

## SAMMANFATTNING

Det är lätt att få numeriska uppgifter om välbefinnande men svårare att hitta subjektiv information om det välbefinnande eller illamående som människor upplever och om det hur välbefinnandet eller illamåendet syns i människornas vardagliga liv. Huvudstadsregionens kommuner (Esbo, Helsingfors, Grankulla och Vanda) har en relativt bra uppfattning om det objektiva välbefinnandet av sina invånare. Det finns att få information på olika nivåer och om olika delområden (t.ex. utbildning, inkomstnivå, boendnivå, användandet av tjänster). Man vet mycket mindre om invånarnas subjektiva välbefinnande. Syftet med denna undersökning är därför att presentera resultat från välbefinnandeundersökningen i huvudstadsregionen. I dessa resultat spelar invånarnas upplevelser en central roll.

Undersökningen har två delar. År 2008 utfördes en omfattande frågeundersökning till invånarna i Esbo, Helsingfors, Grankulla och Vanda. Sammanlagt 3924 invånare svarade på undersökningen och svarsprocenten var 41. Med undersökningen samlades in helhetstäckande information om människornas subjektiva välbefinnande och om faktorer som påverkar välbefinnandet. Undersökningen fortsätts med en kvalitativ del år 2009. Då fördjupar man sig i 18-25 åriga ungdomar och deras välbefinnande och illamående med hjälp av intervjuer. Resultat från välbefinnandeundersökningen i huvudstadsregionen rapporteras i två delar. Detta arbetspapper presenterar grova resultat från frågeundersökningen. Senare publiceras en undersökningsrapport som täcker en noggrannare analys och en resonemang om orsak och verkan av den kvantitativa delen samt resultat från den kvalitativa delen.

I boendetemat speglas en allmän belåtenhet på bostaden och boendområdet. De svarande var speciellt tacksamma för lättheten i att röra sig på området, möjligheterna till att röra sig ute och till att motionera samt för bra trafikförbindelser. De faktorer som mest ökar viljan att bo på huvudstadsområdet gör vardagen lättare och koncentrerar sig på tjänsterna: tjänsterna nära hemmet, utbudet av tjänster och möjligheterna till att gå och handla.

Tidpunkten för datainsamlingen spelar en stor roll i denna undersökning. Nyheter om den ekonomiska lågkonjunkturen var inte ännu en del av det vardagliga nyhetsutbudet i slutet av våren 2008. Detta kan vara en delvis förklaring till att den ekonomiska situationen eller oron för huruvida

man kommer att få behålla sin arbetsplats inte framhävs i svaren. Å andra sidan lyfts de ekonomiska faktorerna inte heller tydligt fram i faktorerna som ökar den vardagliga trivseln och det vardagliga välbefinnandet. Vardagens resurser öses ur människorelationer, stunder utan brådska och trivsamt boende istället för ur varor och anskaffningar.

De svarande är mycket tacksamma för den ”urbana naturen” som finns i huvudstadsregionen i form av parker och grönområden. Naturens betydelse kan framhävas i huvudstadsregionen på grund av befolkningstätheten. Då söker man eget rum i naturen. Naturen kan även erbjuda motvikt för den brådska och det hektiska vardagslivet som framhövdes i svaren.

Största delen av svarandena uppskattade sin fysiska hälsa som bra eller ganska bra. Bara fem procent uppskattade den som ganska dålig eller dålig. Största delen av svarandena är nöjd med sitt liv och förhåller sig optimistiskt till sin framtid. Stress, orolighet, depression och ensamhet är ändå ofta eller kontinuerligt närvarande i många svarandenas vardag. Särskilt oroväckande är de negativa sinnesstämningar hos ungdomar samt det hur vanliga dessa negativa sinnesstämningar var hos ungdomarna jämfört med den resterande befolkningen.

