

Livstilfredshet

*Om betydningen av personlighetsfaktorer
og fasetter*

Ole-Bjørn Rustad



Hovedoppgave ved Psykologisk Institutt

UNIVERSITETET I OSLO

21.10.2014

© Ole-Bjørn Rustad

2014

Livstilfredshet:

Om betydningen av personlighetsfaktorer og fasetter

<http://www.duo.uio.no/>

Sammendrag

Forfatter: Ole-Bjørn Rustad

Tittel: Livstilfredshet: Om betydningen av personlighetsfaktorer og fasetter

Veileder: Professor Espen Røysamb

Formål: Forskning på subjektivt velvære har økt raskt de siste tiårene. Resultatene utvider vår forståelse av menneskelig funksjon og utvikling og komplementerer øvrig psykologisk forskning. Livstilfredshet sikter til et individs tilfredshet med livet i sin helhet, som utgjør den globale kognitive komponenten i subjektivt velvære. Teori og empiri antyder at stabile og konsistente individuelle forskjeller påvirker livstilfredshet i større grad enn ytre kontekstuelle faktorer. Formålet med studien var å undersøke kvantitative sammenhenger mellom personlighetstrekk og livstilfredshet. Foreliggende studie undersøkte hvordan personlighetsfaktorer påvirker livstilfredshet, additivt og interaktivt, samt hvordan spesifikke personlighetsfasetter bidrar til livstilfredshet. Studien undersøkte dessuten kjønnsforskjeller i sammenhengene mellom personlighet og livstilfredshet, noe tidligere forskning har etterspurt.

Metode: Datamaterialet er hentet fra forskningsprosjektet «Personlighet, helse og livskvalitet» som drives av en forskningsgruppe fra Folkehelseinstituttet og Universitetet i Oslo. Det populasjonsbaserte utvalget består av 1516 tvillinger som er tilfeldig trukket ut fra Nasjonalt Tvillingregister. Utvalgets gjennomsnittsalder var 58 år, som er høyere enn hva lignende studier baserer seg på. Etablerte instrumenter som NEO-PI-R og SWLS målte henholdsvis personlighetstrekk og livstilfredshet. Sammenhengene undersøkes hovedsakelig gjennom korrelasjons- og regresjonsanalyser. Avhengighet i dataene kontrolleres statistisk.

Resultater: Samtlige personlighetsfaktorer i Femfaktormodellen påvirket livstilfredshet, men faktorene Ekstroversjon og Nevrotisme var i tråd med teori og tidligere empiri de viktigste bidragsyterne. Statistiske interaksjoner mellom faktorer ble undersøkt og funnet signifikante; at personlighetsfaktorer samspiller i prediksjonen av livstilfredshet er ny kunnskap som bidrar i forståelsen av prosessene bak livstilfredshet. Studien bekrefter tidligere forskning som viser at utvalgte fasetter predikerer livstilfredshet bedre enn de brede faktorene. Fasetter som disponerer for affektiv balanse var de viktigste bidragsyterne for livstilfredshet. Analysene viser dessuten kjønnsforskjeller i sammenhengene mellom personlighetstrekk og livstilfredshet; til dels ulike personlighetstrekk virker tilsynelatende inn for menn og kvinners livstilfredshet. Resultatene diskuteres i lys av samspill mellom genetiske predisposisjoner, indre mekanismer og ytre påvirkningsfaktorer.

Forord

Veien frem til denne innleveringen har vært lang og krevende, slik det nok skal være i akademia. Arbeidet med oppgaven har imidlertid alltid vært givende, og jeg er i grunn tilfreds (ha!) med resultatet. Jeg har fått verdifull erfaring med hvordan man gjennom vitenskapelige metoder kan utvide kunnskapen i et avgrenset tema.

Å sette pris på de gode tingene i livet øker subjektivt velvære (Lyubomirsky, 2001). I forbindelse med oppgaveinnleveringen ønsker jeg å uttrykke verdsettelse av følgende:

Jeg vil først og fremst takke min veileder og akademiske forbilde professor Espen Røysamb. Tusen takk for inspirerende, motiverende, fleksibel og tålmodig undervisning og veiledning av svært høy faglig og medmenneskelig kvalitet. Takk til arbeidsgruppen fra UiO og FHI, bestående av Espen Røysamb, Olav Vassend og Christopher Nielsen, som satte i gang forskningsprosjektet som har gitt det gode datamaterialet jeg har fått lov til å arbeide med. En ytterligere takk til Olav som delte sin kunnskap om statistiske metoder selv statistikerne på instituttet ikke hadde kjennskap til. «Standing on the shoulders of Giants».

Takk til familie, venner og medstudenter for uvurderlige bidrag i transaksjonen mellom arv og miljø, både i arbeidet med oppgaven og for meg personlig.

En ytterligere takk til Øyvind Mohn Bjørkum for all mulig veiledning, og Morten Hatlen for å pushe meg gjennom VGS og for korrekturlesning.

Takk til Svein Berge og Torbjørn Brundtland for (musikalsk) inspirasjon de siste 12 årene.

Jeg tilegner denne oppgaven til mormor som gikk bort denne høsten. Hun hjalp meg samvittighetsfullt med skolearbeid og lærte meg viktige verdier og holdninger, slik som å jobbe nitidig og planmessig over tid for å nå målene sine. Denne oppgaven er et resultat av det. Takk!

Oslo, 21. oktober 2014

Ole-Bjørn Rustad

Innholdsfortegnelse

1	Innledning.....	1
	1.1 Introduksjon	1
	1.2 Subjektivt velvære.....	2
	1.2.1 Historie	2
	1.2.2 Definisjon av subjektivt velvære.....	3
	1.2.3 Måling av subjektivt velvære	4
	1.2.4 Subjektivt velvære: Teoretiske forståelser og empiriske funn	6
	1.3 Personlighet	13
	1.3.1 Bakgrunn	13
	1.3.2 Femfaktormodellen	14
	1.3.3 Implikasjoner av personlighetstrekk	16
	1.4 Sammenhenger mellom personlighet og livstilfredshet	17
	1.5 Formålet med studien	19
2	Metode.....	20
	2.1 Utvalg, design og prosedyre.....	21
	2.2 Instrumenter.....	21
	2.2.1 Personlighet	21
	2.2.2 Livstilfredshet.....	21
	2.3 Analyser.....	22
	2.3.1 Innledende undersøkelser	22
	2.3.2 Deskriptive analyser, reliabilitetsanalyser og effektstørrelser	23
	2.3.3 Korrelasjons-, regresjons- og interaksjonsanalyser.....	24
	2.3.4 Stianalyser	24
	2.3.5 Generalized Estimating Equations	25
3	Resultater.....	25
	3.1 Innledende resultater	25
	3.2 Korrelasjonsanalyser	27
	3.3 Regresjonsanalyser.....	30
	3.4 Interaksjonsanalyser	33
4	Diskusjon.....	38
	4.1 Forståelser og fortolkning av resultatene	38

4.1.1 Faktorer	38
4.1.2 Interaksjoner mellom faktorer	40
4.1.3 Fasetter	42
4.1.4 Kjønnforskjeller	45
4.2 Egenskaper og begrensninger i metoden	48
4 Konklusjon	50
Litteraturliste	51
Vedlegg: Spørreskjema om helseplager, personlighet og livskvalitet	59

1 Innledning

1.1 Introduksjon

Verdens helseorganisasjon definerer helse som en tilstand av komplett fysisk, mental og sosialt velvære og ikke bare fravær av sykdom eller lidelse (Verdens Helseorganisasjon [WHO], 1948). Psykologien har inntil nylig hovedsakelig fokusert på abnormalitet og mekanismene bak utviklingen av psykopatologi. De positive psykologiske fenomenene har i mindre grad vært vitenskapelig utforsket, selv om opplevelsen av lykke og velvære er et av de mest grunnleggende ønsker mennesker oppgir å ha (Csikszentmihalyi, 1990; Lyubomirsky, 2001). Wilson skrev i sin review-artikkel fra 1967 at teorier om lykke og velvære ikke har utviklet seg siden de greske filosofene. Positiv psykologi er et relativt nytt, men sterkt voksende, forskningsfelt. Kunnskapen om mekanismene bak hvordan mennesker opplever trivsel og glede øker hurtig (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999; Røysamb, Nes & Vittersø, 2014). Kunnskap om positiv psykologi kan bidra til å øke forståelsen av menneskelig funksjon og utvikling, samt komplementere forskning på psykisk helse (Wood & Tarrrier, 2010). Positivt opplevde psykologiske fenomener kan være like mangfoldige og distinkte som negativt opplevde psykologiske fenomener, og det vil derfor finnes ulike tilnærminger for å undersøke positiv psykologi. Seligman og Csikszentmihalyi (2000) beskriver positiv psykologi som ønskede subjektive opplevelser i fortiden, i nåtiden og i fremtiden.

Det har vært metodologiske og teoretiske utfordringer og uenigheter i tilnærmingen til positiv psykologi (DeNeve & Cooper, 1998; Steel, Schmidt & Shultz, 2008). Subjektivt velvære («Subjective Well-Being») reflekterer i hvilken grad mennesker tenker og føler at livet deres går godt (Lucas & Diener, 2008). Subjektivt velvære, heretter forkortet til SWB, har vist seg å være et gyldig og betydningsfullt konstrukt innen positiv psykologi. Sammenfallende empiri viser at SWB er stabilt over tid og situasjon, moderat arvbart og assosiert med flere andre indre og ytre påvirkningsfaktorer (Lucas & Diener, 2008). Ulike forståelser av prosessene bak SWB har vokst i takt med empirien som er fremskaffet de siste tiårene. Man forstår forskningsresultatene annerledes om man forstår SWB som et utfall av visse innvirkende ytre variabler eller som en effekt av indre psykologiske prosesser. Ytre objektive faktorer, slik som for eksempel helse, økonomi og relasjoner, virker inn på SWB, men i mindre grad enn man først trodde. Indre psykologiske faktorer er vist å spille en viktig

rolle i prosessene bak SWB. Mennesker reagerer ulikt på like omstendigheter og evaluerer situasjonen eller tilstanden på bakgrunn av sine unike forventninger, verdier og tidligere erfaringer. Individuelle forskjeller tydeliggjør seg i utforskningen av positiv psykologi; forskningsresultater tilsier at personlighetstrekk er av de sterkeste, mest reliable og konsistente prediktorene for SWB (Diener et al., 1999). Teori og empiri tilsier per i dag at SWB best kan forklares gjennom pågående dynamiske prosesser med samspill mellom indre og ytre faktorer (Diener et al., 1999). Prosessene og mekanismene som skaper SWB er under utforskning som et viktig fokusområde innen positiv psykologi i dag. Foreliggende hovedoppgave er et bidrag i utforskningen av mekanismer bak SWB.

1.2 Subjektivt velvære

1.2.1 Historie

I oldtidens Hellas ble fenomenet lykke diskutert. Aristoteles benyttet det greske ordet «Eudaimonia». Med eudaimonia mente Aristoteles den lykken man opplever av å leve et dydig liv etter høyere moralske og etiske prinsipper; en slik form for lykke varierer over tid og situasjon og preges av uopnåelige standarder for lykke. Eudaimonia kontrasteres ofte med ordet hedoni som innebærer tilstedeværelse av glede og nytelse og fravær av smerte og ubehag (Huta, 2013). Den tidlige greske filosofien rundt lykke rådet i mange hundre år som menneskers forståelse av lykke. Dearborn publiserte «The Emotion of Joy» i 1899 som oppsummerte litteratur vedrørende psykofysiologien og psykobiologien bak positive følelser. I 1925 benyttet Flugel systematiske metoder for å daglig registrere type og intensitet for ulike følelser, både positive og negative. Ulike databaser for psykologiske artikler gir artikkelen til McQuitty fra 1954 som den første artikkelen som omhandlet begrepet psykologisk velvære. Wilson ga ut en gjennomgangsartikkel i 1967 der han presenterte foreliggende forskningsfunn for SWB. Wilson konkluderte at lykkelige mennesker er unge, friske, høyt utdannet, godt lønnede, utadvendte, optimistiske, bekymringsløse, gifte og religiøse med høy selvtilit, arbeidsmoral og moderate ambisjoner av begge kjønn og med et vidt spekter av intelligens (Diener et al., 1999). Bradburn gjorde i 1969 et av de tidligste og største forskningsprosjektene på begrepet SWB der han blant annet undersøkte ulike måter å måle SWB på (Miao, Koo & Oishi, 2013). Et økende fokus på SWB og positiv psykologi fulgte.

Diener gjennomgikk litteraturen i 1984 og kom frem til at psykologiske faktorer var vel så viktige som de eksterne faktorene Wilson la vekt på i 1967 (Diener, 1984; Diener et al., 1999)

Fra Aristoteles og mange hundreår frem i tid var lykke et filosofisk fenomen. Noen tidlige forsøk på å undersøke SWB med psykologisk vitenskap og forståelsesrammer begrenset seg til å kategorisere hvilke eksterne faktorer som kunne samvariere med SWB. De siste 40 årene har det vært et sterkt økende fokus på SWB som psykologisk fenomen og raffinerte metoder er utviklet for å undersøke mekanismene bak SWB.

1.2.2 Definisjon av subjektivt velvære

De fleste forskerne i feltet er enige i at SWB er et flerdimensjonalt fenomen, men det finnes noen uenigheter vedrørende hvilke komponenter SWB skal inneholde (Steel et al., 2008). SWB blir i dag ofte definert som summen av affektive og kognitive komponenter et individ opplever av velvære, der balansen mellom positive og negative emosjoner utgjør affektivt velvære, mens en persons kognitive evaluering av sitt liv utgjør tilfredshet (Miao et al., 2013; Pavot & Diener, 2013). De ulike komponentene, positiv og negativ affekt og domenespesifikk- og global livstilfredshet, som utgjør SWB samvarierer seg i mellom, men gir også unike bidrag i den helhetlige forståelsen og opplevelsen av SWB (Miao et al., 2013; Pavot & Diener, 2013). De affektive komponentene involverer de følelsene og humøret en person opplever. Bradburn fant i 1969 at det var hensiktsmessig å skille positiv og negativ affekt som ulike og til dels uavhengige komponenter, noe senere forskning har bekreftet (McCrae & Costa, 1980; Pavot & Diener, 2013). SWB er ment å fange både positive og negative følelser, og ikke kun fravær av negative følelser. Den relative balansen mellom positiv og negativ affekt bestemmer det generelle hedoniske nivået en person opplever; større grad av positiv affekt i forhold til negativ affekt fører til større opplevd velvære (Pavot & Diener, 2013). De kognitive komponentene består av livstilfredshet og domenespesifikk tilfredshet. De kognitive komponentene av SWB involverer i følge diskrepansteorier en evaluering av forskjellen mellom individets ambisjoner, ønsker og forventninger, og opplevd prestasjon (Diener et al., 1999). Man kan evaluere sin tilfredshet innen spesifikke domener i livet sitt som i karriere, familieliv, helse og så videre. Et individs generelle evaluering av livet sitt i sin helhet benevnes livstilfredshet (Pavot & Diener, 2013).

Diener, Emmons, Larsen og Griffin (1985, s. 71) gjengir Shin og Johnsons definisjon av livstilfredshet fra 1978: «A global assessment of a person's quality of life according to his

chosen criteria». Livstilfredshet og gjennomsnittlig domenespesifikk tilfredshet korrelerer moderat, og Diener og kolleger (1985) argumenterer for at de to kognitive komponentene i SWB deler opphav. Individets vurdering av sin livstilfredshet kan både baseres på affektive balanse, samt kronisk tilgjengelige og stabile kognitive stiler (Veenhoven, 1996; Schimmack, Diener & Oishi, 2002). Ulike studier har undersøkt hvilke faktorer respondentene baserte sine vurderinger av livstilfredshet på; mennesker benyttet ofte affektivt ladet informasjon om fortiden og domener som var viktig for personen ved evalueringen av sin globale tilfredshet (Schimmack et al., 2002). Schimmack, Oishi, Furr og Funder (2004) introduserer mediatormodellen for livstilfredshet som foreslår nettopp at mennesker baserer seg på sin affektive balanse i evalueringen av livstilfredshet, og referer til forskningsresultater som antyder at både umiddelbar og stabil affektiv balanse virker inn på slike vurderinger.

Livstilfredshet er foreslått at inngår som komponent i både SWB og psykologisk velvære (Ryff & Keyes, 1995). SWB skilles konseptuelt fra begrepet psykologisk velvære («Psychological Well-Being»); psykologisk velvære henviser et individs objektive realisering av sitt potensiale i møte med livets eksistensielle utfordringer (Huta, 2013). Ryff og Keyes (1995) presenterer en teoretisk og empirisk utviklet modell for psykologisk velvære, der seks psykologiske komponenter er vist at påvirker psykologisk velvære: autonomi, mestring av omgivelsene, personlig vekst, positive relasjoner til andre, mening med livet og selv-aksept.

SWB gjenspeiler individets egen opplevelse av affektive og kognitive prosesser. Følgelig vil ingen objektive og eksterne faktorer bli inkludert i definisjonen, selv om faktorene kan påvirke SWB. SWB inkluderer globale og generelle evalueringer av livstilfredshet, ikke kun situasjonsbetingede og spesifikke evalueringer av ett domene i livet (Pavot & Diener, 2013). Foreliggende studie baserer seg på livstilfredshet som utfallsmål, men samtlige komponenter inkluderes i innledningen av oppgaven for å belyse SWB helhetlig som psykologisk fenomen.

1.2.3 Måling av subjektivt velvære

De fleste psykologiske fenomener er ikke observerbare og forskerne utfordres til å konseptualisere, definere og operasjonalisere de psykologiske fenomenene for å måle, vurdere og validere dem vitenskapelig hensiktsmessig. En av de store utfordringene i utforskningen av positiv psykologi er begrepsbruk, definisjoner og operasjonaliseringer av de ulike positive psykologiske fenomenene (DeNeve & Cooper, 1998; Steel et al., 2008; Cummins, 2013).

Ulike begreper har blitt brukt om hverandre i tidligere stadier av forskningen på SWB. Eksempelvis kan begrepene lykke, «Happiness», og SWB, «Subjective Well-Being», både sidestilles og skilles i litteraturen. Ulike måleinstrumenter er utviklet for å måle både frekvens og intensitet i de kognitive og affektive komponenter av SWB (Diener, 1984). Cummins (2013) gjennomgår vitenskapelige egenskaper ved måleinstrumenter for SWB, og slår fast at de ulike instrumentene har ulike egenskaper og følgelig nytteverdi. Cummins (2013) oppfordrer derfor forskere til å undersøke og vurdere de flerfoldige skalaene som finnes og velge ut den skalaen som samsvarer best med forskningsspørsmålene og -designet.

