



LUNDS  
UNIVERSITET

# Jag vill ju bara vara lycklig!

*En studie av hur unga vuxna ser på sig  
själva och sin livssituation i förhållande  
till det senmoderna samhället.*

**Therese Karlsson & Marie Polding**

Socionomprogrammet

Socialt arbete med inriktning mot kulturmöten och integration

C-uppsats, VT-2006

**Socialhögskolan**

Box 23, 211 00 Lund

## **ABSTRACT**

**Author:** Therese Karlsson & Marie Polding

**Title:** I just want to be happy!: A studie of how young adults look at themselves and their lifesituation in relation to the late modern society. [Translated title]

**Supervisor:** Staffan Blomberg

---

The purpose of this study was to examine and illustrate how young adults look at themselves and their lifesituation in relation to the late modern society. More specifically its aim was to find out if the respondents have been affected by the ideals and norms of the late modern society in their lifechoices and their view of happiness. This study was based on interviews with eight young adults in the ages between 25 - 33. Out of the eight three were singles, two were married with children and three were in relationships. During the process four themes were identified: The importance and developement of an identity, fulfillment in the respondents lifesituations, the experience of happiness in the respondents lives and how the late modern society have influenced the respondents in their lives. The conclusion of the analysis shows that the respondents think it's important to create and have an identity. Identity is looked at as an always ongoing process that is developed in the interaction with others. For the developement of identity ontological security is seen as a fundamental factor. To feel satisfaction with life the respondents need balance between freedom and security, sparetime and work. For the respondents happiness is about undemanding fellowship, togetherness, and about beeing satisfied with where life has taken them. As a final conclusion we can see that the respondents have been affected by the late modern society in many ways. The late modern society is said to be more individual and by looking at the respondents answers we could see that they focus on their own well being firsthand. On the other hand we could see a strong longing and need for traditional family networks.

**Keywords:** Identity, late modern society, individualism, happiness, young adults

# Förord

Till att börja med vill vi bara säga att det har varit en otroligt spännande och rolig tid att skriva den här uppsatsen, men utan vissa personers medverkan hade detta inte varit möjligt. Därför vill vi här passa på att tacka alla som vi anser bidragit till vårt arbete.

Först och främst vill vi tacka de personer som vi intervjuat till denna uppsats. Ni har varit fantastiska och delat med er av era tankar och erfarenheter. Utan er hade uppsatsen varit en omöjlighet.

Staffan Blomberg har varit vår handledare under denna process och ska därför ha ett stort tack. Utan dina synpunkter hade uppsatsen bara kommit halvvägs, så ett stort tack till en otroligt "cool kille".

Under tiden som vi skrivit har många i vår närmsta omgivning hållit ett par extra ögon och öron öppna åt oss. Ni har skickat artiklar i ämnet, tipsat om TV-program och delat med er av tankar som vi inspirerats av. Tack för att ni har engagerat er i vårt arbete.

Slutligen vill vi rikta ett tack till vårt senmoderna samhälle. Utan dess existens hade idén till uppsatsen aldrig väckts.

Malmö i maj 2006

Therese Karlsson & Marie Polding

# Innehållsförteckning

*Abstract*

*Förord*

*Innehållsförteckning*

1. Inledning.....	5
Problemformulering.....	5
Syfte och frågeställningar.....	6
Metod och urval.....	6
<i>Studiens upplägg och genomförande.....</i>	6
<i>Urvalsmetoder.....</i>	7
<i>Etiska överväganden.....</i>	7
<i>Intervjupersoner.....</i>	8
<i>Källor.....</i>	8
<i>Tillförlitlighet.....</i>	10
Disposition.....	11
2. Teori och tidigare forskning.....	12
Identitet.....	12
<i>Formandet av ett själv.....</i>	12
<i>Ontologisk trygghet.....</i>	13
Aspekter av vardagslivet.....	13
<i>Trygghet.....</i>	13
<i>Familjens betydelse.....</i>	14
<i>Arbete och karriär.....</i>	15
<i>Framgång, status och bekräftelse.....</i>	16
Samhällsaspekter.....	17
<i>Kroppen, samhället och lyckan.....</i>	17
<i>Det senmoderna samhället och individualiseringsprocessen.....</i>	19
3. Empiri.....	22
Presentation.....	22

Identitet.....	22
Tillfredsställelse i livssituationen.....	24
Lycka.....	28
Samhället och dess inverkan.....	31
<b>4. Analys.....</b>	<b>36</b>
Hur ser de intervjuade på sin identitet, dess utveckling och betydelsen av densamma?.....	36
Vad gör de intervjuade för att känna tillfredsställelse i sin livssituation?.....	38
Vad upplever de intervjuade att lycka är och hur uppfattar de lyckan i sina egna liv?.....	39
Kan man se att intervjupersonerna har påverkats av det senmoderna samhällets ideal och normer i sina val och syn på lycka.....	41
<b>5. Slutdiskussion.....</b>	<b>46</b>
<b>6. Referenslista.....</b>	<b>50</b>
<b>Bilagor.....</b>	<b>51</b>

# 1. Inledning

## Problemformulering

Det senmoderna samhället präglas av starka ekonomiska, sociala och kulturella förändringar, en uppluckring av traditionella identiteter och sociala positioner. Unga människor går inte längre automatiskt i sina föräldrars fotspår. I takt med denna omvandling ökar också intresset för frågor som rör identitet och människors självuppfattning. En diskussion som i dag håller på att radikalt förändra vårt sätt att betrakta och analysera relationen mellan samhälle och individ. Framväxten av det senmoderna samhället och hela den historiska formation som ofta benämns modernitet handlar i stor utsträckning om förändringar i vår uppfattning av självet, om hur det växt fram en alltmer komplex figur och gestalt (Johansson, 2002).

Idén till denna uppsats föddes redan en av de första dagarna på terminen då vi pratade om globalisering, det senmoderna samhället och dess konsekvenser för oss människor. Det senmoderna samhället har inneburit stora förändringar för hur vardagslivet ser ut. Det pratas om att vi lever i en skenande värld som kännetecknas av en ökad förändringstakt där sociala förändringar sker snabbare, deras påverkan är mer omfattande och går djupare.

Globaliseringen har lett till att jordklotet har "krympt" och möjligheterna till att resa och kommunicera världen över har ökat. Tanken med uppsatsen är att se hur dessa förändringar har påverkat människors vardagsliv och hur de upplever de nya krav som kommit i dess kölvatten (Bauman, 2000).

Hur ser då livet idag ut? Det vi ville ta reda på med uppsatsen var vad unga vuxna har för mål och hur de finner tillfredsställelse i sina liv. Vad är det som är viktigast för dem för att de skall kunna utvecklas och må bra. Familjeliv, arbete och fritid slåss alla om utrymme på de tjugofyratimmarsdygn en människa har till sitt förfogande. Vi letar balans, stimulans och något som driver oss framåt. Har samhällsförändringarna gett som konsekvens att själva sökandet efter det perfekta livet tar allt mer av vår tid?

Vår identitet är ett ständigt pågående projekt som utvecklas i samspelet mellan arbete, familj, fritid och relationer. Varför har det helt plötsligt blivit så viktigt att ha en trygg identitet, veta

vilka vi är och ständigt utvecklas? Har det senmoderna samhällets nya krav gjort att vi omedvetet kommit vilse i oss själva och inte vet hur vi skall hitta tillbaka (Giddens, 2002)?

När vi mår bra och känner oss tillfredsställda med livet då infinner sig lyckan. En jämn fördelning av jordens resurser leder också till att vi människor finner ett lugn och inte upplever en stress för att uppnå samma status som vår granne (Klein, 2005). Det i sin tur leder till ett längre och lyckligare liv enligt vissa forskare. Så när vi ser på vårt senmoderna västerländska samhälle undrar vi hur det bidrar till människors möjlighet till lycka? Har jakten på balans, stimulans och tillfredsställelse blivit ett hundrameterslopp där vi aldrig kommer i mål?

## Syfte och frågeställningar

Syftet med uppsatsen är att undersöka och belysa hur unga vuxna ser på sig själva och sin livssituation i förhållande till det senmoderna samhället. Kan man se att intervjupersonerna har påverkats av det senmoderna samhällets ideal och normer i sina val och syn på lycka?

För att uppnå arbetets syfte är följande frågeställningar centrala:

- Hur ser de intervjuade på sin identitet, dess utveckling och betydelsen av densamma?
- Vad gör de intervjuade för att känna tillfredsställelse i sin livssituation?
- Vad upplever de intervjuade att lycka är och hur uppfattar de lyckan i sina egna liv?

## Metod och urval

### *Studiens upplägg och genomförande*

Vi bestämde oss tidigt för att använda en kvalitativ metod. Valet baserades på en önskan att få reda på personliga uppfattningar kring det valda uppsatsämnet. Vi ville komma åt djupet och få en verklig förståelse för och kunskap kring de intervjuades situation. En intervjuguide (se bilaga 1) skapades som datainsamlingsinstrument och semistrukturerade intervjuer genomfördes med 8 personer i åldrarna 25 - 33 år. När vi sökte personer till undersökningen

letade vi efter personer mellan 25 - 35 år men det föll sig så att de äldsta var 33 år. Vi genomförde enskilda intervjuer med en intervjuare närvarande vid varje tillfälle. Intervjuerna spelades in. Vi upplevde inte att detta påverkade respondenternas förmåga att känna sig bekväma i situationen. Intervjuerna transkriberades sedan ordagrant för att uppnå en hög tillförlitlighet och för att göra dem tillgängliga för analys. Intervjuernas längd varierade mellan 30- 60 minuter. De intervjuade fick svara på frågor kring det senmoderna samhället, sin identitet, hur de upplever sitt vardagsliv samt sin syn på lycka. Intentionen med undersökningen har inte varit att ge en allomfattande bild utan att visa på tendenser.

### *Urvalsmetoder*

Ett strategiskt urval genomfördes genom att intervjupersonerna genererades från bekantas bekanta. Att vi sökte intervjupersoner i åldrarna 25 - 35 år berodde på tankar kring att detta är en period i livet då vi gör många val gällande hur vi vill leva i förhållande till bland annat arbete, familj och fritid. Vi hade före uppsatsens start tankar om att det civilstånd man befinner sig i speglar olika sätt att se på sin livssituation och vi ville därför ha en spridd urvalsgrupp. Valet blev därför att intervjua personer med flick- eller pojkvän, singlar och personer som lever i familj med barn. Åtta personer tillfrågades att delta i studien och samtliga tackade ja. Det kan finnas en svaghet i att intervjupersonerna genererats genom för oss personliga kontakter. Vi ser inte att detta nämnvärt skulle ha påverkat resultaten av vår undersökning.

### *Etiska överväganden*

Ur forskningsetisk synpunkt redovisas inte de riktiga namnen på de intervjuade utan självvalda alias används. All insamlad data har och kommer fortsättningsvis att behandlas konfidentiellt. Medverkan i studien var frivillig och intervjuer genomfördes först efter medgivande. Det insamlade materialet har och kommer endast att användas i uttalat syfte. Före undersökningen tänkte vi igenom hur intervjuerna skulle kunna påverka intervjupersonerna. Då intervjupersonerna eller deras livssituationer inte var kända för oss innan studien visste vi inte om frågorna "Ser du dig själv som lycklig?" och "Ser du dig själv som lyckad?" skulle kunna komma att upplevas som för känsliga. De intervjuade var väldigt öppna och positiva till att delta och dela med sig av sina tankar. Ingen uttryckte obehag över att svara på någon fråga.



### *Intervjupersoner*

Intervjuer genomfördes med åtta personer i åldrarna 25 - 33 år. Av de åtta personerna var tre singlar, två hade familj med barn och tre hade pojk- eller flickvän. Intervjuerna genomfördes på olika platser i enlighet med de intervjuades önskemål. Vi började varje intervju med att redogöra för arbetets syfte, konfidentialitet samt hur intervjun skulle genomföras. Dessutom fick de intervjuade själva välja ett eget alias som skulle komma att användas i uppsatsen.

Nedan följer en kort presentation av intervjupersonerna:

- Erik är 28 år och arbetar som projektledare/testkoordinator på ett svenskt multinationellt företag. Han har flickvän och har nyss flyttat till en ny stad. Erik har läst Civilingenjörsprogrammet på 4,5 år med inriktning mot elektroteknik.
- Leva som är 26 år läser på kiropraktorutbildningens 3:e år av 5. Hon lever för tillfället inte i något förhållande.
- Jim Morrison är en 32 årig gift tvåbarnsfar. Han arbetar som fastighetsförvaltare på ett mellanstort företag. Jim har läst 2 årig gymnasieutbildning med inriktning mot samhällsvetenskap.
- Allan är 29 år och har nyligen flyttat ihop med sin flickvän. Han har precis börjat ett nytt jobb som nätverksspecialist på ett multinationellt företag. Allan har läst en 4,5 årig civilingenjörutbildning med inriktning mot datateknik.
- Ellen är en 33 årig TV-producent/journalist som för tillfället lever som singel. Ellen har läst en journalistutbildning 3 år samt en TV-producentutbildning på 2 år.
- Louise är 29 år. Hon jobbar som frilansande musiker/violinist sedan flera år tillbaka. Louise lever idag i ett förhållande. Hon har läst Musikhögskolans musikerutbildning på 4 år samt flertalet kortare vidareutbildningar.
- Anna är 33 år, gift och har två barn. För tillfället arbetar hon som skolkurator på en gymnasieskola. Anna har läst socionomutbildningen på 3,5 år.
- Victor är en 25 årig polisaspirant som är nyinflyttad till staden där han bor. Han lever för tillfället inte i något förhållande. Victor har läst polisutbildningen på 2 år.

### *Källor*

Som främsta källa för information har litteratur i bokform använts. Böckerna består av aktuell forskning och teorier. I möjligaste mån har förstahandskällor använts. Nedan beskriver vi närmare våra huvudböcker och författare.

