jeg tenker mye på at jeg må passe på at dattera mi får nok mat og drikke. Jeg har ikke nok penger til frukt og grønt. Jeg og dattera mi går forbi frukt- og grønt avdelingen, og kan ikke

ta med frukt og grønnsaker. Det hindrer oss i å leve sunt. Jeg tenker veldig mye på at dattera mi skal få det hun trenger. (Ingrid)

Det er ikke bra for barns utvikling å måtte gå sultne på skolen og spise usunt. Det hindrer barn i å få likt utgangspunkt. Andre barn har ikke råd til aktiviteter eller får tilstrekkelig penger til bursdagsgaver til selskaper. Det er også flere som ikke har råd til å reise på ferie med barna sine. Det ødelegger også for barns prestasjon på skolen og kan i verste konsekvens føre til at de faller av. Når familien ikke har råd til sosiale ting for barna sine gjør det heller det lettere for et barn å passe inn på skolen. Ulikhet i levekår i dagens generasjon legger grunnlag for urettferdig fordeling av levekår i neste generasjon. Slik som Atkinson sier: «De som nyter godt av resultatulikhet i dag, kan videreføre en urettferdig fordel til barna sine i morgen» (Atkinson, 2015, s. 33). UNICEF sine rapporter fra 2007 og 2013 som handler om barns rapporterte velvære i velstående land, viser at foreldrenes opplevelse av motgang blir overført til barna. Den blir overført gjennom foreldrenes psykiske helse, gjeldsnivå, dårligere økonomi og konflikt i hjemmet. I sårbare familier er barn og ungdom klar over over stresser som ligger over foreldrene, som øker deres sårbarhet for dårligere psykisk helse. Foreldrene i studien fortalte at barna har begynt å skjønne at foreldrene er fattige og har bekymringer om penger. Bekymringer rundt økonomi kan lett bli til stress som er dårlig for barns utvikling og psykiske helse.

(...) Jeg ser på den eldste jentungen, at ho begynner å slite litt med det at vi har så lite penger. Liksom hun bekymrer seg mye og lurer på om vi er fattige og hvorfor ho ikke kan gjøre ting som vennene hennes gjør. Hun begynner å merke at det tærer på. (Matteo)

Slik som jeg har vist innledningsvis i studien blir det større og større inntektsforskjellinger i Norge. Wilkinson og Pickett har sammenlignet UNICEF sine rapporter fra 2007 og 2013. Forskningen viser at velvære hos barn i velstående land er verre jo større ulikhet det er (2015, s. 39). Avslutningsvis skal jeg gå inn på hvordan urettferdighet og mistillit henger sammen med ulikhet i samfunnet.

5.11 Urettferdighet, mistillit og ulikhet

Halvparten av respondentene sier at de har 0 eller 1 på tillit til staten. Lav tillit til staten kan ofte være knyttet til urettferdighet i samfunnet og ulykkelighet. Forskning av Oishi et al. (2011) viser at lavere nivå av oppfattet rettferdighet og tillit førte til at lavinntektspersoner følte seg mindre glade i årene med større inntektsulikhet (s. 1099). Ingen respondenter i studien synes samfunnet er rettferdig når det kommer til inntekt og formue.

Sånn som samfunnet er bygd opp nå blir det klasseskiller. Regjeringen og Stortinget lager klasseskiller så det holder (...). Hvis man ser på politikken for eksempel har det blitt skattelette for de rikeste, også har det blitt kutt i mange ordninger for de som har minst (...). Hvis man ser på mye av det som skjer i samfunnet, så er det skjævt så det holder. (William)

Vi skal være en kjempefantastisk velferdsstat, men vi blir mer og mer kapitalister her også. De rike får mer og de fattige får mindre, klasseskillene blir bare større og større. Det er

ikke mye rettferdig det som skjer her heller. Når det skal være så fantastisk utad, men hvis man ser litt lengre inn i gromset, så er det ikke så fint som de skal ha det til. Ikke i det hele tatt. Begynner å bli flere og flere barn som lever under fattigdomsgrensa, fordi at staten mener at foreldrene har nok til å klare seg, men man trenger mer enn å så vidt klare det, men man må kunne leve i tillegg. (Matteo)

Easterlin-paradokset kalles funnet som sier at gjennomsnittlig lykke ikke er knyttet til økonomisk vekst. Nøkkelen for å forstå paradokset er at veksten ofte ikke blir jevnt fordelt. Hvis veksten går til de rikeste og ikke til hele befolkningen, øker ikke lykkenivået. Høy grad av ulikhet er en bedre forklaringsvariabel for manglende lykke enn BNP. Lykke har sitt utspring i relativ status og ulikhet (Payne, 2018, s. 206-207).



Figur 5.6 Forholdet mellom ulikhet, mistillit, urettferdig og mindre lykkefølelse.

Før jeg starter på siste kapittel vil jeg poengtere at jeg i denne studien ser på noen sosial-psykologiske konsekvenser. Ifølge kritisk realisme som er ett av mine vitenskapsteoretiske utgangspunkt er at en ikke kan si med sikkerhet at X har blitt forårsaket bare av en mekanisme kalt Y (Jespersen, 2004, s. 175). I denne studien har jeg sett på hvordan X (ulikhet og dårlige levekår) påvirker Y (emosjoner, kognisjoner og atferd). Jeg ser på noen sosial-psykologiske konsekvenser og utelukker ikke at det kan være andre grunner som spiller inn som jeg ikke har dekt i denne studien.

6 AVSLUTNING

I dette avsluttende kapitlet skal jeg først ta for meg hva jeg har gjort i denne studien. Dette følges opp med oppsummering av funn. Deretter tar jeg for meg hva jeg kunne gjort annerledes i en ny studie, og helt til sist tar jeg for meg aktuelle forslag til forbedring av levekår og livskvalitet for lavinntektspersoner.

6.1.1 Hva jeg har gjort i denne studien

I denne studien har jeg gjennomført åtte intervjuer av lavinntektspersoner for å se på noen sosial-psykologiske konsekvenser av ulikhet og dårlige levekår. Mitt hovedbidrag i denne studien er å se ulikhet og ulik fordeling av goder og levekår (makro) i sammenheng med livskvalitet (mikro). I forhold til denne studien har jeg særlig trukket frem at respondentene kommer dårlig ut på levekårskomponentene arbeid, økonomi og bolig som fører til forringet livskvalitet. Når det

kommer til livskvalitet har jeg i hovedsak trukket frem negative konsekvenser av stress og sosiale sammenligninger i lys av at vi lever i et land med stadig større ulikhet. For å gjennomføre denne studien har mitt vitenskapsteoretisk utgangspunkt vært fenomenologi, hermeneutikk og kritisk realisme som har vært styrende for retningen til studien. Disse tre retningene har vært nødvendige for å kunne å avdekke to forskjellige forhold. Det ene aspektet handler om å veksle mellom mikro- og makronivå, slik at jeg kunne fange opp det aktive subjekt sin utforming av sin egen livssituasjon og hvordan den preges av omgivelsene. Det andre aspektet handler om subjektive beskrivelser av hvordan det er å leve med lavinntekt som jeg videre har fortolket i lys av teori av Barstad, Wilkinson, Pickett og Payne.

6.1.2 Oppsummering av funnene i studien

Her skal jeg gjennomgå en liten oppsummering av funnene i studien. I denne studien har jeg forsøkt å vise respondenters livsverden og deres tolkning av virkeligheten, som jeg videre har tolket i en større sammenheng gjennom teori og forskning.

Jeg har fått innsikt i hvilke strukturelle hindringer som de opplever i hverdagen. Funnen i studien viser at manglende utdanning, dårlig psykisk- og fysisk helse og hull i CV-en har ført til å flere har blitt ekskludert fra arbeidsmarkedet. Dette har igjen ført til negative spiraler ved at de har fått enda dårligere økonomi og psykisk- og fysisk helse. Dårlig økonomi gir enda flere negative ringvirkninger siden det fører til kortsiktige kreditt muligheter og opparbeidelse av gjeld. Dette fører igjen til at økonomien blir enda dårligere, siden de må betale høye renter og avdrag.

Siden respondentene har dårlig økonomi hindrer det et stort ønske hos respondentene som er huskjøp. Å leie fører til enda et økonomisk tap, som de hadde sluppet hvis de kunne komme inn på eiemarkedet. En av de strukturelle hindringene her er at boligprisene har steget kontinuerlig siden 1992. Boligmarkedet gir dermed økonomisk avkastning, som gjør det til en arena for de rike. Investorer tar ut gevinst ved videresalg på grunn av kontinuerlig vekst i prisnivå, i tillegg som de kan kjøpe for å leie ut. De som er på leiemarkedet finansierer andre sine huslån gjennom leie de betaler, i tillegg til at personer som har huslån får skattefradrag, som gjør det ekstra gunstig for huseiere. Attpåtil får også de som eier all verdistigning til deres hånd uten å måtte skatte av det. Forskjeller mellom de som eier og leier er samfunnsskapt. Dette fører til at den største forskjellen mellom fattig og rik er skillet mellom de som eier sin egen bolig og de som leier. Å eie er en fordel i seg selv, men samfunnet gir eiere flere fordeler som gjør skjevheten enda større.

Videre i studien har jeg sett på hvordan ulikhet og dårlige kår fører til noen sosial-psykologiske konsekvenser. De sosial-psykologiske konsekvensene jeg har sett på er i hovedsak psykisk helse, stress, negative sosiale sammenligninger, egooppfatning, støtte og ensomhet. Datamateriale viser at respondentene generelt stresser mye, opplever negative sosiale sammenligninger, men at de likevel selv opplever å ha god selvfølelse. Videre så jeg på forsvarsmekanismer og dysfunksjonelle avhengigheter. Det er to i studien som lider av spilleavhengighet, og det er to som tidligere har drevet med rus. Det er også to i studien som ofte spiser trøstemat. Grunnene til at de begynte med disse dysfunksjonelle mestringsstrategiene mobbing, mangel på selvtilitt, flykte fra fra denne verden og få kontroll på eget liv, ensomhet, dårlig økonomi, nedtrykt psykisk. Disse

grunnene stemmer godt overens med Wilkinson og Pickett (2018) sin teori om at forsvarsmekanismer og dysfunksjonelle avhengigheter er måter å tilpasse seg følelser av å være utstøtt, ekskludert fra sosiale relasjoner, mistilpasset og fremmedgjorthet fra den virkelige verden. Personer føler seg rett og slett ulykkelige i seg selv (s. 90).

