

Förslag till riksdagsbeslut

1. Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad som anförs i motionen om behovet av att utveckla svensk lyckoforskning.
2. Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad som anförs i motionen om hur forskningen om lycka kan komplettera BNP och andra välfärdsåtgärder som underlag för politiska beslut.

Inledning

Människor har genom historien haft ökad livskvalitet och lycka som gemensam nämnare bakom sina strävanden.

De senaste årens forskningsframsteg gör det möjligt att mäta de avgörande faktorerna för att vi ska må och fungera som bäst. Samtidigt står vi inför större påfrestningar på miljön än någonsin. En potentiell åtgärd på detta är att ändra den måttstock som används för att mäta samhällsutveckling för att utveckla det mot ett mer verklighetstroget mätverktyg. Ett verktyg som återspeglar inte endast ekonomi utan hur välfungerande och välmående vi är. I juli 2011 fastslog FN:s generalförsamling att mätverktygen bör uppdateras och att sökandet efter lycka är ett fundamentalt och gemensamt mänskligt mål.

Samhällsnyttan av ökad lycka

Idag finns empirisk forskning som förklarar livskvalitetens och lyckans beståndsdelar, vilka inre och yttre faktorer som förutsätter dessa och vilka positiva konsekvenser de skapar. Lycka och välbefinnande är viktigt på både individ- och samhällsnivå och bör

därmed också prioriteras som politiskt mål och integreras i hur vi mäter samhällets fortlöpande utveckling.

En av de viktigaste anledningarna till att sätta ökad lycka som politiskt mål är dess praktiska konsekvenser för samhället. Lyckliga människor arbetar mer effektivt, lever längre, har färre sjukdagar, skapar starkare relationer till andra samt ger mer och bidrar mer till samhället i stort. En nyligen publicerad artikel visar att lyckliga ungdomar presterar bättre i skolan och håller sig borta från kriminalitet och droger i mycket större utsträckning. Kort sagt, lyckliga människor är goda medborgare. Samtidigt visar forskningen att cirka 1 av 200 ungdomar genomför ett självmordsförsök och att den psykiska ohälsan tredubblats hos unga tjejer sedan 1990-talet.

Syftet är inte att politiska beslut ska göra människor lyckliga, men politiska beslut kan förbättra förutsättningarna för människor att bygga sin lycka, eller åtminstone låta bli att försvåra denna strävan.

Lyckoforskning

Inom forskningen definieras lycka som att vara nöjd med sitt liv och må bra känslomässigt. Lyckoforskningens resultat visar att en stor del av vår lycka avgörs av våra val. Människor är individer och finner lyckan på delvis olika sätt, det har dock visat sig att specifika gemensamma nämnare alltid finns med. Det enklaste sättet att på politisk väg öka lyckan är att skapa förutsättningar för att tillfredsställa sina allmänmänniska fysiska och psykologiska behov som autonomi, kompetens och gemenskap.

Forskningen visar att saker som trygghet, låg arbetslöshet, starka sociala nätverk och en väl fungerande demokrati generellt ökar människors upplevda lycka och välbefinnande.

Precis som med andra psykologiska tillstånd som depression mäts idag lycka med samma psykometriska metoder och tekniker. Att mäta och definiera subjektiva upplevelser har länge diskuterats inom psykologin, men skillnaden idag är att nya hjärnskanningsmetoder som till exempel fMRI visat starka objektiva mätbara korrelationer mellan objektiva uppmätta neurala aktiviteter och människors självskattade upplevelser som lycka.

Lycka som mål ger annan politisk inriktning

Politikens överordnade mål har länge i praktiken varit att ensidigt stimulera materiell tillväxt. Detta har varit ett effektivt sätt att öka västvärldens lycka fram till ungefär 1970-talet eftersom många innan dess inte haft sina fysiska grundbehov tillfredsställda.