Alain De Botton (2004) är vardagsfilosof och har skrivit boken *"Status Stress"*. Utifrån egen erfarenhet blandat med kunskap och reflexion från stora tänkare, författare och andra signifikanta människor i världshistorien redogör han för hur vi kan klara av kraven från det senmoderna samhällets syn på det goda livet. Vi ser De Bottons tankar som ett bra bidrag i diskussionerna kring det senmoderna samhället. Då hans förhållningssätt mer filosofiskt än teoretiskt ser vi det inte som en grundläggande teori varpå uppsatsen vilar.

Stefan Klein (2005) är journalist, författare och har en forskarbakgrund inom biofysik. Hans bok *"Lyckoformeln - vad vetenskapen kan lära oss om lycka"* är ett gediget bidrag till diskussionen kring hur välbefinnandekänslor uppstår och består. I boken sammanfattas modern forskning om hur hjärnan och kroppen fungerar och detta kopplas samman med människans längtan efter lycka och tillfredsställelse. Vi kommer inte att ta upp en så stor del av den medicinska forskningen som Klein redogör för, dock sammankopplar Klein även sin text med samhällsaspekten och det är den delen vi har intresserat oss för.

Anthony Giddens (2002) är en mycket erkänd brittisk sociolog. Hans forskning inom modernitetens område är omfattande och gedigen. I boken *"Modernitet och självidentitet"* redogör Giddens för förhållandet mellan moderniteten och det individuella jaget. Han berör även globaliseringens konsekvenser och följder i vardagslivet. Vi ser Giddens som en högst tillförlitlig källa varför vi valt att låta hans teorier ligga till grund för uppsatsen.

Thomas Johansson (2002) är professor i socialpsykologi. Johansson är verksam vid Institutionen för socialt arbete och Centrum för kulturstudier vid Göteborgs universitet. I sin bok *"Bilder av självet"* redogör Johansson för hur det senmoderna samhället präglas av uppluckring av traditionella identiteter vilket medför ett ökat intresse för detsamma. Vi ser *"Bilder av självet"* som ett representativt och aktuellt bidrag till problemområdet.

Zygmunt Bauman (2002) är sociolog med ursprung i Polen. Hans huvudsakliga forskningsområde rör modernism och postmodernism vilket också boken *"Det individualiserade samhället"* diskuterar. Han talar om att vårt nya samhälle har gett oss en ökad individuell frihet som vi ibland har svårigheter att handskas med. Sociala frågor och problem går inte att hantera som sociala angelägenheter på grund av det allt mer individualiserade samhället. Baumans bidrag till debatten har stor och trovärdig tyngd. Hans

forskning är erkänd och vi ser detta bidrag som en viktig del av förklaringsmodellerna i vår uppsats.

### *Tillförlitlighet*

Redan när idén till uppsatsen skapades fanns en förförståelse hos oss om att människor i dagens samhälle inte finner ro. Detta var en av anledningarna till att vi valde att studera det aktuella ämnet. Vår förförståelse handlade vidare om att människor idag känner slitningar mellan karriär, familj, relationer, fritid och sig själva. På grund av detta blir det svårt att finna lyckan då vi hela tiden måste vidare. Vi är väl medvetna om att denna bild har färgat vår utformning av exempelvis intervjuguiden men även analysarbetet. Vi har försökt att i möjligaste mån inta en objektiv och öppen syn på det material som kommit oss tillhanda genom empiri och teori.

Insamlingen av data har följt den praxis som gäller för kvalitativa undersökningar. Visserligen har intervjuerna gjorts under en kort period vilket inte gett tillfälle till förändringar av intervjuguiden. Vi ser dock att intervjuguiden alstrat svar av god kvalitet. Vi ser ingen anledning att misstro äktheten i de intervjuades svar. Dock är vi medvetna om att vi från den begränsade intervjugruppen inte kan göra några generaliseringar eftersom urvalet skett strategiskt. Vi ser dock att urvalet svarar mot det syfte som uppsatsen har.

Urvalet till uppsatsen skedde strategiskt. Då uppsatsens storlek begränsar undersökningsgruppen såg vi detta urvalssätt som lämpligast. Anledningen till detta val grundar sig på att vi var ute efter en så spretig grupp som möjligt inom vår bestämda åldersram. Vi var intresserade av människor i olika livssituationer med fokus på civilstånd. Detta eftersom vi i vår förförståelse hade tankar kring hur olika typer av relationsituationer påverkar vår syn på livet i relation till lycka. Vi tycker att urvalet i liten skala speglar hur unga vuxna ser på sig själva och sin situation i det senmoderna samhället med allt vad det innebär. Genom att belysa och analysera vårt empiriska material och jämföra med teorier kring hur det senmoderna samhället ser ut och vilka nya krav det ställer på individens identitet och förhållningssätt, anser vi att vi kan se vilken påverkan samhällssituationen haft för kopplingen mellan individen och det senmoderna samhället.

## Disposition

Denna uppsats är en studie kring hur unga vuxna ser på sig själva och sin livssituation i förhållande till det senmoderna samhället. Vi har valt att titta på hur de intervjuade har påverkats av det senmoderna samhällets ideal och normer i sina val och syn på lycka.

Uppsatsens alla delar följer en struktur vi format utifrån våra frågeställningar. De teman som är genomgående i hela uppsatsen är: identitet, tillfredsställelse i livssituationen, lycka samt samhällets inverkan. Detta för att göra uppsatsen mer lättöverskådlig och tillgänglig för läsaren.

Avsnittet som närmast följer berör teori och tidigare forskning. Vi har utgått från en rad olika teorier och tidigare forskning för att förklara och belysa det valda ämnet utifrån olika vinklar och perspektiv. Kapitlet empiri är en detaljerad sammanställning av respondenternas svar där läsaren kan skapa sig en bild av de enskilda personernas livssituationer. I analysen väver vi sedan samman teori och tidigare forskning med respondenternas svar. Vi försöker i denna del förstå oss på respondenternas svar utifrån de teoretiska utgångspunkter vi tidigare presenterat. Uppsatsen avslutas med en slutdiskussion. Här spekulerar vi kring aspekter som framkommit i uppsatsen samt resonerar kring nya frågeställningar som kommit upp under arbetets gång.

## 2. Teori och tidigare forskning

### Identitet

#### *Formandet av ett själv*

Det senmoderna samhället är ett samhälle i ständig förändring. Detta gör att det ständigt ställs nya krav på individen och självet utsätts för nya påfrestningar. Identitet kan idag inte längre betraktas som en definitiv position utan det är en ständigt pågående process. Identiteten kan tillfälligt förankras i positioner som till exempel vilket yrke man har, hur mycket man tjänar eller vilka kretsar man rör sig i. Dessa positioner är mer "flyktiga" idag än tidigare då vi idag ständigt förflyttar oss i både tid och rum. Individen bör således aldrig studeras skild från sin bakgrund och nuvarande sociala kontext. Självet kan endast förstås och begripliggöras i relation till en social och kulturell omgivning. Individens själv formas och skapas i spänningsfältet mellan å ena sidan upplevelser, drömmar, önskningar, val och å andra sidan samhället eller kulturen (Johansson, 2002).

Den senmoderna människan måste konstruera en någorlunda sammanhållen identitet i ett samhälle som allt mer präglas av sociala, kulturella och ekonomiska förändringar och där fokus ligger på individens självförverkligande. För att skapa en självidentitet måste vi ständigt göra val och vardagen handlar därför om att välja och fatta beslut. Självidentiteten produceras och reproduceras hela tiden genom våra handlingar. Vi sätter upp livsplaner som innehåller tankar om det framtida livet och som styrs av våra drömmar och mål (Giddens, 2002).

Giddens (ibid.) beskriver den nutida världen där självet existerar som ett reflexivt projekt som den enskilde bär ansvar för. Vi är inte det vi är, utan det vi själva gör oss till. Det samtida samhällets snabba förändringar har lösgjort självet och identiteten. Sökandet efter en självidentitet kan ses som ett modernt problem, möjligtvis med rötter i den västerländska individualismen. Förr eftersträvades en fast identitet till skillnad från dagens människa som vill hålla möjligheterna öppna och med dem även identiteten. Detta gör att vi ständigt lever i ambivalens, en konflikt mellan motstridiga känslor eller föreställningar.

### *Den ontologiska tryggheten*

När vi i senmoderniteten funderar på ”Vilka vi är” eller ”Vad vi ska göra” är det viktigt att vår identitet är förankrad. Utvecklandet av en självidentitet är beroende av andras uppskattning och detta beroende grundläggs redan i barndomen, då våra föräldrars uppmärksamhet är grundläggande för att vi ska kunna utvecklas och överleva. Den grundläggande tilliten som vi lär känna blir basen för den grundläggande försvarssköld som den ontologiska tryggheten innebär. Att känna ontologisk trygghet innebär att metvetet eller omedvetet ha ”svaren” på de fundamentala existentiella frågorna. Människor som är rädda för det existentiella försöker finna tryggheten i egendom, pengar eller relationer. Det vill säga saker som skall binda dem till tillvaron (Giddens, 2002).

För att finna oss själva söker vi efter det rena förhållandet vilket är en social relation som bygger på tillfredsställelsen i utbytet. Genom att kunna lita på denna relation känner vi en trygghet i hanterandet av hot och faror. Vi vägrar ge upp sökandet på att finna kärleken och ett livskraftigt förhållande. För många har det blivit så att kärleken rymmer nyckeln till upptäckten av dem själva och deras identitet (Giddens, 2002).

### Aspekter av vardagslivet

#### *Trygghet*

Genom socialisationen lär vi oss outtalade regler för hur vi ska bete oss i vardagen. I takt med de förändringar som äger rum i samhället idag, där det ständigt ställs nya krav på individen, ändras och kompliceras också de regler som styr vardagslivet. Vi friställs mer och mer från kollektiva strukturer. Det ställs därför allt högre krav på att manövrera fritt och anpassa sig till förändring. Det senmoderna samhället har lett till ett allt osäkrare tillstånd för skapandet av en identitet. Den existentiella tryggheten har för många förbytt i otrygghet. I värsta fall kan detta omvandlas till olika former av beroendetillstånd, vilket är ett sätt att försöka skapa en förankring, en flykt undan ångesten i tillvaron. Naturligtvis funkar det inte så utan resulterar istället i mer ångest. Sökandet efter kickar, starka mentala och kroppsliga upplevelser och förändring har blivit en viktig del av det moderna vardagslivet. Detta yttrar sig som behovet av att resa till främmande länder, testa olika äventyrssporter, konsumera det senaste och i sökandet efter sexuella upplevelser (Johansson, 2002).

Trygghet och utveckling kan vara svåra att förhålla gentemot varandra för människor idag. Trygghet kan i värsta fall omvandlas till något kvävande och förstelnat, ett mönster som går mot mycket av det som präglar det senmoderna samhället. Utveckling kan i sig leda till att vi kapar våra trygga band och förnekar behovet av mänsklig gemenskap och en någorlunda inrutad tillvaro. Att leva i ambivalens och att acceptera osäkerhet och förändring är dock en nödvändighet för att kunna utveckla en fungerande självuppfattning och identitet menar Johansson (2002).

Längtan efter det stabila i oss utgör för många en stark drivkraft. Beroendet av tillfälliga tillfredsställelser lockar därför att det dövar smärtan över att inse att man är ensam, att det aldrig går att fly det ultimata och oändliga existentiella ansvar som vilar över människan. Det går inte heller att fly det egna behovet av nära relationer och här fyller familjen i alla dess former en oerhört central roll. I ett samhälle där det mesta går att köpas för pengar skapas lätt motkrafter dvs. en längtan efter något äkta, något som kan motstå förändring och som inte kan köpas för pengar. Att skaffa barn är ett sätt att förankra sig i tillvaron, det blir ett möte med oändligheten då det knyter ens närvaro och existens direkt till barnets överlevnad. Möjligtvis utgör föräldraskapet det sista hoppet människan har för att råda bot på sin existentiella ångest (Johansson, 2002).

De vänskapsband vi knyter bildar också bekräftelser och identifikationer som används för att formulera vår identitet. Det förutsättningslösa mötet med andra människor utgör grunden för skapandet av det autentiska självet. Vänskap är en förankring av självet och bildar grundvalen för den grundläggande ontologiska tryggheten. Autenticitet är en allomfattande upplevelse av fullständighet. Även om den sker på ett ögonblick omfattar den hela vårt kaotiska splittrade liv och bringar ordning i det, ger det en mening. Ju mer osäker tillvaron blir desto viktigare blir vänskapsband och andra relationer. Vänskapen kan vara en plats dit man kan vända tillbaka för att laborera med olika alternativ för att pröva möjliga vägar i livet. Idag kan vi utforma vår livsplan på många olika sätt men det finns också begränsningar i friheten. I västvärlden är valfrihet i mångt och mycket relaterat till pengar (Johansson, 2002).

### *Familjens betydelse*

Familjen spelar fortfarande en viktig och ledande roll i samhället. Vi attraheras av familjen som samlevnadsform och återkommer ständigt dit. Familjen utgör en viktig förankring för

självet. Den är en tillflyktsort dit man tar sig för att återhämta sig efter besöken i yttrevärlden och det kravfyllda arbetslivet. I vårt senmoderna samhälle har en splittring av familjen börjat och när familjen förlorar sin funktion som fostrare och som intim tillflyktsort tar andra instanser över, som massmedia och vänner. Behovet av tillit och att ha tillgång till en behållare för skapandet av självet kvarstår dock. Det blir svårare att hitta fasta förankringar till självet vilket skapar nya förutsättningar för självets utveckling (Johansson, 2002).

### *Arbete och karriär*

I grunden handlar arbete om att erhålla medel till överlevnad och i bästa fall överflödiga konsumtion. Av tradition har vi lagt mycket av vår identitet i just vårt arbete. För många är dock arbete ett nödvändigt ont. Ju mer arbete vävs samman med identitet desto svårare blir det att avskilja sig från arbetet och skapa utrymme för fritid och njutning av tillvaron. Det kan till och med bli svårt att skilja på arbete och njutning. Vi har gått från kollektiva till mer individuellt baserade identiteter och sätt att förhålla oss till självet. Ett ökat självmedvetande resulterar i en ständig bevakning av och granskning av självet. Det blir svårt att koppla av och bara njuta av tillvaron. Bekymmerslöshet blir en lyxvara. Identiteten består av en rad olika uppbrutna yrkesidentiteter och platser. Frågan är hur ska vi föga samman dem på ett bra sätt? Arbetet har tidigare varit ett fäste och förankring för vår identitet men får allt mindre betydelse i den processen. Skapandet av mening har flyttats till andra platser som träningslokalen, vänskapsgruppen med mera (Johansson, 2002).