Flertallet av studiene gjort på SWB er kvantitative ved hjelp av egenrapporteringsskalaer. Flere studier inkluderer informantrapportering der dette er hensiktsmessig. Informantrapportering og egenrapportering samvarierer, men i lavere grad enn andre psykologiske, og kanskje mer observerbare, fenomener. Kahneman (1999) foreslår å utvikle målemetoder av objektivt velvære der en observatør over en gitt periode prinsipielt kan identifisere ulike markører hos et individ som tilsier velvære. Hvordan individet opplever situasjonen er vesentlig for hvordan situasjonen påvirker individet. En objektiv tilnærming til lykke og velvære kan komplementere forskningen på SWB som er preget av kognitive biaser (DeNeve & Cooper, 1998; Schwartz & Strack, 1999). Det finnes flere feilkilder i forskning på positiv psykologi og SWB utover generelle begrensninger ved eksempelvis kvantitativt forskningsdesign. Begrepsvaliditet er en utfordring ved utvikling av måleinstrumenter for SWB og følgelig tolkning av resultatene (Cummins, 2013). Videre finnes utfordringer vedrørende valg av ulike operasjonaliseringer av SWB i tråd med studiens forskningsspørsmål. Metaanalysen av De Neve og Cooper (1998) om sammenhenger mellom personlighet og SWB baserte seg på vide inklusjonskriterier. Til dels svært ulike operasjonaliseringer av konstruktene ble inkludert, noe som medførte at sammenhengene ble kunstig lave (Steel et al, 2008).

Argyle (2001) viser til litterære gjennomganger av Cummins og Diener der et fellestrekk hos de fleste normalutvalg verden over er at gjennomsnittet for tilfredshet ligger på 70 % av skalaens maksimum; de fleste mennesker oppgir mer trivsel enn mistriivsel, noe som kan gjenspeile egenskaper ved konstruktet SWB generelt. Mennesker motiveres av positive opplevelser og en normal affektiv balanse er muligens mer positiv enn negativ (Argyle, 2001). Samtidig er sosial ønskverdighet en sannsynlig feilkilde for deltakernes responsstil (Veenhoven, 1996; Kahneman, 1999). Det finnes også en vesentlig mengde kvalitativ forskning på velvære og lykke, som også preges av metodiske feilkilder. Cummins (2013) oppsummerer to temaer som svært ofte fremkommer som bidragsyttere for opplevelsen av

velvære i kvalitative studier: Relasjoner, fortrinnsvis til partner, familie og venner, samt økonomi, ved inntekt, materielle goder og bekymring rundt usikker inntekt.

Gjennom en vitenskapelig prosess over de fire siste tiår har forskere utviklet ulike måleinstrumenter for å måle komponentene i SWB på valide og reliable måter i tråd med den teoretiske forståelsen av fenomenet. De affektive komponentene måles oftest gjennom Positive and Negative Affect Schedule (PANAS) utviklet av Watson, Clark og Tellegen i 1988 (Miao, Koo & Oishi, 2013). Skalaen fokuserer hovedsakelig på høyaktiverte affekter og kan dermed gi mer kategoriske enn dynamiske forskningsresultater. Miao, Koo og Oishi (2013) foreslår Affect Valuation Index av Tsai, Knutson og Fung fra 2006 dersom man ønsker å undersøke både høy og lav aktivering av positive og negative affekter. Domenespesifikk tilfredshet kan måles ved hjelp av skalaer som undersøker tilfredshet for spesifikke domener, slik som familieliv, økonomi, levestandard, sosiale relasjoner, helsestatus og arbeidssituasjon (Argyle, 2001); Personal Well-Being Index utviklet av Cummins, Eckersley, Pallant, van Vugt og Misajon (2003) måler domespesifikk tilfredshet for levestandard, relasjoner, samt personlig helse og sikkerhet. Den globale kognitive komponenten måles oftest med Satisfaction With Life Scale (SWLS) utviklet av Diener og kolleger i 1985 (Miao et al., 2013; Cummins, 2013; Diener et al., 1985). SWLS er designet for å måle global livstilfredshet gjennom fem spørsmål om generell evaluering av livet i sin helhet. Valideringsstudier tilsier at SWLS-skalaen har gode psykometriske egenskaper, (Diener et al., 1985; Schimmack et al., 2004). Skalaen gir et godt mål på subjektiv livskvalitet (Pavot & Diener, 2008). Skalaen baserer seg på respondentenes individuelle standarder og forventninger i livet sitt, fortrinnsvis uavhengig av andre menneskers kriterier.

1.2.4 Subjektivt velvære: Teoretiske forståelser og empiriske funn

Tidlige filosofiske idéer rundt lykke, glede og velvære utgjorde forklaringsmodeller da Wilson gjorde sin gjennomgang i 1967, og fungerte dermed som utgangspunkt for den etter hvert sterkt økende forskningen på SWB. Følgelig har den vitenskapelige prosessen ført til at noen forklaringsmodeller for lykke og SWB er forkastet og noen er beholdt som mer eller mindre gyldige. Denne oppgaven begrenser seg til å behandle de teorier som er funnet vitenskapelige relevante i forståelsen av SWB.

Ytre faktorer påvirker subjektivt velvære

Man kan tenke seg at SWB skapes av ytre livsomstendigheter som tilfredsstillende grunnleggende behov (Lucas & Diener, 2008; Diener et al., 1999). Ytre livsomstendigheter kan være alder, kjønn, inntekt, utdanning, parforhold, opplevd helsemessig status og lignende som kan påvirke en persons subjektive velvære. Både korrelasjonelle og kausale sammenhenger er vist mellom ytre faktorer, som ulike demografiske variabler og miljømessige faktorer, og SWB (Argyle, 1999). Bottom-up prosesser innebærer en kontinuerlig oppsummering av pågående positive og negative hendelser og følelser et individ opplever fra øyeblikk til øyeblikk og fra dag til dag (Pavot & Diener, 2013). Bottom-up prosesser utgjorde tidligere den ledende forklaringsmodellen av SWB. Flere ulike studier viser derimot at eksterne livsomstendigheter som kan påvirke SWB gjennom bottom-up prosesser forklarer lite varians i SWB og har små effektstørrelser, alt fra 8 % til 20 % (Diener et al., 1999; Lucas & Diener, 2008).

Indre subjektive prosesser påvirker subjektivt velvære

Top-down prosesser består av indre prosesser som predisponerer et individs emosjonelle og kognitive opplevelser av omgivelsene. Top-down prosesser kan for eksempel være hvordan grunnleggende kognitive bearbeidelsesmønstre og generell affektiv balanse påvirker hvordan individet oppfatter og forholder seg til de stadig skiftende omgivelsene. Forskere har i økende grad forstått mekanismene bak SWB gjennom top-down prosesser. Veenhoven (1996) henviser tidligere forskning som fant at mennesker som er tilfreds med ett domene av livet sitt, for eksempel arbeidsplassen, ofte er tilfreds med de fleste andre domener også, som kan tyde på en generell tendens til å evaluere livet sitt positivt. Mengden informasjon man må bearbeide for å gi en global vurdering av sin tilfredshet på bakgrunn av separate domener over tid er omfattende, hvis ikke uoverkommelig; eksperimentelle studier tyder på at respondentene tyr til kognitive svarveier, eksempelvis eksisterende holdninger, tilgjengelighetsheuristikker, forventninger eller tro, når informasjonsmengden blir for stor (Kahneman, 1999; Schwartz & Strack, 1999). Individuelle forskjeller i emosjonelle og kognitive prosesser representerer sannsynlige bidragsfaktorer i top-down-prosessen bak SWB (Diener et al., 1999; Argyle, 2001; Eid & Diener, 2003).

Mønstre i kognisjon og emosjon påvirker subjektivt velvære

Man kan tenke seg individuelle kognitive forskjeller i fortiden gjennom hukommelsesprosesser, i øyeblikket gjennom perseptuelle prosesser og i fremtiden med håp og forventninger. Kontinuerlige bottom-up og top-down prosesser preges av individets

kognitive og emosjonelle predisposisjoner. Lyubomirsky (2001) foreslår en felles modell som omfatter hedonisk relevante kognitive og motivasjonelle prosesser som er vist å skape og opprettholde SWB i menneskers samspill med omgivelsene. Lykkelige og ulykkelige mennesker kjennetegnes av ulike kognitive, motivasjonelle og bedømmelsesstrategier når de skal forstå og forholde seg til omverdenen (Lyubomirsky, 2001). Et individs sosiale sammenligning, rasjonalisering etter avgjørelser, fortolkning av hendelser og selvrefleksjon påvirker individets opplevde velvære (Lyubomirsky, 2001). Optimisme, i hvilken grad et individ forventer fordelaktige utfall i fremtiden, er assosiert med høyere SWB (Diener et al., 1999). Optimisme og positiv affekt er nært tilknyttet og antas å ha en selvforsterkende effekt. Optimister har dessuten en grunnleggende positiv holdning til omgivelsene, samt selektiv hukommelse for flere positive hendelser i fortiden.

Selvtillit og kognitive mønstre, slik som attribusjonsstiler, og opplevd kontroll over hendelser, påvirker også SWB (Diener et al., 1999; Argyle, 2001). Csikszentmihalyi presenterte i 1990 sin modell for optimal mental tilstand. Opplevelsen av flyt («Flow») skapes av det mentale arbeidet ved en utfordrende oppgave der man opplever tilstrekkelig mestringstro, agens, fokusert konsentrasjon, indre motivasjon og manglende selvbevissthet og tidsperspektiv (Csikszentmihalyi, 1990). Flyt-tilstanden gir øyeblikkelig eufori og har dermed en umiddelbar positiv endring av den hedoniske balansen. Teliske, eller endepunkts-, teorier fremholder at SWB skapes når en tilstand, som et mål eller et behov, nås (Diener, 1984). En sentral idé er at målsetninger skaper en referanseverdi for følelsessystemet og videre de emosjonelle signalene et individ opplever (Diener et al., 1999). I hvilken grad et individ når sine ønsker, mål og forventninger avgjør hvilke emosjonelle signaler individet opplever. Dersom et individ har moderate målsetninger og oppnår sine mål ofte kan dette tilsi høyere nivåer av SWB (Diener et al., 1999). Målsetninger kan i tillegg gi struktur, retning og mening med livet som kan øke et individs SWB og livskvalitet (Diener, 1984; Diener et al., 1999). Hvorvidt et individ når sine store og små mål avhenger formodentlig av egenskaper i omgivelsene. Mennesker har drifter og motiver som i blant står i konflikt til hverandre (Diener, 1984). Konflikt mellom motiver medfører en spenning av ubevisst opphav som kan gi negativ innvirkning på SWB (DeNeve & Cooper, 1998). Hvilke type målsetninger en person streber etter har også innvirkning. Forskere skiller mellom indre målsetninger, for eksempel ønske om personlig vekst, nære relasjoner og fysisk helse, og ytre målsetninger, for eksempel inntekt, berømmelse og sosial anerkjennelse. Indre målsetninger samvarierer sterkest med SWB, da det tenkes at grunnleggende psykologiske behov møtes ved hjelp av indre og ikke ytre målsetninger (Gomez, Allemand & Grob, 2012).

Å kunne tilpasse sine målsetninger til egne ressurser og varierende ytre miljømessig kontekst virker betydningsfullt for dannelsen av SWB (Diener & Fujita, 1995). Forskere har funnet bevis for den såkalte hedoniske tredemøllen som innbefatter tendensen mennesker har til å tilpasse seg forbedrede livsomstendigheter og raskere oppnådde målsetninger ved å øke kravene for hva som skal til for å øke SWB; mennesker som har vunnet store pengebeløp blir raskt vant til tilstanden og oppgir etter noe tid likt nivå av SWB som før gevinsten (Kahnemann, 1999). Kahnemann (1999) presenterer en tilsvarende tredemølle for tilfredshet; etter en positiv eller negativ endring i livsomstendighetene tilpasser individet seg ved å henholdsvis øke eller senke standardene de baserer sin evaluering av tilfredsheten på. Mennesker tilpasser seg endringer i ytre omstendigheter ved å endre forventninger og standarder, slik at opplevd SWB holdes stabilt hvis omstendighetene endres. Vitenskapelige funn støtter opp om tredemølle-metaforene for både affektiv balanse og kognitiv tilfredshet, som videre kan forklare noe av stabiliteten i SWB (Kahneman, 1999).

Indre stabile trekk og mekanismer påvirker subjektivt velvære

Konvergerende evidens antyder at personlighetsdisposisjoner predikerer SWB i større grad enn kontekstuelle stabile faktorer, for eksempel demografiske og sosioøkonomiske variabler (Diener et al., 1999; Lucas & Diener, 2008). Personlighetsdisposisjoner som bakenforliggende mekanismer for SWB harmonerer med både teori og empiri. Costa og McCrae (1980) fant signifikante sammenhenger mellom den generelle affektive balansen i SWB og personlighetstrekk, et resultat som senere studier og metaanalyser bekrefter (DeNeve & Cooper, 1998; Steel et al., 2008). Magnus, Diener, Fujita og Pavot (1993) fant i et longitudinelt studie at personlighetstrekket Ekstrovertsjon predikerte flere objektivt positive livshendelser, mens personlighetstrekket Nevrotisisme predikerte flere objektivt negative livshendelser. Personlighet kan ha direkte temperamentelle og indirekte instrumentelle effekter på SWB. Personlighetstrekk disponerer direkte for individuelle forskjeller i positive og negative følelser som videre bestemmer den hedoniske balansen. Personlighetstrekk disponerer også for visse type atferdsmønstre som indirekte påvirker SWB; en svært utadvent person vil i tråd med sin personlighet søke seg til sosiale situasjoner som skaper mer positiv affekt. Personlighetsdisposisjoner er de sterkeste målbare prediktorene for SWB som forskning har funnet per dags dato (Diener et al., 1999).

Gray har utviklet psykobiologiske modeller for stabile individuelle forskjeller. Gray foreslo to nevrologiske motivasjonssystemer, et atferdsaktiveringssystem (BAS) og et atferdsinhiberingssystem (BIS), som regulerer atferd etter tilstedeværelse av henholdsvis

belønning og straff (DeNeve & Cooper, 2008; Diener et al., 1999). Positive følelser motiverer en person til å søke mer av det som skaper den positive opplevelsen, et mønster som tilsvarer Grays BAS. Negative følelser motiverer en person til å unngå det som skaper den negative opplevelsen, som kan tilsvare Grays BIS. Det foreslås at en ekstrovert person er mer sensitiv for belønning som fører til at personen opplever positive følelser oftere. Dette kan forklare Pavot og kollegaers forskningsresultater som viser at ekstroverte generelt oppgir mer lykke enn introverte, selv når de er alene (Diener et al., 1999). Kvaliteten på sosiale relasjoner synes riktignok å mediere forholdet mellom introversjon og SWB (Hotard, McFatter, McWhirter & Stegall, 1989). Belønning gir positiv affekt som motiverer til ytterligere søken etter flere positive opplevelser. Et slikt motivasjonssystem skaper direkte og indirekte effekter på SWB. Ekstroverte mennesker er mer sensitive for positiv humørinduksjon enn introverte, mens negativ humørinduksjon ikke ga noen gruppeforskjell; ekstroverte mennesker er tilsynelatende mer sensitive for belønning som i seg selv gir høyere nivåer av positiv affekt (Diener et al., 1999). Nevrotiske mennesker er tilsvarende mer sensitive for negativ humørinduksjon. Mennesker som jakter suksess, i stedet for å unngå feiling, er tilsynelatende lykkeligere (Lyubomirsky, 2001).

Subjektivt velvære viser stabilitet

Schwartz og Strack (1999) problematiserer ulike psykologiske faktorer som kan virke inn under selve bedømmelsen av SWB, eksempelvis hvordan affekt i bedømmelsesøyeblikket spiller inn. Schwartz og Strack (1999) har utført ulike naturlige eksperimenter, og funnet at emosjonelle tilstander har umiddelbare effekter på evalueringen av SWB. Suh, Diener og Fujita (1996) finner derimot at nivået av SWB stabiliserer seg etter noe tid til individets opprinnelige nivå etter hendelser som endret den affektive balansen, slik som både belastende og positive hendelser. Mennesker har tilsynelatende et baseline-nivå for SWB (Suh, Diener & Fujita, 1996; Pavot & Diener, 2013). Disse empiriske funnene førte til dynamisk ekvilibrium-modellen som beskriver at SWB stabiliserer seg til et baseline-nivå etter hendelser som endrer den hedoniske balansen (Diener et al., 1999). Stabiliteten som SWB empirisk viser, gjennom bevis for top-down prosesser og homeostaseegenskaper, antyder trekkliknende egenskaper.

Biologiske forklaringer på SWB

Psykobiologiske modeller og teorier er utviklet for å forklare stabiliteten i SWB. Grinde (2002) fremholder evolusjonistiske prinsipper i forklaringen av SWB; genetiske nedarvede egenskaper som øker sannsynligheten for overlevelse og reproduksjon kan i forbindelse med SWB være nevrobiologiske systemer som styrer individet vekk fra ubalanse

og mot belønning. Følgelig har mennesker trolig nedarvet ulike psykologiske mekanismer som skaper ubehag så vel som velbehag hos individet for å indikere individets tilpasning til ytre miljømessige krav (Buss, 2000). Lykken og Tellegen undersøkte i 1996 tvillingers opplevde lykke to ganger over ti år, og fant at 50 % av variansen ved begge målingene kunne tilskrives stabile trekkegenskaper. På tvers av tid og tvillingpar estimerte Lykken og Tellegen (1996) at 80 % av stabiliteten i lykke er arvbart. Nes, Røysamb, Tambs, Harris og Reichborn-Kjennerud (2006) finner i sine longitudinelle data at nivåer av SWB er stabile og at denne stabiliteten i stor grad tilskrives additive genetiske faktorer, og bekrefter med andre statistiske metoder og måleinstrumenter Lykken og Tellegens tidligere resultater. Arvbarhet for SWB estimeres oftest mellom 0.25 og 0.55 (Røysamb, Tambs, Reichborn-Kjennerud, Neale & Harris, 2003). Lucas og Diener (2008) problematiserer alderen i tilgjengelige studiers utvalg, da arvelighetsestimater kan endre seg med alder. Røysamb, Harris, Magnus, Vittersø og Tambs (2002) skriver at arvelighetsestimater funnet i et eldre utvalg lar seg generaliseres til yngre utvalg, men de miljømessige påvirkningsfaktorene varierer trolig gjennom livsløpet. Opplevd helsemessig status synes for eksempel å være en viktig prediktor for SWB hos eldre, men ikke hos de yngre. Canli (2004), samt Røysamb og kolleger (2003), henviser nevrofysiologisk forskning som viser at individuelle genetiske forskjeller i emosjonsprosessering, deriblant at funksjonen til neurotransmittere som serotonin og norepinefrin påvirker nivåer av personlighetstrekket Nevrotisme som videre påvirker SWB. Sapolsky (2001) oppsummerer multimetodisk forskning som antyder at individuelle forskjeller i stressrespons og den subjektive opplevelsen av stress påvirker opplevd lykke. LeDoux og Armony (1999) påpeker at nevrovitenskapelig kunnskap ikke foreløpig dekker alle emosjonelle fenomener; forskning på det nevrobiologiske grunnlaget for emosjoner tyder samtidig på at den subjektive opplevelsen av emosjoner stammer fra ulike sentralnervøse systemer som mater arbeidshukommelsen med affektiv informasjon. Konsistente mønstre i hjerneaktivitet kan muligens forklare de ulike kognitive og emosjonelle prosessene bak SWB, slik som for eksempel top-down prosessering.