Men sedan dess har lyckonivån i Sverige varit nästan oförändrad och den psykiska ohälsan ökat dramatiskt, speciellt bland våra ungdomar, där lika många personers liv avslutas med självmord som genom trafikolyckor. Samtidigt har vi under samma tidsperiod mer än tredubblat vår BNP och ekonomiska välstånd. Lyckoforskningen visar att mer pengar, prylar och ytterligare ökad BNP inte ens på kort sikt har någon större betydelse för lyckan när våra grundläggande behov redan är tillfredsställda. På längre sikt blir det allt tydligare att ytterligare ökad energi- och resursförbrukande konsumtion är förödande för miljön och därmed för oss alla. Simon Kuznets, en av skaparna till mätverktyget BNP, gjorde redan 1948 avkall på det som ett mått på samhällsutveckling. BNP mäter ekonomisk tillväxt som är en del av, men inte samma sak som, samhällsutveckling. Betydande forskning har gjorts om olika livsmål och deras koppling till lycka och resultatet tydliggör hur BNP är ett bristande mått på samhällets utveckling.

Mål som innefattar materialistiska värderingar, popularitet, eller ökad makt, status och inkomst ger överlag inget ökat välmående under resan mot målet och inte heller om dessa mål nås. Mål som faktiskt ökar livskvalitet och lycka innefattar saker som fortsatt lärande, att bidra till samhället, känna tillhörighet och gemenskap, ökad hälsa och personlig utveckling. Blickar vi bortom Sveriges gränser ser vi att andra nu tagit till sig lärdomar av att lyckan stått still de senaste 40 åren. I Frankrike utsågs 2009 en forskarkommission ledd av bland annat nobelpristagaren i ekonomi Joseph E Stiglitz till att ta reda på hur lycka och livskvalitet på ett begripligt sätt kan kvantifieras för politiker som ett komplement till BNP:s strikt ekonomiska aspekter.

Lyckoforskning i omvärlden

Under 2010 publicerade Englands regering rapporten "New Horizons" som sätter ut en 10-årsstrategi för ökad mental hälsa. Rapporten erkänner människors psykologiska behov och strävan efter lycka. Vid introduktionen sade Gordon Brown att "det handlar om mer än att förebygga psykisk ohälsa ... det handlar också om att hjälpa individer och grupper att få ut det bästa av sig själva". Rapporten innefattar förslag från forskning för att främja ett gott föräldraskap, förbättra miljön, behandla fysisk och psykisk hälsa tillsammans och ge fler möjligheter för människor att delta i samhället. Englands regering har även åtagit sig att göra människor mer medvetna om de steg som vi alla kan ta för att skydda vår psykiska hälsa. Detta inkluderar att umgås regelbundet, träna, njuta av naturen och lära sig nya saker.

England och Frankrikes initiativ ligger i linje med FN:s generalförsamlings riktlinjer från den 19 juli 2011. De uppmanar medlemsländerna att följa Bhutans exempel och vidta åtgärder som ger större vikt till lycka och välbefinnande för att avgöra hur man ska uppnå och mäta social och ekonomisk utveckling. I en resolution som antogs utan omröstning, inbjöds medlemsländerna ”att fortsätta utarbetandet av ytterligare åtgärder för att bättre fånga upp vikten av strävan efter lycka och välbefinnande i syfte att vägleda sin offentliga politik”. FN har även i april i år publicerat en världsomfattande rapport om lyckan i världen.

Dags även för Sverige att uppmärksamma frågan

Mycket tyder på att den samlade lyckan i ett samhälle kan ökas genom politiska beslut. Regeringens framtidskommission har som respons på FN:s uppmaning under året bjudit in experter till diskussioner för nya sätt att mäta samhällsutveckling. Detta bekräftar vikten av nya mätmetoder som bättre återspeglar värderingar kring ett framtida mer välfungerande och välmående Sverige. Mätning och kartläggning av lycka skulle möjliggöra ett enklare tillvägagångssätt för att i politiken prioritera och väga nyttan av olika förslag. För att citera nobelpristagaren Joseph E Stiglitz: ”Vad du mäter påverkar vad du gör. Om du inte mäter de rätta sakerna, gör du heller inte de rätta sakerna.”.

Stockholm den 5 oktober

2012

Lise Nordin (MP)

Annika Lillemets (MP)

Stina Bergström (MP)

Jan Lindholm (MP)