För att kunna fungera i dagens arbetsliv och kanske speciellt om man är ute efter att erövra en position och göra karriär bör man ha utvecklat en beredskap att fungera i nya sociala miljöer, att snabbt kunna utveckla nya sociala band och även snabbt kunna överge dem för att återigen kunna röra på sig. Risken med denna typ av beteende är att människor inte längre engagerar sig i varandra och inte bryr sig om att skapa varaktiga sociala band utan istället satsar på sina egna karriärer. Arbetsplatser blir i allt större utsträckning transportsträckor i den individuellt utformade livsplanen och karriären (Johansson, 2002).

Framgång har blivit något av ett nyckelord för den nutida människan. Det blir allt viktigare att presentera sig själv som just framgångsrik, det räcker inte med att vara framgångsrik. Man skall idag även utstråla framgång. Unga människor med trendriktiga kläder och prylar, med vältränade kroppar som luktar gott och som utstrålar styrka förkroppsligar de yttre tecknen på



framgång. Karriär handlar inte bara om framgång i yrkeslivet utan också om att leva ett liv helt i framgångens tecken. Tidigare var karriär något som avsåg just arbetets sfär men nuförtiden innefattar begreppet karriär mycket mer. Det rör sig om en upplevelse av framgång som bör genomsyra hela livsstilen. Det är denna utvidgade betydelse av begreppet karriär som håller på att omvandla arbetslivet. Kravet på att saker och ting skall betyda något, att de skall kunna laddas med intensitet och upplevelsekvaiteter ökar. Många människor får därmed svårt att nöja sig med att låta en plats och en sysselsättning göra tillvaron betydelsefull. Ett antagande vi ofta stöter på är att människor vill utveckla sig själva och fylla tillvaron med mening men detta gäller dock inte alla. Många kanske lika gärna tillbringar resten av livet på en och samma plats och ett och samma jobb utan att bry sig om att utvecklas eller förändras (Johansson, 2002).

#### *Framgång, status och bekräftelse*

I sin bok "Status Stress" skriver De Botton (2004) att status handlar om vår ställning i samhället, vilket egentligen handlar om vårt värde och vår betydelse i omvärldens ögon. Olika samhällen har gett status till olika saker. I västvärlden har status till mycket stor utsträckning kommit att handla om ekonomisk framgång. Den som har hög status ses som värdefull i andras ögon, får respekt, frihet, resurser och kanske inte minst en känsla av att vara omtyckt. Hög status är det som många i västvärlden strävar efter.

De Botton (2004) menar att det som egentligen ligger till grund för jakt efter status och framgång är vårt behov av kärlek och bekräftelse. Vi presterar för att bli bekräftade för dem vi tror att vi är i ett samhälle som signalerar att det inte räcker att "bara vara". Som ett resultat av prestationer och hög status får vi uppmärksamhet, pengar, berömmelse och kanske inflytande. Dessa aspekter är endast tillfälliga tillfredsställare och vi jagar genast vidare efter mer eller högre kickar som ett sätt att döva det stora behovet av ovillkorlig kärlek. De som inte har status förblir osynliga, deras identiteter ignoreras. Lyckas vi inte leva upp till samhällets förväntningar dömer vi oss själva ganska hårt (Ibid.).

Vad som är framgång är relativt och jämförs och avgörs utifrån de människor vi ser som vår referensgrupp, de vi försöker bräcka. Vi anser oss själva som lyckligt lottade först när vi har mer än dem. Det som skapar stressen är inte vetskapen om att det alltid finns människor med mer pengar eller större framgång, utan av jämförelsen med våra jämlingar (De Botton, 2004).

De Botton (2004) skriver att vi kan känna oss lyckliga med lite om vi har förväntat oss lite och samtidigt känna oss olyckliga med mycket om vi har förväntat oss allt. Vår självbild blir som en läckande ballong som hela tiden behöver mer luft för att hålla oss svävande. Vi förlitar oss i väldigt stor utsträckning på omvärldens omdömen när vi bedömer vår egen förmåga och framgång. I den västerländska världen handlar status om vad vi kan prestera i första hand, i vissa fall fastställs det genom födseln in i en, exempelvis, adlig familj. Vi vill inte vara som alla andra utan skilja oss från mängden. Vi lockas av individualitet och av individuella prestationer. Vår strävan efter status underblåses just av skrällen att bli som alla andra, att bli Svensson. Vad vi betraktar som normalt är avgörande för våra möjligheter att vinna lycka. Massmedia har ytterligare höjt förväntningarna för oss då det idag gäller att vara någon (Ibid.).

De Botton (2004) menar att vi i dagens samhälle möts av bilden; att vara lycklig innebär att tjäna mycket pengar. På så sätt kan vi tillfredsställa oss genom att konsumera och således bli lyckliga. Han pekar på en undersökning av Rousseau från 1700-talet som visar på att trots tillgång till tusentals ting och lyxartiklar blir vi inte lyckligare. Istället ökar destruktiva beteenden och beroenden. Vi skapar ett konstant behov efter mer och kan inte få nog. I det enorma flödet av saker och tankar kan det bli svårt att finna vad som egentligen är viktigt för den egna lyckans skull.

## Samhällsaspekter

### *Kroppen, samhället och lyckan*

Det individuella samhället leder, som Bauman (2002) beskriver det, till att vi står ensamma inför våra problem. Tyvärr så innebär ensamhet en stor påfrestning för kroppen. Klein (2005) menar att söka stöd hos andra är den bästa medicinen mot stress och den som är ensam får en dubbel dos stress, eftersom ensamheten i sig är en källa till fenomenet. Människans rädsla att bli ensam sitter otroligt djupt och vår natur driver oss till andra människor. Vuxna människor av idag visar inte tydligt utåt att de lider av ensamhet men de psykiska och fysiska tecknen väntar inte på sig. Dessa människor drabbas av oro, inre tomhet, spänningar, sömnlöshet och tvivel på sig själv och sin förmåga. Den känsla av trygghet som vi kan känna ibland, markerar för kroppen att ett slut på ensamheten infunnit sig. Detta eftersom det då frigörs endorfiner i

hjärnan, endorfiner som motverkar stress. Dessa stresshämmande endorfiner kan också frigöras på annat sätt, t.ex. genom att en hungrig person äter mat. Dock kan man också använda berusningsmedel för att på så vis ”gömma” ensamheten för kroppen och hjärnan. Alkohol, sötsaker med mera utlöser endorfiner i hjärnan och på det sättet lurar man sin egen kropp och sig själv att ensamheten är förbi och tryggheten har infunnit sig (Klein, 2005).

Trots ett ökat välstånd beskriver sig inte fler personer som nöjda idag än för femtio år sedan. Vi har fler möjligheter att odla våra intressen. Varor som ansågs som lyx för femtio år sedan går idag att avnjuta till vardags men detta faktum verkar inte ha påverkat vår uppfattning av eget välbefinnande. Forskare har i undersökningar av industriländer i väst upptäckt att välbefinnande och välstånd inte har något samband. I stort sett alla regeringar strävar efter att öka den ekonomiska tillväxten och på så vis öka innevånarnas levnadsstandard, men om man på så vis försöker främja ett lyckligare och nöjdare folk har man riktat in sig på fel område. Pengar och tillfredsställelse hör nämligen inte samman. Istället är det tillfredsställelse med livet och rättvisa i samhället som går hand i hand. I de länder där kapitalet är jämt fördelat över befolkningen är livslängden högst och känslan av tillfredsställelse hos innevånarna följer samma skala. Detta har sin förklaring i att i samhällen med jämnare fördelning behöver människor inte känna sig tvungna att överträffa sin granne. En person med lägre inkomst behöver inte vara orolig för att förlora sin status och känslan av värdelöshet på grund av att en person äger mindre än någon annan behöver inte uppstå. Stress som uppstår i och med att man jämför sig med andra försvinner helt enkelt (Klein, 2005).

En annan viktig del i ett samhälle för att dess innevånare ska känna tillfredsställelse och lycka är att det finns en samhällsanda och en möjlighet för invånarna till självbestämmande. Forskning visar att Europas lyckligaste invånare finns i Schweiz där man har flera politiska system som existerar sida vid sida. Besluten fattas i 26 olika kantonerna som finns i landet där direkt demokrati tillämpas via folkinitiativ eller folkomröstningar. Enligt forskarna är ett lyckligt land ett land där politik är mer än bara en åskådarsyssla. Välbefinnande byggs av tre hörnstenar vilka är samhällsanda, möjlighet till självbestämmande och social omfördelning. En människa har inte samma möjlighet att påverka alla hörnstenar lika mycket. Det är lättare för människor att börja med att ta kontrollen över sina liv. Man kan med små medel förändra situationen genom att t.ex. daghem och skolor har flexibla öppettider och scheman så att föräldrar känner sig mindre begränsade. Via samhällsanda, som i sin tur innebär engagemang,

kan individer uppnå förändring och detta arbete för egna intressen leder i sin tur till en känsla av större självbestämmande (Klein, 2005).

### *Det senmoderna samhället och individualiseringsprocessen*

Under moderniteten bands arbetaren och kapitalet samman. Den ene var beroende av den andre och ingen av dem kunde flytta sig ifrån den andre på ett enkelt sätt. Det senmoderna samhället, som vi lever i idag, gör att vi erfar det totalt motsatta. Kapitalet är inte beroende av sina arbetare och arbetarna är inte beroende av kapitalet på samma sätt längre. En människa av idag förväntas byta arbete ett flertal gånger, kanske för att hon tröttnat på det förra, ett annat företag erbjuder en bättre lön eller så flyttar hela arbetsplatsen utomlands. Flexibilitet är ledordet, både på arbetet och hemma. Innebörden av ”tills döden skiljer oss åt” hänger på sned och dagens otrygghet är en otroligt starkt individualiserande kraft. Du vet aldrig vilka som tillhör samma grupp som du själv, och vem vet, kanske har även du bytt grupptillhörighet till nästa dag (Bauman, 2002)?

För att få frihet måste en människa betala med trygghet. Detta beskriver Bauman i sin bok ”*Det individualiserade samhället*” (2002). Där pekar han på Freuds resonemang om trygghet och frihet i det senmoderna samhället, där lycka uppstår i känslan av att plötsligen få tillfredsställa starkt tillbakahållna behov. På grund av detta innebär lycka frihet, men det är just den formen av impulsiv frihet som måste offras för att en människa ska få en smula trygghet. Tryggheten kan bara vinnas om vår nyckfulla och oberäkneliga tillfredsställelse av begär ersätts med ordning och rutiner så att vi inte i varje enskilt fall ska behöva tveka. Dock är en sådan ordning betvingande och därför hotas den ständigt av en frihetslängtan. En längtan som riktar sig mot vissa delar av kulturen i ett samhälle eller mot vissa kulturkrav i densamma. Människan behöver både frihet och trygghet men det ena måste alltid offras för det andra. Därför, skriver Bauman (ibid.), kommer lyckan alltid att gäckas. Detta till trots är det ändå dynamiken mellan dessa två tillstånd som får en kultur att inte stagnera i och med att människor söker nya sätt att avväga offrandet av frihet och trygghet så att en balans mellan de båda uppstår.

Människan av idag som lever i det senmoderna samhället har mer frihet än deras förfäder kunnat drömma om, ändå vantrivs hon i den kulturen. Hon lever i en värld med få gränser och normer och det är just därför hon vantrivs, förklarar Bauman (2002). Det är inte trycket från samhällsideal som får den senmoderna människan att vantrivas utan själva knappheten av

ideal och frånvaron av uppenbara ordinationer på hur vi lever ett respektabelt liv. Hos människan uppstår en känsla av maktlöshet och bristande förmåga på grund av att det idag är omöjligt att anpassa sig. Det finns en skräck inför det obegränsade och på grund av det försöker vi finna en stadig och rak kurs. För att finna vår kurs utför vi sporadiska handlingar som gör att vi oftast befinner oss gränsen till vår handlingsförmåga. Inte på grund av krav utan på grund av vår vilja att finna stadig mark under fötterna. Det är priset vi får betala för vår frihet i det senmoderna samhället, att göra ständiga val som vi i slutändan inte vet om det leder till det önskade resultatet. Dessutom finns det ingen att sätta sin tillit till eftersom ingen tycks ha kontroll över utvecklingen (Bauman, 2002).

Det senmoderna samhället är också ett individualiserat samhälle. Bauman (2002) beskriver individualiseringsprocessen i samhället som ett öde och inte som ett val. En människa i det senmoderna samhället kan inte välja att ställa sig utanför processen, den möjligheten finns inte. Är en människa sjuk beror det på att hon inte levt tillräckligt hälsosamt, är hon arbetslös är det för att hon inte ansträngt sig tillräckligt för att hitta ett arbete eller för att hon är arbetskygg. Om hon våndas inför framtiden är det på grund av att hon inte är tillräckligt skicklig på att skaffa vänner och att påverka och göra intryck på andra. Detta är vad människan av idag får höra i varje fall och det har gått så långt att hon lever efter detta som en sanning. Den fördel du idag kan ha av en gemenskap med andra är att dessa människor kan ge råd om hur du t.ex. klarar av att handskas med olika problematiska situationer i ditt vardagsliv. Du kan få råd om hur du fortsätter kämpa ensam, men kämpar tillsammans gör vi inte nu för tiden. Detta eftersom problem idag bara liknar varandra och inte längre bildar en helhet som sammansatt skulle bli till något större och därmed värt att kämpa för och lösa sida vid sida. Problemen av idag har formats individuellt och därför kan och ska de också lösas individuellt (ibid.).