Kjønnsforskjeller i SWB: påvirkning fra samfunn, personlighet og genetik.

Kjønnsforskjeller i gjennomsnittsnivåer av SWB finnes i eldre utvalg, men i liten grad i yngre utvalg (Pinquart & Sörensen, 2001; Røysamb et al, 2003). Forskning på eldre utvalg viser at kvinner oppgir lavere SWB enn menn, som kan forklares ved at kvinner har høyere risiko for å miste sin livspartner, få helseproblemer og omsorgsbehov (Pinquart & Sörensen, 2001). I metaanalysen til Pinquart og Sörensen (2001) fremkommer det av

kohortundersøkelsene at kjønnsforskjellen i livstilfredshet har blitt større i de siste studiene; kvinner oppgir mindre livstilfredshet i dag enn tidligere. Forskerne medgir at det ikke finnes noen teoretisk forklaring på denne tendensen utover spekulasjoner om at kvinners økede rettigheter kan ha ført til høyere ambisjoner som igjen er negativt assosiert med livstilfredshet (Pinquart & Sörensen, 2001). Det finnes holdepunkter for kjønnsforskjeller i hvilke prediktorer og mekanismer som er involvert i å skape og opprettholde SWB (Røysamb et al., 2003). Livsomstendigheter påvirker SWB på ulike måter på tvers av kjønn; kvinner er mer responsive for positive og negative hendelser enn menn (French, Gekoski & Knox, 1995). Vittersø fant i sin doktorgradsavhandling fra 1998 at sammenhenger mellom personlighet og SWB varierer på tvers av kjønn (Røysamb et al., 2002). Heringer (1998) undersøkte blant annet kjønnsforskjeller i sammenhenger mellom fasetter av ekstrovertsjon og livstilfredshet; livstilfredshet hos kvinner var hovedsakelig relatert til fasettene Positive følelser og Varme, mens livstilfredshet hos menn var hovedsakelig relatert til fasettene Selvmarkering og Sosiabilitet.

I et tvillingstudie av 5140 unge voksne fant Røysamb og kolleger (2002) at arvelighetsestimater varierte hos kvinner og menn, henholdsvis 0.54 og 0.46. Gener forklarte mer varians i SWB hos kvinner enn hos menn; menn er følgelig mer påvirkbare av miljømessige faktorer enn kvinner. Nes og kolleger (2006) fant at arvbarhetsestimater sank for kvinnene i løpet av 6 år i tidlig voksen alder, som kan tilskrives en kjønns-spesifikk effekt av å forlate felles miljø og etablere seg individuelt. Utover ovennevnte studier tyder litteratursøk på at det er gjort få undersøkelser av kjønnsforskjeller i SWB, selv om kjønnseffekter er sannsynlige. Undersøkelser av kjønns-spesifikke effekter i prosessene bak SWB etterspørres (Pinquart & Sörensen, 2001).

Anvendelse av kunnskap om utvikling og opprettholdelse av SWB

Lyubomirsky, Sheldon og Schkade (2005) påpeker at mye forskning har et deterministisk fokus på SWB der genetikk, visse objektive miljømessige faktorer, aktiviteter og atferdsmønstre bestemmer menneskers nivåer av SWB. Kognitive og motivasjonelle prosesser er også identifisert som prediktorer for SWB; slike prosesser, og følgelig SWB, burde kunne endres, noe forskning til dels har bekreftet (Lyubomirsky, 2001). Eksempelvis er optimisme, takknemlighet, tilgivenhet og selvrefleksjon foreslåtte påvirkningsfaktorer som kan en selv kan opparbeide for å øke og opprettholde lykke (Lyubomirsky et al., 2005). Lyubomirsky og kolleger (2005) estimerer på bakgrunn av tidligere forskning at 50 % av variansen i SWB er genetisk predisponert, 10 % forklares av omstendigheter og de resterende

40 % forklares av intensjonelle aktiviteter, hva mennesker intensjonelt gjør og tenker i hverdagen. Lyubomirsky og kolleger (2005) foreslår lykkeskapende intervensjoner basert på foreliggende forskning om hvilke prosesser og mekanismer som er empirisk vist å øke SWB. En nyere metaanalyse viser at intervensjoner basert på kunnskap om positiv psykologi kan gi vedvarende økning i subjektivt og psykologisk velvære, samt redusere depressive symptomer (Bolier, Haverman, Westerhof, Riper, Smit & Bohlmeijer, 2013). Røysamb, Nes og Vittersø (2014) oppsummerer forskningsresultater som tyder på at genetiske faktorer bidrar til stabiliteten som SWB viser, samtidig som miljømessige faktorer kan bidra til å endre SWB; SWB skapes sannsynligvis av kontinuerlig samspill mellom arv og miljø. En praktisk anvendelse av kunnskapen bak SWB kan komplementere øvrig klinisk psykologi (Wood & Tarrrier, 2010), samt nyansere et noe deterministisk syn på SWB så langt.

1.3 Personlighet

1.3.1 Bakgrunn

Mennesker er like alle andre, like noen andre og ulike alle andre. Ønsket om å forstå menneskelige individuelle forskjeller har lange historiske røtter. Siden starten av vitenskapeliggjøringen av mentale prosesser og atferd har personlighet vært et sentralt psykologisk tema. Personlighet har blitt regnet som eget felt innen psykologien etter Allports, Stagners og Murrays bidrag i siste halvdel av 1930-tallet (Barenbaum & Winter, 2008). Personlighet er et sett av psykologiske trekk og mekanismer innad i individet som er organisert og relativt vedvarende, og som påvirker hans eller hennes interaksjon med, og tilpasning til, omgivelsene (Larsen & Buss, 2008). Psykologiske trekk er karakteristikker som beskriver likheter og ulikheter mellom mennesker, mens psykologiske mekanismer er kognitive og emosjonelle informasjonsprosesserende aktiviteter som tilpasser individet til omgivelsene. Den overordnede definisjonen til Larsen og Buss integrerer de fleste psykologiske forståelser av individuelle forskjeller. Det finnes ulike perspektiver på personlighet. Hvordan man undersøker og forstår individuelle forskjeller avhenger av om man anser personlighetstrekk som indre egenskaper eller kun rene atferdsbeskrivelser. De ulike perspektivene deler noen grunnleggende antakelser om personlighet som et psykologisk konstrukt; det må finnes meningsfulle forskjeller mellom individer og forskjellene må være stabile og konsistente over tid og situasjon (Larsen & Buss, 2008). I 1968 publiserte Walter

Mischel «Personality and Assessment» der han presenterte funn fra personlighetsforskning som viste lave korrelasjoner mellom personlighetsmål på tvers av situasjoner. Mischel mente at antakelser for stabile personlige egenskaper ikke fantes i forskningen og foreslo at situasjonen individet befant seg i bestemte atferden og ikke indre egenskaper som ikke hadde latt seg bevise. Både trekkforskere og Mischel har i dag moderert sine opprinnelige påstander vedrørende individuelle forskjeller etter utvikling av nye måter å undersøke fenomenet på. Ved hjelp av aggregering er personlighet funnet moderat stabilt over tid og situasjon (Caspi, Robert & Shiner, 2005). Det er i dag bred enighet om at individuelle forskjeller skapes og opprettholdes av transaksjoner mellom situasjon og person (Barenbaum & Winter, 2008; Mischel & Schoda, 2008).

1.3.2 Femfaktormodellen

Bakgrunn

Etter en lengre vitenskapelig prosess med ulike forskningsmetoder og teoretiske perspektiver har personlighetsforskerne funnet frem til at et individs vedvarende atferdsmønstre kan kategoriseres i fem domener. Ulike perspektiver har konverget rundt den overordnede benevnelsen av personlighetstrekk som «de fem store». Man kan likevel skille mellom den beskrivende modellen som Goldberg introduserte som «Big Five» og den forklarende modellen som Costa og McCrae introduserte som Femfaktormodellen (John, Naumann & Soto, 2008). Det er mange likheter, men også noen forskjeller mellom de ulike klassifiseringene av de fem store personlighetstrekkene. Foreliggende oppgave fokuserer heretter på Femfaktormodellen (FFM) som er en empirisk fremstilt modell for forekomsten av individuelle forskjeller (Costa & McCrae, 2008). Modellen har i de siste tiårene vært sentral innen personlighetspsykologien, og store mengder forskning har tatt utgangspunkt i denne. Modellen er krysskulturelt validert og personlighetstrekkene er funnet stabile og arvelige med estimater rundt 0.50 (Costa & McCrae, 2008; Larsen & Buss, 2008). FFM baserer seg på noen grunnleggende forutsetninger; mennesker kan undersøkes vitenskapelig, mennesker har evne til å forstå seg selv og andre, mennesker er psykologisk signifikant forskjellige fra hverandre og menneskers atferd kan forklares på bakgrunn av personlige egenskaper (Costa & McCrae, 2008). Femfaktormodellen springer ut fra den leksikalske tilnærmingen til personlighet, der man undersøker og kategoriserer hvilke individuelle forskjeller som er nedfelt i språket. Allport og Odbert kategoriserte i 1936 17.953 personlighetsbeskrivelser fra engelske ordbøker

etter stabile trekk, midlertidige tilstander, vurderende beskrivelser og egenskaper eller ferdigheter. Cattell fortsatte arbeidet i 1940-årene og kom frem til 16 personlighetstrekk. Fiske gjorde videre undersøkelser og fant gjennom faktoranalyse fem faktorer; faktorstrukturen ble riktignok vurdert tvilsom. Senere har fem faktorer blitt empirisk replisert i en rekke studier i ulike utvalg, og en tydeligere faktorstruktur og innhold i de ulike faktorene har krystallisert seg (Larsen & Buss, 2008; John et al., 2008).

De fem faktorene

Femfaktorteorien (FFT) utviklet av Costa og McCrae utpeker fem personlighetsfaktorer som grunnleggende tendenser i dynamisk samspill med karakteristiske tilpasninger, slik som vaner, holdninger, evner, rolle og relasjoner, livsomstendigheter og ytre påvirkninger (Costa & McCrae, 2008, s. 163). De fem faktorene som utgjør de grunnleggende tendensene i femfaktorteorien (FFT) omtales som femfaktormodellen (FFM) og benevnes Nevrotisisme, Ekstroversjon, Åpenhet for erfaringer, Medmenneskelighet og Planmessighet. Faktorene er teoretisk uavhengig av hverandre og er utviklet gjennom en kombinasjon av leksikalske og empiriske metoder (McCrae & Costa, 2008). Faktorene presenteres etter Costa og McCraes (1992), samt Piedmonts (1998), beskrivelser. Nevrotisisme (N) omfatter graden av emosjonell stabilitet og tilpasning; høy N kan innebære engstelse, depressive og impulsiv emosjonalitet, samt sårbarhet mot psykologisk stress og ubehag, mens lav N kan innebære stabilitet, ro og sindighet. Ekstroversjon (E) omfatter graden av sosiabilitet og aktivitet; høy E kan innebære gledespreget, sosial og aktiv atferd, mens lav E kan innebære en reservert, selvstendig og innadvendt atferd. Åpenhet mot nye erfaringer (O) omfatter graden av søken og verdsettelse av utforskning av ulike nye erfaringer; høy O kan innebære nysgjerrighet, forestillingsevne, originalitet og intellekt, mens lav O kan innebære konvensjonell og vanepreget atferd, samt konservative og jordnære perspektiver. Medmenneskelighet (A) omfatter graden av altruisme, tillit og medfølelse for andre mennesker; høy A kan innebære empati, tilgivenhet og selvoppofrelse for andre, mens lav A kan innebære kynisk, hevngjerrig, manipulativ og hensynsløs atferd. Planmessighet (C) omfatter graden av samvittighetsfull, organisert, strukturert og målrettet atferd; høy C kan innebære mønstre av planlegging, organisering og gjennomføring med kontroll over egen atferd, mens lav C kan innebære mønstre av lite nøyaktighet, målrettethet og engasjement.

De fem faktorene har seks underliggende fasetter hver

De fem faktorene presentert ovenfor er brede og omfattende dimensjoner av personlighetstrekk. Teoretikere argumenterer for en hierarkisk organisert modell for personlighet. I femfaktormodellen har de fem faktorene seks underliggende fasetter hver; faktorer gir bred og grov informasjon om et individ, mens de totalt tretti fasettene gir mer spesifikk og detaljert informasjon om individet. Fasettene representerer samvarierende elementer innen den overordnede faktoren, men fasettene er gjensidig eksklusive fra hverandre (Costa & McCrae, 1995). Costa og McCrae (1995) understreker at de totalt tretti fasettene hver har tilstrekkelig diskriminant validitet til å predikere ulik spesifikk atferd i større grad enn de brede domenene. Faktorene og fasettene måles ofte gjennom personlighetsinventoriet NEO-PI-R utviklet av Costa og McCrae (1992). NEO PI-R har som operasjonalisering av femfaktormodellen blitt svært hyppig brukt i personlighetsforskning. Faktorer og fasetter oversettes i denne teksten gjennomgående etter Østbø og Nordvik (2008). De tretti ulike fasettene oppgis i tabellene i resultatdelen. Viktige fasetter forklares inngående i diskusjonsdelen.

1.3.3 Implikasjoner av personlighetstrekk

Personlighetstrekk kan sies å være stabile, konsistente og individuelle atferdsmønstre (Barenbaum & Winter, 2008). Slike mønstre vil over tid få ulike utfall. Store mengder forskning har undersøkt hvilke effekter stabile individuelle forskjeller kan gi (Ozer & Benet-Martinez, 2006). Det er funnet at personlighet både predikerer og samvarierer med andre psykologiske fenomener og atferdstrekk (McCrae & Costa, 2008). Personlighet påvirker blant annet helse, sykdoms- og lidelsesutvikling, samt SWB (Hampson & Friedman, 2008; Widiger & Smith, 2008; Lucas & Diener, 2008). Personlighetstrekk predikerer mange ulike utfall, og Larsen og Buss (2008) nevner noen; gode karakterer predikeres av høy Planmessighet og høy emosjonell stabilitet, alkoholkonsum predikeres av høy Ekstroversjon og lav Planmessighet, veldedighetsarbeid predikeres av høy Medmenneskelighet og høy Ekstroversjon.

Å kombinere personlighetsfaktorer kan gi mer informasjon enn hvis trekkene anses uavhengig av hverandre (Johnson & Ostendorf, 1993). Hofstee, de Raad og Goldberg (1992) utviklet Abridged Big Five Dimensional Circumplex (AB5C), som kombinerer faktorene i FFM; de fem faktorene kombineres parvis med hverandre i vinkelrette sirkelfigurer. Piedmont (1998) argumenterer for den kliniske nytteverdien av informasjonen som kombinasjoner av

personlighetstrekk kan gi. Piedmont (1998) sammenstiller og presenterer hvilke effekter ulike kombinasjoner av personlighetstrekk kan ha på bakgrunn av relevant tilgjengelig forskning. Piedmont (1998) hevder eksempelvis at kombinasjonen mellom høy og lav Ekstroversjon og Nevrotisme gir informasjon om emosjonelt velvære. Burns, Morris og Wright (2014) påpeker at man gjennom statistiske interaksjoner mellom personlighetsfaktorer undersøker hvordan faktorene påvirker hverandre i samspill. Interaksjoner kan gi ytterligere informasjon enn faktorene additivt, slik som når faktorene kombineres i sirkelfigurene Hofstee, de Raad og Goldberg (1992) utviklet. Burns og kolleger (2013) fant for øvrig at faktorene Medmenneskelighet og Planmessighet interagerte signifikant med atferd på arbeidsplassen, og Judge og Erez (2007) fant at Ekstroversjon og Nevrotisme interagerte i prediksjonen arbeidsprestasjon.

1.4 Sammenhenger mellom personlighet og livstilfredshet

Store gjennomgangsartikler og metaanalyser hevder at personlighet er en av de viktigste prediktorene for SWB (Diener et al., 1999; DeNeve & Cooper, 1998). Forskningsfunnene rundt SWB impliserer at stabile individuelle forskjeller påvirker mekanismene bak fenomenet; resultater tyder på at SWB er stabilt over tid tross ytre påvirkninger og at det individuelle baseline-nivået er moderat arvbart. En vesentlig andel av stabiliteten i SWB kan tilskrives personlighet. Nyere atferds genetiske analyser tyder på at livstilfredshet og personlighet deler genetisk grunnlag; de samme genene bidrar til variasjon i livstilfredshet og personlighetstrekk, slik som Nevrotisme, Ekstroversjon og Planmessighet (Hahn, Johnson & Spinath, 2013). Dessuten kan personlighetstrekk påvirke SWB indirekte gjennom å disponere for spesifikke atferdsmønstre som over tid skaper SWB (Steel et al., 2008). Noen mønstre i sammenhengene mellom personlighet og SWB er vist konsistente over mange ulike studier; personlighetsfaktorene Ekstroversjon og Nevrotisme predikerer hovedsakelig henholdsvis positiv og negativ affekt, mens Nevrotisme forklarer mest varians i livstilfredshet med små bidrag fra Ekstroversjon og Planmessighet (Costa & McCrae, 1980; Diener et al., 1999; Steel et al., 2008). Enkeltstudier kan nyansere disse generaliserte funnene. Gale, Booth, Möttus, Kuh, og Deary (2013) fant for eksempel at Nevrotisme og Ekstroversjon i ung voksen alder predikerte velvære og tilfredshet 40 år senere. Gjennom strukturell ligningsmodell fant Gale og kolleger (2013) at ekstroversjon hadde direkte positive effekter på SWB-målene, og at Nevrotisme påvirket SWB indirekte negativt gjennom

sårbarhet for psykologisk stress og fysiske helseproblemer. Vittersø (2001), samt Vittersø og Nilsen (2002), argumenterer for at emosjonell stabilitet, som tilsvarer lav Nevrotisisme, hovedsakelig predikerer SWB. Libran (2006) fant i et spansk studentutvalg at Nevrotisisme predikerte 44 % og Ekstroversjon predikerte 8 % av variansen i SWB, som understøttet den relative påvirkningskraften nevnte faktorer trolig har. Vittersø (2001) poengterer at kulturelle normer kan påvirke hvordan mennesker danner sine subjektive kriterier for velvære; hvorvidt man anser velvære som en tilstand av fred i sjelen, som kan tilsvare lav Nevrotisisme, eller tilstedeværelse av positivitet og engasjement, som kan tilsvare høy Ekstroversjon, kan trolig sosialiseres gjennom kulturelle verdier.