Funnene i denne studien viser at foreldrenes økonomi går utover barna. Noen av barn går sultne på skolen og får i seg dårlig og usunn mat siden foreldrene ikke har råd. Andre barn har ikke råd til aktiviteter eller sosiale ting. Det er også flere som ikke har råd til å reise på ferie med barna sine. Foreldrene i studien fortalte også at barna har begynt å skjønne at foreldrene er fattige og har bekymringer om penger. Bekymringer rundt økonomi kan lett bli til stress som er dårlig for barns utvikling og psykiske helse. Slik som Atkinson (2015) trekker frem legger ulikhet i levekår i dagens generasjon grunnlag for urettferdig fordeling av levekår i neste generasjon (Atkinson, 2015, s. 33).

Generelt sett har respondentene liten tillit til staten som kan henge sammen med at respondentene opplever samfunnet som urettferdig som flere begrunner med at samfunnet har fått stor ulikhet. Easterlin-paradokset kalles funnet som sier at gjennomsnittlig lykke ikke er knyttet til økonomisk vekst. Nøkkelen for å forstå paradokset er at veksten ofte ikke blir jevnt fordelt. Hvis veksten går til de rikeste og ikke til hele befolkningen, øker ikke lykkenivået (Payne, 2018, s. 206-207). Videre skal jeg gjennomgå noen refleksjoner rundt hva jeg kunne gjort annerledes i ny studie.

6.1.3 Hva jeg kunne gjort annerledes i en ny studie

Her skal jeg gjennomgå noen refleksjoner rundt hva jeg kunne gjort annerledes i en ny studie på godt og vondt.

Noen av spørsmålene som går på sosiale sammenligninger ville jeg stilt annerledes i en ny undersøkelse. Jeg har stilt noen spørsmål som går på sosiale sammenligninger og kjøpatferd: «kjøper du ting for å bedre hvordan du blir oppfattet?», «kjøper du store ting for å bedre hvordan barna blir oppfattet?», «føler du stor lykke ved å kjøpe store ting som andre har?» og «kjøper du varer på grunn av at andre har det». Mange av mine respondenter har ikke råd til å tenke på sånne ting, og de har ikke råd til å kjøpe ting på grunn av at andre har det. Jeg ville beholdt noen av spørsmålene, men til sammen tenker jeg at det blir litt mange spørsmål som går på sosiale sammenligninger i forhold til kjøpatferd.

Jeg ville videre tenkt på andre måter jeg kunne fått frem sosiale sammenligninger. Jeg synes i motsetning til de spørsmålene at andre spørsmål jeg har i intervjuguiden får frem sosiale sammenligninger på en god måte som: «hva gjør det med deg at du sammenligner deg med andre?», «hvordan ser du på andre som har bedre livssituasjon enn deg selv?», «fra en skala fra 1-4 hvor rettferdig er samfunnet når det gjelder inntekt og formue» (med et tilleggsspørsmål «gi en begrunnelse for svaret») og «hvordan synes du det er å leve i et rikt land med lav inntekt?». Det er ikke alle disse spørsmålene som direkte handler om sosiale sammenligninger, men det er spørsmål som får respondentene til å tenke over sin livssituasjon i forhold til andre, som gjør at de åpner seg opp om sosiale sammenligninger. Det synes jeg har vært gode spørsmål for å belyse sosiale

sammenligninger og jeg ville i en ny undersøkelse trukket frem flere slike spørsmål om sosiale sammenligninger istedenfor kjøptatferd.

I denne undersøkelsen har jeg tatt i bruk subjektiv livskvalitet og objektiv livskvalitet. Når det kommer til å objektiv livskvalitet har jeg brukt rapporten «*Livskvalitet: Anbefalinger for et bedre målesystem*» (Nes et al., 2018, 27. august), som utgangspunkt for å finne forskjellige skalaer. Jeg har ikke alltid tatt i bruk de skalaene de har anbefalt sterkest å bruke på grunn av plassmangel i studien. Det er noe som kunne vært gjort annerledes i en ny studie. I forhold til subjektiv livskvalitet har jeg i stor grad brukt spørsmål jeg har formulert selv, for å kunne få de svarene jeg trengte i forhold til problemstillingen. I en ny undersøkelse ville jeg i større grad gått ut ifra standarder som er anbefalt i rapporten, i tillegg til mine egendefinerte spørsmål på livskvalitet hvis det er behov for det. Styrken til universelle spørsmål er at jeg i mye større grad kan sammenligne spørsmålene med andre studier.

På spørsmålet «hva gjør du når det er en vare du har lyst på?» med svaralternativene: «Kjøper varen først og betaler den senere når jeg har råd og «Spare penger og deretter kjøper varen jeg har lyst på». Ville jeg lagt til et tredje svaralternativ som heter «La være å kjøpe varen», eller stilt spørsmålet på en annen måte. Mange lavinntektspersoner har ikke mulighet til å spare penger, så det svaralternativet vil ikke være tilgjengelig for mange av dem, men det betyr ikke at de vil kjøpe varen på avbetaling. Mange ville latt være å kjøpe varen hvis det ikke var helt nødvendig å ha det.

6.1.4 Aktuelle forslag til forbedring av levekår og livskvalitet

Så hva kan vi gjøre med ulikhet og lavinntekt? Det er flere tiltak som kan bli gjort. Det ene handler om strukturer i samfunnet og hvordan det er bygd opp. Det andre handler om menneskers reaksjonsmønstre. Strukturer kan både virke hemmende og fremmende for individer. Vi må finne måter der strukturene virker fremmende for personer som har lavinntekt og ikke bare de med god økonomi.

Den mest effektive måten er å redusere ulikheten å gjøre klasseskillene mindre. På denne måten kan vi treffe mange problemer samtidig. For å få til dette må de sosiale skillene reduseres ved at de øverst i det sosiale hierarkiet kuttes ned, mens de på bunn får et løft. Det kunne hjulpet mange av respondentene er om vi hadde hatt en litt mer sjenerøs velferdsstat som hadde gitt lavinntektspersoner de økonomiske ressursene de trenger til å komme seg ut av de negative sirklene og akkumulerende ulempene. Forskning viser nemlig at økonomiske vansker har en sterk tendens til å hope seg opp med andre velferdsproblemer (Bask, 2011, 2016; Halleröd & Bask, 2008; Halleröd & Larsson, 2008). Jeg mener at vi bør satse på tiltak som har generell effekt, og ikke tiltak som er rettet mot lavinntektspersoner, som kan virke stigmatiserende. Tiltak kan være å øke minstelønnen, kutte i lederlønninger og styrke fagforeninger, øke progressiv skatt og innføre borgerlønn og gratis mat på skolen for barna. Jeg vil vie ekstra plass til en arena som jeg mener utgjør den største forskjellen mellom fattig og rik i Norge, nemlig boligmarkedet.

Jeg mener at boligmarkedet er den viktigste arenaen for å redusere ulikheten. Boligmarkedet bør være en arena for alle, siden det er viktig for menneskers levekår og livskvalitet. Å eie sin egen bolig gir økt trygghet og mulighet til å tenke langsiktig. Leiemarkedet i Norge er lite

sammenlignet med mange andre land, som fører til at det er et kortsiktig og fragmentert utleietilbud med stor usikkerhet. Boligmarkedet er en arena som ikke bør være så fritt som den er i dag, og bør ha flere reguleringer. Det bør ikke være slik at de rike kan tjene på gevinst fra videresalg og storutleie.

Det andre tiltaket er å sammenligne oss med andre på en sunnere om mer kontrollert måte. «Kontrollert sammenligning betyr først og fremst at vi lærer å kjenne igjen når vi er rammet av en slik tvangstanke, og for det andre at vi velger på en klok måte hva slags sammenligning som egentlig er relevant og nyttig» (Payne, 2018, s. 212). Hvis vi bare har oppadgående sammenligninger, vil det gi en følelse av utilstrekkelighet og at det er noe galt med det vi har fra før av. For å få til sunne og nytte sammenligninger må vi sammenligne oss med andre oppover og nedover på den sosiale stigen. Vi må sammenligne oss oppover for å få noe å strekke oss til og sette oss mål i livet, og vi må sammenligne oss med de nedover for å sette pris på det vi har, og at det kunne vært verre. Det vil være med på å sette rammer for livet vårt og sette det i perspektiv.

Norge blir betegnet som en forbruksstat, og er absolutt er land med stort forbruk. Vi kjøper ting for å høre til, for å være en del av gruppen og vi kjøper ting for å vise at vi er gode nok. De som har lavinntekt har ikke sjans til å holde tritt og blir sett på som mislykkede. Vi trenger en normaltilstand som er basert på andre verdier enn ytre materialistiske verdier. Det er viktig å tenke over hvilke verdier som er viktig for oss. Forskning fra Norsk Monitor som ble presentert i Aftenposten av Hellevik (2019) viser at idealister er lykkeligere enn materialister. Ved å tenke over hvilke verdier som er viktig for oss i livet, kan vi forstyrre det ubevisste tankemønstre der vi hele tiden sammenligner oss med andre for å vurdere oss selv. Vi kan finne det som er viktig for oss selv på et indre plan i mye større grad og føle en sterkere lykkefølelse.

Jeg sier ikke at total likhet er det som bør etterstrebes i et samfunn. Personer med høyere utdanning, flere ferdigheter og mer erfaring skal få høyere lønn en ufaglærte arbeidere som nettopp har startet i jobben. Det som er viktig er at lønnen er rettferdig. Det skal samsvare med hva de bidrar med hvordan de blir belønnet. Ved å spre hvordan ulikhet virker inn på mennesker og hvordan vi oppfører oss på grunn av større ulikhet, kan vi kanskje leve bedre i den tiden vi lever med høyere ulikhet, samtidig som vi bør sette oss som mål å redusere ulikheten.