I dagens samhälle ärver eller får en människa inte en plats i samhället utan hon måste helt enkelt bli vad hon är. Själva idén med individualisering innebär att individen i sig befrias från det medfödda fastställandet av social karaktär och istället har den mänskliga identiteten förvandlats från något som kommer till skänks till en uppgift som en människa måste företa sig. På så vis måste en människa ta ansvar för de konsekvenser hennes skapande av en identitet leder till och då är vi tillbaka vid det som tidigare beskrivits, att det tillstånd en människa befinner sig i (t.ex. sjukdom, arbetslöshet mm.) enbart är en konsekvens av de val hon individuellt har gjort (Bauman, 2002). Han beskriver att fenomenet att behöva bli det man

är har funnits genom hela moderniteten men förklarar att anledningen till att begreppet identitet blivit så viktigt just under den senmoderna epoken har sitt ursprung i att vi idag inte kan ansluta oss till en klass, en gemenskap på t.ex. ett företag eller i en förening på samma sätt som förr. Detta på grund av att inte heller dessa instanser är beständiga. En människa kan idag inleda sin karriär på ett företag men detta betyder inte att hon kommer att avsluta sin karriär på samma ställe. Därför kan hon heller inte anpassa sin identitet till just de normer och gränser som finns inom det företaget och känna sig trygg i detta eftersom hon kan arbeta på ett nytt företag imorgon. Då gäller det snabbt att anpassa sig till en ny omgivning. Den nya bräcklighet och obeständighet som finns hos målen påverkar oss alla och det är svårt att ha livsmål eller livslånga projekt. Denna rörlighet hos målen gör att dagens män och kvinnor ständigt måste vara beredda att röra sig vidare. De kan aldrig slappna av i insikten av att de kommit fram. Så de dilemma som dagens människor brottas med är egentligen inte hur de ska uppnå de identiteter de vill ha, enligt Bauman (2002), utan mer vilken identitet de ska välja och hur de ska hålla sig alerta så att de kan välja en annan identitet utifall den första rycks bort.

Dagens identiteter ska inte vara för snäva utan de ska vara lätta att ta av och på. Om du tar på dig en för tätt sittande identitet som erbjuder kontinuitet stängs många dörrar och valalternativen på marknaden blir betydligt färre. Att ta på sig den smala identiteten tar ifrån dig den värdefullaste egenskapen av idag; manövreringsfriheten. Att det senmoderna samhället inte är stabilt leder också till att människan idag aldrig kan känna att just dom räknas. Ingen är oersättlig, någon annan kan alltid ta din plats. Alltså är det säkrast att ta för sig av det som livet har att erbjuda nu, med desamma, för framtiden vet du ingenting om. I en instabil värld är det inte klokt att utveckla vanor och rutiner i och med att allt kan bytas. Det ska också bytas ut för att du ska hänga med i utvecklingen. Män och kvinnor fostras till att se på världen som en plats full av engångsprodukter; datorer, kläder och bilar, liksom andra människor (Bauman, 2002).

### 3. Empiri

#### Presentation

NAMN	ÅLDER	CIVILSTÅND	YRKE
Erik	28 år	Flickvän	Projektledare, Testkoordinator
Leva	26 år	Singel	Kiropraktorstuderande
Jim Morrison	32 år	Gift, 2 barn	Fastighetsförvaltare
Allan	29 år	Flickvän/sambo	Nätverksspecialist
Ellen	33 år	Singel	Journalist, TV-producent
Louise	29 år	Pojkvän	Musiker/Violinist
Anna	33 år	Gift, 2 barn	Skolkurator
Victor	25 år	Singel	Polisaspirant

*I tabellen presenteras de intervjuade med fingerade namn samt ålder och civilstånd.*

#### Identitet

Att vår identitet är ett ständigt pågående projekt anser flertalet av dem vi intervjuat. Victor menar att en trygg identitet skapas och bibehålls genom en god självkänedom. Genom livserfarenhet och lyhördhet i samspelet med andra utvecklar vi vår självkänedom och ”projektet identitet”. Dock poängterar Allan att identitet inte är något som behöver vara äkta. Han menar att det lätt går att skapa sig en identitet som stämmer överens med det sätt man vill framställa sig själv på, så som man vill att folk ska se en. Erik menar att man mognar i takt med vad man går igenom i livet, att man blir ärligare mot sig själv och mer vågar visa mer vem man verkligen är. Jim Morrison påpekar också att det är viktigt att inte bry sig för mycket om vad andra tycker, våga gå sin egen väg och vara ärlig mot sig själv i vem man är.

*”Huvudsaken är att jag trivs, tycker jag i alla fall för jag kan  
ju bara leva mitt liv för mig själv och inte för någon annan.  
Jo såklart för min familj men ytterst så är det ju ändå en själv  
som man är ansvarig inför. Trivs man inte själv med vem man är*

*så funkar det inte med omgivningen heller” (Jim Morrison).*

Alla de intervjuade pratar på olika sätt om en trygghet som behövs för att de skall kunna fortsätta utvecklas och vara den de är. För Anna och Jim Morrison som båda har familj med barn, är en förutsättning för att de skall fortsätta att vara den de är, den grundtrygghet de har skapat i sina familjeliv. Både Ellen och Leva som lever som singlar finner sin trygghet på annat håll. De känner båda starkt att det viktigaste för att behålla grundtryggheten för dem är att ha trygga vänner omkring sig som de känner väl och törs vara sårbara med. Det är där de har sin trygga fasta punkt, där de inte behöver prestera för att bli älskade, där tryggheten finns för att kunna utvecklas. Att få utvecklas är ett centralt drag hos alla de intervjuade. Det handlar om utveckling i identiteten i förhållande till både arbete, familj och privatliv. Anna och Jim Morrison tycker inte att stimulansen behöver handla om omskakande händelser. För att de inte ska sluta utvecklas som individer är det viktigt för dem att de har små saker att se fram emot så att inte vardagslivet blir för tråkigt.

Även Erik ser en grundtrygghet som grundläggande för att han ska kunna och våga utvecklas i sig själv. Han vet inte riktigt var han skall finna den men söker efter någon sorts stabilitet. Utan en trygg bas rasar lätt hela konstruktionen menar han. Det Allan däremot lyfter fram som ett sätt för honom att finna trygghet är struktur på tillvaron, att kunna planera framtiden.

När de intervjuade svarade på frågan kring vem de är var yrket något som de flesta starkt identifierade sig med.

*”Det är så himla lätt att svara på den frågan genom att säga vad man är till yrket så att säga så det skall jag inte göra. Det har jag i alla fall lärt mig...  
... jag tar tillbaka. Jag är det jag gör ganska mycket (Ellen)”.*

Louise, Erik, Victor och Ellen ser jobbet som en viktig del av vilka de är. Louise menar att hon både lever och verkar för musiken där hon själv är det främsta redskapet. Erik talar om att han upplevt frustrationen med att inte få jobb inom det han velat men nu när han har det menar han att pusselbitarna om vem han är börjar falla på plats. Både Ellen och Victor tror sig påverkas mycket av sina jobb och att deras identiteter skulle bli annorlunda om de hamnade i ett annat sammanhang.



För Anna däremot är inte hennes yrke en så stor del av vem hon är utan familjen är den viktigaste delen. Mycket av hennes liv kretsar kring att familjelivet skall fungera och att alla i familjen skall må bra. För Leva har självbilden och vem hon är sin grund i hur hon mår psykiskt i själen. Hon presenterar sig själv som en känslig sak och livserfarenheter har fått henne att idag koncentrera sig mer på inre faktorer i sökandet efter en identitet. Flera av de intervjuade talade också om att de ser sig själva och vilka de är utifrån prestationer. Både Leva, Ellen och Allan framhöll att de hela tiden vill prestera sitt bästa och inte göra någon besviken för att på så sätt bli bekräftade för den de är. Leva och Ellen menar att presterar de inte så blir de inte omtyckta och bekräftade vilket i förlängningen leder till att de inte är någon.

## Tillfredsställelse i livssituationen

Jim Morrison uttrycker att han finner tillfredsställelse genom att det händer saker. Han känner sig tillfreds i sin vardag som består av jobb, familj och att greja med sitt hus. Anna känner sig rätt nöjd med sitt liv och i synnerhet sitt familjeliv. Anna menar att hon känner tillfredsställelse när hon hittar en balans mellan familj, arbete, fritid och socialt liv. Louise tycker också att det är jätteviktigt att ha balans mellan fritid och jobb. En bra balans där hon känner att hon har tid för att slappa och ta det lugnt leder också till att hon får energi för att jobba och utvecklas. Hon finner stor tillfredsställelse i att lära sig nya saker och att utvecklas. Det för livet framåt menar hon. Louise som idag jobbar som frilansande violinist skulle tycka det vore skönt med en mer fast punkt i tillvaron. Hon tror det skulle göra det lättare att finna balansen hon söker. Hon känner även att hennes ekonomiska situation påverkar hennes balans och skulle önska att hon hade lite mer stabilitet när det gäller ekonomin. Även Allan pratar om att en stabil ekonomi gör livet lättare och ger en möjlighet till att planera framtiden. Han känner tillfredsställelse av att ha möjlighet att göra det han vill. Han menar att inget skall få hålla honom tillbaka, exempelvis ekonomin. För att känna tillfredsställelse tycker Allan det är viktigt att han har fokus på det han vill och inte lägger sin tid på saker som inte tillför honom något i livet.

Ellen känner sig tillfreds med sitt liv idag. Hon menar att hon har ett gott liv och kan hoppa på de flesta aktiviteter utan att tänka efter så värst mycket eller bry sig om vad det kostar. För Ellen är möten något av det som ger henne tillfredsställelse i tillvaron.

*”Möten tror jag, möten med andra människor. Åter igen att få spegla sig i andra och få tillbaka någonting, att känna igen sig, att utvecklas. Att möta människor som tar mina tankar ett steg längre. Människor som förstår och som har en förmåga att vrida saker” (Ellen).*

Ellen tror att hon har ett liv som många som lever i relationer kanske skulle avundas men känner själv att hon kanske snarare avundas dem. Det är alltid så att man vill ha det man inte har. Ellen säger att hon i många år känt att hon har jobbat mot sig själv och gjort saker hon inte mått så bra av. Idag känner hon att det inte är värt det längre för priset hon får betala i sitt eget välmående är för högt. Hon tror att det är viktigt att inte ta sig själv på så stort allvar. Ellen kan ibland känna att hon fyller sitt liv med tillfällig tillfredsställelse som mat, korta relationer och alkohol. Hon tror att det egentligen är ett uttryck för en större längtan. Det stillar helt enkelt tillfälligt ett större behov. Ellen ser också att tillfredsställelse är att få slappna av hos någon, att bara vara sig själv i en trygg hamn.

Även Leva har varit tvungen att lära sig lyssna på sig själv. Samtidigt säger hon att hon är en typisk ”mycket vill ha mer människa” och att det aldrig är nog för henne. Leva känner att när hon tar hand om sig själv och klarar av att hantera situationer hon tycker är jobbig på ett bra sätt upplever hon tillfredsställelse.

Erik befinner sig i en fas i livet då han vill att det skall hända mycket.

*”Jag vill att det skall ske förändringar och jag känner ett stort behov av att lära känna nya människor som kan föra in nya perspektiv i min tillvaro” (Erik).*

Han har insett att det finns otroligt mycket saker han skulle vilja göra men det går inte att hinna med allt för då blir det för lite energi på varje grej. Erik är ganska dålig på att ta vara på sin egen tid och det är ofta den som blir bortkompromissad. Erik finner tillfredsställelse genom de personer han väljer att umgås med och att få tillhöra ett sammanhang, både privat och inom jobbet. Han känner också en tillfredsställelse över att han idag lärt sig lyssna på sig

själv bättre och vågar stå upp för vad han tycker. Erik tror också att han i framtiden kommer att finna stor tillfredsställelse i den familj han hoppas bilda.

Victor trivs med var han är i livet just nu och ser på framtiden med en positiv syn. Hans yrkesval känns helt rätt men han känner också att han i framtiden inte kan leva genom sitt jobb på samma sätt som han gör idag. Jobbet är en inkomst och livet är det som finns utanför.

Anna har ett mål att någon gång få läsa vidare men just nu får det stå åt sidan. Familj och arbete upptar det mesta av hennes tid.

*”Jag har inte några jättekariärmål eller så, absolut inte, det är andra saker som är viktiga för mig, som mina vänner och familj och så” (Anna).*

Ett av de viktigaste målen som Louise säger sig ha är att må bra. Hon försöker att inte stressa utan planerar in sin dag med lite extra dötid mellan sina aktiviteter. Louise pratar om att hon har som mål att en dag bilda familj och skaffa barn. Även om det är något hon väldigt gärna vill tycker hon inte det går att planera in. Hon känner dessutom att på det sätt hon lever idag finns inte trygghet nog för att bli med barn eftersom hon inte har en trygg plats att falla tillbaka på. Louise har också som mål att få fortsätta utvecklas inom sitt yrke och sitta på ledande positioner i orkestrar. Hon upplever en stor tillfredsställelse över att hon idag uppnått det hon strävat efter kariärmässigt men önskan om att bli bättre finns alltid och måste nog finnas för att inte stanna i utvecklingen. Hon säger dock att privatlivet alltid kommer först för henne och att yrkeslivet kommer att få stå åt sidan om det i framtiden skulle bli en konflikt.

För Ellen är drömmen om att skaffa familj ett av hennes största mål just nu. Hon säger att det är dumt att spilla energi på saker hon inte kan råda över men längtan finns där och är svår att döva. Hon saknar starkt den där familjepusselbiten. Den har hon länge fyllt med allt från jobb till kompisar och träning. Ellen känner att hon yrkesmässigt nått de mål hon vill och hoppas bara på att få fortsätta utvecklas. Dock känner hon att det vore skönt att hitta ett jobb där hon kan leva ett normalt liv och inte behöver stressa eller pressa ihjäl sig. Ett jobb som kan göra att hon finner mer balans i tillvaron. Hon kan ibland känna att hon klättrat så snabbt uppåt på kariärsstegen att hon glömt att titta åt sidorna.