Inspirert av Costa og McCrae (1980) undersøkte Hotard og kolleger (1989) statistiske interaksjoner mellom Ekstroversjon og Nevrotisisme ved bruk av personlighetsinventoriene 16 PF og Eysenck Personality Inventory. Nivåene i personlighetsfaktorene Ekstroversjon og Nevrotisisme var avhengige av hverandre i prediksjonen av SWB; ved høy N var E sterkt assosiert med SWB, men ved lav N, som tilsier emosjonell stabilitet, var E langt mindre betydelig i prediksjonen av SWB (Hotard et al., 1989). Videre fant McFatter (1994) at Ekstroversjon og Nevrotisisme interagerer i prediksjonen av affektiv balanse. I flere gjennomgangsartikler, slik som Lucas og Diener (2008), finnes ingen informasjon om interaksjoner mellom personlighetstrekk i prediksjonen av utfallsmål slik som subjektivt velvære. Interaksjonsanalyser er etterspurt av nevnte kilder fra 1980- og 1990-tall. Litteratursøk tyder på at undersøkelser av interaksjonseffekter mellom personlighetsfaktorer er sjeldne, eller som eventuelt ikke er publisert grunnet nullfunn.

Faktorene i femfaktormodellen er brede domener som inneholder mye aggregert informasjon. Fasettene inneholder ytterligere informasjon som forsvinner under aggregeringen. Fasettene i NEO-PI-R kan dermed ha høyere prediksjonsevne på spesifikke utfallsmål enn faktorene, noe nyere forskning viser (Costa & McCrae, 1995; Schimmack et al., 2004). Fasettene kan dessuten predikere ulike affekter og kognisjoner som trolig kan påvirke SWB-komponentene (Johnson, Miller, Lynam & South, 2012). Schimmack og kolleger (2004) utførte fasettanalyser av sammenhenger mellom personlighetstrekk og livstilfredshet og fant at fasetter som Depresjon (N), Sårbarhet (N) og Positive følelser (E) er viktigere prediktorer for livstilfredshet enn de brede domenene, noe Baudin, Aluja, Rolland og Blanch (2011) har replisert. Quevedo og Abella (2011) fant at syv av de tretti fasettene forklarte to ganger så mye varians i SWB som faktorene gjorde, i tillegg til at karakteristikker som optimisme, selvtillit og sosial støtte var vel så viktige prediktorer for SWB som personlighetsfasetter; etter stegvis multipl regressjonsanalyse ble livstilfredshet predikert av

hovedsakelig fasetten Depresjon, deretter fasetten Prestasjonsstreben, optimisme og opplevd sosial støtte, som totalt forklarte 29 % varians. Som Quevedo og Abella (2011) fant Albuquerque, de Lima, Matos og Figueiredo (2012) at utvalgte personlighetsfasetter hadde større prediksjonsevne og forklarte mer varians i SWB enn hva faktorene gjorde. De tre ulike komponentene av SWB ble predikert av ulike fasetter, der kun fire fasetter, N6 Sårbarhet, E6 Positive følelser, C1 Kompetanse og C5 Selv-disiplin var involvert i prediksjonen av samtlige SWB-komponenter. Hvilke fasetter som predikerer SWB best kan gi nyansert informasjon om hvilke psykologiske egenskaper som bidrar i prosessene bak SWB. Schimmack og kolleger (2014) fant eksempelvis at fasetten N3 Depresjon var viktigere prediktor enn N1 Angst og N2 Fiendtlighet; opplevelsen av tristhet, håpløshet og meningsløshet er tilsynelatende viktigere bidragsyter i livstilfredshet enn opplevelsen av engstelse og sinne. For å utvikle kunnskapen om prosessene bak SWB kreves detaljerte og spesifikke variabler, personlighetsfasetter så vel som innvirkende kognitive strategier, for å nyansere tidligere generelle funn.

Utvalgene som er benyttet i fasettanalysene nevnt ovenfor er smale og har relativt lav gjennomsnittsalder. Resultater fra genetiske studier og kohortstudier kan på flere måter tyde på at SWB delvis påvirkes av individets alder (Pinquart & Sørensen, 2001; Røysamb et al., 2002). Hvordan personlighetstrekk bidrar i produksjonen av livstilfredshet kan variere etter hvilken livsepoke personen er i; hvordan alder påvirker sammenhengene mellom personlighet og velvære bør utforskes videre (Ryff, 2008).

1.5 Formålet med studien

Formålet med studien er overordnet sett å undersøke sammenhenger mellom personlighetstrekk og SWB. Som den generelle kognitive komponenten i SWB er livstilfredshet utfallsvariabelen som er benyttet i denne studien. Foreliggende studie har mulighet til å replisere tidligere forskningsfunn, samt utforske problemstillinger som det er knyttet usikkerhet til i litteraturen. Undersøkelser av statistiske interaksjoner mellom personlighetsfaktorer er i liten grad utført tidligere. Det finnes også lite forskning som undersøker hvordan kjønns spesifikke effekter påvirker sammenhengene mellom personlighet og livstilfredshet. Foreliggende studie kan bidra til å videreutvikle forståelsen av prosessene bak SWB. Forskningsspørsmålene som følger er utledet på bakgrunn av teoretiske forståelser og empiri presentert ovenfor.

Spørsmål 1: Hvilke sammenhenger finnes mellom personlighetsfaktorer og livstilfredshet, og interagerer faktorene i prediksjonen av livstilfredshet? Det er funnet konsistente sammenhenger mellom personlighetsfaktorer og SWB; sammenhengenes styrke varierer riktignok på tvers av studier med ulike metoder og utvalg (DeNeve & Cooper, 1998). Det finnes ulike holdepunkter for at kombinerte personlighetstrekk kan gi mer informasjon enn faktorene alene i prediksjonen av SWB. Tidligere forskning har hovedsakelig fokusert på faktorene Ekstroversjon og Nevrotisisme, mens foreliggende studie inkluderer samtlige faktorer.

Spørsmål 2: Hvilke sammenhenger finnes mellom personlighetsfasetter og livstilfredshet, og er fasettene bedre prediktorer enn faktorene? Analyser av sammenhenger mellom spesifikke personlighetsfasetter og subjektivt velvære er etterspurt. Noen få studier med smale utvalg finner at utvalgte fasetter har større prediksjonsevne enn de brede personlighetsfaktorene. Det foreligger behov for å undersøke de spesifikke personlighetsfasettenes rolle i prediksjonen av SWB (Schimmack et al., 2004; Steel et al., 2008).

Spørsmål 3: Finnes kjønnsforskjeller i sammenhengene mellom individuelle forskjeller og livstilfredshet? Kjønnsforskjeller kan virke inn på sammenhenger mellom personlighet og SWB (Herringer, 1998), grunnet genetikk og kjønnsespesifikk kulturpåvirkning (Røysamb et al., 2003). Det er dessuten vist varierende grad av kjønnsforskjeller i nivåer av SWB (Pinquart & Sörensen, 2001). Mange studier baserer seg på yngre utvalg; det er følgelig interessant å undersøke om de samme variablene bidrar i forklaringen av livstilfredshet hos et utvalg som har et lengre liv å basere sine vurderinger på.

2 Metode

Studien fokuserer på kvantitative sammenhenger mellom personlighetstrekk og livstilfredshet etter forskningsspørsmålene presentert i innledningen. Materialet ble innhentet i samarbeid mellom Folkehelseinstituttet og Universitetet i Oslo med formål om å undersøke sammenhenger mellom helseplager, personlighet og livskvalitet i et norsk populasjonsbasert tvillingutvalg. En arbeidsgruppe bestående av forskere fra nevnte institusjoner driver

undersøkelsene av datamaterialet gjennom prosjektet «Personlighet, helse og livskvalitet», der en stor mengde relevante variabler ble undersøkt.

2.1 Utvalg, design og prosedyre

Det populasjonsbaserte utvalget besto av norske tvillinger født mellom 1945 og 1960. Kjønnfordelingen var 65 % (979) kvinner og 35 % (537) menn. Respondentene ble tilfeldig trukket ut fra nasjonalt tvillingeregister ved Folkehelseinstituttet (Harris, Magnus & Tambs, 2006). Etter standardiserte rekrutteringsprosedyrer besvarte respondentene en singeladministrert spørreskjemaundersøkelse. 2136 spørreskjemaer ble sendt ut i 2010, og etter påminnelser svarte totalt 1516 respondenter, som utgjorde en responsrate på 71 %. 1272 tvillinger svarte parvis og 244 tvillinger alene. Eksklusjonskriteriet var selvrapporterte nevrologiske lidelser. Prosjektet ble godkjent av Regional Etisk Komité, hvor samtlige respondenter samtykket til deltakelse og analyser av dataene. De statistiske analysene er gjennomført i statistikkprogrammet IBM SPSS Statistics 20 og grafisk fremstilt ved hjelp av Microsoft Excel og Powerpoint 2010.

2.2 Instrumenter

2.2.1 Personlighetstrekk

Personlighetsfaktorene og - fasettene i femfaktormodellen ble operasjonalisert gjennom den norske versjonen av NEO Personality Inventory Revised (NEO-PI-R; Costa & McCrae, 1992; Martinsen, Nordvik & Østbø, 2003). NEO-PI-R består av 240 spørsmål som besvares med en likert-skala som er gradert fra 1 (svært uenig) til 5 (svært enig). Hver av de fem brede faktorene inneholder seks spesifikke fasetter som hver måles gjennom åtte ledd. Undersøkelse med faktoranalyse bekrefter forventet faktorstruktur. NEO-PI-R er et personlighetsinventorium som er godt validert og har god indre reliabilitet estimert med Cronbachs alfa-koeffisienter mellom .86 og .92 for faktorene og mellom .54 og .84 for fasettene (Martinsen, Nordvik & Østbø, 2003).

2.2.2 Livstilfredshet

Den globale kognitive komponenten av subjektivt velvære ble operasjonalisert gjennom Satisfaction With Life Scale (SWLS; Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985;

Vittersø, 2009). Skalaen måler ikke andre SWB-komponenter, men korrelerer med andre mål på SWB. SWLS er også brukt som mål på generell subjektivt velvære og livskvalitet (Vittersø, 2009). Skalaen er utviklet av Diener og kolleger (1985) for å måle individets globale tilfredshet med livet. SWLS finnes på en rekke språk, hvorpå denne studien benyttet den norske versjonen. SWLS er åndsverkbeskyttet men fritt tilgjengelig for forskning. Skalaen er utviklet fra 48 testledd til fem endelige ledd etter psykometriske prosedyrer (Pavot & Diener, 2008). Skalaen vurderes å være et reliabelt og valid mål på livstilfredshet, med Cronbachs alfa mellom .70 og .90 og høy test-retest reliabilitet (Diener et al., 1985; Vittersø, 2009). SWLS består av 5 spørsmål der man oppgir sin kognitive evaluering av sin livstilfredshet på en Likert-skala fra 1 (Svært uenig) til 7 (Svært enig). Hele spørreskjemaet som respondentene besvarte er vedlagt oppgaven, der SWLS er oppgitt under rubrikken «Hvordan har du det nå».

2.3 Analyser

2.3.1 Innledende analyser

Egenskaper ved datasettet og instrumentene ble undersøkt med hensyn til statistiske forutsetninger for de analysene som kreves for å undersøke forskningsspørsmålene. Undersøkelser av instrumentenes statistiske egenskaper tilsvarer resultater fra tidligere studier som benytter NEO-PI-R og SWLS; instrumentene fungerte som forventet. Eksempelvis er indre reliabilitet beregnet og vurdert at samsvarer med tidligere forskning.

Ved aktuelle statistiske analysemetoder forutsettes det at de statistiske fordelingene til de ulike skalaene er tilnærmet normalfordelte. Dersom fordelingene til skalaene er skjøvet i en retning, mot den ene enden av skalaen, kan denne forskyvningen påvirke fordelingenens varians og påfølgende statistiske analyser negativt (Cummins, 2013). Variablenes fordelinger er undersøkt med hensyn til skjevhet (skewness) - fordelingenens symmetri, og kurtose - fordelingenens toppunkt. Akseptabelt nivå av skjevhet og kurtose er ikke fast bestemt, spesielt da dette nivået øker med utvalgsstørrelse (Jones, 1969; Pallant, 2007). En streng tommelfingerregel tillater ikke skjevhets- eller kurtoseverdier større enn +/- 1, men West, Finch og Curran (1995) oppgir +/- 2 som cut-off for vesentlig avvik fra normalitet. Ingen variabler i datamaterialet har utilfredsstillende skjevhet. SWLS har høyest skjevhet med -.95, som betyr at fordelingen er skjøvet mot høyre med en hale til venstre. Ut i fra tidligere forskning er dette å forvente; mennesker opplever gjennomsnittlig mer tilfredshet enn

misnøye. 27 personlighetsfasetter fra NEO-PI-R tilfredsstillende strenge krav for kurtose. Tre fasetter har kurtose-verdier over 1, men likevel innenfor grensene West og kolleger (1995) setter. Histogram av fordelingene til samtlige variabler er fremstilt og vurdert. Variablene inkludert i foreliggende studie vurderes tilstrekkelig normalfordelt.

Egenskaper ved datasettet er dessuten undersøkt i henhold til statistiske forutsetninger for korrelasjon og multippel regresjonsanalyse; datasettet tilfredsstillende kriterier for utvalgsstørrelse, normalitet, homoskedastisitet og spredningsdiagrammene er vurdert tilfredsstillende etter gjeldende standarder (Pallant, 2007). Personlighetsfaktorer kan tross teoretisk uavhengighet samvarierte og fasettene samvarierer av natur. Personlighetstrekkene kan som uavhengige variabler i en multippel regresjonsanalyse derfor skape multikollinearitetsproblemer. Personlighetsfasettene N1 Angst og N3 Depresjon er høyest korrelert med $r = .7$. En vurdering av multikollinearitetsestimater, slik som toleranse og VIF, antyder at multikollinearitet ikke utgjør en sannsynlig feilkilde. Det er identifisert seks uteliggere med standardisert residual fra $-/+ 3.3$ til 3.65 . De seks uteliggerne utgjør under 1 % av det totale utvalget på 1516, og representerer derfor ingen trussel for resultatenes gyldighet (Pallant, 2007).

2.3.2 Deskriptive analyser, reliabilitetsanalyser og effektstørrelser

Deskriptive analyser ble gjennomført for å beskrive egenskaper i utvalget og for instrumentene. Visse egenskaper i utvalg og instrumenter kan gi nødvendig informasjon til senere analyser. Utvalget beskrives gjennom antall respondenter, kjønnsfordeling og ansettelsesforhold. Instrumentene beskrives gjennom sentraltendens, spredning og indre reliabilitet. Indre konsistens gir informasjon om i hvilken grad leddene i en skala samsvarer med hverandre. Standardiserte forskjeller mellom gjennomsnittet til menn og kvinner på samtlige skalaer undersøkte kjønnsforskjeller i gjennomsnittsnivåer av personlighetstrekk og livstilfredshet. Effektstørrelsen oppgis i Cohens' d som beregnes på bakgrunn av differansen mellom gjennomsnittet til de to gruppene som divideres på det felles standardavviket. Beregninger av Cohens' d gir informasjon om standardiserte forskjeller i gruppegjennomsnitt uavhengig råsårer og skalaspesifikke sårer, og har dermed høyere kommunikativ verdi utad. Metaanalyser baserer seg eksempelvis ofte på effektstørrelser (Howitt & Cramer, 2008). Effektstørrelser og reliabilitetskoeffisienter for samtlige skalaer oppgis sammen med deskriptive analyser av praktiske og kommunikative grunner.

2.3.3 Korrelasjons-, regresjons- og interaksjonsanalyser

Bivariate samvariasjoner mellom personlighetsfaktorer og -fasetter og livstilfredshet er oppgitt i Pearsons produkt-moment korrelasjonskoeffisient r . Korrelasjonsanalysene ble gjort på det totale utvalget, samt kvinner og menn separert, for å undersøke eventuelle kjønnsforskjeller.

Regresjonsanalyse baserer seg på den best egnede linjen gjennom spredningsdiagrammet. Lineære regresjonsfunksjoner inneholder et fast stigningstall og skjæringspunktet på andreaksen; med disse faste konstantene kan man matematisk predikere verdier på en avhengig variabel med verdien av den uavhengige variabelen. I en lineær regresjonsanalyse mellom én avhengig og én uavhengig variabel tilsvarer β -verdien korrelasjonskoeffisienten Pearsons r . Til tross for det matematiske likheter gir analysene ulik informasjon; ved regresjonsanalyse kan en uavhengig variabel predikere verdien til en avhengig variabel, mens korrelasjonsanalyse kun gir informasjon om styrken av bivariat samvariasjon mellom to variabler (Howitt & Cramer, 2008).

Multipel regresjonsanalyse inkluderer flere uavhengige variabler i prediksjonen av én avhengig variabel. Stegvis multipel regresjonsanalyse velger ut de uavhengige variablene som forklarer mest varians i den avhengige variabelen, og ble gjennomført for å velge ut de faktorene og fasettene som representerte de uavhengige variablene som best predikerte livstilfredshet som avhengig variabel.

Interaksjonseffekter ble undersøkt gjennom blokkvis regresjonsanalyse. To uavhengige variabler ble inkludert i den første blokken. Videre ble et interaksjonsledd, som bestod av de to foregående variablene standardisert og multiplisert, inkludert i neste blokk. Interaksjonseffektene ble følgelig vurdert etter hvorvidt interaksjonsleddet i blokk 2 forklarer ytterligere varians i den avhengige variabelen, samt hvorvidt interaksjonsleddet er signifikant (Pallant, 2007).

Fasett- og interaksjonsanalysene ble også utført på kvinner og menn separert for å undersøke eventuelle kjønnsforskjeller.

2.3.4 Stianalyser

Stianalyse er ikke en egen statistisk metode, men teoretiske utledede hypoteser som man etterprøver ved hjelp av multiple regresjonsanalyser. Analysene illustreres som en sti, eller en kjede av kausale sammenhenger, fremskaffet gjennom regresjonsanalysene (Howitt & Cramer, 2008). Styrken på sammenhengene, β -verdiene, er oppgitt i stiene. I foreliggende

studie er stianalyser gjort for å illustrere årsakskjeden mellom personlighetsfaktor, personlighetsfasetter og livstilfredshet. Årsakskjeden er utledet på bakgrunn av den hierarkiske organiseringen i femfaktormodellen.