7 REFERANSELISTE

- Aaberge, R. & Stubhaug, M., E. (2018). Formuesulikheten øker: SSB analyse 2018/18: formuesulikhet i Norge 1995–2016. Hentet fra <https://www.ssb.no/inntekt-og-forbruk/artikler-og-publikasjoner/formuesulikheten-oket>
- Allardt, E. (1990). Challenges for Comparative Social Research. *Acta Sociologica*, 33(3), 183-193. <https://doi.org/10.1177/000169939003300302>
- Andersen, I. (1997). *Den skinbarlige virkelighet : om valg af samfundsvidenskabelige metoder*. Frederiksberg: Samfundslitteratur.
- Arbeids- og velferdsdirektoratet. (2019). *NAV's omverdensanalyse 2019 Utvikling, trender og konsekvenser fram mot 2030*. Oslo: Arbeids- og velferdsdirektoratet
- Archer, M., Sharp, R., Stones, R. & Woodiwiss, T. (1999). Critical Realism and Research Methodology. *Alethia*, 2(1), 12-16. <https://doi.org/10.1558/aleth.v2i1.12>
- Atkinson, A. B. (2015). *Ulikhet : hva kan gjøres?* Oslo: Cappelen Damm.
- Barstad, A. (2014). *Levekår og livskvalitet: vitenskapen om hvordan vi har det*. Oslo: Cappelen Damm akademisk.
- Barstad, A. (2016). *Opphopning av dårlige levekår: En analyse av Levekårsundersøkelsen EU-SILC 2013 (Rapporter 2016/32)*. Statistisk sentralbyrå.
- Barstad, A. (2017). Syk, fattig og ensom? Hentet 22.10.2018 fra <https://www.ssb.no/sosiale-forhold-og-kriminalitet/artikler-og-publikasjoner/syk-fattig-og-ensom>
- Barstad, A., Normann, T. M., Nes, R. B., Reneflot, A., Røysamb, E., Hougen, H. C., ... Herheim, M. H. V. o. Å. (2016). *Gode liv i Norge : Utredning om måling av befolkningens livskvalitet*. Oslo: Helsedirektoratet.
- Bask, M. (2010). Increasing Inequality in Social Exclusion Occurrence: The Case of Sweden during 1979-2003. *Social Indicators Research*, 97(3), 299-323. <https://doi.org/10.1007/s11205-009-9512-z>
- Bask, M. (2011). Cumulative Disadvantage and Connections Between Welfare Problems. *Social Indicators Research*, 103(3), 443-464. <https://doi.org/10.1007/s11205-010-9711-7>
- Bask, M. (2016). Accumulation and Persistence of Welfare Problems over Time. *An International and Interdisciplinary Journal for Quality-of-Life Measurement*, 125(3), 757-770. <https://doi.org/10.1007/s11205-015-0868-y>
- Bask, M. & Bask, M. (2015). Cumulative (Dis)Advantage and the Matthew Effect in Life-Course Analysis. *PLoS One*, 10(11), e0142447. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0142447>

- Blanton, H., Crocker, J. & Miller, D. T. (2000). The Effects of In-Group versus Out-Group Social Comparison on Self-Esteem in the Context of a Negative Stereotype. *Journal of Experimental Social Psychology*, 36(5), 519-530. <https://doi.org/10.1006/jesp.2000.1425>
- Bratanova, B., Loughnan, S., Klein, O., Claassen, A. & Wood, R. (2016). Poverty, inequality, and increased consumption of high calorie food: Experimental evidence for a causal link. *Appetite*, 100, 162-171. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.01.028>
- Buch-Hansen, H. & Nielsen, P. (2012). Kritisk realisme. I S. Juul & K. B. Pedersen (Red.), *Samfundsvidenskabernes videnskabsteori: En indføring* (1. utg., s. 277-318). København: Hans Reitzels forlag.
- Böhnke, P. (2008). Are the poor socially integrated? The link between poverty and social support in different welfare regimes. *Journal of European Social Policy*, 18(2), 133-150. <https://doi.org/10.1177/0958928707087590>
- Callan, M. J., Shead, N. W. & Olson, J. M. (2011). Personal Relative Deprivation, Delay Discounting, and Gambling. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(5), 955-973. <https://doi.org/10.1037/a0024778>
- Crocker, J. & Major, B. (1989). Social stigma and self-esteem: the self-protective properties of stigma. *Psychological Review*, 96(4), 608-630.
- Crocker, J., Voelkl, K., Testa, M., Major, B. & Tesser, A. (1991). Social Stigma: The Affective Consequences of Attributional Ambiguity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(2), 218-228. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.2.218>
- Demo, D. H. & Hogan, R. (1985). The Measurement of Self-Esteem: Refining Our Methods. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48(6), 1490-1502. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.48.6.1490>
- Dickerson, S. S. & Kemeny, M. E. (2004). Acute Stressors and Cortisol Responses: A Theoretical Integration and Synthesis of Laboratory Research. *Psychological Bulletin*, 130(3), 355-391. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.130.3.355>
- DiMaggio, P. & Garip, F. (2012). Network Effects and Social Inequality. *Annual Review of Sociology*, 38(1). <https://doi.org/10.1146/annurev.soc.012809.102545>
- Eurostat. (2017, 10.04.2019). Distribution of population by tenure status, type of household and income group - EU-SILC survey. Hentet 23.04.2019 fra <https://ec.europa.eu/eurostat>
- Ferrarini, T., Kenneth, N. & Sjöberg, O. (2010). Multipla välfärdspenningar: Sverige i ett jämförande perspektiv. I *Social rapport 2010* (s. 128-148). Stockholm: Socialstyrelsen.
- Frank, R. H. (1999). *Luxury Fever: Why money fails to satisfy in an era of excess*. New York: Simon and Schuster.
- Godfrey-Smith, P. (2003). *Theory and reality : an introduction to the philosophy of science*. Chicago, Ill: University of Chicago Press.

- Grimen, H. (2000). *Samfunnsvitenskapelige tenkemåter*. Oslo: Universitetsforl.
- Groesz, L. M., McCoy, S., Carl, J., Saslow, L., Stewart, J., Adler, N., ... Epel, E. (2012). What is eating you? Stress and the drive to eat. *Appetite*, 58(2), 717-721.
<https://doi.org/10.1016/j.appet.2011.11.028>
- Grondin, J. (2016). The Hermeneutical Circle. I N. Keane & C. Lawn (Red.), *The Blackwell companion to hermeneutics* (s. 399-407). Chichester: John Wiley & Sons, Inc.
<https://doi.org/10.1002/9781118529812.ch34>
- Grønmo, S. (2004). *Samfunnsvitenskapelige metoder*. Bergen: Fagbokforl.
- Halleröd, B. (2000). Poverty, inequality and health. I D. Gordon & P. Townsend (Red.), *Breadline Europe: the measurement of poverty* (s. 165-187). Bristol: The Policy Pres.
- Halleröd, B. (2009). Ill, worried or worried sick? Inter-relationships among indicators of wellbeing among older people in Sweden. *Ageing and Society*, 29(4), 563-584.
<https://doi.org/10.1017/S0144686X09008502>
- Halleröd, B. & Bask, M. (2008). Accumulation of Welfare Problems in a Longitudinal Perspective. *An International and Interdisciplinary Journal for Quality-of-Life Measurement*, 88(2), 311-327. <https://doi.org/10.1007/s11205-007-9192-5>
- Halleröd, B. & Larsson, D. (2008). Poverty, welfare problems and social exclusion. *International Journal of Social Welfare*, 17(1), 15-25. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2397.2007.00503.x>
- Halleröd, B. & Seldén, D. (2013). The Multi-dimensional Characteristics of Wellbeing: How Different Aspects of Wellbeing Interact and Do Not Interact with Each Other. *An International and Interdisciplinary Journal for Quality-of-Life Measurement*, 113(3), 807-825.
<https://doi.org/10.1007/s11205-012-0115-8>
- Halvorsen, K. (2014). *Velferd : fra idé til politikk for et godt samfunn*. Oslo: Cappelen Damm akademisk.
- Hammersley, M. & Atkinson, P. (1996). *Feltmetodikk* (2. utg.). Oslo: Gyldendal.
- Hay, C. (2002). *Political Analysis: A Critical Introduction*. Basingstoke: Palgrave.
- Heap, J., Lennartsson, C. & Thorslund, M. (2013). Coexisting disadvantages across the adult age span: A comparison of older and younger age groups in the Swedish welfare state. *International Journal of Social Welfare*, 22(2), 130-140. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2397.2012.00886.x>
- Hellevik, O. (2002). *Forskningsmetode i sosiologi og statsvitenskap* (7. utg.). Oslo: Universitetsforl.
- Hellevik, O. (2019, 12. Mars). Fattigdom bidrar ikke til lykke. *Aftenposten, debatt og meninger*, s. 31.
- Houston, S. (2002). Reflecting on Habitus, Field and Capital. *Journal of Social Work*, 2(2), 149-167. <https://doi.org/10.1177/146801730200200203>

- Jacobsen, D. I. (2015). *Hvordan gjennomføre undersøkelser? : innføring i samfunnsvitenskapelig metode* (3. utg.). Oslo: Cappelen Damm akademisk.
- Jespersen, J. (2004). Kritisk realisme. I L. Fuglsang & P. B. Olsen (Red.), *Videnskabsteori i samfundsvidenskabene: På tværs af fagkulturer og paradigmer* (2. utg., s. 145-178). Fredriksberg: Roskilde Universitetsforl.
- Johansson, S. (2002). Conceptualizing and measuring quality of life for national policy: from the Swedish Level of Living Survey to an Epistemology of the Democratic Process. *Social Indicators Research*, 58, 13-32. https://doi.org/10.1007/0-306-47513-8_2
- Juul, S. (2012). Fænomenologi. I S. Juul & K. B. Pedersen (Red.), *Samfundsvidenskabernes vidensabsteori: En indføring* (1. utg., s. 65-106). København: Hans reitzels forlag.
- Kahneman, D. & Deaton, A. (2010). High income improves evaluation of life but not emotional well-being. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107(38), 16489-16493. <https://doi.org/10.1073/pnas.1011492107>
- Kasser, T. (2002). *The High Price of Materialism* United States: Mit Press.
- Kendler, K. S., Gardner, C. O. & Prescott, C. (2001). Are there sex differences in the reliability of a lifetime history of major depression and its predictors? *Psychol. Med.*, 31(4), 617-625.
- Kendler, K. S., Neale, M. C., Kessler, R. C., Heath, A. C. & Eaves, L. J. (1993). The lifetime history of major depression in women: reliability of diagnosis and heritability. *Archives of General Psychiatry*, 50, 863-870.
- Kirschbaum, C., Prussner, J. C., Stone, A. A., Federenko, I., Gaab, J., Lintz, D., ... Hellhammer, D. H. (1995). Persistent High Cortisol Responses to Repeated Psychological Stress in a Subpopulation of Healthy Men. *Psychosomatic Medicine*, 57(5), 468-474. <https://doi.org/10.1097/00006842-199509000-00009>
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg.). Oslo: Gyldendal akademisk.
- Lewis, J. (2009). Redefining Qualitative Methods: Believability in the Fifth Moment. *International Journal of Qualitative Methods*, 8(2), 1-14. <https://doi.org/10.1177/160940690900800201>
- Loge, J. H. & Kaasa, S. (1998). Short Form 36 (SF-36) health survey: normative data from the general Norwegian population. *Scandinavian Journal of Social Medicine*, 26(4), 250-258. <https://doi.org/10.1177/14034948980260040401>
- Løyland, K., Hjelmbrekke, S. & Lunder, T. E. (2012). Hopning av levekårsulemper i storbyene. Effekter på utgifter til sosialtjenesten.
- Major, B., Sciacchitano, A. M. & Crocker, J. (1993). In-Group Versus Out-Group Comparisons and Self-Esteem. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 19(6), 711-721. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1177/0146167293196006>