Allan har inga direkta mål men uttrycker bland annat en önskan om att skaffa familj. Han vill också gärna komma så långt som möjligt karriärmässigt, kanske byta jobb ofta för att få prova på nya grejer för att få stimulans. Det senare tar för mycket av hans tid just nu för att en familj skall få plats. Erik uttrycker också att han inte har några fast utstakade mål. Han tycker det är viktigt att inte hänga upp saker på att man skall ha gjort dem vid en viss ålder. Det är klart att han vill ha familj men menar att man skall göra saker när de känns rätt. Även Victor är inne på samma spår. Han försöker ha ett öppet sinne för vad som kommer i hans väg. Det här med familj menar han är svårt att planera. När man träffar någon som man vill dela sitt liv med går inte att kryssa in i almanackan. Rent yrkesmässigt har han nått sitt stora mål, att bli polis.

*”När jag jobbat inom andra grejer så har jag känt en viss stress med att jag inte varit nöjd med vart jag varit i livet. Det är något som jag inte känner nu. Det är viktigt att få jobba med något man känner stimulans och som man kan utvecklas inom” (Victor).*

Yrkesmässigt vill Leva inte bli en halvmedioker kiropraktor utan vill göra det bästa för varje patient. Hon ser det som viktigt att inte lägga ner så mycket energi av sig själv på andra att hon själv blir dålig på kuppen. Leva vill ha ett yrke där hon känner att hon har mycket att ge samtidigt som det försörjer henne utan att hon blir beroende av någon annan. Hennes yrke ska skapa mening i hennes liv, för om hon inte skulle träffa någon att leva livet tillsammans med kommer yrket att få spela en större roll av den hon är och blir. Leva säger att det är viktigt att själv ta hand om sig själv, det går inte att förvänta sig att någon annan skall komma och göra det. Hon försöker att ge till sig själv först och sedan ge av den energin som finns kvar till andra.

Jim Morrisons främsta mål är att trivas med det han gör och att familjen fungerar. Han har ett indirekt mål på jobbet, att ta för sig och ta alla möjligheter till att lära sig nya saker för att få fortsätta utvecklas. Han menar dock att det är minst lika viktigt att få utvecklas tillsammans i familjen. Den är trots allt det viktigaste i hans liv. Vill han eller hans fru börja plugga eller gå ner i arbetstid ska det kunna ske utan att tillvaron ändras drastiskt. Därför är det viktigt att ha en ekonomi som gör att alla känner sig trygga oavsett vad som händer. Detta anser han att man uppnår genom att inte skaffa sig en för hög levnadsstandard som man egentligen inte har råd med i längden.

## Lycka

Lycka menar Victor är också att känna en genuin glädje över livet. Det kan handla om att uppleva något som gör att man känner sig nöjd med sig själv eller känner stolthet över något som man har presterat. Å andra sidan kan det också handla om att inte känna press över att behöva prestera. Victor ser sig själv som lycklig men menar att det alltid finns saker som han vill eller kan förbättra. Att vara lyckad däremot menar han ligger i betraktarens ögon, när någon beundrar en för ens prestationer. Han menar att samhället har en stor roll att spela när det gäller våra egna uppfattningar om vi är lyckade och lyckliga. Samhället och massmedia sätter upp normer för hur en lycklig eller lyckad person skall vara. Människor som är svaga och inte tror på sig själva i tillräckligt stor utsträckning kan lätt falla för den här bilden och försöker passa in i en form som inte passar dem egentligen. Victor tror att strävan efter att leva upp till ideal har ökat de senaste 30 åren.

*” Jag tror att samhället spelar en stor roll, samhället som institution, klart har man det knapert och inte har tillräckligt med pengar för att känna att man kan utvecklas och leva en dräglig tillvaro så kommer det ju att absolut visa sig i form av olycka eller mindre lycka” (Victor).*

Strävan efter lycka handlar väldigt mycket av vad man ställer för krav på sig själv och vilka krav man låter andra sätta upp på en själv menar Victor.

För Erik är lycka att man gör det man trivs med, lyssnar på sig själv och vad man verkligen vill. Det handlar således inte om yttre värden i första hand. Han menar att det kan handla om allt från att jobba på ICA till att ha ett toppjobb, så länge man är nöjd där man befinner sig. Han säger att ”lycklig” mer känns som något pågående medan lyckad är något man uppnått. Erik ser sig själv som lycklig idag men säger också att han alltid inbillar sig själv att gör han bara det eller det så skulle han bli lyckligare. Han menar att lycka inte är konstant utan en ständigt pågående process. Vad som gjorde honom lycklig förr kanske inte gör honom lycklig idag. Erik ser sig också som lyckad. Han känner att han på sista tiden blivit mer ärlig mot sig själv och på så sätt också upplever sig som mer lyckad och lycklig. Erik tror sig på ett ganska bra sätt kunna genomsåda den bild av lycka och att vara lyckad som media blåser upp och försöker få oss att sträva efter. Erik säger att han inte har något emot att leva efter normer så länge det är hans eget aktiva val. Exempelvis menar han att Svenssonbilden av hur man skall

leva det lyckliga livet inte är något han är emot men inte heller något han strävar efter. Erik hoppas att han i framtiden kommer att vara lycklig och för honom innebär det nog, just nu, att ha träffat någon som han kan och vill dela sitt liv med.

För Louise är lycka inte ett konstant tillstånd utan en känsla som infinner sig ibland. Hon tror att om känslan vore konstant skulle den nog kunna leda till en sorts likgiltighet. Louise menar att lycka inte handlar om att det slår blixtar. De ögonblicken är mer eufori över att något speciellt har hänt.

*”Jag tror lycka är den där sköna känslan man kan få i kroppen ibland när allting stämmer på något sätt... När man känner det i kroppen, en glädje över att man får vara med” (Louise).*

Louise menar att samhället tror att människor som har gjort karriär och har pengar är lyckade. Hon tror dock inte på det själv utan menar att man är lyckad när man mår bra och har balans i sig själv. En lyckad människa är medveten om andra människor och tar hänsyn till folk runt i kring sig. Louise ser sig själv som lyckad i vissa sammanhang men inte om man jämför det med samhällets normer. För Louise har inte det viktigast varit att tjäna pengar utan att göra det hon tycker om och mår bra av.

Allan har ingen direkt uppfattning om vad lycka är men lycklig är man när man är tillfreds med livet och ser möjligheter istället för hinder. Allan känner sig för det mesta lycklig och han menar att det är många pusselbitar som måste falla på plats. Jagar man för att bli lycklig så kan man aldrig bli lycklig menar han. Att vara lyckad handlar om att göra det bästa utifrån sina förutsättningar. Samhällets bild av lycka säger han ser annorlunda ut. Där handlar det om att jobba hårt, föda barn, pensionera sig och köpa hus i Spanien. Den mer allmängiltiga bilden menar han dock innefattar att man pluggat hårt, fått ett bra jobb där man tjänar bra med pengar och samtidigt hinner med ett aktivt familjeliv och socialt liv. Samtidigt skall man ha en sommarstuga, segelbåt och resa till Asien varje vinter. Han tror inte att han på något vis påverkas av den bild som media förmedlar. Han tycker det är löjligt att följa en mall för hur man blir lycklig och menar att det inte funkar så. Allan anser att är man lyckad så är man det inom både karriär och det sociala livet. Han menar att bitarna hänger ihop. För att lyckas karriärmässigt måste man inte ha det högst betalda jobbet utan det handlar mer om att ha ett

jobb som är väldigt intressant och givande. Allan ser sig som lyckad, yrkesmässigt har han fått ett jobb som han inte ens kunnat drömma om så tidigt i karriären.

Jim Morrison tycker att en viktig del av lycka är att man får vara frisk och att alla runt i kring en mår bra. Det handlar även om att kunna uppnå de mål man har i livet. Han menar vidare att det finns olika sätt att se på om man är lyckad. Det kan handla om att det går bra i karriären eller så kan det vara att det går bra med familjen. För honom handlar det om att båda delarna fungerar. Jim Morrison ser sig själv som lycklig, han försöker se det positiva i saker. Han känner sig lyckad då saker flyter på för honom. Jim Morrison poängterar att det viktigaste för honom är att han själv upplever sig som lyckad eller lycklig. Vad som ligger i betraktarens ögon bryr han sig inte så mycket om. Det är ju inte vad andra anser om honom som är det viktiga.

Leva tycker att lycka är starkt förknippat med kärlek; kärlek, barn, familj och kravlös tillvaro. Tradition menar hon också är lycka. När hon vet vad som skall hända och vet att hon får vara med människor man trivs med och som hon kan vara sig själv med. Lyckad däremot tror hon ligger i betraktarens ögon och är en värdering som någon annan gör. Många kan nog uppfatta henne som lyckad för att hon har lätt för sig, är duktig i skolan med mera men hon kopplar själv inte ihop detta med sin inre själsliga lycka. Ibland känner hon lycka men upplever sig inte som lycklig. Hon tror dock att hon har potentialen i sig att bli lycklig då hon inte, som tidigare, tror att lyckan kommer utifrån utan att den föds i henne själv. Hon menar att lycka och lyckad inte hänger ihop. Att vara lyckad handlar mer om prestationer, att alltid vilja prestera bättre eller ha mer.

*”Jag tror att själva nyckeln till lycka som vi pratade om förut handlar om balans. Balans i kroppen för fysisk hälsa, det är jätteviktigt att träna men det är precis lika viktigt att slappna av till exempel, man behöver hela tiden yin och yang i livet” (Leva).*

Leva menar att det lätt blir så att man grundar sin egen lycka på andras värderingar istället för att göra tvärtom; se till sig själv först och skapa sin egen lycka. På så sätt kan man bli fri från sin prestationsångest menar hon. Har man hittat det som är viktigt för en själv behöver man inte andras värdering och bekräftelse på samma sätt. Leva tycker att hon är lyckad professionellt men inte själsligt, det sista för att hon inte känner sig i balans själsligt.

Även Ellen är inne på samma spår som Leva då hon tycker att lycka mycket hänger ihop med harmoni. Att kunna vakna och känna att livet är rätt skönt. Hon menar att lycka inte bara handlar om att vara glad jämt utan att ha ett lugn, en sorts grundtrygghet att luta sig tillbaka mot. För Ellen har dock mycket av hennes jakt på lycka handlat om prestationer. Hon har hela tiden tänkt att om hon bara gör det här också så kommer hon att bli lycklig. Någonstans har hon dock insett att det hela tiden kommer nya saker hon bara måste göra.

*”Det är inte så att prestationer är en biljett till lycka för om det vore så då skulle jag vara superlycklig” (Ellen).*

Ellen säger att hon inte upplever sig som lycklig fast hon borde vara det. Hon har egentligen vad som krävs, ett bra jobb, goda vänner, familj, bor bra och har bil. De yttre värdena finns där men hon tror någonstans att lyckan finns i tvåsamheten och att det är först då som hon kan bli riktigt lycklig. En lyckad person i Ellens ögon är någon som gör vad de brinner för och lever i en relation som de tycker är frisk och hälsosam. Det är någon som skiter i normer och vad andra tycker och bara lyssnar på sitt hjärta och gör det som hjärtat säger.

Anna menar samma sak som Ellen, att man skall göra det man känner att man är kapabel till så länge man inte utnyttjar systemet för utnyttjandets skull. Anna ser sig själv som lycklig. För henne handlar lycka om att ha det bra tillsammans och göra saker som är roliga, att få komma ifrån ekorrhjulet och sätta guldkant på tillvaron. På frågan om att vara lyckad så menar Anna att det finns olika perspektiv. Ser man det från samhällets sida så tror Anna att hon ses som lyckad då hon jobbar och tjänar sitt eget levebröd. Hon upplever själv att hon är lyckad då hon är nöjd med vart hon har kommit i livet men att säga att hon är optimalt lyckad vore omöjligt tror hon.

## Samhället och dess inverkan

Allan menar att han känner krav från samhället att vara någon, att ha en identitet och inte bara gömma sig i den stora massan. Både Allan, Victor, Ellen och Louise säger att de känner krav från samhället att vara goda samhällsmedborgare. De känner att de måste göra rätt för sig genom att tjäna sitt levebröd och ha en stadig inkomst så att de kan klara sig utan bidrag.



Louise menar också att det finns krav på att man skall studera. Något som även Leva är inne på och tycker att det är sjukt att det förväntas att man skall läsa en lång universitetsutbildning för även om man läser länge kanske man inte får jobb. Allan däremot menar att man absolut skall ta tillvara på de möjligheter som ges.

*” Jag tycker man skall ta tillvara på alla möjligheter som ändå finns i samhället.  
Det är ju gratis att studera och kunskap leder ju ändå till makt på sätt och vis” (Allan).*

Erik anser att vi lever i ett föränderligt samhälle. Även om det materiella fortfarande är väldigt viktigt går vi mot ett samhälle där vi ska förverkliga oss själva genom upplevelser. Vi ska väldigt tidigt i livet ha upplevt väldigt mycket. Det är nästan standard att efter gymnasiet luffa runt i Asien i några månader. Att från att ingen tidigare gjorde det, till att mer eller mindre alla gör det idag menar han måste ha med tryck från samhället att göra. Ellen är inne på samma spår och säger att innan man fyllt 20 ska man ha rest jorden runt, utbildat sig, haft 10 jobb och haft en riktigt seriös relation. Hon säger själv att hon flummat väldigt lite utan mest presterat. Kraften som drivit henne framåt har delvis bestått av samhällets norm. Ellen menar att under gymnasiet och egentligen fram till runt trettio så spelar samhällets bild, krav och normer en väldigt stor roll.