Trots det hektiska livet och stressen njuter över 80 procent av svarandena av sitt arbete. I undersökningen framhävs tydligt både de direkta och indirekta kopplingar som arbetet har med den övriga vardagen. Möjligheterna till inflytande, den ekonomiska situationen och sinnesstämningarna under den senaste månaden var tydligt bättre hos dem som var nöjda med sitt arbetsliv. Man kan se arbetet också som en resurs i vardagen.

Största delen upplever sin ekonomiska situation som relativt bra. Dock upplever nästan femtedel att sin dåliga ekonomiska situation har fortsatt flera år. Fem procent har behövt gå hungrig en dag eller längre på grund av sin dåliga ekonomiska situation. Som skäl till penningproblem nämns ofta för låga inkomster i relation till de obligatoriska utgifterna.

Det rika materialet som samlades in med öppna svar och som handlar om vardagen kräver en fortsatt analys. Redan den grova tematiska analysen avslöjade att familj och människorelationer, natur, trivsel och briste på brådska ökade den vardagliga trivseln. Som vanligaste skäl till förargelse nämndes skadegörelse, rörlighet, oväsen och grupper som missbrukare av droger och invandrare.

När det gäller intervjuerna i den kvalitativa delen av undersökningen kan man inte låta bli att uppmärksamma hur vanligt det är att unga människor har problem. Nästan varenda ung person som intervjuades

hade upplevt eller upplevde sin livssituation som utmanande. I många fall hade även människor i deras närkrets, till exempel vänner, problem. Problem är vanliga också i de ungas barndomsfamiljer. Barndomen och ungdomen präglas av familjemedlemmarnas arbetslöshet, alkoholbruk, relationsproblem eller problem med den mentala hälsan. I många fall existerar dessa problem fortfarande och påverkar den ungas liv trots att han eller hon har blivit självständig från sina föräldrar.

Samhällets värderingar speglas tydligt i de ungas anföranden. Kampen av studie- och arbetsplatser är hård och bara de starkaste vinner i den. Många av de unga upplever att det kommer press utifrån. Denna press upplever de som ångestframkallande. Ifall de egna resurserna är begränsade till exempel på grund av psykiska problem kan ångesten bli flera gånger starkare. Många är också rädda för att "falla ur släden".

Viljetillståndet för att ha vettig sysselsättning framförs tydligt i intervjuerna. De ungas drömmar är realistiska, ofta ganska små och anspråkslösa. Redan en arbetsplats (ibland vilken arbetsplats som helst) skulle räcka till, eftersom man upplever att den ger tillträde till "det normala livet". Drömmen är ofta att leva "som de andra".

Det som var mest oroväckande var bristen på vård och service när det gäller psykiska problem. Det finns inte tillräckligt med vård- och serviceplatser eller det tar en för lång tid att få hjälp. I många intervjuer framförs långa köer, växling i vårdrelationer eller känslan av att inte bli tagen på allvar. Snabb hjälp och en bra lyssnare finns på många ungas önskelista.

**Välbefinnandeundersökningen i huvudstadsregionen utreder välbefinnandets tillstånd ur invånarnas egen synvinkel. Frågeundersökningen som genomfördes år 2008 svarades av 4000 slumpmässigt utvalda invånare från Esbo, Helsingfors, Grankulla och Vanda. I undersökningens andra fas år 2009 intervjuades 25 unga som var 18-25 år gamla och bosatta i huvudstadsregionen.**

**Undersökningen avslöjar att vardagens resurser öses ur människorelationer, bristen på brådska och trivsamt boende istället för varor och anskaffningar. Också de unga upplever nära människorelationer som en av vardagens resurser. De saknar dock individuell, omfattande och snabb stöd vid livets utmaningar och svåra livssituationer.**

**Undersökningen genomförs av Socca (Det finska kompetenscentret inom det sociala området i huvudstadsregionen) på uppdrag av Esbo, Helsingfors, Grankulla och Vanda stad.**