2.3.5 Generalized Estimating Equations

Utførte statistiske analyser forutsetter normalitet og uavhengighet i dataene. Utvalget er utelukkende en- og toeggede tvillinger av begge kjønn, som betyr at avhengighet i data er en mulig metodisk feilkilde. Generalized Estimating Equations (GEE) er en statistisk fremgangsmåte som utfører regresjonsanalyser samtidig som det statistisk kontrolleres for avhengighet og samvariasjon blant respondentene (Ziegler, 2011). Korrelasjons-, regresjons-, kjønns- og interaksjonsanalysene er derfor validert gjennom GEE. Noen enkeltresultater ble fjernet fra resultatene grunnet utilstrekkelig signifikansnivå etter validering gjennom GEE; korreksjoner etter GEE-analysene kommenteres i resultatene.

3 Resultater

3.1 Innledende resultater

Deskriptive egenskaper ved utvalget

Det populasjonsbaserte utvalget bestod av 1516 norske tvillinger født mellom 1945 og 1960. Gjennomsnittsalderen i utvalget var 58 år, med et standardavvik på 4,5. 60,1 % av respondentene hadde fast ansettelsesforhold, mens 13,7 % hadde deltidsjobb, 5,6 % var pensjonert og 10,7 % var på trygd/attføring.

Egenskaper ved utvalgets karakteristika målt med NEO-PI-R og SWLS

Tabell 1 viser deskriptive - og reliabilitetsanalyser for variablene som ble benyttet i studien. Resultatene tilsier at variablene har tilfredsstillende spredning og indre reliabilitet for videre statistiske analyser. Effektstørrelse ved Cohens' d representerer avstanden mellom variablenes gjennomsnittsnivå på tvers av kjønn på z-skåreskala.

Tabell 1

Sentraltendens, spredning, indre reliabilitet og effektstørrelser for variablene i studien

	N	Gjennomsnitt	Standardavvik	α	Kjønnforskjeller Cohens' d
Nevrotisme	1514	1,58	0,42	.92	.35**
N1 Angst	1513	1,56	0,67	.85	.42**
N2 Fiendtlighet	1513	1,39	0,51	.73	.10
N3 Depresjon	1513	1,66	0,64	.81	.31**
N4 Forlegenhet	1514	1,72	0,53	.68	.27**
N5 Impulsivitet	1514	1,84	0,48	.62	.20**
N6 Sårbarhet	1513	1,30	0,46	.74	.24**
Ekstroversjon	1513	2,22	0,35	.87	-.10
E1 Varme	1513	2,74	0,43	.69	.30**
E2 Sosiabilitet	1513	2,36	0,56	.72	.33**
E3 Selvmarkering	1513	1,87	0,57	.76	-.47**
E4 Aktivitet	1513	2,36	0,51	.66	-.08
E5 Spenningsøking	1513	1,51	0,51	.62	-.66**
E6 Positive følelser	1513	2,50	0,56	.77	.21**
Åpenhet	1513	2,12	0,35	.88	.22**
O1 Fantasi	1513	1,76	0,51	.68	-.07
O2 Estetikk	1513	2,21	0,65	.79	.42**
O3 Følelser	1513	2,37	0,46	.67	.40**
O4 Handlinger	1513	1,89	0,48	.6	.29**
O5 Ideer	1513	2,02	0,60	.77	-.23**
O6 Verdier	1513	2,47	0,41	.57	.09
Planmessighet	1514	2,56	0,31	.87	.42**
C1 Kompetanse	1513	2,71	0,38	.61	-.21**
C2 Orden	1513	2,33	0,44	.57	.13*
C3 Pliktterskap	1513	3,05	0,39	.58	.42**
C4 Prestasjonsstreben	1513	2,38	0,47	.66	-.31**
C5 Selvdisciplin	1514	2,56	0,47	.7	.31**
C6 Betenksomhet	1513	2,30	0,47	.65	-.30**
Medmenneskelighet	1514	2,70	0,27	.84	.03
A1 Tillit	1513	2,81	0,40	.7	.09
A2 Rettfremhet	1513	2,81	0,44	.57	.33**
A3 Altruisme	1513	2,95	0,38	.66	.07
A4 Føyelighet	1514	2,45	0,45	.61	.12*
A5 Beskjedenhet	1513	2,66	0,44	.64	.04
A6 Følsomhet	1513	2,56	0,36	.47	.11*
SWLS	1467	25,99	6,04	.91	-.15**

Fortegn på Cohens' d angir retning på kjønnforskjellene. Negativ verdi indikerer høyere skåre for menn.

Gjennomsnittet, spredning og reliabiliteten for inkluderte skalaer tilsvarte tidligere funn i andre utvalg og er som forventet. Gjennomsnittet er basert på råskårer fra Likert-skalaen i NEO-PI-R og varierte fra N6 Sårbarhet på 1,30 til A3 Altruisme på 2,95. Gjennomsnittet for faktoren Nevrotisisme på 1,58 var lavest blant faktorene, og Medmenneskelighet på 2,7 var høyest. SWLS-skalaen ga råskårer mellom 5 og 35, og ga i dette utvalget et gjennomsnitt på 25.99 og standardavvik på 6,04.

Den indre reliabiliteten, oppgitt i Cronbachs alfa, til personlighetsfaktorer, -fasetter og SWLS var som forventet. Den laveste indre reliabiliteten var fasetten A6 Følsomhet med $\alpha = .47$, og den høyeste var fasetten N1 Angst på $\alpha = .85$. Faktoren Nevrotisisme hadde høy indre reliabilitet på $\alpha = .92$, mens Ekstroversjon, Åpenhet, Medmenneskelighet og Planmessighet hadde α -verdier mellom .84 og .88. SWLS hadde høy indre reliabilitet med $\alpha = .91$.

Effektstørrelse oppgitt ved Cohens' d representerer den standardiserte forskjellen mellom variablenes gjennomsnittsnivå på tvers av kjønn. Det fantes signifikante kjønnsforskjeller i gjennomsnittsnivå i variablene, både faktorer og fasetter, hentet fra NEO-PI-R. Avhengig av formål blir resultatene fra inventoret ofte standardisert, da kjønnsforskjeller i nivå forventes, eksempelvis at kvinner oppgir høyere Nevrotisisme enn menn. Effektstørrelsen på kjønnsforskjellene i SWLS var .15, som betyr at gjennomsnittsnivået mellom menn og kvinner estimeres til .15 standardavvik fra hverandre og at 94 % av de to gruppene overlapper (Magnusson, 2014).

3.2 Korrelasjonsanalyser

Tabell 2 viser korrelasjonskoeffisientene mellom personlighetsfaktorer og -fasetter og SWLS i totalutvalget. Innen personlighetsfaktorene Nevrotisisme, Ekstroversjon og Planmessighet var både faktorer og samtlige fasetter signifikant korrelert med livstilfredshet i totalutvalget. Åpenhet og Medmenneskelighet korrelerte ikke signifikant med livstilfredshet, men fasetter under disse faktorene korrelerte derimot signifikant. Under faktoren Medmenneskelighet var tre fasetter positivt korrelert og to fasetter negativt korrelert med livstilfredshet, som kan tyde på at de ulike fasettene tross lik dimensjon hadde ulike bidrag i sammenhengene med livstilfredshet. Den høyeste signifikante korrelasjonen var Depresjon med $r = -.51$, og den laveste signifikante korrelasjonen var Handlinger med $r = .06$.

Tabell 2

Korrelasjoner mellom personlighetsfaktorer og -fasetter og livstilfredshet

	Totalt	Kvinner	Menn
NEO-PI-r	SWLS	SWLS	SWLS
Nevrotisme	-.48**	-.49**	-.43**
N1 Angst	-.44**	-.44**	-.40**
N2 Fiendtlighet	-.31**	-.31**	-.30**
N3 Depresjon	-.51**	-.52**	-.46**
N4 Forlegenhet	-.29**	-.29**	-.29**
N5 Impulsivitet	-.14**	-.17**	-.06 a)
N6 Sårbarhet	-.41**	-.41**	-.40**
Ekstroversjon	.31**	.29**	.34**
E1 Varme	.18**	.19**	.20**
E2 Sosiabilitet	.15**	.14**	.21**
E3 Selvmarkering	.25**	.24**	.25**
E4 Aktivitet	.29**	.27**	.30**
E5 Spenningssøking	.06*	.04	.05
E6 Positive følelser	.29**	.29**	.34**
Planmessighet	.29**	.26**	.34**
C1 Kompetanse	.30**	.30**	.30**
C2 Orden	.09**	.08*	.15**
C3 Pliktetroskap	.14**	.10**	.24** a)
C4 Prestasjonsstreben	.24**	.20**	.31**
C5 Selvdisciplin	.28**	.26**	.32**
C6 Betenksomhet	.15**	.15**	.14**
Åpenhet	.02	.05	-.01
O1 Fantasi	.05	-.02	-.10*
O2 Estetikk	-.01	.03	-.04
O3 Følelser	-.02	-.03	.06
O4 Handlinger	.06*	.07	.07
O5 Ideer	.08**	.10**	.02
O6 Verdier	.03	.06	-.03
Medmenneskelighet	.05	.05	.10*
A1 Tillit	.18**	.18**	.22**
A2 Rettfremhet	.02	.00	.06
A3 Altruisme	.10**	.10*	.15**
A4 Føyelighet	.07*	.09*	.07
A5 Beskjedenhet	-.09**	-.12**	.00 a)
A6 Følsomhet	-.07*	-.05	-.09

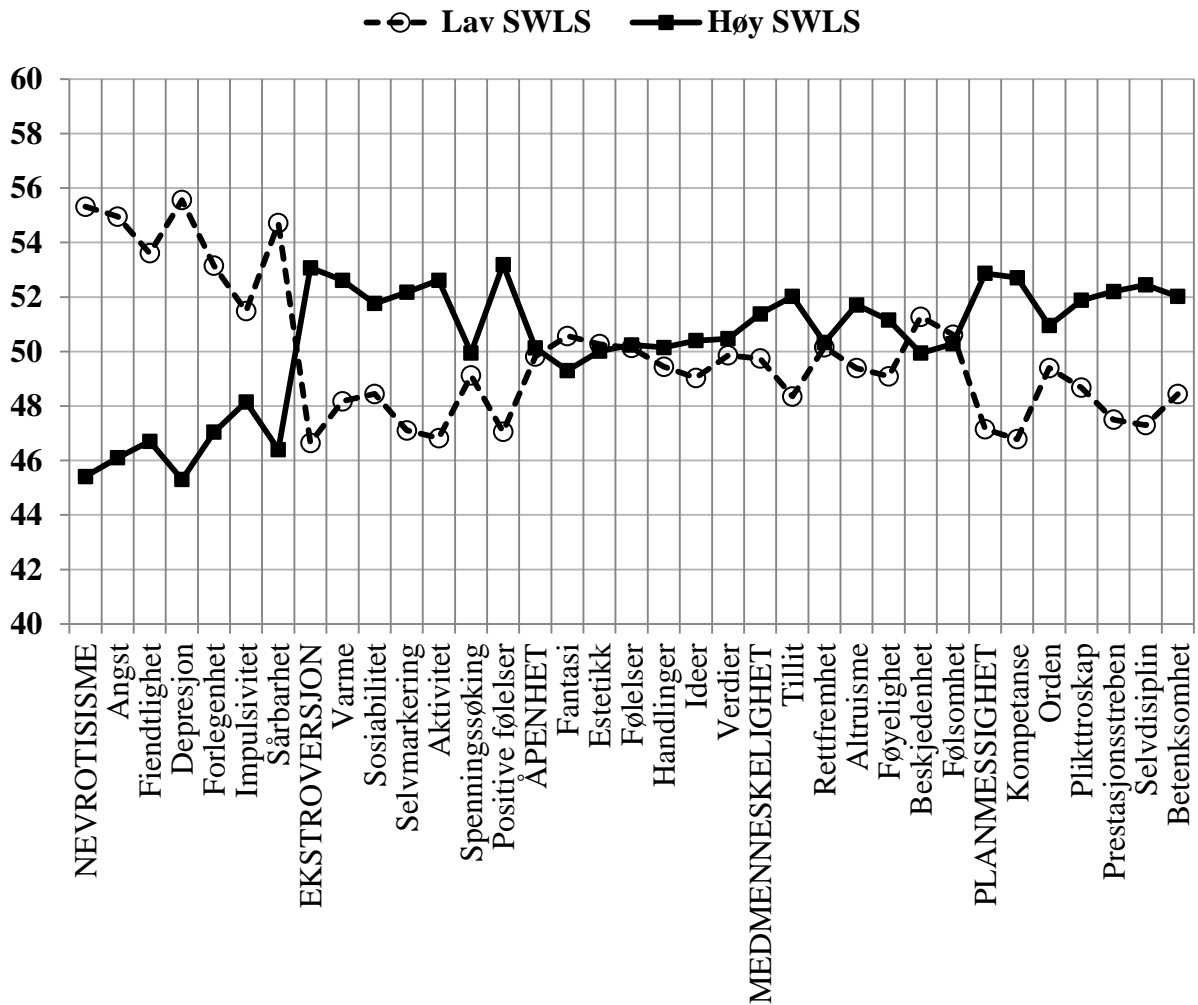
* $p < .05$., ** $p < .01$.

a) Signifikant ($p < .05$) kjønnsforskjell ved interaksjonsanalyse
GEE: Resultatene er validert gjennom GEE-analyser

Tabell 2 viser dessuten kjønnsforskjeller i forholdet mellom personlighetstrekk og livstilfredshet. Variasjonen på tvers av kjønn ble videre undersøkt; forskjellene i korrelasjonsstyrke hos menn og kvinner ble signifikanstestet gjennom blokkvis regresjonsanalyse som inkluderte interaksjonsledd med aktuell faktor eller fasett multiplisert med kjønnsvariabelen. Disse regresjonsanalysene ga ingen signifikante interaksjonseffekter mellom faktorer og kjønn på livstilfredshet. Derimot ga analysene signifikante interaksjonseffekter mellom tre fasetter og kjønn på livstilfredshet; samvariasjonens styrke mellom fasettene og livstilfredshet var signifikant forskjellig hos menn og kvinner. N5 Impulsivitet samvarierte mer negativt med livstilfredshet for kvinner enn menn. C3 Pliktroskap samvarierte mer positivt med livstilfredshet for menn enn kvinner. A5 Beskjedenhet samvarierte mer negativt med livstilfredshet for kvinner enn for menn. Signifikante kjønnsforskjeller er merket i tabell 2 med a).

Profil av personlighetstrekk etter høy og lav livstilfredshet

Figur 1 viser en grafisk fremstilling av personlighetsfaktorer og -fasetter splittet på høy og lav livstilfredshet. Respondentenes SWLS-skårer er gruppert fra lavest til høyest og deretter delt i tre like store grupper. Gruppe 1 med lavest SWLS-skårer og gruppe 3 med høyest SWLS-skårer utgjør grunnlaget for Figur 1. Førsteaksen representerer personlighetsfaktorene og -fasettene, mens andreaksen representerer t-skårer med gjennomsnitt på 50 og et standardavvik på 10. Når respondentene grupperes etter høy eller lav SWLS-skåre ser man tydelige forskjeller på gjennomsnittsnivåene for personlighetstrekkene i NEO-PI-R. Mønstrene samsvarer med de dimensjonelle korrelasjonskoeffisientene fra tabell 2. Tydeligst ses som forventet Nevrotisme og Ekstroversjon som personlighetsfaktorene som henholdsvis negative og positive bidragsytere i egenvurdert livstilfredshet.



Figur 1: Profil av personlighetstrekk på bakgrunn av høy og lav livstilfredshet.

3.3 Regresjonsanalyser

Tabell 3 inneholder resultatene fra regresjonsanalysene av sammenhengene mellom personlighetstrekk og livstilfredshet. Alle faktorene var signifikante prediktorer for livstilfredshet. Standardiserte β -verdier antydnet at Nevrotisisme og Ekstroversjon, med henholdsvis negative og positive verdier, var de mest betydningsfulle prediktorene for livstilfredshet. Stegvis multippel regresjonsanalyse valgte ut fasettene som forklarte mest varians i livstilfredshet.

Tabell 3

Stegvis multipel regresjonsanalyse av sammenhengene mellom personlighetsfaktorer, -fasetter og livstilfredshet

Faktorer Prediktorer			Fasetter Prediktorer		
	β	R^2		β	R^2
Nevrotisisme	-.41***		N3 Depresjon	-.36***	
Ekstroversjon	.15***		N1 Angst	-.16***	
Åpenhet	-.09***		E6 Positive følelser	.13***	
Medmenneskelighet	-.07**		E4 Aktivitet	.11***	
Planmessighet	.07*		O6 Verdier	-.08**	
			C6 Betenksomhet	.07**	
		.25	O4 Handlinger	-.07**	31

* $p < .05$.

** $p < .01$.

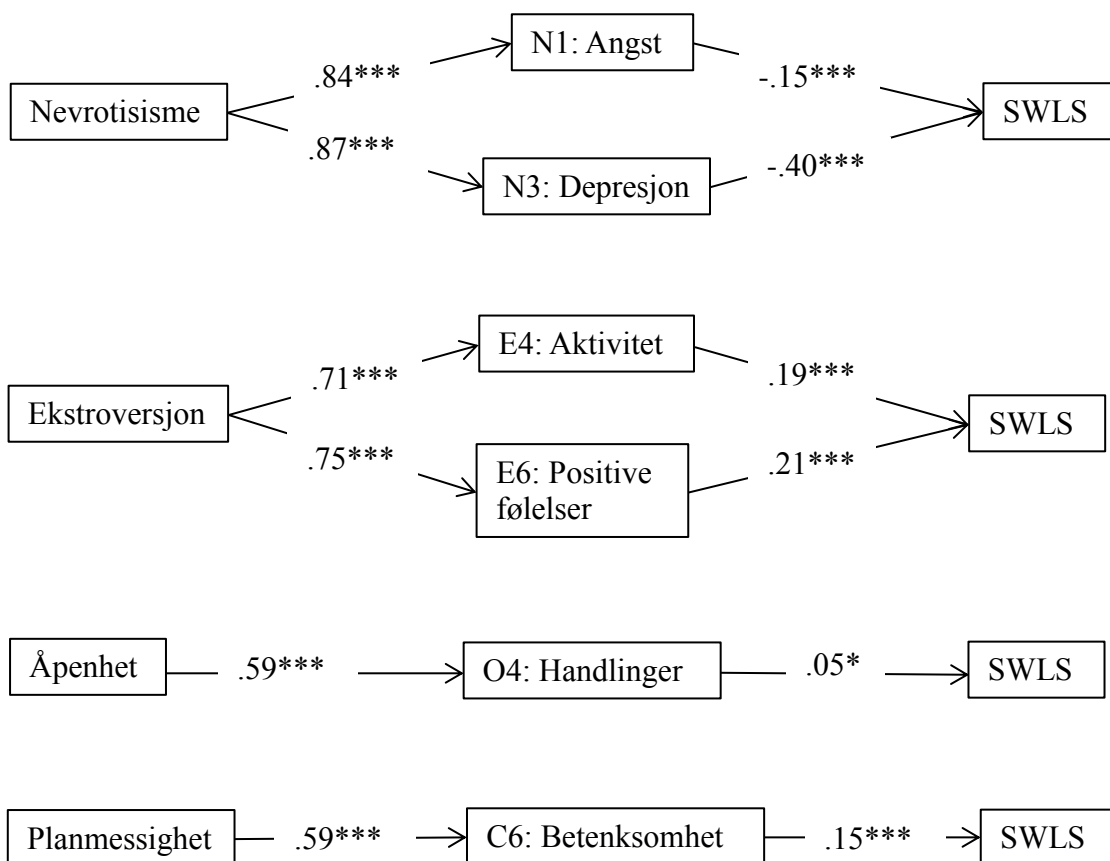
*** $p < .001$.