*” På något vis så finns det mycket prestation som ligger i samhällets krav” (Ellen).*

Leva säger att egoism är positivt om man tänker på att man tar hand om sig själv men den egoism vi har idag handlar om att ingen tar hand om någon. Hon menar att vi lever i bubblor utan riktiga relationer eller i så konstlade relationerna att det inte finns riktig närhet. Hon tycker det känns som vi inte lever på riktigt idag. Livet är bara en lång transportsträcka där vi ska leva på ett visst sätt och följa en mall så att vi passar in under den tiden. Hon tror att anledningen till detta levnadssätt är att det finns människor som vill dra nytta av andra och tjäna pengar och känna makt. Detta i sin tur beror på en osäkerhet i hur vi ska/vill leva. Anna är inne lite på samma tema. Hon säger att den materialism som råder får oss att aldrig räcka till och stressar vi runt blir det ännu svårare att hitta rätt. Det finns outtalade krav på att vi ska åka på semesterresor, barnen skall ha schysta kläder och grannen har satt in en pool i trädgården eftersom grannen just gjort det. Vi ska ha det snyggt hemma och inreda med stil. Anna menar att detta gör att vi måste ha pengar som i sin tur leder till att vi jobbar jättemycket. Anna tycker att det finns en stor fokusering på att förverkliga sig själv genom

både upplevelser och materiella saker. Hon menar att skulle inte stressen efter de sakerna finnas skulle vi inte behöva jobba så mycket som vi gör utan prioritera annorlunda. Det tror Anna hade varit bra för många. Att jobba mindre skulle leda till att de fick tid för både familj och fritid utan att känna stress.

Leva anser att stressen och pressen idag tagit nya proportioner. Budskapen når oss på nya sätt från alla håll. Detta skadar balansen som man måste ha för att må bra. Budskapen är inte maskerade längre utan idag skriker man ut budskapet direkt. Leva menar att det inte är lätt att vara tillräcklig på alla plan utifrån de krav som finns i samhället idag. Victor tror att han genomskådat budskapen i vissa avseenden men påverkas säkert i andra avseenden ändå. Det gäller att ha de rätta kläderna, coolaste mobilen, snegla på grannen och alltid vara värre. Sådant där är ytligt menar Victor men det spelar en stor roll i många människors liv.

Jim Morrison som idag har barn menar att det är svårt att kombinera och hinna med allt. Han säger att man är dum mot sig själv om man tror att man ska kunna fortsätta leva som innan när man skaffar barn. Han upplever alltid att han har för lite tid. Fritiden har han varit tvungen att prioritera bort. Jim Morrison, tvåbarnsfar som precis köpt hus och samtidigt försöker åstadkomma något i arbetslivet, har givetvis fullt upp. Han känner sig också för trött för att vara tillräckligt engagerad och skulle gärna, i en drömvärld, vilja vara hemma mer. Detta är dock omöjligt. Om man vill komma någon vart kommer något att få stå åt sidan. Allan tror nog också att det blir svårare om man får barn att hinna med att resa, träna och umgås med vänner. Även Victor tror på en viss konflikt, just nu tar arbetet en stor del av hans liv men han förväntar sig att det kommer bli annorlunda. Skulle det fortsätta vara på det viset kommer det förr eller senare att bli en stor konflikt där fritiden troligtvis är det som får stryka på foten. Allan menar att jantelagen fortfarande styr oss i ganska stor utsträckning i Sverige. Han säger också att vi inte vågar vara egoister och tänka på oss själva i första hand. Det är inte individen som står i centrum.

*”Om vi var mer individualiserade skulle det nog vara lättare att hinna med allt och dessutom nå längre (Allan)”.*

Victor känner vidare också att det finns en stark norm i samhället som säger att man skall träffa någon och skaffa barn. Ellen, Louise, Erik och Anna känner samma sak. Anna som redan har två barn tror att anledningen till att hon skaffade två barn troligtvis grundar sig i en

norm i samhället. Anna funderar på om det verkligen var hon själv som ville ha två barn eller om det var samhället som ytterst formade henne till att vilja det. Hon säger att samhället starkt påverkat henne i många andra val som exempelvis att läsa vidare på universitetet. Anna menar dock att vissa saker måste nog samhället forma för att det ska fungera. Vi har det samhälle vi har och att göra om det efter en individ funkar inte riktigt säger hon. Anna pratar också om att det gamla Svenssonidealet lever kvar med villa, vovve, Volvo, gift och två barn. Hon säger att det är okej men väldigt ”Svensson”. Även Erik, Ellen och Louise pratar om Svenssonidealet och framställer det som den stereotypa bilden för hur man vill leva. Både Ellen och Erik pratar om att de upplever krav på att man i en viss ålder ska ha uppnått vissa saker och de syftar i synnerhet på att ha träffat någon som man senare ska bilda familj med.

Erik säger att han inte upplever så stora krav från samhället men säger inte heller att han inte påverkas. Media tror han spelar en ganska stor roll i många liv. Han säger att han själv inte aktivt tar del av den bilden media förmedlar men tror att han påverkas indirekt. Även Louise är inne på media och tror att det påverkar oss mycket, vilken grad beror på hur man är som person. Vissa människor har inget filter för vad de tar in och Louise säger att även hon känt sig så i vissa perioder. Idag är informationsflödet så stort så det gäller verkligen att själv kunna välja vad vi tar in och inte. Vi antas kunna göra selektionen själva men det är många som inte inser att det är så det fungerar.

Louise påpekar också att samhällets krav inte alltid är negativa utan att det ibland också är saker man vill följa. Hon tillägger dock att hon tror att samhället tyvärr spelat större roll i hennes liv än vad hon vill erkänna. I många situationer finns dolda krav som inprogrammerats i oss från födseln. Louise liksom Ellen menar att det är viktigt att komma fram till vad man verkligen vill själv och vad som är viktigt för en i livet. Ellen känner sig ganska trött på normbilden och känner att hon i många år gjort saker hon borde, inte vad hon innerst inne har velat. Hon menar att det är dumt att leta efter någon att leva med då det inte är något man själv kan råda över och således dumt att spilla tid och energi på. Även Leva tror att samhället påverkar henne jättemycket. Alla påverkas mer eller mindre. De som påverkas mindre har troligtvis haft en god uppväxt med mycket människor som visat bra värderingar som kan väga upp alla sjuka värderingar som man lär sig att ha. Hon menar att det behövs motvikter mot allt det som skriks ut att man skall vara, ha, göra och kunna.

Även om samhället gett oss en massa krav så har det också gett oss mycket valmöjligheter menar Allan, på gott och ont dock. Vi ska träna och vara duktig och göra det ena och det andra, annars är vi dåliga människor. Ellen menar också att valmöjligheterna ständigt blir fler. Den nya informationsteknologin gör att det är lätt att känna sig utanför och på efterkälken. Att hålla sig uppdaterad som varje samhällsmedborgare borde blir ett omöjligt projekt. Hon menar att vi ska så mycket hela tiden att vi alltid ligger efter. Dygnet timmar räcker inte till. Prestations och informationsstressen är enorm menar hon. Allan ser dock det hela som en positiv konflikt då det är bättre att få välja än att bara bli tilldelad.

## 4. Analys

Hur ser de intervjuade på sin identitet, dess utveckling och betydelsen av densamma?

När vi tittar på vad de intervjuade har sagt om identitet stämmer det väl överens med Johansson (2002) och Giddens (2002) resonemang om att identiteten är ett ständigt pågående projekt. Några av de intervjuade uttrycker att deras identiteter skulle bli annorlunda om de hamnade i ett annat sammanhang gällande till exempel arbete och familj än vad de befinner sig i idag. För dem spelar yrket den avgörande rollen i deras identitetsprocess och yrket avgör i stor utsträckning vem de är. För att här använda oss av Johanssons (2002) resonemang, att en identitet tillfälligt kan förankras i olika tillstånd, kan vi se att just dessa respondenter i sina nuvarande situationer förankrat sina identiteter i sina yrken. De påpekar dock, precis som Johansson (ibid.), att de är medvetna om att deras identiteter troligtvis skulle förändras om de hamnade i ett nytt sammanhang eller mötte nya praktiker. Johansson (ibid.) påpekar också i sin teori att det kan bli en för stark koppling mellan en människas identitet och exempelvis hennes yrke. Faran med detta menar han är att det kan bli svårt för oss att skilja på arbete och njutning. Vi kan se att vissa av de intervjuade i sina svar ständigt återkommer till sitt arbete och att det i dessa fall kan finnas tendenser till att kopplingen är på väg att bli för stark.

Det finns idag andra faktorer som också spelar en stor roll i skapandet av identiteten. Johansson (2002) menar att exempelvis familjen utgör en central plats för skapandet av självet och kan bli som en tillflyktsort efter individens besök i yttvärlden och det kravfyllda arbetslivet. Just så kan vi se att respondenterna med barn och familj upplever det. Detta då de båda påpekar att en fungerande familj är förutsättningen för att de skall kunna fortsätta utvecklas själva och känna förankring i tillvaron. Detta relaterar Giddens (2002) till som ontologisk trygghet.

Att känna ontologisk trygghet innebär att man, medvetet eller omedvetet, har "svaren" på de fundamentala existentiella frågorna (Giddens, 2002). Både Giddens (ibid.) och Johansson (2002) talar om att när vi i senmoderniteten funderar på "vilka är vi?", "hur ska vi handla?" är det viktigt att vår självbild är förankrad. Detta är också något som vi kan finna tydliga tecken

på i vårt empiriska material. Alla respondenter försöker på olika sätt knyta sin identitet till någonting för att på så sätt känna sig trygga. Det är olika anknytningar beroende på livssituation och civilstånd. Vi kan se att de respondenter som har barn och familj huvudsakligen anknyter identiteten och tryggheten till just familjen. Enligt Giddens (2002) så kan andra saker att knyta an till när en människa känner rädsla, ångest och osäkerhet vara pengar, egendom, relationer med mera. För att fortsätta vårt resonemang, att anknytningarna skiljer sig beroende på civilstånd, kan vi se att de respondenter som inte har familj finner sin anknytning och ontologiska trygghet hos sina vänner. Vänner som de känner sig trygga med där de släpper sina krav på prestation för att bli älskade. Att just de respondenter som inte har barn och familj sätter så stort värde i vänskapen kan ha att göra med det faktum som Johansson (2002) framhåller, att ju osäkrare tillvaron är desto viktigare blir vänskapsbanden. De respondenter som har familj och barn upplever troligtvis inte sin existens som lika osäker som de som lever utan barn. Johansson (ibid.) fortsätter vidare att det förutsättningslösa mötet är otroligt viktigt för utvecklingen av det autentiska självet. Dessa förutsättningslösa möten får de respondenter som lever i barnfamiljer på hemmaplan medan de som lever ensamma måste söka sig utåt för att uppleva detsamma. Dessutom får de respondenter som lever i barnfamiljer dubbel förankring då själva handlingen att skaffa barn, enligt Johansson (ibid.), är ett sätt att knyta sin existens och närvaro direkt till barnets överlevnad och ett större sammanhang.

Det som är intressant här är att alla respondenter som inte har barn påtalar att de i framtiden önskar bilda familj. Om denna längtan går att sammankoppla med Johanssons (ibid.) resonemang är oklart men är ändå något som vi funderat över. Kanske är det istället ett uttryck för den tanke som Giddens (2002) presenterar då han säger att vi människor ständigt är på jakt efter det rena förhållandet. Vi söker efter kärlek och ett livskraftigt förhållande då just kärleken för många blivit nyckeln till deras själv och deras identitet. Det samhälle som vi lever i idag leder till enorma påfrestningar för självet. Även detta kan påverka det värde som våra respondenter lägger i sina vänskapsrelationer eftersom längtan efter äkthet och något som inte kan köpas för pengar blir otroligt stor i ett samhälle där det mesta kan köpas för just pengar.

I det empiriska materialet kommer det även fram åsikter om att många idag inte har äkta identiteter utan spelar roller. Precis som De Botton (2004) diskuterar så kan en identitet skapas så att den passar in i sammanhanget och gör oss synliga. Detta leder i förlängningen

till status. De Botton (ibid.) menar att de som inte har status förblir osynliga och deras identiteter ignoreras. Vi kan se att både empiri och teori ger stöd för att anledningen till detta är skräcken att bli som alla andra, det vill säga Svensson. Samtidigt finns det önsningar hos många av de intervjuade att skapa sig eller leva ett Svenssonliv. Detta menar Giddens (2002) är ett uttryck av det senmoderna samhället. När självet blir för splittrat ökar vårt behov av förankring, tillit och en trygg hamn. Flera av de intervjuade uttrycker starkt behovet av att kunna slappna av någonstans och bara vara. De fyller sina liv med tillfälliga tillfredsställelser som alkohol, korta relationer och mat för att berusa sig och försöka gömma känslorna av ensamhet och stilla det större behov som ligger bakom. Klein (2005) menar att ensamheten är en stor påfrestning för individen. Genom tillfälliga berusningsmedel gömmer vi känslorna av ensamhet och försöker lura oss själva. Vi kommer dock snart att jaga vidare efter fler kickar men det de intervjuade egentligen söker är ovillkorlig kärlek. Genom att söka stöd hos andra tar de bort en del av den existentiella stressen.

Flera av de intervjuade talade om att de såg sig själva och vem de var utifrån prestationer. Två av respondenterna framhöll att de hela tiden vill prestera sitt bästa och inte göra någon besviken. På så sätt blir de bekräftade för den de är. Det framkom också tankar hos vissa av de intervjuade att de upplever att om de inte presterar så blir de inte omtyckta och bekräftade vilket i förlängningen leder till att de inte är någon. De Botton (2004) menar att det här beteendet är en jakt på status, på en synlig identitet fast det egentligen handlar om ett behov av kärlek och bekräftelse. Resultatet av status ger bekräftelse för den bild de förmedlar till andra att det är.

### Vad gör de intervjuade för att känna tillfredsställelse i sin livssituation?

Som individer i det senmoderna samhället har vi möjlighet att själva fatta beslut om hur vi vill leva, det vill säga att själva utforma en individuell livsplan med tankar om det framtida livet (Giddens, 2002). Alla de intervjuade har tankar och mål kring hur de vill leva. Det finns en stark önskan hos de flesta utan familj att bilda en. Hos dem som är singlar finns det en särskilt stark längtan efter att träffa någon som binder sammanhang till deras liv. Hos dem som lever familjeliv verkar det finnas en sorts grundnöjdhet då de, som Giddens (ibid.) uttrycker det, är fast knutna till ett sammanhang. De intervjuade uttrycker ett sökande efter stabilitet och

balans i sina liv. I enlighet med Giddens (ibid.) så har vi möjligheten och förmågan att reflektera över oss själva och utforma olika livsprojekt. Vi är inte det vi är utan det vi gör oss till, det vill säga varumärket jag själv. Identiteten består idag av flertalet uppbrutna yrkesidentiteter och platser. Uppgiften att foga dem samman till ett sammanhängande själv är inte lätt och skapar lätt förvirring i identitetsprocessen.