- Martinot, D., Redersdorff, S., Guimond, S. & Dif, S. (2002). Ingroup Versus Outgroup Comparisons and Self-Esteem: The Role of Group Status and Ingroup Identification. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(11), 1586-1600. <https://doi.org/10.1177/014616702237585>
- McPherson, M., Smith-Lovin, L. & Cook, J. M. (2001). Birds of a Feather: Homophily in Social Networks. *Annual Review of Sociology*, 27(1), 415-444. <https://doi.org/10.1146/annurev.soc.27.1.415>
- Meld. St. 13 (2018–2019). (2019). *Muligheter for alle: Fordeling og sosial bærekraft*. Oslo: Det kongelige finansdepartementet.
- Meld. St. 29 (2016-2017). (2017). *Perspektivmeldingen 2017 (Meld. St. 29)*. Oslo: Det kongelige finansdepartementet Hentet fra <https://www.regjeringen.no/contentassets/aefd9d12738d43078cbc647448bbeca1/no/pdfs/stm201620170029000dddpdfs.pdf#page=136>
- Nes, R. B. & Clench-Aas, J. (2011). *Psykisk helse i Norge : tilstandsrapport med internasjonale sammenligninger*. Oslo: Folkehelseinstituttet.
- Nes, R. B., Hansen, T. & Barstad, A. (2018, 27. august). *Livskvalitet: Anbefalinger for et bedre målesystem*. Oslo: Helsedirektoratet.
- NESH. (2016). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi*. Oslo: De nasjonale forskningsetiske komiteer.
- Neuman, W. L. (2003). *Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches* (2. utg.). Boston: Allyn and Bacon.
- Nordin, M. & Nordin, S. (2013). Psychometric evaluation and normative data of the Swedish version of the 10-item perceived stress scale. *Scandinavian Journal of Psychology*, 54(6), 502-507. <https://doi.org/10.1111/sjop.12071>
- Normann, T. M. (2017, 20. februar). *Hvordan måle boutgiftsbelastning? En diskusjon av forholdet mellom inntekter og utgifter til bolig. (Notater 2017/06)*. Oslo/Kongsvinger Statistisk sentralbyrå. Hentet fra <https://www.ssb.no/bygg-bolig-og-eiendom/artikler-og-publikasjoner/attachment/291690?ts=159b1b0eb98>
- NOU 1976: 28. (1976). *Levekårsundersøkelsen. Sluttrapport*. Forbruker- og administrasjonsdepartementet
- NOU 1978:3. *Levekårsundersøkelsen. Regionale ulikheter i levekår* (3). Oslo: Universitetsforlaget.
- NOU 1993:17. *Levekår i Norge. Er graset grønt for alle?* Finans-og tolldepartementet.
- OECD. (2018). *How's life? 2017: Measuring well-being*. . Paris OECD publishing
- Oishi, S., Kesebir, S. & Diener, E. (2011). Income Inequality and Happiness. *Psychological Science*, 22(9), 1095-1100. <https://doi.org/10.1177/0956797611417262>

Payne, K. (2018). *Følelsen av forskjell: slik påvirker ulikhet hvordan vi tenker, lever og dør*. Oslo: Res publica.

Pez, O., Bitfoi, A., Carta, M., Jordanova, V., Mateos, R., Prince, M., ... Kovess-Masfety, V. (2006). Survey instruments and methods. I J. Lavikainen, T. Fryers & V. Lehtinen (Red.), *Improving mental health information in Europe: proposal of the MINDFUL project* (s. 49-58). Helsinki, Finland: Stakes.

Pickett, K. E. & Wilkinson, R. G. (2015). The ethical and policy implications of research on income inequality and child well-being. *Pediatrics*, 135(Supplement), 39-49.

<https://doi.org/10.1542/peds.2014-3549E>

Porpora, D. V. (1989). Four concepts of social structure *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 19(2), 195-211.

Pruessner, J. C., Hellhammer, D. H. & Kirschbaum, C. (1999). Low self-esteem, induced failure and the adrenocortical stress response. *Personality and Individual Differences*, 27(3), 477-489.

[https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00256-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00256-6)

Repstad, P. (2007). *Mellom nærhet og distanse: kvalitative metoder i samfunnsfag* (4. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.

Robins, R. W., Hendin, H. M. & Trzesniewski, K. H. (2001). Measuring Global Self-Esteem: Construct Validation of a Single-Item Measure and the Rosenberg Self-Esteem Scale. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(2), 151-161. <https://doi.org/10.1177/0146167201272002>

Robins, R. W., Tracy, J. L., Trzesniewski, K., Potter, J. & Gosling, S. D. (2001). Personality Correlates of Self-Esteem. *Journal of Research in Personality*, 35(4), 463-482.

<https://doi.org/10.1006/jrpe.2001.2324>

Rosenberg, M., Schooler, C., Schoenbach, C. & Rosenberg, F. (1995). Global self-esteem and specific self-esteem: Different concepts, different outcomes. *American Sociological Review*, 60(1), 141. <https://doi.org/10.2307/2096350>

Savage, M., Warde, A. & Devine, F. (2005). Capitals, assets, and resources: some critical issues. *The British Journal of Sociology*, 56(1), 31-47. <https://doi.org/10.1111/j.1468-4446.2005.00045.x>

Schneider, E. E., Schönfelder, S., Wolf, M. & Wessa, M. (2017). All stressed out? Introducing a German version of the perceived stress scale: Validation, psychometric properties and sample differences in healthy and clinical populations. *Psychoneuroendocrinology*, 83, 21-21.

<https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2017.07.296>

Seeman, T. E., Berkman, L. F., Gulanski, B. I., Robbins, R. J., Greenspan, S. L., Charpentier, P. A. & Rowe, J. W. (1995). Self-esteem and neuroendocrine response to challenge: MacArthur studies of successful aging. *Journal of Psychosomatic Research*, 39(1), 69-84.

[https://doi.org/10.1016/0022-3999\(94\)00076-H](https://doi.org/10.1016/0022-3999(94)00076-H)

- Sen, A. (1993). Capability and Well-being. I A. Sen & M. Nussbaum (Red.), *The quality of life* (s. 30-53). New York: Oxford: Clarendon press.
- Silverman, D. (2011). *Interpreting qualitative data: a guide to the principles of qualitative research* (4. utg.). Los Angeles, Calif: SAGE.
- Statistisk Sentralbyrå. (2017a). 11346: Eierstatus, etter inntektsgruppe. Hentet 02.05.2019 fra <https://www.ssb.no/statbank/table/11346>
- Statistisk Sentralbyrå. (2017b). Slik har vi det- Livskvalitet og levekår. Hentet 18.03.2019 fra <https://www.ssb.no/sosiale-forhold-og-kriminalitet/artikler-og-publikasjoner/slik-har-vi-det-2017>
- Statistisk Sentralbyrå. (2019, 11. april). Fattigdomsproblemer, levekårsundersøkelsen Hentet 21.05.2019 fra <https://www.ssb.no/sosiale-forhold-og-kriminalitet/statistikker/fattigdom>
- Stephoe, A., Deaton, A. & Stone, A. A. (2015). Subjective wellbeing, health, and ageing. *The Lancet*, 385(9968), 640-648. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(13\)61489-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)61489-0)
- Strand, B. H., Dalgard, O. S., Tambs, K. & Rognerud, M. (2003). Measuring the mental health status of the Norwegian population: A comparison of the instruments SCL-25, SCL-10, SCL-5 and MHI-5 (SF-36). *Nordic Journal of Psychiatry*, 57(2), 113-118.
- Støren, K. S. & Todorovic, J. (2019, 15. mars). *Levekårsundersøkelsen EU-SILC 2018 Tema: boforhold, utsatthet og uro for lovbrudd. (Notater 2019/14)*. Statistisk Sentralbyrå. Hentet fra <https://www.ssb.no/sosiale-forhold-og-kriminalitet/artikler-og-publikasjoner/attachment/380980?ts=1697b0fc950>
- Thagaard, T. (2013). *Systematikk og innlevelse: en innføring i kvalitativ metode* (4. utg.). Bergen: Fagbokforl.
- Thomassen, M. (2006). *Vitenskap, kunnskap og praksis : innføring i vitenskapsfilosofi for helse- og sosialfag*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Thornquist, E. (2003). *Vitenskapsfilosofi og vitenskapsteori: for helsefag*. Bergen: Fagbokforl.
- Tåhlin, M. (1989). The value and costs of work: a study of the consequences of wage labour for the individual. *European Sociological Review*, 5(2), 115-113.
- Tåhlin, M. (1990). Politics, dynamics and individualism: The Swedish approach to Level of Living research. *An International and Interdisciplinary Journal for Quality of Life Measurement*, 22(2), 155-180. <https://doi.org/10.1007/BF00354838>
- Walasek, L. & Brown, G. (2016). Income Inequality, Income, and Internet Searches for Status Goods: A Cross-National Study of the Association Between Inequality and Well-Being. *An International and Interdisciplinary Journal for Quality-of-Life Measurement*, 129(3), 1001-1014. <https://doi.org/10.1007/s11205-015-1158-4>
- Walasek, L. & Brown, G. D. A. (2015). Income Inequality and Status Seeking: Searching for Positional Goods in Unequal U.S. States. *Psychological Science*, 26(4), 527-533. <https://doi.org/10.1177/0956797614567511>

Ware, J. E., Snow, K. K., Kosinski, M. & Gandek, B. (1993). *SF-36 Health Survey: Manual and Interpretation Guide*. Lincoln;Ri: Quality Metric Incorporated.