GEE: Resultatene er validert gjennom GEE-analyser

Syv fasetter var signifikante prediktorer for livstilfredshet og forklarte mer varians enn faktorene. To fasetter fra Nevrotisisme (N), Ekstroversjon (E) og Åpenhet (O) og en fasett fra Planmessighet (C) var de mest betydningsfulle prediktorene for livstilfredshet av de totalt tretti fasettene. Fasetten som hadde sterkest, og da negativ, sammenheng med SWLS var N3 Depresjon. Fasettene fra Nevrotisisme påvirket SWLS negativt, fasettene fra Ekstroversjon, Åpenhet og Planmessighet påvirket positivt. Fasetten N4 Forlegenhet ble fjernet som følge av korreksjon etter GEE-analyser.

Stianalyser

Figur 2. viser stianalyser der effekten av personlighetstrekket følges gjennom fasettene til livstilfredshet. I foreliggende studie ble stianalyser gjort for å illustrere årsakskjeden mellom personlighetsfaktor, personlighetsfasetter og livstilfredshet. Årsakskjeden ble utledet på bakgrunn av den hierarkiske organiseringen i femfaktormodellen, noe som tydeliggjør seg i stiene. β -verdiene som blir oppgitt som styrken på sammenhengene er fremskaffet av regresjonsanalyser. Som siste ledd i stien kontrollerer fasettene for hverandre i prediksjonen av livstilfredshet. N3 Depresjon er en sterkere prediktor enn N1 Angst, E4 Aktivitet og E6 Positive Følelser er omtrent like sterke, mens effektene av Åpenhet og Planmessighet virker gjennom én fasett hver.



Figur 2: Stianalyser av sammenhengene mellom personlighetsfasetter og livstilfredshet

Kjønnsforskjeller i hvilke fasetter som predikerer livstilfredshet

Kjønnsforskjeller ble undersøkt gjennom stegvis multippel regresjonsanalyse av sammenhenger mellom fasetter og livstilfredshet splittet på kjønn. Resultatene presenteres i tabell 4. Ulike fasetter fra samtlige faktorer syntes å være betydningsfulle prediktorer for livstilfredshet hos kvinner enn hos menn. Syv fasetter predikerte 32 % av variansen i SWLS hos kvinnene, mens åtte fasetter predikerte 32 % av variansen hos mennene. Sammenlignet med tilsvarende analyse på totalutvalget forklarte kjønns spesifikke analyser 1 % mer av variansen i SWLS.

Fasettene N3 Depresjon, E4 Aktivitet og E6 Positive følelser predikerte livstilfredshet både for menn og kvinner, der N3 påvirket livstilfredshet negativt, mens E4 og E6 påvirket positivt. Utover de tre felles fasettene fantes ytterligere kjønns spesifikke fasetter i prediksjonen av livstilfredshet. Kvinnens livstilfredshet ble videre predikert av N1 Angst, C6 Betenksomhet, O4 Handlinger og A2 Rettferdighet. Menns livstilfredshet ble videre predikert av O6 Verdier, O1 Fantasi, A5 Beskjedenhet, A6 Følsomhet og O3 Følelser. Fasetter fra samtlige faktorer var signifikante i prediksjonen av livstilfredshet hos begge kjønn. Samvariasjonen mellom fasetten A5 Beskjedenhet og livstilfredshet var signifikant forskjellig

fra menn og kvinner. Fasetten N4 Forlegenhet ble fjernet som prediktor i det kvinnelige utvalget som følge av korreksjon etter GEE-analyser.

Tabell 4

Stegvis multippel regresjonsanalyse av sammenhenger mellom personlighetsfasetter (NEO PI-R) og livstilfredshet (SWLS) på tvers av kjønn

Variable	Kvinner	Menn
	β	β
N3 Depresjon	-.38***	-.39***
E4 Aktivitet	.10**	.15***
E6 Positive følelser	.10**	.20***
N1 Angst	-.18***	
C6 Betenksomhet	.10***	
O4 Handlinger	-.08*	
A2 Rettfremhet	-.06*	
O6 Verdier		-.14**
O1 Fantasi		-.11*
A5 Beskjedenhet		.12* a)
A6 Følsomhet		-.10*
O3 Følelser		.09*
R ²	.32***	.32***

* p < .05.

** p < .01.

*** p < .001.

a) Signifikant (p<.05) kjønnsforskjell ved interaksjonsanalyse

GEE: Resultatene er validert gjennom GEE-analyser

3.4 Interaksjonsanalyser

Blokkvis regresjonsanalyse med faktorkombinasjoner i interaksjonsleddet

Foreliggende studie baserte seg på kontinuerlige variable som i varierende grad samvarierte. For å unngå multikollinearitetsproblemer ble variablene som inngikk i interaksjonsleddet standardisert før de ble multiplisert. Tabell 5, 6 og 7 viser interaksjonseffektene mellom ulike personlighetsfaktorer på livstilfredshet som var signifikante. De signifikante interaksjonsleddene bidro til å øke andelen forklart varians i livstilfredshet utover kun hovedeffektene av faktorene. Kjønnsspesifikke effekter av faktorkombinasjoner ble også undersøkt.

Tabell 5

Interaksjonseffekter av personlighetsfaktorene N og E på livstilfredshet

	Totalt			Kvinner			Menn		
	β	R ²	p	β	R ²	p	β	R ²	p
Blokk 1		.235	.000		.244	.000		.210	.000
Nevrotisisme	-.423		.000	-.454		.000	-.347		.000
Ekstroversjon	.116		.000	.079		.013	.190		.000
Blokk 2		.238	.000		.243	.000		.231	.000
Nevrotisisme	-.417		.000	-.453		.000	-.335		.000
Ekstroversjon	.120		.000	.080		.012	.193		.000
Z(N*E)	.059		.044	.011		.733	.151		.001

GEE: Resultatene er validert gjennom GEE-analyser

Tabell 5 viser at personlighetstrekkene Nevrotisisme og Ekstroversjon interagererte signifikant i totalutvalget og i det mannlige, men ikke det kvinnelige, utvalget. Interaksjonseffekten var spesielt tydelig hos mennene der interaksjonsleddet forklarte 2,1 % ytterligere varians i livstilfredshet. I totalutvalget forklarte interaksjonseffekten 0,3 % mer varians enn effekten av Nevrotisisme og Ekstroversjon separat. Figur 3 viser interaksjonseffektens retning og utdyper videre.

Tabell 6

Interaksjonseffekter av personlighetsfaktorene N og C på livstilfredshet

	Totalt			Kvinner			Menn		
	β	R ²	p	β	R ²	p	β	R ²	p
Blokk 1		.229	.000		.240	.000		.197	.000
Nevrotisisme	-.440		.000	-.471		.000	-.348		.000
Planmessighet	.074		.005	.041		.208	.152		.001
Blokk 2		.235	.000		.242	.000		.215	.000
Nevrotisisme	-.435		.000	-.468		.000	-.333		.000
Planmessighet	.072		.006	.041		.202	.145		.002
Z(N*C)	.082		.002	.053		.072	.141		.000

GEE: Resultatene er validert gjennom GEE-analyser

Tabell 6 viser at personlighetstrekkene Nevrotisisme og Planmessighet interagererte signifikant på totalutvalget og i det mannlige, men ikke det kvinnelige, utvalget. Interaksjonseffekten ga 0,6 % økning av forklart varians i totalutvalget og 1,8 % mer varians i det mannlige utvalget, enn effekten av Nevrotisisme og Planmessighet separat. Figur 4 viser

interaksjonseffektens retning og utdyper videre.

Tabell 7

Interaksjonseffekter av personlighetsfaktorene E og C på livstilfredshet

	Totalt			Kvinner			Menn		
	β	R^2	p	β	R^2	p	β	R^2	p
Blokk 1		.129	.000		.112	.000		.161	.000
Ekstroversjon	.235		.000	.225		.000	.246		.000
Planmessighet	.203		.000	.188		.000	.242		.000
Blokk 2		.135	.000		.119	.000		.168	.000
Ekstroversjon	.236		.000	.229		.000	.238		.000
Planmessighet	.205		.000	.190		.000	.246		.000
Z(E*C)	-.085		.000	-.085		.004	-.093		.025

GEE: Resultatene er validert gjennom GEE-analyser

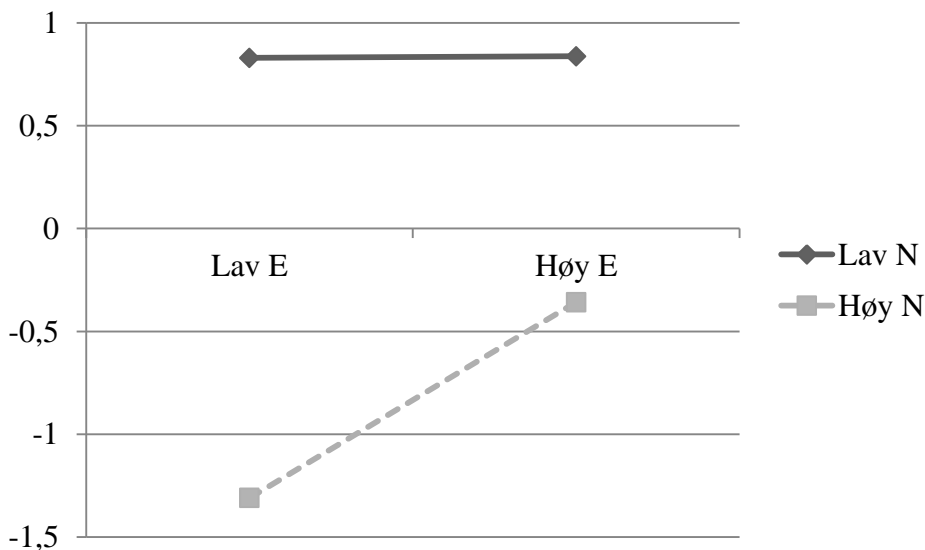
Tabell 7 viser at personlighetstrekkene Ekstroversjon og Planmessighet interagererte signifikant på totalutvalget og både det kvinnelige og det mannlige utvalget.

Interaksjonseffekten ga 0,6 % økning av forklart varians i totalutvalget og 0,7 % i både det kvinnelige utvalget og det mannlige utvalget, enn den additive effekten av Ekstroversjon og Planmessighet separat. Figur 5 viser interaksjonseffektens retning og utdyper videre.

Grafisk fremstilling av resultatene fra interaksjonsanalysene

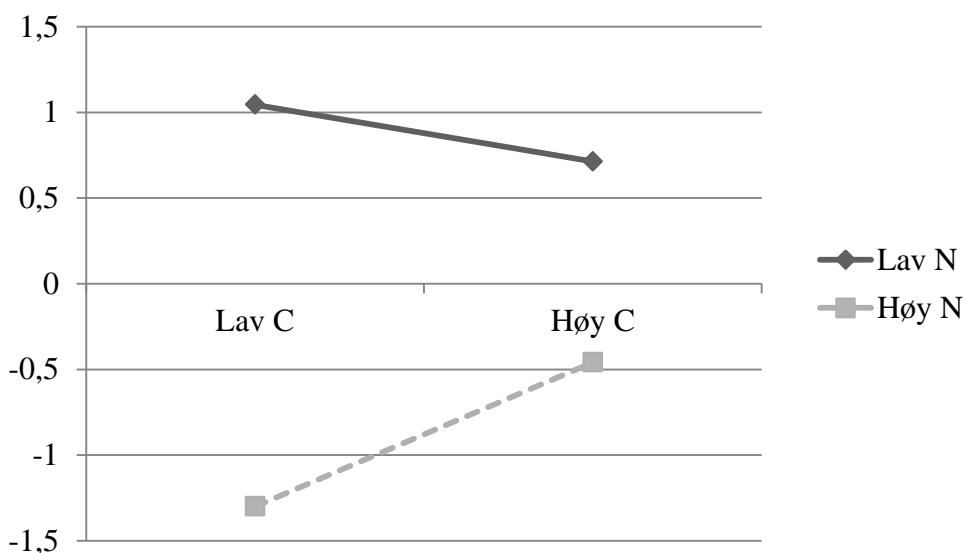
Figur 3, 4 og 5 er grafiske fremstillinger av interaksjonseffektene fra totalutvalget fra tabell 5, 6 og 7. Illustrasjonene ble fremstilt av funksjonsuttrykkene som ble satt sammen av β -verdiene fra nevnte tabeller. Illustrasjonene visualiserer interaksjonseffektene og viser grafen fra -2 og 2 standardavvik. Høy eller lav skåre på en faktor tilsvarende henholdsvis 2 standardavvik over eller under gjennomsnittet.

Figur 3 viser at nivået i personlighetstrekkene Ekstroversjon og Nevrotisme var avhengige av hverandre i prediksjonen av livstilfredshet. Lav N førte til høyere SWLS-skårer uavhengig nivå på E. Høy N var derimot avhengig av nivået av E; lav N og lav E førte til vesentlig mindre livstilfredshet enn høy N og høy E.



Figur 3. Illustrasjon av interaksjonen mellom Nevrotisisme (N) og Ekstroversjon (E)

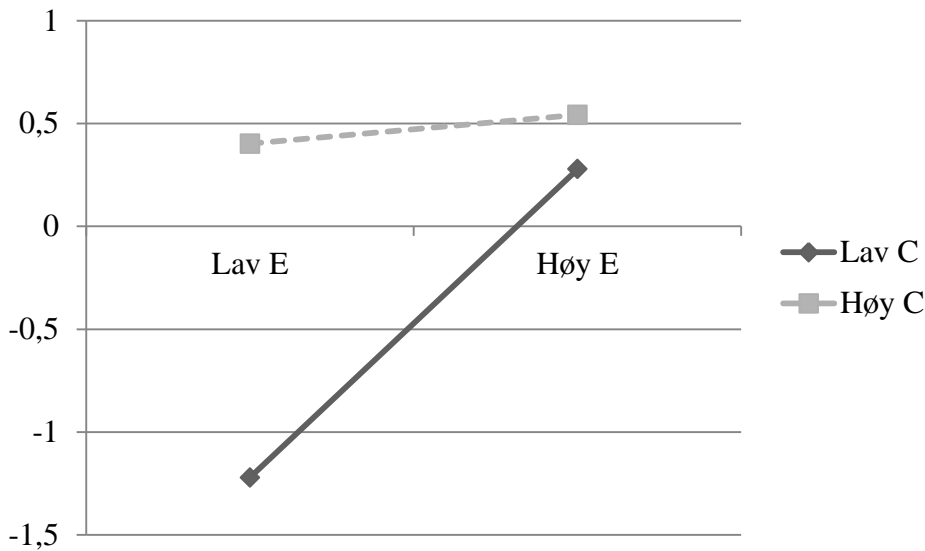
Figur 4 viser at nivået i personlighetstrekkene N og C var avhengige av hverandre i prediksjonen av livstilfredshet. Lav N og lav C førte til høyere SWLS-skårer enn lav N og høy C. Høy N og lav C førte til lavere SWLS-skårer enn høy N og høy C. Planmessighet (C) virket altså negativt for livstilfredshet ved lav N og positivt ved høy N.



Figur 4. Illustrasjon av interaksjonen mellom Nevrotisisme (N) og Planmessighet (C)

Figur 5 viser at nivået i personlighetstrekkene E og C var avhengige av hverandre i prediksjonen av livstilfredshet. Lav E og høy C førte til noe lavere SWLS-skårer enn høy E og høy C. Lav E og lav C førte til vesentlig lavere SWLS-skårer enn høy E og lav C. Høy

Ekstroversjon skapte mer livstilfredshet tilnærmet uavhengig nivå av Planmessighet (C), men nivået i C påvirket SWLS-skårene ved lav E.



Figur 5. Illustrasjon av interaksjonene mellom Planmessighet (C) og Ekstroversjon (E)

De signifikante interaksjonseffektene er oppgitt i tabell 5, 6 og 7 og illustrert av figur 3, 4 og 5. Kombinasjonene av N og E, N og C, samt E og C ga signifikante interaksjonsledd, som forklarte mer av variansen i SWLS enn faktorene alene. Interaksjonene er illustrert i figurene 3, 4 og 5. Nivået i Nevrotisisme og Ekstroversjon predikerte i stor grad livstilfredshet, henholdsvis i negativ og positiv retning. Faktorene kombinert ga ytterligere informasjon om forventet SWLS-skåre. Høy E kompenserte for høy N i prediksjonen av høyere SWLS-skårer. Høy C kompenserte for høy N i prediksjonen av høyere SWLS-skårer, men påvirket negativt ved lav N. Høy C kompenserte for lav E i prediksjonen av høyere SWLS-skårer. Interaksjonseffektene var signifikante i totalutvalget og i det mannlige utvalget, men kun kombinasjonen av Ekstroversjon og Planmessighet var signifikant for det kvinnelige utvalget.

4 Diskusjon

Foreliggende studie har undersøkt ulike sammenhenger mellom personlighetstrekk og livstilfredshet. Resultatene blir presentert og diskutert etter forskningsspørsmålene og fortolkes i tråd med relevant teori og empiri presentert innledningsvis.