Flera av de intervjuade pratar om behovet av förändring, behov av att lära känna andra människor som för in nya perspektiv i deras liv. Vi producerar och reproducerar vår identitet genom våra handlingar. Men det råder också ambivalens mellan frihet och trygghet. De som lever i familj känner att tryggheten kan bli kvävande om de inte får utvecklas och på så sätt behålla viss frihet. De som inte har familj uttrycker snarare det motsatta och söker just stabiliteten då upplevelser är vad deras liv går ut på i sökandet efter något större. Vi kan här finna kopplingar med både Baumans (2002), Giddens (2002) och Johanssons (2002) tankegångar. De menar att vi måste lära oss att leva med osäkerhet och förändring. Vi möts dagligen av valmöjligheter, måste vara selektiva och tvingas ständigt att prioritera. Hos de intervjuade finns samtidigt viljan till att ha valmöjligheter då det ger oss stimulans och möjligheten att påverka våra livsplaner. Några av de intervjuade påpekar också att vi alltid vill ha det vi inte har och i enlighet med Klein (2005) menar de att gräset sägs vara grönnare på andra sidan. Samtidigt som de intervjuade pratar om karriär återkommer de till önskan om en familj och är inte villiga att offra den önskan för att nå framgång i arbetet.

Det senmoderna samhället har lett till ett ökat självmedvetande vilket resulterat i en ständig bevakning och granskning av självet. Det upplevs av många av respondenterna som svårt att koppla av och bara njuta av tillvaron. I vårt vardagsliv verkar bekymmerslöshet bli en lyxvara.

Vad upplever de intervjuade att lycka är och hur uppfattar de lyckan i sina egna liv?

Ser vi till de intervjuades syn på lycka kan vi se att det hos många finns fokus på prestationer. Att lycka handlar om att känna stolthet över något man presterat. Att vara lyckad ligger således i betraktarens bedömning av våra prestationer och ”om jag bara gör det här också”



kommer jag bli lycklig. En av de intervjuade nämner att om prestationer hade varit en biljett till lycka skulle hon vara superlycklig. De Botton (2004) menar att det i västvärlden handlar mycket om pengar, materiella saker och prestationer och att det är vad vi använder som referens till vår egen framgång och lycka. Det har i intervjuerna framkommit tankar om att pengar gör att vi kan utvecklas och på så sätt känna tillfredsställelse vilket leder till lycka. Mycket pengar ger hög status och leder till värdefullhet i andras ögon och en känsla av att vara omtyckt. De Botton (2004) pratar om fenomenet att vi inte är nöjda förrän vi bräckt vår granne. De intervjuade pratar också om gräset som är grönnare på andra sidan och känslan av att alltid vilja ha mer. De menar att det alltid finns saker som skall förbättras för att de skall bli nöjda. Klein (2005) menar att detta fenomen alltid kommer att finnas så länge resurserna i ett samhälle är ojämnt fördelade. Är det jämlikt behöver vi inte vara rädda för att förlora vår viktiga status och i förlängningen känna oss värdelösa. Det går att se att de intervjuade är inne på samma tankegångar då de menar att lycka också handlar om att inte behöva prestera utan att känna genuin lycka över livet. De Botton (2004) menar att vi blir lyckliga med lite om vi har förväntat oss lite, olyckliga med mycket om vi förväntat oss allt.

Ofta förlitar vi oss på andra när vi bedömer vår egen förmåga (De Botton, 2004). Hos de intervjuade framkom det att strävan efter lycka delvis grundas i vilka krav andra sätter på dem. Precis som med att vara lyckad menar de flesta att det ligger i betraktarens ögon och i jakten på ideal som många menar har ökat. De menar också att samhällets bild av lycka skiljer sig från deras egen och tror vi inte på oss själva tillräckligt mycket faller vi för den här bilden. Samtidigt menar de flesta att strävan efter lycka till största delen grundas i vilka krav vi satt upp för oss själva, eller i vilket fall borde göra det. Klein (2005) skriver att självbestämmande leder till lycka. Har man hittat det som är viktigt för en själv behöver man inte andras värdering och bekräftelse på samma sätt menar de intervjuade. Det är viktigt att göra något man trivs med, att se till inre värden och vara tillfreds med livet. Det är inte vad andra tycker som är det viktiga. Bauman (2002) menar att lyckan alltid kommer att gäcka oss då det är en ständigt pågående kamp mellan trygghet och frihet. Detta stämmer bra överens med det empiriska materialet där det hos de flesta respondenterna framkom att lycka handlar om balans, om en harmoni, att vakna och känna att livet är skönt. Det pratas också om att grundtrygghet är viktigt för att kunna känna sig tillfreds med livet och då också känna lycka. Giddens (2002) menar att grundtryggheten eller den ontologiska tryggheten som han kallar det infinner sig när vi är i balans och vår självbild är förankrad. Precis som de intervjuade säger så menar han att när vi är ärligare mot oss själva kan vi finna svaren på de existentiella

frågorna och på så sätt få en större upplevelse av lycka. Lyckan är en ständigt pågående process.

Bland de intervjuade framkom också åsikten om att lycka är kärlek och en kravlös tillvaro där man kan vara sig själv tillsammans med människor man trivs med. Detta kan kopplas ihop med Giddens (2002) resonemang om jakten på det rena förhållandet som handlar om en relation som bygger på tillfredsställelse i utbytet. Han menar att vi alltid söker finna kärleken. Hos några av de intervjuade framkom det att de tror att den sista nyckeln till lycka någonstans finns i tvåsamheten. Några av respondenterna pratar om att de har allt det yttre som krävs för att vara lyckliga men att det är något som fattas. Samtidigt menar Giddens (ibid.) att det som vi alla egentligen strävar efter för att finna tillfredsställelse är ovillkorlig kärlek. De intervjuade är nog ganska ense med detta och menar att den riktiga lyckan kommer inifrån. Som en av de intervjuade uttryckt det ”Jagar man för att bli lycklig kan man aldrig bli lycklig”.

Kan man se att intervjupersonerna har påverkats av det senmoderna samhällets ideal och normer i sina val och syn på lycka.

Vi har i avsnittet ”Teori och tidigare forskning” beskrivit bland annat Baumans (2002) teori, där han kopplar till Freud, om att lycka i det senmoderna samhället är att impulsivt få tillfredsställelse för uppdämda behov. Vi kan se i vår empiri att de två respondenter som lever i familj ger uttryck för önskningar om att det ska hända saker, att de ska ha någonting att se fram emot. Som de själva säger skulle de annars lätt bli uttråkade om de inte skulle få lite stimulans i vardagen. För att koppla detta till Bauman (ibid.) kan vi se att dessa två respondenter, trots att de valt tryggheten i att leva i en familj, ändå söker efter friheten, om än i liten skala. Det verkar som att valet av trygghet ändå inte kvävt deras längtan efter den känsla av lycka som friheten har att erbjuda. De respondenter som inte lever i familj har en större frihet att utnyttja och borde då följaktligen vara nöjda, men om vi vänder på resonemanget kan vi se att så inte är fallet.

Bauman (2002) fortsätter vidare sitt resonemang att människan behöver tryggheten för att hon inte ständigt ska behöva vändas över de val hon gör. Hon behöver rutiner och ordning men

detta bekämpas i sin tur av frihetslängtan. Denna längtan skulle då rikta sig mot vissa kulturkrav i samhället enligt Bauman (ibid.). Detta kan vi finna stöd för i vår empiri om vi tittar på respondenternas resonemang om kravet de känner att bilda familj i framtiden. Alla respondenter uttrycker att de vill ha familj i framtiden, de vill träffa någon att leva sina liv med. Samtidigt uttrycker dock många av dem ett motstånd mot det krav på att bilda familj som de uttrycker att de känner från samhället. Bauman (2002) menar att detta är helt naturligt i ett samhälle. Våra respondenters motstånd mot familjekravet är helt enkelt ett uttryck för den frihetslängtan som vi alla bär på och denna längtan gör att vi automatiskt bekämpar sådant som vi anser betvingande i en kultur även om vi i grunden tycker det är bra.

För att fortsätta i Baumans (2002) teori så påpekar han att vi idag inte vill ha för snäva identiteter. Vi vill kunna byta, ta av och på identiteten för att vår valfrihet ska vara så stor som möjligt. Här vill vi återkomma till den diskussion vi förde tidigare i stycket, om respondenternas tvetydiga inställning till kraven om familj. Även här kan en förklaring till detta finnas. I dagens samhälle fortsätter Bauman (ibid.) är det inte positivt att linda in sig i för rutinartade beteenden då allt måste kunna bytas ut för att man ska följa med i utvecklingen. En för snäv och rutinmässig identitet är alltså inget positivt att klä på sig. Även Johansson (2002) är av denna åsikt. Vi upplever att de intervjuade ser Svenssonidealet som aningen för rutinmässigt och att det kan vara därför som de har en så dubbel inställning till det hela. En av de som lever i en familj uttrycker själv att det är väldigt Svensson och att det är ganska vanligt, med en liten blasé ton. Respondenten påpekar att det absolut inte är något fel med att leva så, men att det som sagt är väldigt Svensson.

Flertalet respondenter berättar om att deras tid inte alltid räcker till. De är så mycket som ska göras. I ung ålder, påpekar några av de intervjuade, ska en människa ha hunnit uppleva så mycket och sen ska man dessutom studera i flera år. I vardagslivet uttrycker de också svårigheter att få tiden att räcka till då det är många pusselbitar som ska passa ihop. Dessutom ska man ha ett fint hem med mera. Vad är detta en effekt av frågar vi oss? Om vi tittar på Bauman (2002) kan vi få ett svar. Människan i dagens samhälle, menar han, söker vägar för att finna fast mark under fötterna i vår instabila värld. I sina försök att göra så utför hon handling på handling upp till gränsen för sin förmåga, vilket också är en ansats till att passa in någonstans. Detta menar Bauman (ibid.) är en omöjlighet då allt i dagens samhälle ständigt flyttar sig. Den tidsbrist som de intervjuade uttrycker kan ha sina rötter i detta resonemang.

De vill helt enkelt bara leva ett respektabelt liv och i sina försök att göra detta fyller de sina liv med för många aktiviteter och åtaganden.

Bauman (2002) talar även i sin teori om detta med individualiseringen av vårt samhälle. Våra respondenter har påverkats av individualiseringen, vilket vi kan se om vi tittar närmre på vår empiri. Flera av dem uttrycker att de inte räknar med att de ska få hjälp från andra. Här gäller det istället att vara oberoende och klara sig på egen hand. Främst de respondenter som lever utan familj uttrycker detta. Visserligen påpekar de två som lever i familj att de först och främst är ansvariga inför sig själva, men de lägger även till sin familj i slutet av resonemangen. Det faktum att majoriteten av respondenterna ändå inte räknar med att få någon annans hjälp är lätt att koppla till Baumans (2002) diskussion. Han påpekar att dagens problem uppstått individuellt och då kan de bara lösas på detta sätt. Dessutom är människan ansvarig att lösa sitt liv på bästa sätt, hon måste göra rätt val för att exempelvis inte bli arbetslös. Detta hänger även ihop med Baumans (ibid.) argumentation om att vi idag måste och har ett ansvar att skapa den identitet vi vill ha. Vi är ansvariga att ta vara på de möjligheter vi har i samhället för att få de bästa förutsättningarna uttrycker en respondent klart. Att utbilda sig är gratis i vårt land, alltså ska man ta vara på den möjligheten. Samma respondent uttrycker också att vi i vårt land fortfarande är förhållandevis grupporienterade. Han fortsätter med att säga att vi nog skulle få mer tid i vårt vardagsliv om vi blev mer individualistiska. Detta resonemang visar att vissa tagit till sig individualismens tankar mer än andra. En av respondenterna ställde sig inte lika positiv till utvecklingen i vårt samhälle. Hon ansåg att individualiseringen, eller egoismen för att använda hennes eget uttryck, lett till att våra relationer blir falska och utan närhet. Vad som är klart är i varje fall att alla respondenter anser att de står ensamma inför sina problem, på gott och ont. Bauman (ibid.) påpekar i sin teori att den nytta vi har av gemenskapen inte är densamma som förr i tiden. Vi kan få råd, men lösa problemet får vi göra själva. Detta tankesätt verkar ha internaliserats i våra respondenters världar.

En av konsekvenserna av det individualiserade samhället är som sagt att vi står ensamma inför våra våndor och problem och Klein (2005) menar att det finns risker med denna ensamhet. Han menar att man rent medicinskt kan se att människor som lider av ensamhet i någon form kan få sömnsvårigheter, oro, inre spänningar samt tvivel på sig själv och sin förmåga. För att titta närmre på våra respondenter är det två som starkare än de andra uttrycker att de känner sig ensamma. Om vi jämför deras resonemang mot Kleins (ibid.) teori

om vad en människa som är drabbad av ensamhet kan få för följder kan vi se att det finns vissa gemensamma beröringspunkter, främst vad det gäller tvivel på sig själva och sin egen förmåga. De uttrycker att de känner att de måste prestera för att kunna bli älskade, främst en av respondenterna oroar sig för att hon inte ska klara av det ansvar hon tagit på sig i sitt arbete. Klein (ibid.) tar även upp det faktum att en människa faktiskt kan manipulera sin hjärna att tro, att den känsla av ensamhet hon kan ha, försvinner genom att dricka alkohol, äta godis eller mat exempelvis. En av respondenterna berättar att hon brukar göra just så, dra nytta av tillfälliga njutningar för att glömma ensamheten för en stund. Här kan vi tydligt se att det senmoderna, individualistiska samhället påverkat våra respondenter till att denna känsla av ensamhet och tvivel på sig själva uppstått i deras inre.