Wilkinson, R. & Pickett, K. (2011). *Ulikhetens pris: hvorfor likere fordeling er bedre for alle*. Oslo: Res Publica.

Wilkinson, R. & Pickett, K. (2017). *De etiske og politiske implikasjonene av forskning på inntektsulikhet og barns velferd (Oppvekstrapporten 1/17)*. Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet.

Wilkinson, R. & Pickett, K. (2018). *The inner level: How more equal societies reduce stress, restore sanity and improve everyone's well-being* UK: Penguin Random house.

Wilkinson, R. G. & Pickett, K. E. (2017). The enemy between us: The psychological and social costs of inequality. *European Journal of Social Psychology*, 47(1), 11-24.

<https://doi.org/10.1002/ejsp.2275>

Williams, R. J., Volberg, R. A. & Stevens, R. M. G. (2012). The population prevalence of problem gambling: methodological influences, standardized rates, jurisdictional differences, and worldwide trends. *Ontario problem gambling research centre & the ontario ministry of health and long term care*, 1-273. Hentet fra <http://hdl.handle.net/10133/3068>

INTERVJUGUIDE

INTERVJUER NR.

INTERVJUET BLE FORETATT :
DAG MÅNED

INTERVJUTID I MINUTTER:

INTERVJUGUIDE

TEMA: BAKGRUNNSVARIABLER

1. HVILKET KJØNN ER DU?

MANN KVINNE

2. HVOR GAMMEL ER DU?

3. HVILKET LAND ER DU FØDT I?

SVAR: _____ HVIS FØDT I NORGE → (5)
ANNET LAND ENN NORGE → (4)

4. NÅR KOM DU TIL NORGE?

5. HVILKEN BYDEL ELLER TETTSTED BOR DU I?

SVAR _____

6. HVA ER DIN SIVILSTATUS?

1. GIFT/REGISTERT PARTNER 2. SKILT/SEPARERT
 3. ENKE/ENKEMANN 4. SAMBOER 5. UGIFT

7. HVOR MANGE BARN HAR DU OMSORGSANSVAR FOR? (MEDREGNER STEBARN OG ADOPTIVBARN I ALDEREN 0-18 ÅR)

8. HVOR MANGE PERSONER BESTÅR HUSHOLDNINGEN AV?

9. A) OMTRENT HVOR STOR ER HUSHOLDNINGS BRUTTO ÅRSINNTEKT? (FØR SKATT) B) HVOR STOR OMTRENT ER DIN BRUTTO ÅRSINNTEKT? (FØR SKATT)

UNDER 100.000 KRONER 100.000-199.999 KRONER
 200.000-299.999 KRONER 300.000-399.999 KRONER
 400.000-499.999 KRONER 500.000-599.999 KRONER
 600.000 ELLER MER

10. HVA SLAGS TYPE INNTEKT HAR DU?

1. ARBEIDSINNTEKT HELTID 2. UFØRETRYGD 3. INDIVIDSTØNAD
 4. ARBEIDSINNTEKT DELTID 5. KVP-LØNN 6. AAP
 7. SYKEPENGER 8. SOSIALHJELP 9. DAGPENGER
 10. ALDERS/AFP-PENSJON 11. INTROLØNN 12. STIPEND/LÅN
 13. ANNET: _____

11. HAR DU GJELD?

JA → (12) NEI → (15)

12. A) HVOR MYE GJELD HAR DU?

B) HVOR MYE GJELD HAR DU OG DIN FAMILIE?

UNDER 49 000 KRONER 50 000-99.000
 100.000-199.999 KRONER 200.000-299.999 KRONER
 300.000-399.999 KRONER 400.000-499.999 KRONER
 500.000-599.999 KRONER 600.000-699.999 KRONER
 700.000-799.999 KRONER 800.000-899.999 KRONER
 900.000-999.999 KRONER 1 000 000 ELLER MER

13. A) HVILKEN TYPE LÅN HAR DU?

B) HVILKEN TYPE LÅN HAR HUSHOLDNINGEN DU BOR I?

BOLIGLÅN BILLÅN FORBRUKSLÅN KREDITTKORTLÅN
 STUDIELÅN PRIVATLÅN

ANNET: _____

14. HVA ER ÅRSÅKEN(E) TIL BETALINGSPROBLEMENE

KAN SETTE FLERE KRYSS

- | | | |
|--|--|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> REDUSERTE INNTEKTER | <input type="checkbox"/> ARBEIDSLEDIGHET | <input type="checkbox"/> KONKURS |
| <input type="checkbox"/> MANGLENDE OVERSIKT | <input type="checkbox"/> OVERFORBRUK | <input type="checkbox"/> STRAFFEGJELD |
| <input type="checkbox"/> SYKDOM (DEG SELV) | <input type="checkbox"/> SYKDOM I FAMILIEN | <input type="checkbox"/> SAMLIVSBRUDD |
| <input type="checkbox"/> FOR HØYE LÅN | <input type="checkbox"/> ØKTE RENTER | |
| <input type="checkbox"/> ANNET: _____ | | |

15. HVILKET UTDANNINGSNIVÅ HAR DU FULLFØRT:

- GRUNNSKOLEUTDANNING → (16) VIDEREGÅENDEUTDANNING → (16)
- HØYERE UTDANNING (UNIVERSITETS/HØYSKOLE) → (17)

16.

A) HAR DU EN FAGLIG UTDANNING?

- JA → (16B) NEI → (17)

B) HVA SLAGS FAGLIG UTDANNING HAR DU?

SVAR: _____

17. ER DU UNDER UTDANNING?

- NEI → (18) JA, HELTID → (19) JA, DELTID → (19)

18. HAR DU ET ØNSKE OM Å TA MER UTDANNING?

- JA NEI VET IKKE

19. HVA SLAGS YRKE HAR DU?

SVAR: _____

TEMA: ARBEID**20. HAR DU FÅTT JOBB SOM KVALIFISERER MED DINE KVALIFIKASJONER?**

- JA NEI

NOTAT: _____

21. ER DU ANSATT OFFENTLIG ELLER PRIVAT SEKTOR?

- OFFENTLIG PRIVAT

22. HAR DU EN FAST STILLING ELLER MIDLERTIDIG ANSETTELSE?

- FAST STILLING MIDLERTIDIG ANSETTELSE

23. ER DU FORNØYD ELLER MISFORNØYD MED JOBBEN DU HAR I DAG FRA EN SKALA FRA 1-5, DER 1 ER «SVÆRT FORNØYD» OG 5 ER «SVÆRT MISFORNØYD»?

1. SVÆRT FORNØYD 2. GANSKE FORNØYD
3. VERKEN FORNØYD ELLER MISFORNØYD
4. GANSKE MISFORNØYD 5. SVÆRT MISFORNØYD

24. HVORDAN ER ARBEIDSMILJØET PÅ JOBB?

SVAR: _____

25. FRA EN SKALA FRA 1-5 HVOR FORNØYD ELLER MISFORNØYD ER DU MED LØNNEN PÅ JOBB?

1. SVÆRT FORNØYD 2. GANSKE FORNØYD
3. VERKEN FORNØYD ELLER MISFORNØYD
4. GANSKE MISFORNØYD 5. SVÆRT MISFORNØYD

26. FØLER DU STRESS OG UTRYGGHET I JOBBEN?

SVAR: _____

TEMA: BOLIGSITUASJON

27. LEIER ELLER EIER DU DIN EGEN BOLIG?

- EIER LEIER PRIVAR KOMMUNAL BOLIG
 ANNET: _____

28. A) HAR DU/DERE HØYE BOUTGIFTER?

- JA NEI

B) HVOR MYE BETALER DU/DERE I BOUTGIFTER?

--	--	--	--	--

29. BOR DU TRANGT ELLER HAR DU ROMSLIG MED Plass I FORHOLD TIL ANTALL PERSONER?

1. ROMSLIG Plass 2. HVERKEN TRANGT ELLER ROMSLING
 3. BOR TRANGT

30. FOREKOMMER DET KRIMINALITET, VOLD ELLER HÆRVERK DER DU BOR? SVAR FRA EN SKALA FRA 1-4

1. I HØY GRAD 2. I NOEN GRAD
 3. I LITEN GRAD 4. OVERHODET IKKE

31. HVOR TRYGT OPPLEVER DU AT DITT NABOLAG ER? SVAR PÅ EN SKALA FRA 1-4

1. SVÆRT TRYGT 2. NOKSÅ TRYGT
 3. NOKSÅ UTRYGT 4. SVÆRT UTRYGT

NOTAT: _____

32. HAR BARN DINE ET GODT OPPVEKSTMILJØ?

SVAR: _____

33. PLAGES DU AV FORURENSNING ELLER STØY DER DU BOR? SVAR FRA EN SKALA FRA 1-4

1. I HØY GRAD 2. I NOEN GRAD
 3. I LITEN GRAD 4. OVERHODET IKKE

34. HAR DU NÆR KONTAKT MED NOEN AV NABOENE DINE?

SVAR: _____

35. A) HAR DU/DERE HATT PLANER OM Å FLYTTE TIL ET ANNET STED ELLER BYDEL?

- JA → (35B) NEI → (36)

B) HVOR HAR DU/DERE HATT TENKT TIL Å FLYTTE?

SVAR: _____

TEMA: ØKONOMISK SITUASJON

36. HVORDAN ER DEN ØKONOMISKE SITUASJONEN DIN/TIL FAMILIEN?

SVAR: _____

37. KLARER DU Å LEGGE TIL SIDE PENSER SOM SPARING?

SVAR: _____

38. HAR DU NOEN UBETALTE FORFALTE REGNINGER? SVAR FRA EN SKALA FRA 1-4

1. JA, MANGE 2. EN DEL 3. NOEN FÅ 4. INGEN

39. HAR [DU/HUSHOLDNINGEN] MULIGHET TIL Å KLARE EN UFORUTSETT UTGIFT PÅ 6000 KRONER I LØPET AV EN MÅNED, UTEN Å MÅTTE TA OPP EKSTRA LÅN ELLER MOTTA HJELP FRA ANDRE?