4.1 Forståelser og fortolkning av resultatene

4.1.1 Faktorer

Korrelasjonsanalysene viste at personlighetsfaktorene Nevrotisme, Ekstroversjon og Planmessighet fra FFM korrelerte signifikant med livstilfredshet. Disse resultatene bekrefter sammenhenger tidligere studier og metastudier har funnet mellom personlighetstrekk og livstilfredshet, både i forhold til sammenhengenes styrke og retning (Costa & McCrae, 1980; DeNeve & Cooper, 1998; Steel et al., 2008). Samvariasjonen mellom Nevrotisme og livstilfredshet var sterkest med $r = -.48$ i totalutvalget, dernest fulgte Ekstroversjon med $r = .31$ og Planmessighet med $r = .29$. Foreliggende studie bekrefter tidligere studier som viser at Nevrotisme og Ekstroversjon korrelerer moderat med livstilfredshet. De bivariate sammenhengene antydte at SWLS avtok når Nevrotisme økte, og SWLS økte når Ekstroversjon økte. Ekstroversjon og Nevrotisme predisponerer direkte for henholdsvis positiv og negativ affekt. SWB består av positiv og negativ affekt, samt domenespesifikk og global tilfredshet (Miao et al., 2013; Pavot & Diener, 2013). Komponentene i SWB samvarierer, og i følge mediatormodellen til Schimmack og kolleger (2004) utgjør menneskers affektive balanse et viktig grunnlag for evalueringen av tilfredshet med livet i sin helhet. Den affektive balansen kan påvirke top-down prosessene ved evalueringen av tilfredshet med livet i sin helhet. Hahn og kolleger (2013) fant at de samme genene disponerer for Ekstroversjon, Nevrotisme og livstilfredshet. Ekstroversjon, Nevrotisme, Planmessighets samvariasjon med livstilfredshet kan dessuten tilskrives både felles gener og miljø (Hahn et al., 2010). Foreliggende studie finner som i metaanalysen til DeNeve og Cooper (1998) at Planmessighet og Ekstroversjon korrelerer med livstilfredshet i omtrent like stor grad. Mennesker som skårer høyt på Planmessighet har ofte god kontroll på seg selv og omgivelsene. De setter ofte høyere mål for seg selv og evner samtidig å

gjennomføre disse målene (DeNeve & Cooper, 1998). Å konstruere og arbeide for å nå hensiktsmessige mål bidrar til økt SWB (Quevedo & Abella, 2011). Metaanalysen til Bogg og Roberts (2004) viste at Planmessighet predikerer helsefremmende atferd. Videre påvirker opplevd helsemessig status SWB, fortrinnsvis i eldre utvalg (Argyle, 1999; Røysamb et al., 2003). Foreliggende studie har ikke kontrollert for helsemessig status eller måloppnåelse, men det kan likevel tenkes at disse medierer og styrker forholdet mellom Planmessighet og livstilfredshet i et utvalg som har levd i gjennomsnitt 58 år. Ekstroversjon og Nevrotisisme kan både disponere direkte og indirekte for livstilfredshet, mens Planmessighet hovedsakelig disponerer indirekte for livstilfredshet gjennom atferdsmønstre som skaper livstilfredshet. Forskning har dessuten funnet at personlighetsfaktoren Medmenneskelighet ofte korrelerer svakt positivt med livstilfredshet (Steel et al, 2008; Quevedo & Abella, 2011); denne sammenhengen var ikke signifikant i foreliggende studie.

Regresjonsanalyser kontrollerer for faktorenes unike bidrag i prediksjonen av livstilfredshet, og det vil være mulig å sammenligne de ulike faktorene opp mot hverandre i prediksjonen av SWLS. β -verdiene antyder den relative styrken mellom de uavhengige og den avhengige variabelen, der Nevrotisisme med standardisert β -verdi på -0.41 tydelig fremstod som den sterkeste prediktoren for livstilfredshet av de fem faktorene. Nevrotisisme forklarte syv ganger så mye varians i livstilfredshet som Ekstroversjon. Resultatene bekrefter tidligere presentert teori og empiri vedrørende Nevrotisisme som den viktigste faktoren for livstilfredshet (DeNeve & Cooper, 1998; Vittersø, 2001; Vittersø & Nilsen, 2002; Steel et al., 2008). Det populasjonsbaserte utvalgets livstilfredshet økes hovedsakelig med emosjonell stabilitet, som tilsvarer reversert Nevrotisisme. Sett i lys av annen litteratur er dette et resultat som trolig kan generaliseres til mer generelle utvalg. Videre bidro Åpenhet negativt, Medmenneskelighet negativt og Planmessighet positivt i prediksjonen av livstilfredshet; β -verdiene var forholdsmessig små, men signifikante. Den stegvise regresjonsanalysen viste at Nevrotisisme og Ekstroversjon alene forklarte 24 % varians i livstilfredshet, mens den totale mengden varians de fem faktorene forklarte var 25 %. Nevrotisisme og Ekstroversjon var dermed de definitivt viktigste prediktorene fra FFM for livstilfredshet. Samtlige faktorer bidro signifikant til livstilfredshet da det ble kontrollert for de fem faktorene samtidig; selv om Åpenhet for nye erfaringer, Medmenneskelighet og Planmessighet ikke forklarte mer enn ytterligere 1 % antyder dette likevel at nevnte faktorer kan påvirke livstilfredshet. Verken Åpenhet eller Medmenneskelighet korrelerte signifikant med livstilfredshet, men gir signifikante, om enn svake, β -verdier i regresjonsanalysene. Korrelasjons- og regresjonsanalyser utfyller hverandre i utforskningen av personlighet og livstilfredshet.

Tilsvarende analyse gjort av Quevedo og Abella (2011) ga kun Nevrotisisme og Planmessighet som signifikante prediktorer, som forklarte 16 % av variansen i livstilfredshet. Utvalget i nevnte studie var hovedsakelig studenter; at Planmessighet predikerer livstilfredshet kan tilskrives at studentene kan ha evaluert livet sitt etter akademisk prestasjon, noe Planmessighet bidrar til. Hvilke personlighetsfaktorer som danner grunnlaget for evalueringen av livet i sin helhet påvirkes trolig av individets alder og kontekst.

Både ved korrelasjonsanalyser og regresjonsanalyser fremtrer personlighetsfaktorene Nevrotisisme og Ekstroversjon som de viktigste bidragsfaktorene til livstilfredshet, som er i tråd med nevnte teori og empiri. Planmessighet korrelerer signifikant med SWLS, men er en mindre betydningsfull prediktor i regresjonsanalysene.

4.1.2 Interaksjoner mellom faktorer

Noen få studier har undersøkt statistiske interaksjoner mellom personlighetsfaktorene i FFM i prediksjonen av ulike utfallsmål. Noen tidlige forsøk på å undersøke interaksjoner mellom Ekstroversjon og Nevrotisisme på SWB (Hotard et al., 1989) og på affektiv balanse (McFatter, 1994) er presentert. Foreliggende studie utforsker interaksjoner mellom faktorer i prediksjonen av livstilfredshet, og finner effekter som ikke tidligere er oppgitt. Interaksjonseffektene gir ytterligere forklaringssevne i prediksjonen av livstilfredshet enn faktorene additivt. Foreliggende studie bidrar med ny kunnskap med hensyn til hvordan faktorene påvirker hverandre interaktivt. Resultatene gir informasjon som kan utdype vår forståelse av prosessene bak livstilfredshet.

Ekstroversjon og Nevrotisisme interagerer signifikant i prediksjonen av livstilfredshet. Empiri har tidligere vist at disse personlighetstrekkene kan interagere i prediksjonen av SWB og affektiv balanse (Hotard et al, 1989; McFatter, 1994), noe foreliggende studie bekrefter. Ved lav N, tilsvarende emosjonell stabilitet, var nivået av E ubetydelig, men ved høy N oppga de ekstroverte betydelig mer livstilfredshet enn de introverte, tilsvarende lav E. Det kan virke som at høy E kan kompensere for høy N i evalueringen av tilfredshet med livet i sin helhet. Faktorene er avhengig av hverandres nivå i prediksjonen av SWB. Høy Ekstroversjon i kombinasjon med høy Nevrotisisme gir en ytterligere økning i livstilfredshet enn hva additive effekter av faktorene ville gitt separat. Affektiv balanse er et viktig grunnlag i evalueringen av livstilfredshet i følge mediatormodellen til Schimmack og kolleger (2004). Ekstroversjon gir positiv affekt som kan

utligne balansen med negativ affekt forårsaket av Nevrotisisme; det kan diskuteres hvorvidt utligningen av negativ affekt skaper interaksjonseffekten. Grays nevrologiske atferdsaktiverings- og atferdsinhiberingssystemer, henholdsvis BAS og BIS, kan muligens også forklare interaksjonseffekten. Ekstroverte kan ha et aktivt atferdsaktiveringssystem (BAS) som øker sensitivitet for belønning som videre fører til opplevd lykke og velvære. Emosjonelt ustabile kan tenkes å ha et mer aktivt atferdsinhiberingssystem (BIS) som er sensitiv mot straff og fravær av forventet belønning (Lucas & Diener, 2008). Den relative styrken i BIS- og BAS-systemene kan gi direkte og indirekte effekter på SWB, men kan muligens også forklare interaksjonseffekten. Ved lav BIS har ikke BAS innvirkning på livstilfredshet, mens ved høy BIS kompenserer høy BAS i produksjonen av livstilfredshet. Mennesker som er engstelige og forsiktige oppgir liten livstilfredshet, men dersom de samtidig søker utover etter belønning øker deres livstilfredshet ytterligere. En utadvent fremferd kan også føre til sosial støtte som kanskje kan forklare den kompensatoriske effekten Ekstrovertsjon har for høy Nevrotisisme.

Nevrotisisme og Planmessighet interagerer signifikant i prediksjonen av livstilfredshet. Høy Planmessighet førte til mindre livstilfredshet ved lav Nevrotisisme, men høyere livstilfredshet ved høy Nevrotisisme. Boyce, Wood og Brown (2010) påpeker at Planmessighet ikke utelukkende påvirker SWB positivt. Fayard, Roberts, Robins og Watson (2012) fant at Planmessighet var nært forbundet med skyldfølelse, og at denne affekten fungerer som et kjernesignal i de planmessige atferdsmønstrene. Man kan anta at planmessige mennesker oftere opplever skyldfølelse, spesielt ved kontekstuelle utfordringer og manglende måloppnåelse. Ved emosjonell stabilitet førte høy Planmessighet til lavere livstilfredshet i foreliggende studie. En emosjonelt stabil person med høy Planmessighet setter kanskje høyere forventninger enn andre; høye forventninger påvirker som nevnt livstilfredshet negativt. Planmessighet virket altså annerledes på livstilfredshet avhengig av nivået i Nevrotisisme; ved høy Nevrotisisme førte nemlig høy Planmessighet til høyere livstilfredshet. Det kan virke som at Planmessighet kompenserte for emosjonell ustabilitet i prediksjonen av høyere livstilfredshet ved å dempe effekten av Nevrotisisme. Planmessighet kan føre til struktur, kontroll og måloppnåelse som tydeligvis virker positivt på livstilfredshet ved høy emosjonell ustabilitet. Planmessighet demper tilsynelatende effekten av Nevrotisisme. Shanahan, Hill, Roberts, Eccles og Friedman (2012) foreslår i en livsløpsmodell for personlighet at ulike medierende mekanismer og prosesser, slik som håndteringsstrategier av utfordringer, påvirker sammenhengene mellom Planmessighet og helse gjennom livet. Det foreslås eksempelvis at høy N og lav C vil føre til lavere opplevd helsestatus ved høyere alder.

Ekstroversjon og Planmessighet interagerer signifikant i prediksjonen av livstilfredshet. Høy E skapte høyere livstilfredshet uavhengig nivå av Planmessighet. Ved høy Planmessighet økte livstilfredshet noe etter nivået i Ekstroversjon, men ved lav Planmessighet økte livstilfredshet vesentlig ved høyere E. Lav C og lav E ga vesentlig mindre livstilfredshet enn andre kombinasjoner; introverte mennesker oppgir i utgangspunktet mindre livstilfredshet enn ekstroverte (Diener et al., 1999), og kombinasjonen med lite strukturert, målrettet og nøyaktig atferd gir ytterligere lavere livstilfredshet. Det kan virke som at høy Planmessighet kompensere for introversjon i dannelsen av livstilfredshet, kanskje ved hjelp av driv, kontroll og opplevelse av måloppnåelse, mestring og kompetanse.

Interaksjonsanalysene ga sammenhenger som ikke tidligere er rapportert. Resultatene lar seg forklare av ulike teoretiske deduksjoner av hvordan personlighetstrekkene kan virke sammen i produksjonen av livstilfredshet. Visse kombinasjoner av faktorer er tilsynelatende mer fordelaktig for tilfredshet med livet i sin helhet.

4.1.3 Fasetter

Sammenhenger mellom personlighet og livstilfredshet kan undersøkes mer nyansert og treffsikkert med spesifikke fasetter fremfor brede faktorer. Nyere analyser tilsier at spesifikke fasetter predikerer mer varians i SWB-komponentene enn de brede faktorene (Schimmack et al., 2004; Quevedo & Abella, 2011; Albuquerque et al., 2012). Foreliggende studie bekreftet disse empiriske funnene ved at syv fasetter forklarte 31 % til forskjell fra faktorene som forklarte 25 % i variansen i livstilfredshet. Resultatene samsvarer med Quevedo og Abellas (2011) tilsvarende studie som fant at fasettene forklarte 29 % til forskjell fra faktorene som forklarte 16 % av livstilfredshet. Resultatene bekrefter Costa og McCraes (1995) antakelser om at fasettene innehar diskriminant validitet i prediksjonen av spesifikke utfallsmål. Studien av Johnson, Miller, Lynam og South (2012) viser at spesifikke FFM-fasetter kan predikere differensierte affektive og kognitive trekk. Fasettanalyser har mulighet til å nyansere og avdekke hvilke prosesser som driver sammenhengene man har funnet mellom faktorer og ulike utfallsmål (Schimmack et al., 2004). I totalutvalget fremkom fasetter fra N, E, O og C. N3 Depresjon, N1 Angst, E6 Positive følelser, E4 Aktivitet, O6 Verdier, C6 Betenksomhet og O4 Handlinger var alle signifikante prediktorer. Stianalysene viser hvordan effekten av faktoren virker gjennom fasettene på livstilfredshet.

N3 Depresjon vurderes som den viktigste prediktoren etter sammenligning av standardiserte β -verdier. Depresjonsfasetten har også vært den viktigste prediktoren i

tilsvarende fasettanalyser (Schimmack et al., 2004; Quevedo & Abella, 2011). N3 Depresjon predikerte negative verdier av SWLS, som tilsier at høy verdi på denne fasetten gir mindre livstilfredshet. Dette kan skyldes den negative affekten som medfølger Depresjon (Johnsen et al., 2012). Fasetten N3 måler normale individuelle forskjeller i tendenser til å oppleve negativ depressiv affekt, slik som skyld, tristhet, håpløshet, motløshet og ensomhet (Costa & McCrae, 1992). Høy skåre på N3 Depresjon kan trolig påvirke kognitive og emosjonelle mekanismer og prosesser som skaper og påvirker livstilfredshet. Positiv affekt er assosiert med tidligere erfaring av måloppnåelse mens negativ affekt er assosiert med lav mestringstro for fremtidige målsetninger (Diener, 1984). Høy skåre på N3 Depresjon medfører negativ affektiv balanse som disponerer for negative minner og pessimistiske forventninger. Depressive kognisjoner tilskriver ofte suksess til ytre faktorer og feiling til indre faktorer. Diskrepansteorier antyder at opplevelsen av å ikke strekke til eller nå sine forventninger vil påvirke livstilfredshet negativt. Sammenhengen mellom depressive trekk og mistrivsel er godt kjent. Berge og Repåls (2012) bok om depresjon som psykologisk fenomen heter, ikke tilfeldig, «Lykketyvene». Fasetten N1 Angst var også en betydningsfull negativ bidragsyter for livstilfredshet. Fasetten måler tendenser til bekymring, engstelse og uro. Høye skårer på N1 Angst medfører negative affekter og negative opplevelser av omverdenen. Det kan tenkes at konstant bekymring fører til lavere kapasitet for å være oppmerksom på positive opplevelser og følgelig bli positivt affektet (Berge & Repål, 2012; Quoidbach, Berry, Hansenne & Mikolajczak, 2010). Det bemerkes at N1 Angst etterfølger N3 Depresjon som Nevrotisme-fasett i den stegvise regresjonsanalysen; i andre fasettanalyser, riktignok med yngre og mindre utvalg, viser N6 Sårbarhet sterkere sammenheng med livstilfredshet enn N1 Angst (Schimmack et al., 2004; Johnson et al., 2012).

Fasetten E6 Positive følelse viste seg som en viktig prediktor for livstilfredshet. E6 måler tendensen til å oppleve positive følelser, slik som glede, entusiasme og iver (Costa & McCrae, 1992). Fasetten bidrar naturlig nok til den affektive balansen, men kan også forsterke atferd som gir positive opplevelser, samt føre til større oppmerksomhet mot og optimisme for positive egenskaper i fortiden, nåtiden og i fremtiden. Fasetten E4 Aktivitet utpekte seg også som en viktig prediktor for livstilfredshet i foreliggende studie. E4 måler energi, aktivitetsnivå og -hastighet (Costa & McCrae, 1992). Fasetten er ikke oppgitt som en viktig prediktor i tidligere fasettanalyser, men kan trolig ha en indirekte effekt på livstilfredshet i utvalget som utforskes. At aktivitetsnivå predikerer livstilfredshet kan muligens tilskrives utvalgets alder. Menneskene i utvalget som skårer høyt på Aktivitet har i gjennomsnitt levd 58 aktive år og har med det kanskje nådd mange ønskede mål og opprettholdt helsen. Generell aktivitet

foreskrives dessuten som forebygging av klinisk depresjon, da aktivitet kan ta fokuset vekk fra negative tanker og følelser, samt gi opplevelser av mestring og flyt (Berge & Repål, 2012).