Om vi tittar på vår empiri kan vi se att respondenterna generellt sett är nöjda med vad de har i sina liv. Trots detta är det ingen som är nöjd fullt ut, de vill ha mer, de vill prestera bättre. De lever i välstånd, det är ingen av dem som är fattig, men de har ändå inte en total känsla av välbefinnande. Det förstärker i sin tur Kleins (2005) argumentation om att välstånd och välbefinnande inte hänger samman. Klein (ibid.) menar att för att människor i ett samhälle ska känna välbefinnande och lycka krävs det att samhället har en jämn fördelning av de ekonomiska resurserna. Det är först då som människan slutar känna stress över att någon annan har det bättre materiellt sett än vad hon själv har. Om ekonomin är jämt fördelad behöver inte dess invånare jämföra sig med andra och oroa sig för att förlora sin status. Om vi ser på våra respondenters svar kan vi se att det är just detta de gör. Majoriteten påstår att de sneglar på grannen. En av respondenterna uttrycker det så att den materialism som råder idag gör att vi aldrig räcker till, en människa blir aldrig riktigt nöjd. Uppenbarligen är våra intervjupersoner påverkade av hur samhället ser ut, annars menar vi, skulle de ha känt tillfredsställelse över vad de hade och över vad de åstadkommit och inte jämfört sig med sina grannar i så stor utsträckning. Allas ekonomiska resurser ser inte likadana ut i vårt land så därför kvarstår följden att jämföra sig med andra enligt Kleins (ibid.) teori.

Vad mer som är viktigt enligt Klein (2005) för att en människa ska känna tillfredsställelse och lycka är att hon har möjlighet till självbestämmande. Han tar upp Schweiz som ett lysande exempel på hur ett sådant samhälle kan se ut. Dock påpekar han att en människa, med små medel, kan öka känslan av självbestämmande och kontroll i sitt liv. En av våra respondenter tänker i dessa banor. Han uttrycker inte att han gör som han gör för att öka sitt självbestämmande men vi kan se att det är den effekten han uppnår genom sina handlingar.

Han beskriver att han och hans fru inte vill binda sig för starkt ekonomiskt till sina arbeten. För att så inte ska ske är de väldigt noga med att inte ta på sig skulder som de, om de inte hade sina arbeten, inte skulle klara av. Som en effekt av detta kan de istället känna att de kan gå ner i arbetstid om de vill eller så kan någon av dem studera vidare om andan skulle falla på. Genom att göra på detta sätt kan vi se att de, med hjälp av Kleins resonemang (ibid.), minskar sina begränsningar och ökar sina handlingsmöjligheter. Effekten blir större självbestämmande och detta menar följaktligen Klein (2005) är en viktig del i en människas liv för att hon ska kunna känna tillfredsställelse och lycka. Tyvärr så kan vi se, om vi tittar på exempelvis Baumans (2002) teori om det individualiserade samhället och Giddens (2002) och De Bottons (2004) resonemang om identiteten i det senmoderna samhället, att det kan vara svårt för en människa att tänka och handla i dessa banor då hon kämpar för att passa in materiellt och identitetsmässigt. För att kunna leva upp till de krav samhället ställer, eller som människan i varje fall upplever att det ställer, kan det vara svårt att inte frestas att ryckas med i det snurrande hjulet.

## 5. Slutdiskussion

Vi är förvånade! Innan vi började detta arbete hade vi en personlig uppfattning om att ingen ville leva Svenssonliv längre, men det visade sig att vi hade misstagit oss. I ett samhälle där individualismen spelar en allt mer dominerande roll kvarstår ändå längtan efter kärnfamiljens trygga hamn. Den ses som en trygg ö mitt i ett svallande hav. Om vi skulle ställa Svenssonlivet och det äventyrliga liv som det senmoderna samhället ger oss möjlighet att leva, skulle ändå det förstnämnda väga tyngst. Detta är något som vi blivit medvetna om under arbetet med denna uppsats. Flertalet av respondenterna uttrycker att de längtar efter och har som mål att träffa någon, bilda familj och slå sig ner på en trygg plats. Att de vill leva Svenssonliv är inte alltid direkt uttalat men det kan läsas mellan raderna. De längtar tillbaka till den konstellation som är tryggheten och gemenskapen personifierad. En konstellation som innehåller kvalitéer som allt mer börjar komma på avvägar i vårt senmoderna samhälle. Vi är förvånade men glatt överraskade. Människor behöver varandra trots allt!

Något som under arbetets gång blivit tydligt är att de intervjuade knyter an sin identitet till ett huvudsakligt område. Det är utifrån det området de sedan gör små eskapader utåt för att fortsätta utveckla sina identiteter. Beroende på livssituation kan det vara familjen, vännerna eller arbetet som är det viktigaste för deras identitets bevarande. Vi kunde klart se att de som levde som gifta med barn starkt knöt sin identitet till sin familj. Vi ser inte detta som något förvånande. Det som vi har funderat över är ifall svaren hade varit annorlunda ifall de levt som gifta men utan barn? Skulle de ha känt samma anknytning och trygghet i sin familj då eller är det barnen som är avgörande?

Enligt Johansson (2002) så innebär att skaffa barn också att knyta sin egen identitet till någonting som till fullo bekräftar ens existens. Vi tänker i banor att handlingen att skaffa barn skulle kunna innebära det enda absoluta och ett av de få oåterkalleliga engagemang en människa kan göra i vårt samhälle idag. Ett barn kan du inte byta ut eller kasta bort. Har vi kommit så långt, att den enda relation som är absolut och oåterkallelig, är den mellan ett barn och dess förälder? Visserligen behöver inte förälder- barnrelationen vara bra men den går aldrig att suddas ut. Vi frågar oss om det är därför som alla uttrycker en längtan efter att skaffa barn? Vissa uttrycker det starkare än andra, men drömmen finns där hos var och en. Givetvis är denna längtan inget nytt för människorna som lever i dagens samhälle men då möjligheten

att skaffa barn inte ses som självklar kan längtan bli större. Vi har alltid längtat efter att föra vår släkt vidare, men kanske är det så att vi idag inte ser detta som alla förunnat när samhället är så instabilt och rörligt. Den du föresatt dig att leva ditt liv med kan ha gjort valet att flytta till andra sidan oceanen i morgon!

Genomgående i uppsatsen har vi återkommit till det faktum att vårt samhälle idag är otroligt föränderligt. Vi människor försöker hänga med och samhällets föränderlighet har smittat av sig på hur vi tänker om oss själva, våra hem, vår egen kropp och själ. Vi menar att vi matas med idén om att vi måste tänka, känna efter och ständigt avgöra hur vi mår i varje situation. Detta för att bli en bättre människa. Missförstå oss rätt nu, vi menar inte att det är dåligt för en människa att lyssna på sig själv. Det vi menar är att jakten på att bli en lycklig och lyckad människa har blivit en balansgång som kanske börjar väga för mycket åt det ena hållet, att vi är på gränsen att börja överanalysera de signaler kroppen ger. Börjar vi inte då närma oss ett samhälle där det inte går att vara nöjd med någonting? För om så inte är fallet, varför ska vi då ständigt reovera hemmet, färga håret, ha en personlig tränare och kanske en livscoach också? I slutänden så handlar väl detta om att göra ett smart, hälsosamt och socialt lyckat intryck på vår omgivning, att ge ett intryck av framgång. Det vi verkligen frågat oss är om man kan bli en lyckligare människa av att ständigt förändra både in- och utsidan? Varför är det så svårt för oss att bara vara i nuet och känna lycka och nöjdhet med det vi har, varför ska vi alla till stjärnorna, varje dag?

Ingen vill vara eller känna sig ensam men ändå känns det som att denna känsla kan ha blivit vanligare i vårt samhälle. Även människor som har mycket folk runt sig kan uttrycka att de känner ensamhet. Kan detta vara en följd av att vi inte har samma gemenskap som förr? Våra intervjupersoner påpekar alla vikten av antingen familj eller vänner men är det så som Bauman (2002) säger att vi trots vänner står ensamma inför våra val och problem i dagens samhälle? Har vi blivit så individualistiska att vi fokuserar så mycket på oss själva att vi på sätt och vis stänger av de kanaler vi kan ha till andra? I brist på andra människor att knyta an vår identitet till så försöker vi istället skaffa oss materiella ting, som vi vet att vi äger och som inte har ben att gå sin väg med, som ett substitut.

Om vi tittar tillbaka på hur vårt samhälle såg ut för bara 60 – 70 år sedan så var gemenskapen annorlunda. De flesta människor fanns kvar på samma plats, det var inte lika lätt att flytta på



sig och valmöjligheterna var betydligt färre. Sålunda kunde människor lita på att den person de byggt upp en gemenskap med fanns kvar när de behövde den. Så är det inte idag. Idag rör alla på sig. Därför tror vi att det blivit så viktigt med en identitet idag. Du måste på något vis förtjäna din plats i en gemenskap med en intressant och spännande personlighet. Dessutom måste du visa att du inte är alltför beroende av gemenskapen för ingen vill ju ha någon som behöver dem så till den milda grad att den personen hindrar deras egen framfart. Detta resonemang låter kanske lite hårt och är antagligen draget till sin spets men vi undrar om det är dit vi är på väg? Vid ett intervjutillfälle sa en av respondenterna att relationerna idag hade blivit så ytliga att de inte kändes äkta. Hon menade att alla gick runt i sina egna små bubblor och ingen fick riktigt komma in. Eftersom relationerna var så ytliga menade hon också att man hela tiden var tvungen att ha flera relationer. Detta som ett sätt att försäkra sig om att kanske någon av alla dessa ytliga bekanta skulle finnas kvar vid din sida när det började blåsa. Kanske är denna respondent inne på rätt spår? Kanske är det något med stämningen i dagens samhälle som får fler att tänka i dessa banor. I en krönika i Dagens Industri den 13 maj 2006 skriver Emma Stenström att människor idag är extremt sociala men samtidigt väldigt ensamma. Hon menar att vi prioriterar de ytliga kontakterna som ger oss status i arbetslivet före de nära vännerna.

Har vårt samhälle satsat på fel saker för att folket ska ha en chans att leva ett lyckligt liv? Det senmoderna samhället lurar oss att tro att lycka kan köpas för pengar. Vi anser att detta kan vara en effekt av att vi använder oss av tillfälliga tillfredsställelser för att bli lyckliga för stunden. För självklart är det så att det är lättare att gå ut och köpa sig lite "lycka" och bära hem i en kasse än att söka den inombords. Det går ju dessutom mycket snabbare och i vårt samhälle ska det gå undan! Idag fokuseras det på tillväxt och vad den Amerikanska Centralbankens chef, Ben Bernanke, säger om ränteläget är otroligt viktigt. Är det inte så att de vinster som tillväxten ger fördelas ojämnt mellan folket? Om detta är fallet så kommer människorna i vårt samhälle, enligt Klein (2005), att bli än mer olyckliga eftersom ojämnt fördelade resurser leder till stress och jämförelse med grannen. Dock tror vi inte att den här utvecklingen går att stoppa, det blir helt enkelt upp till oss människor som lever i denna värld av tillväxt och statusjakt att finna vår egen trygga plats. Hur gör vi då för att finna denna plats? Vissa har funnit sin plats men de som inte har funnit den övertygar sig om att livet kommer bli bättre när man hittat en partner, fått det nya jobbet eller köpt en ny 42" LCD-TV. Vi intalar oss att livet kommer bli fullkomligt bara vi ... men det är lika bra att inse, att leva i

det senmoderna samhället innebär att våra liv ständigt förändras. Så, sluta vänta ...

*”Tills du skaffar ny bil eller nytt hem.*

*Tills barnen flyttar hemifrån.*

*Tills du börjar plugga igen.*

*Tills du går ner 10 kg.*

*Tills du får barn.*

*Tills du blir gift.*

*Till sommaren.*

*Till vintern.*

*Till hösten.*

*Till våren”.*

*”Det finns ingen bättre tid än just nu att vara lycklig. Lycka är en resa inte en destination.*

*Så arbeta som om du inte behövde pengar, älska som om du aldrig blivit sårad*

*och dansa som om ingen såg dig” (okänd).*

## 6. Referenslista

Bauman, Zygmunt (2000) *Globalisering*. Lund: Studentlitteratur.

Bauman, Zygmunt (2002) *Det individualiserade samhället*. Göteborg: Daidalos AB.

De Botton, Alain (2004) *Status stress*. Stockholm: Wahlström & Widstrand.

Giddens, Anthony (2002) *Modernitet och självidentitet - Självet och samhället i den senmoderna epoken*. Göteborg: Daidalos AB.

Johansson, Thomas (2002) *Bilder av självet – Vardagslivets förändring i det senmoderna samhället*. Stockholm: Natur & Kultur.

Klein, Stefan (2005) *Lyckoformeln - Vad vetenskapen kan lära oss om lycka*. Stockholm: Natur & Kultur.

# Bilagor

## Bilaga 1

### Intervjuguide

#### *Formalia*

Ålder?

Civilstånd?

Vad vill du ha för alias i uppsatstexten?

#### *Hur finner människan lycka och tillfredsställelse i det senmoderna samhället?*

Vem är du?

Vad är viktigt för att du skall kunna fortsätta vara den du är?

Hur ser du på ditt liv idag?

Hur finner du tillfredsställelse i tillvaron?

Har du mål i livet?

Om ja, vad?

Vad gör du för att uppnå dina mål?

Vad är lycka?

Ser du dig själv som lycklig?

Vad innebär det att vara lyckad?

Ser du dig själv som lyckad?

#### *Upplever människan krav från samhället att prestera vissa saker i sina liv?*

Vilken roll spelar samhället i dina val?

Vilka andra saker i samhället påverkar dig i dina val? (Beroende på svar på frågan innan)

Idag upplever många att det kan vara svårt att hinna med allt så som fritid, arbete, familj med mera. Som samhället ser ut idag, upplever du en konflikt i detta?

Varför ja/nej? Hur tänker du då?