- JA → (40) NEI → (42) VET IKKE → (40)

40. HVIS DU HADDE FÅTT EN UFORUTSETT UTGIFT PÅ 10 000 KR, HADDE DU VÆRT I STAND TIL Å BETALE DEN?

JA→(41) NEI→(42) VET IKKE→(41)

41. HVIS DU HADDE FÅTT EN UFORUTSETT UTGIFT PÅ 25 000 KR, HADDE DU VÆRT I STAND TIL Å BETALE DEN?

JA→(43) NEI→(42) VET IKKE→(42)

42. HVORDAN VILLE DU BETALT REGNING?

- JOBBET EKSTRA LÅNT AV VENNER ELLER FAMILIE
- LÅNT MED SIKKERHET I BOLIG
- KORTSIKTIGE KREDITTMULIGHETER SOM KREDITTKORT, FORBRKSLÅN ETC.
- KONTAKTET KREDITOREN OG SPURT OM Å FÅ UTSATT ELLER DELT OPP REGNINGEN
- ANNET: _____
- _____

43. HVOR SJELDEN ELLER OFTE HAR HUSHOLDETS BETALINGSPROBLEMER FOREKOMMET?

SVAR FRA EN SKALA FRA 1-4

1. ALDRI 2. EN SJELDEN GANG 3. AV OG TIL 4. OFTE
- VET IKKE

44. - ER DU BEKYMRET FOR FREMTIDEN DIN NÅR DET GJELDER ØKONOMI?

- ER DU BEKYMRET FOR FREMTIDEN NÅR DET GJELDER FAMILIENS ØKONOMI?

SVAR: _____

45. ER DIN ØKONOMISKE SITUASJON SÅ ANSTRENGT AT DU IKKE HAR RÅD TIL Å REISE PÅ FERIE MED BARN?

SVAR: _____

46. HVOR GODT ELLER DÅRLIG PASSER DE FØLGENDE PÅSTANDENE FOR DEG?

SVAR FRA EN SKALA FRA 1-5

1. SLIK ØKONOMIEN ER NÅ, FØLER JEG AT JEG ALDRI VIL FÅ DE TINGENE JEG ØNSKER MEG I LIVET

1. SVÆRT GODT 2. GANSKE GODT
3. VERKEN GODT ELLER DÅRLIG 4. GANSKE DÅRLIG
5. SVÆRT DÅRLIG

2. JEG GLEDER MEG OVER LIVET FORDI JEG HAR KONTROLL OVER PENGEBRUKEN MIN

1. SVÆRT GODT 2. GANSKE GODT
3. VERKEN GODT ELLER DÅRLIG 4. GANSKE DÅRLIG
5. SVÆRT DÅRLIG

3. DET ER SÅ VIDT JEG KLARER MEG ØKONOMISK

1. SVÆRT GODT 2. GANSKE GODT
3. VERKEN GODT ELLER DÅRLIG 4. GANSKE DÅRLIG
5. SVÆRT DÅRLIG

47. FØLER DU DEG FATTIG?

SVAR: _____

48. SYNES DU AT DU HAR NOK PENGER TIL Å LEVE ET FULLVERDIG LIV?

SVAR: _____

49. HINDRER ØKONOMIEN DEG I Å VÆRE SOSIAL?

SVAR: _____

50. A) KJØPER DU TING FOR Å BEDRE HVORDAN DU BLIR OPPFATTET?

B) KJØPER DU TING FOR Å BEDRE HVORDAN BARN BLIR OPPFATTET?

SVAR: _____

51. FØLER DU STOR LYKKE VED Å KJØPE STORE TING SOM ANDRE HAR?

SVAR FRA EN SKALA FRA 1-4

1. I HØY GRAD 2. I NOEN GRAD
 3. I LITEN GRAD 4. OVERHODET IKKE

57. SJEKKER DU PRISEN NØYE FØR DU KJØPER NOE?

SVAR FRA EN SKALA FRA 1-5

1. ALLTID 2. SOM OFTEST 3. NOEN GANGER
 4. SJELDEN 5. ALDRI

52. KJØPER DU VARER PÅ GRUNN AV AT ANDRE HAR DET?

SVAR FRA EN SKALA FRA 1-4

1. ALDRI 2. EN SJELDEN GANG
 3. AV OG TIL 4. OFTE →(53) VET IKKE

58. HVILKEN SOSIAL KLASSE TILHØRER DU?

- ARBEIDERKLASSEN/UNDERKLASSEN MIDDELKLASSEN
 OVERKLASSEN

53. HVA GJØR DET MED DEG AT DU SAMMENLIGNER DEG MED ANDRE?

VELG MELLOM FØLGENDE SVARALTERNATIVER ...

- JEG TROR IKKE JEG SAMMENLIGNER MEG MED ANDRE
 JEG SAMMENLIGNER MEG MEN DET PÅVIRKER MEG IKKE
 JEG FØLER MEG OFTE IKKE BRA NOK
 JEG FØLER MEG BEDRE AV DET

59. FRA EN SKALA FRA 1-5 HVOR FORNØYD ELLER MISFORNØYD ER DU MED DIN EGEN SOSIALE STATUS OG PLASSERING?

SVAR FRA EN SKALA FRA 1-5

1. SVÆRT FORNØYD 2. GANSKE FORNØYD
 3. VERKEN FORNØYD ELLER MISFORNØYD
 4. GANSKE MISFORNØYD 5. SVÆRT MISFORNØYD

54.

A) KJØPER DU PRODUKTER ELLER VARER FOR Å BEDRE HVORDAN DU FØLER DET?

SVAR FRA EN SKALA FRA 1-4

1. ALDRI →(55) 2. EN SJELDEN GANG →(B) 3. AV OG TIL →(B)
 4. OFTE →(B) VET IKKE →(55)

B) HVA KJØPER DU?

SVAR: _____

60. HVORDAN SER DU PÅ ANDRE SOM HAR BEDRE LIVSSITUASJON ENN DEG SELV?

SVAR: _____

55. HVA GJØR DU NÅR DET ER EN VARE DU HAR LYST PÅ:

VELG MELLOM TO SVARALTERNATIVER ...

- KJØPE VAREN FØRST OG BETALE DEN SENERE NÅR JEG HAR RÅD
 SPARE PENGER OG DERETTER KJØPE VAREN DU HAR LYST PÅ

61. FRA EN SKALA FRA 1-4 HVOR RETTFERDIG ER SAMFUNNET NÅR DET GJELDER INNTEKT OG FORMUE?

SVAR FRA EN SKALA FRA 1-4

1. I HØY GRAD 2. I NOEN GRAD
 3. I LITEN GRAD 4. OVERHODET IKKE

GI EN BEGRUNNELSE FOR SVARET: _____

56. TYR DU OFTE TIL IMPULSKJØP?

SVAR FRA EN SKALA FRA 1-5

1. ALLTID 2. SOM OFTEST 3. NOEN GANGER
 4. SJELDEN 5. ALDRI

NOTAT: _____

TEMA: HELSE

62. HVORDAN VURDERER DU DIN EGEN HELSE?

SVAR FRA EN SKALA FRA 1-5

1. SVÆRT GOD 2. GANSKE GOD
 3. VERKEN GOD ELLER DÅRLIG
 4. GANSKE DÅRLIG 5. SVÆRT DÅRLIG

63. HAR DU NOEN LANGVARIGE SYKDOMMER ELLER HELSEPROBLEMER?

- JA (64) NEI →(65)

64. OPPLEVER DU BEGRENINGER PÅ GRUNN AV DÅRLIG HELSE?

- JA NEI VET IKKE

65. HAR DU NOEN GANG SAMMENHENGENDE I PERIODER PÅ 14 DAGER ELLER MER ...

NEDENFOR ER DET 6 PÅSTANDER

1. FØLT DEG DEPRIMERT, TRIST ELLER NEDFOR?
 2. VIRKELIG BEBREIDET DEG SELV OG FØLT DEG VERDILØS?
 3. HATT PROBLEMER MED MATLYSTEN ELLER SPIST FOR MYE?
 4. VÆRT PLAGET AV KRAFTLØSHET ELLER MANGEL PÅ OVERSKUDD?
 5. HATT PROBLEMER MED Å KONSENTRERE DEG ELLER VANSKELIG FOR TA BESLUTNINGER?
 6. HATT MINST TRE AV DE PROBLEMENE SOM NEVNT OVENFOR SAMTIDIG

66. HAR DU I LØPET AV DE SISTE 3 MÅNEDENE HATT SØVNPROBLEMER?

- JA NEI VET IKKE

67. I LØPET AV DE SISTE 4 UKENE HAR DU ...**1. FØLT DEG VELDIG NERVØS?**

1. HELE TIDEN 2. NESTEN HELE TIDEN 3. MYE AV TIDEN
 4. EN DEL AV TIDEN 5. LITT AV TIDEN 6. IKKE I DET HELE TATT

2. VÆRT SÅ LANGT NEDE AT INGENTING HAR KUNNET MUNTRE DEG OPP?

1. HELE TIDEN 2. NESTEN HELE TIDEN 3. MYE AV TIDEN
 4. EN DEL AV TIDEN 5. LITT AV TIDEN 6. IKKE I DET HELE TATT

3. FØLT DEG ROLIG OG HARMONISK?

1. HELE TIDEN 2. NESTEN HELE TIDEN 3. MYE AV TIDEN
 4. EN DEL AV TIDEN 5. LITT AV TIDEN 6. IKKE I DET HELE TATT

4. FØLT DEG NEDFOR OG TRIST?

1. HELE TIDEN 2. NESTEN HELE TIDEN 3. MYE AV TIDEN
 4. EN DEL AV TIDEN 5. LITT AV TIDEN 6. IKKE I DET HELE TATT

5. FØLT DEG GLAD?

1. HELE TIDEN 2. NESTEN HELE TIDEN 3. MYE AV TIDEN
 4. EN DEL AV TIDEN 5. LITT AV TIDEN 6. IKKE I DET HELE TATT

68. HVORDAN OPPFATTER DU DEG SELV AKKURAT NÅ?

SVAR FRA EN SKALA FRA 1-4

1. I DET STORE OG HELE ER JEG FORNØYD MED MEG SELV.

1. VELDIG ENIG 2. ENIG 3. UENIG 4. VELDIG UENIG

2. TIL TIDER SYNES JEG AT JEG IKKE ER GOD NOK TIL NOE.

1. VELDIG ENIG 2. ENIG 3. UENIG 4. VELDIG UENIG

3. JEG FØLER AT JEG HAR MANGE GODE KVALITETER.

1. VELDIG ENIG 2. ENIG 3. UENIG 4. VELDIG UENIG

4. JEG ER I STAND TIL Å GJØRE TING LIKE GODT SOM FOLK FLEST.

1. VELDIG ENIG 2. ENIG 3. UENIG 4. VELDIG UENIG

5. JEG FØLER AT JEG IKKE HAR MYE Å VÆRE STOLT AV.

1. VELDIG ENIG 2. ENIG 3. UENIG 4. VELDIG UENIG

6. AV OG TIL FØLER JEG MEG VIRKELIG UBRUKELIG.

1. VELDIG ENIG 2. ENIG 3. UENIG 4. VELDIG UENIG

7. JEG FØLER AT JEG ER EN VERDIFULL PERSON, I DET MINSTE PÅ LIK LINJE MED ANDRE.

1. VELDIG ENIG 2. ENIG 3. UENIG 4. VELDIG UENIG

8. JEG SKULLE ØNSKE JEG HADDE MER RESPEKT FOR MEG SELV.

1. VELDIG ENIG 2. ENIG 3. UENIG 4. VELDIG UENIG

9. ALT I ALT ER JEG TILBØYELIGE TIL Å FØLE MEG MISLYKKET.

1. VELDIG ENIG 2. ENIG 3. UENIG 4. VELDIG UENIG

10. JEG TENKER POSITIVT OM MEG SELV.

1. VELDIG ENIG 2. ENIG 3. UENIG 4. VELDIG UENIG

69. HVOR OFTE I LØPET AV DE SISTE 4 UKENE:

SVAR FRA EN SKALA FRA 1-5

1. HAR DU VÆRT OPPRØRT OVER NOE UVENTET SOM SKJEDD?

1. ALDRI 2. NESTEN ALDRI 3. EN GANG IMELLOM
 4. OFTE 5. MEGET OFTE

2. HAR DU FØLT AT DU IKKE KAN KONTROLLERE DE VIKTIGE TINGENE LIVET DITT?

1. ALDRI 2. NESTEN ALDRI 3. EN GANG IMELLOM
 4. OFTE 5. MEGET OFTE

3. HAR DU FØLT DEG TRYGG PÅ DIN EVNE TIL Å HÅNDBERE DINE PERSONLIGE PROBLEMER?

1. ALDRI 2. NESTEN ALDRI 3. EN GANG IMELLOM
 4. OFTE 5. MEGET OFTE

4. HAR DU FØLT AT TING GIKK SLIK DU VILDE?

1. ALDRI 2. NESTEN ALDRI 3. EN GANG IMELLOM
 4. OFTE 5. MEGET OFTE

5. HAR DU FØLT AT DU IKKE KUNNE OVERKOMMER ALLE TINGENE DU SKULLE?

1. ALDRI 2. NESTEN ALDRI 3. EN GANG IMELLOM
 4. OFTE 5. MEGET OFTE

6. HAR DU VÆRT I STAND TIL Å HÅNDBERE HVERDAGENS IRRITASJONER?

1. ALDRI 2. NESTEN ALDRI 3. EN GANG IMELLOM
 4. OFTE 5. MEGET OFTE

7. HAR DU FØLT AT DU HAR KONTROLL OVER TING?

1. ALDRI 2. NESTEN ALDRI 3. EN GANG IMELLOM
 4. OFTE 5. MEGET OFTE

8. HAR DU BLITT IRRITERT PÅ TING SOM DU IKKE HAR INNFLYTELSE PÅ?

1. ALDRI 2. NESTEN ALDRI 3. EN GANG IMELLOM
 4. OFTE 5. MEGET OFTE

9. HAR DU FØLT AT DINE PROBLEMER HAR HOPET SEG OPP SLIK AT DU IKKE HAR KLART Å HÅNDBERE DEM?

1. ALDRI 2. NESTEN ALDRI 3. EN GANG IMELLOM
 4. OFTE 5. MEGET OFTE

10. HAR DU FØLT DEG NERVØS OG "STRESSET"?

1. ALDRI 2. NESTEN ALDRI 3. EN GANG IMELLOM
 4. OFTE 5. MEGET OFTE

70. HVOR OFTE FØLER DU DEG STRESSET?

SVAR UT IFRA FØLGENDE SVARALTERNATIVER:

1. HVER DAG 2. MINST ÉN GANG I UKEN
 3. MINST ÉN GANG I MÅNEDEN 4. SJELDNERE 5. ALDRI

71. HVA I DIN LIVSSITUASJON STRESSER DEG MEST?

SVAR: _____

72. Hvor ofte spiser du trøstemat?

SVAR FRA EN SKALA FRA 1-4

1. ALDRI 2. EN SJELDEN GANG 3. AV OG TIL 4. OFTE
 VET IKKE

73. I LØPET AV DE SISTE 12 MÅNEDENE, HVOR OFTE HAR DU DRUKKET NOEN FORM FOR ALKOHOL? MED FØLGENDE SVARALTERNATIVER ...

1. INGEN GANGER → (75) 2. 1 GANG I MND ELLER SJELDNERE → (74)
 3. 2-3 GANGER I MND → (74) 4. 1 GANG PER UKE → (74)
 5. 2-3 GANGER PER UKE → (74) 6. 4-5 GANGER PER UKE → (74)
 7. 6-7 GANGER PER UKE → (74)

74. FØRER ALKOHOL TIL PROBLEMER FOR DEG PERSONLIG ELLER ØKONOMISK?

- JA NEI VET IKKE

75. HVOR MANGE GANGER I LØPET AV DE SISTE 12 MÅNEDENE HAR DU SATSET PÅ PENGESPILL?

SVAR UT IFRA FØLGENDE SVARALTERNATIVER:

1. IKKE SPILT SISTE 12 MND → (77)
 2. SJELDNERE ENN 1 GANG PER MND → (76)
 3. FLERE GANGER I MND → (76)
 4. 1 GANG I UKA → (76) 5. FLERE GANGER I UKA → (76)

76. FØRER DIN SPILLING TIL PROBLEMER FOR DEG PERSONLIG ELLER ØKONOMISK?

JA NEI VET IKKE

82. PÅ EN SKALA MELLOM 0 OG 10, HVOR STOR TILLIT HAR DU PERSONLIG TIL STATEN. DER 0 BETYR AT DU IKKE HAR NOEN TILLIT TIL STATEN I DET HELE TATT, MENS 10 STÅR FOR AT DU STOLER HELT PÅ STATEN.

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

TEMA: SOSIALE FORHOLD

AVSLUTNINGSSPØRSMÅL

77. HVOR MANGE STÅR DEG SÅ NÆR AT DU KAN REGNE MED DEM HVIS DU FÅR STORE PERSONLIGE PROBLEMER? REGN OGSÅ MED NÆRMESTE FAMILIE.

1. INGEN 2. EN ELLER TO 3. TRE TIL FEM
 4. SEKS ELLER FLERE

83. HVORDAN SYNES DU DET ER Å LEVE I ET RIKT LAND MED LAV INNTEKT?

SVAR: _____

78. FÅR DU TILSTREKkelig STØTTE OG OMSORG FRA VENNER?

SVAR: _____

84. ER DET NOEN STRUKTURELLE HINDRINGER SOM GJØR AT DU IKKE FÅR EN BEDRE LIVSSITUASJON?

SVAR: _____

79. ER DET NOE DU SAVNER VED ET SOSIALT NETTVERK SOM DU IKKE HAR I DAG?

SVAR: _____

80. FRA EN SKALA FRA 1-4 HVOR OFTE ER DU PLAGET AV ENSOMHET?

1. IKKE PLAGET 2. LITT PLAGET 3. GANSKE MYE PLAGET
 4. VELDIG MYE PLAGET

TEMA: TILLIT

81. VIL DU STORT SETT SI AT FOLK FLEST ER TIL Å STOLE PÅ, ELLER AT EN IKKE KAN VÆRE FOR FORSIKTIG NÅR EN HAR MED ANDRE Å GJØRE? OPPGI SVARET PÅ EN SKALA FRA 0-10, DER 0 BETYR AT EN IKKE KAN VÆRE FOR FORSIKTIG, MENS 10 BETYR AT FOLK FLEST ER TIL Å STOLE PÅ.

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

VEDLEGG 2: MHI-5 PSYKISKE HELSEPLAGER

I LØPET AV DE SISTE 4 UKENE HAR DU ...

1. FØLT DEG VELDIG NERVØS?

1. HELE TIDEN 2. NESTEN HELE TIDEN 3. MYE AV TIDEN
 4. EN DEL AV TIDEN 5. LITT AV TIDEN 6. IKKE I DET HELE TATT

2. VÆRT SÅ LANGT NEDE AT INGENTING HAR KUNNET MUNTRE DEG OPP?

1. HELE TIDEN 2. NESTEN HELE TIDEN 3. MYE AV TIDEN
 4. EN DEL AV TIDEN 5. LITT AV TIDEN 6. IKKE I DET HELE TATT

3. FØLT DEG ROLIG OG HARMONISK?

1. HELE TIDEN 2. NESTEN HELE TIDEN 3. MYE AV TIDEN
 4. EN DEL AV TIDEN 5. LITT AV TIDEN 6. IKKE I DET HELE TATT

4. FØLT DEG NEDFOR OG TRIST?

1. HELE TIDEN 2. NESTEN HELE TIDEN 3. MYE AV TIDEN
 4. EN DEL AV TIDEN 5. LITT AV TIDEN 6. IKKE I DET HELE TATT

5. FØLT DEG GLAD?

1. HELE TIDEN 2. NESTEN HELE TIDEN 3. MYE AV TIDEN
 4. EN DEL AV TIDEN 5. LITT AV TIDEN 6. IKKE I DET HELE TATT

VEDLEGG 3: LIVSTIDSFOREKOMST AV ALVORLIG DEPRESJON

HAR DU NOEN GANG SAMMENHENGENDE I PERIODER PÅ 14 DAGER ELLER MER ...
NEDENFOR ER DET 6 PÅSTANDER

- 1. FØLT DEG DEPRIMERT, TRIST ELLER NEDFOR?
- 2. VIRKELIG BEBREIDET DEG SELV OG FØLT DEG VERDILØS?
- 3. HATT PROBLEMER MED MATLYSTEN ELLER SPIST FOR MYE?
- 4. VÆRT PLAGET AV KRAFTLØSHET ELLER MANGEL PÅ OVERSKUDD?
- 5. HATT PROBLEMER MED Å KONSENTRERE DEG ELLER VANSKELIG FOR TA BESLUTNINGER?
- 6. HATT MINST TRE AV DE PROBLEMENE SOM NEVNT OVENFOR SAMTIDIG

VEDLEGG 4: ROSENBERG «SELF ESTEEM SCALE»

HVORDAN OPPFATTER DU DEG SELV AKKURAT NÅ?

SVAR FRA EN SKALA FRA 1-4

1. I DET STORE OG HELE ER JEG FORNØYD MED MEG SELV.

1. VELDIG ENIG 2. ENIG 3. UENIG 4. VELDIG UENIG

2. TIL TIDER SYNES JEG AT JEG IKKE ER GOD NOK TIL NOE.

1. VELDIG ENIG 2. ENIG 3. UENIG 4. VELDIG UENIG

3. JEG FØLER AT JEG HAR MANGE GODE KVALITETER.

1. VELDIG ENIG 2. ENIG 3. UENIG 4. VELDIG UENIG

4. JEG ER I STAND TIL Å GJØRE TING LIKE GODT SOM FOLK FLEST.

1. VELDIG ENIG 2. ENIG 3. UENIG 4. VELDIG UENIG

5. JEG FØLER AT JEG IKKE HAR MYE Å VÆRE STOLT AV.

1. VELDIG ENIG 2. ENIG 3. UENIG 4. VELDIG UENIG

6. AV OG TIL FØLER JEG MEG VIRKELIG UBRUKELIG.

1. VELDIG ENIG 2. ENIG 3. UENIG 4. VELDIG UENIG

7. JEG FØLER AT JEG ER EN VERDIFULL PERSON, I DET MINSTE PÅ LIK LINJE MED ANDRE.

1. VELDIG ENIG 2. ENIG 3. UENIG 4. VELDIG UENIG

8. JEG SKULLE ØNSKE JEG HADDE MER RESPEKT FOR MEG SELV.

1. VELDIG ENIG 2. ENIG 3. UENIG 4. VELDIG UENIG

9. ALT I ALT ER JEG TILBØYELIGE TIL Å FØLE MEG MISLYKKET.

1. VELDIG ENIG 2. ENIG 3. UENIG 4. VELDIG UENIG

10. JEG TENKER POSITIVT OM MEG SELV.

1. VELDIG ENIG 2. ENIG 3. UENIG 4. VELDIG UENIG

VEDLEGG 5: COHENS «PERCEIVED STRESS SCALE»

HVOR OFTE I LØPET AV DE SISTE 4 UKENE:

SVAR FRA EN SKALA FRA 1-5

1. HAR DU VÆRT OPPRØRT OVER NOE UVENTET SOM SKJEDD?

1. ALDRI 2. NESTEN ALDRI 3. EN GANG IMELLOM
 4. OFTE 5. MEGET OFTE

2. HAR DU FØLT AT DU IKKE KAN KONTROLLERE DE VIKTIGE TINGENE LIVET DITT?

1. ALDRI 2. NESTEN ALDRI 3. EN GANG IMELLOM
 4. OFTE 5. MEGET OFTE

3. HAR DU FØLT DEG TRYGG PÅ DIN EVNE TIL Å HÅNTERE DINE PERSONLIGE PROBLEMER?

1. ALDRI 2. NESTEN ALDRI 3. EN GANG IMELLOM
 4. OFTE 5. MEGET OFTE

4. HAR DU FØLT AT TING GIKK SLIK DU VILLE?

1. ALDRI 2. NESTEN ALDRI 3. EN GANG IMELLOM
 4. OFTE 5. MEGET OFTE

5. HAR DU FØLT AT DU IKKE KUNNE OVERKOMMER ALLE TINGENE DU SKULLE?

1. ALDRI 2. NESTEN ALDRI 3. EN GANG IMELLOM
 4. OFTE 5. MEGET OFTE

6. HAR DU VÆRT I STAND TIL Å HÅNTERE HVERDAGENS IRRITASJONER?

1. ALDRI 2. NESTEN ALDRI 3. EN GANG IMELLOM
 4. OFTE 5. MEGET OFTE

7. HAR DU FØLT AT DU HAR KONTROLL OVER TING?

1. ALDRI 2. NESTEN ALDRI 3. EN GANG IMELLOM
 4. OFTE 5. MEGET OFTE

8. HAR DU BLITT IRRITERT PÅ TING SOM DU IKKE HAR INNFLYTELSE PÅ?

1. ALDRI 2. NESTEN ALDRI 3. EN GANG IMELLOM
 4. OFTE 5. MEGET OFTE

9. HAR DU FØLT AT DINE PROBLEMER HAR HOPET SEG OPP SLIK AT DU IKKE HAR KLART Å HÅNTERE DEM?

1. ALDRI 2. NESTEN ALDRI 3. EN GANG IMELLOM
 4. OFTE 5. MEGET OFTE

10. HAR DU FØLT DEG NERVØS OG "STRESSET"?

1. ALDRI 2. NESTEN ALDRI 3. EN GANG IMELLOM
 4. OFTE 5. MEGET OFTE

NSD NORSK SENTER FOR FORSKNINGSDATA

NSD sin vurdering

Prosjekttittel

Hvordan ulikhet og dårlige levekår har sosial-psykologiske konsekvenser

Referansenummer

565414

Registrert

08.01.2019 av Martine Pettersen - Mar.Pettersen@stud.uis.no

Behandlingsansvarlig institusjon

Universitetet i Stavanger / Det samfunnsvitenskapelige fakultet / Institutt for sosialfag

Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Eilef Meland, eilef.a.meland@uis.no, tlf: 91375516

Type prosjekt

Studentprosjekt, masterstudium

Kontaktinformasjon, student

Martine Pettersen, martine.pettersen93@hotmail.com, tlf: 98692357

Prosjektperiode

01.01.2019 - 03.06.2019

Status

11.02.2019 - Vurdert

Vurdering (1)

11.02.2019 - Vurdert

Det er vår vurdering at behandlingen vil være i samsvar med personvernlovgivningen, så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet 11.02.2019 med vedlegg, samt i meldingsdialogen mellom innmelder og NSD. Behandlingen kan starte.

MELD ENDRINGER

Dersom behandlingen av personopplysninger endrer seg, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. På våre nettsider informerer vi om hvilke endringer som må meldes. Vent på svar før endringen gjennomføres.

TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle særlige kategorier av personopplysninger om etnisitet og helseforhold og alminnelige personopplysninger frem til 30.06.2019.

LOVLIG GRUNNLAG

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 nr. 11 og art. 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse, som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake.

Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes uttrykkelige samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 a), jf. art. 9 nr. 2 bokstav a, jf. personopplysningsloven § 10, jf. § 9 (2).

PERSONVERNPRINSIPPER

NSD vurderer at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen om:

- lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at de registrerte får tilfredsstillende informasjon om og samtykker til behandlingen
- formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke viderebehandles til nye uforenlige formål
- dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet
- lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lengre enn nødvendig for å oppfylle formålet

DE REGISTRERTES RETTIGHETER

Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: åpenhet (art. 12), informasjon (art. 13), innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), underretning (art. 19), dataportabilitet (art. 20).

NSD vurderer at informasjonen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13.

Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned.

FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32).

For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må dere følge interne retningslinjer og eventuelt rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon.

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

NSD vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Kajsa Amundsen

Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)

VIL DU DELTA I FORSKNINGSPROSJEKTET OM «HVORDAN DE ØKONOMISKE LEVEKÅRENE PÅVIRKER LIVSKVALITETEN»

Jeg heter Martine Pettersen og er masterstudent i sosialt arbeid og sosialpedagogikk ved Universitetet i Stavanger. Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å belyse hvordan det er å leve med lavinntekt og dårlige levekår i et av verdens rikeste land. I dette skrivet gir jeg deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

I forbindelse med mitt mastergradsstudium ved Universitetet i Stavanger vil jeg invitere deg til å delta i forskningsprosjektet mitt. Formålet med prosjektet er å få vekk negative holdninger mot de som har lavinntekt og dårlige levekår, ved å trekke frem psykologiske og sosiale belastninger som dårlig økonomi og ulikhet fører med seg. De som deltar i prosjektet vil bli stilt spørsmål som omhandler disse tre forskningsspørsmålene: 1) Hvilke sosiale og psykologiske belastninger lavinntekt og ulikhet fører med seg. 2) Hvilke strukturelle hindringer du har som fører til forverrelse av dårlige levekår og lavinntekt. 3) Hvordan du mestrer utfordringene.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Det er institutt for sosialfag ved Universitetet i Stavanger som er ansvarlig for prosjektet. Det er jeg som skal foreta meg alt arbeidet med veiledning fra førstelektor Eilef A. Meland ved UIS.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Du får spørsmål om å delta siden du har lavinntekt og kan komme med verdifull innsikt til studien min. Jeg vet ikke på forhånd hvilke personer som blir spurt. Av de personene som sier ja til å delta i studien, kommer jeg til å plukke ut et utvalg av personer som jeg kommer til å intervju. For å få mest mulig variasjon søker jeg respondenter med ulikt kjønn, alder, etnisitet, sivilstatus og livssituasjon.

Hva innebærer det for deg å delta?

Deltakelse i studien innebærer ett intervju, som vil variere fra en ½ time-2 timer. Intervjuet inneholder spørsmål om: økonomi, sosiale forhold, etnisitet/kulturell bakgrunn, fysisk- og psykisk helse og strukturelle hindringer som hindrer deg i å få en bedre livssituasjon. Jeg kommer til å ta opp intervjuene på bånd, som vil registreres elektronisk på PC i etterkant.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Deltakelse i prosjektet vil ikke påvirke din behandling hos NAV eller din saksbehandler. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykke

tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle opplysninger om deg vil da bli anonymisert. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

- Universitetet i Stavanger ved Eilef A. Meland som kan treffes på e-post:

Eilef.A.Meland@uis.no eller student Martine Pettersen som kan treffes på e-post:

Mar.Pettersen@stud.uis.no.

- Vårt personvernombud Kjetil Dalseth som kan kontaktes via e-post:

Personvernombud@uis.no

- NSD — Norsk senter for forskningsdata AS, på epost (Personvernombudet@psd.no) eller telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen



Prosjektansvarlig

(Veileder)



Student

SAMTYKKEERKLÆRING

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet «Hvordan ulikhet og dårlig levekår har sosiale og psykologiske konsekvenser», og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i intervju

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet, ca. (01.06.2019).

(Signert av prosjektdeltaker, dato)