O6 Verdier og O4 Handlinger var begge Åpenhet-fasetter som predikerte livstilfredshet signifikant. Forståelser av Åpenhets bidrag i SWB er under utvikling, der det diskuteres hvorvidt faktoren kan påvirke tilpasning til nye situasjonsbetingede utfordringer, samt utforske, påbegynne eller opprettholde viktige aktiviteter for individet ved høyere alder (Stephan, 2009). Johnson og kolleger (2012) fant at Åpenhet var relatert til mindre frykt. Det kan tenkes at det å være nysgjerrig og utforskende kan motvirke den vanepregede hedoniske tredemøllen. Stephan (2009) fant at Åpenhet førte til bedre tilpasning ved nye utfordringer i et eldre utvalg, der fasettene Følelser og Idéer predikerte livstilfredshet signifikant. Forskning antyder at Åpenhet assosieres med både positiv og negativ affekt, og det foreslås at man ved høy O er ytterligere sensitiv mot begge affekter (Ryff, 2008). I foreliggende studie var Verdier og Handlinger signifikante prediktorer for livstilfredshet med negative β -verdier; disse fasettene har ikke tidligere vært oppgitt som signifikante prediktorer. O6 og O4 korrelerte lett positivt med livstilfredshet, men når det kontrolleres for fasettenes unike bidrag i regresjonsanalysen er nevnte fasetter negative prediktorer. O6 Verdier måler tendensen til å kritisk gjennomgå sosiale, politiske, religiøse verdier og forutbestemte holdninger og verdier. O4 Handlinger måler tendenser til å utforske nye og forskjellige aktiviteter, der de som skårer høyt foretrekker variasjon fremfor rutine (Costa & McCrae, 1992). Åpenhet-fasetter kan påvirke SWB-komponenter både negativt og positivt. Quevedo og kolleger (2011) finner ingen sammenhenger mellom Åpenhet-fasetter og livstilfredshet. Ulike fasetter predikerer SWB i ulike utvalg, som eksempelvis kan bety at ulike trekk virker inn i ulike faser av livet, slik som Shanahan og kolleger (2012) foreslo i forståelsen av Planmessighets virkning gjennom livsløpet.

C6 Betenksomhet fra Planmessighet predikerte livstilfredshet signifikant med positiv β -verdi. C6 måler tendenser til å gjennomtenke før man handler (Costa & McCrae, 1992). Høye skårer antyder forsiktighet og rasjonalitet, mens lave skårer antyder hastverk og spontanitet. Betenksomhet kan gjennom medierende strategier øke livstilfredshet ved å håndtere belastninger bedre og øke sannsynligheten for å nå sine mål, samt skape eller opprettholde helsegunstige livsstiler. Man kan også trekke paralleller til det klassiske aristoteliske Eudaimonia-begrepet, som introdusert innledningsvis, omhandler lykken assosiert med et liv levd etter høyere moral og etiske prinsipper.

Foreliggende studie støtter tidligere forskning som viser at E6 Positive følelser sammen med N3 Depresjon er de viktigste bidragsyterne fra FFM for livstilfredshet. Fasettene

fanger spesifikke egenskaper, fortrinnsvis positiv og negativ affekt, i mer treffsikker grad enn de brede faktorene Ekstroversjon og Nevrotisisme gjør. Syv spesifikke fasetter predikerer dessuten mer varians enn de fem brede faktorene. Tjuetre fasetter utelates som uvesentlige i den stegvise regresjonsanalysen. Det er verdt å merke seg at fasetter som måler sosiale og relasjonelle tendenser ikke påvirker livstilfredshet i noen særlig grad. Kvalitativ forskning på SWB, samt modeller for psykologisk velvære, finner at relasjonell kvalitet er ansett som viktig bidragsyter for positiv psykologi. Quevedo og Abella (2011) fant dessuten at opplevd sosial støtte forklarte 9 % av variansen i livstilfredshet. Foreliggende studie fant at fasettene som direkte eller indirekte disponerte for den affektive balansen fremkom som de viktigste prediktorene for livstilfredshet, fremfor fasetter som disponerer for sosial atferd. Magnus og kolleger (1993) fant at Ekstroversjon predikerte flere objektivt positive livshendelser, mens Nevrotisisme predikerte flere objektivt negative livshendelser. Visse fasetter disponerer for den affektive balansen som påvirker den umiddelbare top-down evalueringen av tilfredshet med livet i sin helhet. Samtidig ser man tilbake på et liv som i varierende grad har inneholdt positive og negative hendelser. Det kan også tenkes at distinkte personlighetsfasetter fører til visse kognitive og emosjonelle mønstre etter for eksempel hvilke mål, holdninger og karakteristiske tilpasninger et individ utvikler i tråd med personligheten (Johnson et al., 2012). Fremtidig forskning bør fokusere på hvordan biologisk baserte tendenser og kognitive og emosjonelle mønstre samspiller med miljømessige krav (Diener et al., 1999)

4.1.4 Kjønnforskjeller

Til dels ulike sett av gener påvirker SWB på tvers av kjønn, som trolig samspiller med normer for kjønnsroller i samfunnet (Pinquart & Sörensen, 2001; Røysamb et al., 2002). Kjønnsspesifikke effekter i sammenhenger mellom personlighet og SWB er antydnet i tidligere litteratur, men lite konkret kunnskap foreligger (Røysamb et al., 2002). Kjønnforskjeller er derfor undersøkt gjennomgående.

Foreliggende studie fant kjønnforskjeller i nivå for livstilfredshet og personlighetstrekk. Nivåforskjeller på tvers av kjønn var som forventet for faktorene og fasettene i NEO-PI-R, som antyder at inventoret fungerer som det skal. At kvinner oppgir lavere livstilfredshet enn menn er imidlertid mer diskuterbart. Wood, Rhodes og Whelans (1989) gjennomgangsartikkel antyder at kvinner trives bedre enn menn, og Diener og kollegaer (1999) oppsummerer at kjønnforskjeller i nivå varierer vilkårlig på tvers av studier. Metaanalysen til Pinquart og Sörensen (2001) finner derimot at kvinner oppgir lavere

livstilfredshet enn menn i eldre utvalg, noe foreliggende studie bekrefter. I tillegg kan det se ut til at kvinner er mindre tilfredse i nyere studier grunnet generasjonseffekter av samfunnspåvirkning. Det diskuteres hvorvidt dette skyldes endrede livsomstendigheter som virker kjønns spesifikt, slik som at kvinner oftere opplever sosiale belastninger ved høyere alder enn menn og at kvinner de siste tiår har økt sine ambisjoner, som gir lavere tilfredshet, i tråd med kjønnsmessig likestilling i samfunnet.

Resultatene i foreliggende studie antyder kjønns spesifikke effekter i sammenhengene mellom personlighet og livstilfredshet. Resultatene kan fortolkes etter «Dual mechanism process» (Røysamb et al., 2002; 2003) som forklarer effekten av at ulike sett av gener påvirker variasjonen i SWB hos menn og kvinner. Den genetiske kjønnsforskjellen kan skape både direkte og indirekte prosesser. Den direkte prosessen antyder en genetisk betinget predisposisjon for å inneha et positivt livssyn. Den indirekte prosessen antyder en genetisk betinget tilbøyelighet som får fenotypisk manifestasjon, som ved økt SWB, dersom den aktuelle egenskapen anses å være attraktiv i subkulturen individet tilhører. Ulike egenskaper har ulik betydning på tvers av kjønn, alder, livsfase og kultur. Kulturelle forventninger og verdssystem kan interagere med individets genotype; hvis en kultur fremholder en viss karakteristikk som er verdifull for kvinner og ikke menn, vil kvinner, som er genetisk predisponert for denne egenskapen, oppgi høyere SWB fordi deres faktiske egenskaper svarer til de standarder kulturen verdsetter (Røysamb et al., 2002; Nes et al., 2006). Utvalget i foreliggende studie har levd livet sitt parallelt med en rask samfunnsutvikling i etterkrigstidens Norge, der kjønnsroller og likestilling har endret seg raskt. Forskningsresultater må fortolkes i lys av slike kontekstuelle faktorer.

Foreliggende studie finner at samvariasjonens styrke mellom tre fasetter og livstilfredshet var signifikant forskjellig hos menn og kvinner. N4 Impulsivitet korrelerte signifikant negativt med SWLS hos kvinnene, mens det fantes ingen sammenheng hos mennene. Impulskontroll skaper tilsynelatende livstilfredshet hos kvinner, men ikke menn. Det kan diskuteres hvorvidt impulskontroll er en egenskap som er spesielt positiv å inneha for kvinner i forhold til menn. C3 Plikttroskap korrelerte sterkere positivt med SWLS for menn, enn kvinner. C3 Plikttroskap antyder moralsk og samvittighetsfull væremåte, atferdstendenser som tilsynelatende er mer gunstig for menns livstilfredshet, enn kvinner. A5 Beskjedenhet korrelerte signifikant negativt med SWLS hos kvinner, mens det fantes ingen sammenheng hos mennene. Mennesker som skårer høyt på A5 Beskjedenhet er ydmyke og setter generelt lave krav og forventninger mens mennesker som skårer lavt kan være arrogante og overlegne. Det er tilsynelatende negativt for kvinners livstilfredshet å være selvhevdende og lite

beskjedne, som strider mot Pinquart og Sörensens (2001) antakelser om at kvinner med høye ambisjoner oppgir lavere tilfredshet. Det kan diskuteres hvorvidt for eksempel selvtillit, sosial anerkjennelse, måloppnåelse og normer for fordelaktige egenskaper virker inn i sammenhengen mellom A5 Beskjedenhet og livstilfredshet.

Analysen av hvilke fasetter som predikerte livstilfredshet på tvers av kjønn viste at tre fasetter var felles for begge kjønn. Videre predikerte ytterligere fire fasetter livstilfredshet hos kvinner og fem fasetter hos menn. Resultatene tilsier at visse fasetter er viktige prediktorer uavhengig kjønn, men bekrefter også Herringers (1998) funn om at ulike fasetter predikerer livstilfredshet på tvers av kjønn. Regresjonsmodellene for menn og kvinner forklarer begge 32 % av variansen i livstilfredshet. To av de tre felles fasettene, N3 Depresjon og E6 Positive følelser, fremstod dessuten som de viktigste fasettene i produksjonen av SWB generelt sett, både i totalutvalget i foreliggende studie og i tidligere forskning. E4 Aktivitet var også en felles prediktor; effekten av aktivitet i foreliggende utvalg er diskutert ovenfor, blant annet i lys av utvalgets alder. Videre syntes ulike fasetter å påvirke kvinner og menns evaluering av livet i sin helhet. For kvinners livstilfredshet påvirket N1 Angst negativt, C6 Betenksomhet positivt, O4 Handlinger negativt og A2 Rettferdighet negativt. For menns livstilfredshet påvirket O6 Verdier negativt, O1 Fantasi negativt, A5 Beskjedenhet positivt, A6 Følsomhet negativt og O3 Følelser positivt. Visse fasetter fremkom som signifikante prediktorer i de kjønnssplittede analysene som ikke var signifikante i totalutvalget. Tidligere forskning har antydnet kjønnsspesifikke effekter i sammenhenger mellom personlighet og SWB (Røysamb et al., 2002), men dette er ikke rapportert fra tidligere fasettanalyser.

Interaksjonseffektene mellom de tre faktorkombinasjonene var signifikante i totalutvalget og i det mannlige utvalget, men kun interaksjonen mellom Ekstroversjon og Planmessighet var signifikant for begge kjønn. Interaksjonseffektene i det mannlige utvalget kan ha vært så sterke at effektene også ble funnet i totalutvalget. Interaksjonseffektene bekrefter antakelsen om at ulike kilder påvirker SWB på tvers av kjønn (Pinquart & Sörensen, 2001; Røysamb et al., 2001). Etter indikasjon på at personlighetstrekk kan påvirke hverandre interaktivt var analysestrategien ved interaksjonsanalysene fortrinnsvis utforskende. Det fantes derfor ingen teoretisk rasjonale for at det skulle fremkomme kjønnsforskjeller i interaksjonseffektene. Den vitenskapelige prosessen rundt forståelsen av interaksjoner mellom personlighetsfaktorer er i all hovedsak innledende. Foreliggende studie åpner for at interaksjonseffekter finnes mellom personlighetsfaktorer i prediksjonen av SWB; mekanismer og prosesser bak livstilfredshet, deriblant kjønnsspesifikke effekter, må utforskes videre.

4.2 Egenskaper og begrensninger i metoden

Utvalget er populasjonsbasert, som betyr at en del av en nasjonal befolkning undersøkes. Studier som benytter populasjonsbaserte utvalg har større generaliseringsevne enn studier med smale utvalg. Responsraten på 71 % styrker dessuten generaliseringsevnen. Studier viser at SWB påvirkes av gener og kultur. Det er derfor viktig å ta hensyn til kulturelle egenskaper ved utvalget dersom resultater skal generaliseres (Diener, Oishi & Lucas, 2003). Eksempelvis er det krysskulturelt vist at personlighet påvirker de affektive komponentene i SWB, men at de kognitive komponentene kan modereres av kultur (Schimmack, Radhakrishnan, Oishi, Dzokoto & Ahadi, 2002). Utvalget består av kvinner og menn som har vokst opp i et Norge preget av etterkrigstid; konteksten utvalget har levd og utviklet seg i gir viktig informasjon i fortolkning av resultatene. Utvalget har en gjennomsnittlig alder på 58 år, som betyr at respondentene kan basere seg på et langt liv når de evaluerer sin livstilfredshet, til forskjell fra studier der utvalgene er yngre; det fremkommer også forskjeller i resultatene i foreliggende studie fra tidligere studier (Schimmack et al., 2004; Quevedo & Abella, 2011; Albuquerque et al, 2012), som kan tolkes i lys av utvalgets alder. Kjønnfordelingen var preget av at et stort flertall kvinner besvarte spørreskjemaet. Det kan diskuteres hvorvidt årsakene til at et betydelig antall menn utelater å delta bør tas hensyn til i fortolkningen av resultatene. Dersom for eksempel depressive trekk er assosiert med ikke-deltakelse i forskningsprosjekter, ville resultatene sannsynligvis vært annerledes hvis disse subgruppene av utvalget deltok likevel. Utvalget er utelukkende en- og toeggede tvillinger, og er hovedsakelig rekruttert for å undersøke genetiske og miljømessige effekter i sammenhenger mellom personlighet, helse og livskvalitet. Arvbarhetsestimater var utenfor formålet med foreliggende studie. Tvillinger er likere hverandre enn andre deler av befolkningen, som kunne være en metodisk begrensning; den mulige avhengigheten i datasettet ble derfor kontrollert for ved hjelp av Generalized Estimating Equations (Ziegler, 2011). Selv om avhengigheten i dataene kontrolleres statistisk, kan det likevel diskuteres hvorvidt tvillinger er representative for befolkningen som i all hovedsak ikke består av tvillinger.

Foreliggende studie er basert på veletablerte måleinstrumenter med gode psykometriske egenskaper, nemlig NEO-PI-R og SWLS. SWLS måler livstilfredshet som er den globale kognitive komponenten i SWB. Fordelingen til SWLS har en negativ skjevhet, som innebærer at de fleste oppgir livstilfredshet over skalaens gjennomsnittlige punkt. Sosial ønskbarehet kan påvirke responsstilen. Walker og Schimmack (2008) undersøkte sammenhenger mellom nyutviklede Happiness Implicit Association Test og eksplisitte SWB-

skalaer og fant at implisitte tester på SWB har liten evne til å kontrollere for responsstil. Fordelingen til SWLS i foreliggende studie tilsvarer imidlertid andre SWLS-studier. Tidligere forskning har vist at affekt i bedømmelsesøyeblikket påvirker hvordan respondenter svarer på spørsmål om SWB (Schwartz & Strack, 1999). I spørreskjemaet er de fem spørsmålene i SWLS plassert etter spørsmål om levevaner, generelle helseopplysninger, kroppslige plager, smerter og ubehag i magen, samt ubehag og frykt ved tannlegebesøk. Det kan tenkes at spørsmålene som kommer før SWLS kan fungere som negativ humørinduksjon, noe mennesker med høy Nevrotisme er spesielt sensitive for.

En tverrsnittstudie som denne kan ikke konkludere vedrørende kausalitet; grunnet teoretiske forståelser og tidligere empiriske funn baserer analysene seg likevel på personlighet som kilde til livstilfredshet. Et longitudinelt design kan undersøke kausalitet og videreutvikle kunnskapen bak prosessene bak SWB; hvordan alder virker inn i presenterte sammenhenger kan eksempelvis undersøkes longitudinelt. En begrensning ved foreliggende studie er at ytterligere komponenter ved SWB ikke er undersøkt. Komponentene i SWB samvarierer empirisk, men er samtidig teoretisk avgrensede komponenter. Fasettanalysen til Albuquerque og kolleger (2012) fant at ulike fasetter predikerte ulike SWB-komponenter. Fortolkningen av resultatene i studien må derfor begrense seg til livstilfredshet og ikke SWB som psykologisk fenomen i sin helhet. Studien kontrollerer ikke direkte for andre påvirkningsfaktorer, både indre og ytre, som forskning har vist at spiller inn i prosessene bak SWB-komponentene; inntekt, utdanning, parforhold og opplevd helsemessig status mål er ytre påvirkningsfaktorer, mens selvtillit, optimisme, målsetninger, kognitive og emosjonelle strategier er indre påvirkningsfaktorer. Mischel og Schoda (2008) påpeker at trekktilnærmingen for personlighet ikke tilstrekkelig fanger opp de dynamiske prosessene som driver den konsistente atferden. Quidbach og kolleger (2010) identifiserte ulike kognitive og emosjonelle reguleringsstrategier som påvirket SWB. Quevedo og Abella (2011) fant at optimisme, selvtillit og sosial støtte var vel så viktige som personlighetsfasetter i prediksjonen av livstilfredshet. Et fremtidig fokus i forskningen av SWB bør være å undersøke prosessene bak sammenhengene mellom personlighet og livstilfredshet gjennom nye forskningsdesign, målemetoder, utvalg og statistiske analyser (DeNeve et al., 2008).

5 Konklusjon

Foreliggende studie bekrefter tidligere forskning og utvider, i tråd med forskningsspørsmålene, kunnskapen om hvordan personlighetstrekk kan påvirke livstilfredshet. Ekstroversjon og Nevrotisisme påvirker livstilfredshet gjennom den affektive balansen som evalueringen av livstilfredshet til dels baserer seg på. Studien viser interaksjonseffekter mellom personlighetsfaktorer i prediksjonen av livstilfredshet. At faktorer samspiller i produksjonen av livstilfredshet utvider forståelsen av prosessene bak SWB. Resultatene antyder eksempelvis at Planmessighet kan virke som en buffer mot lavere livstilfredshet. Fasettanalyser utdyper hvilke spesifikke personlighetstrekk som påvirker livstilfredshet. Livstilfredshet predikeres bedre av utvalgte fasetter enn de fem brede faktorene. Fasettanalysene nyanserer hvilke direkte og indirekte prosesser som skaper livstilfredshet. Affektive fasetter er tilsynelatende viktigere for livstilfredshet enn de relasjonelle. Resultatene antyder dessuten kjønnsforskjeller i sammenhengene mellom personlighetstrekk og livstilfredshet; kjønnseffektene kan forstås i lys av genetiske forskjeller, samt ulik kjønnsspesifikk påvirkning fra normer og verdier i samfunn og kultur. Kunnskap om hvordan fasettene disponerer for spesifikke mønstre av kognisjoner, emosjoner og atferd som påvirker livstilfredshet kan utvikles videre. Hvordan personlighetstrekk samspiller med kjønn, relevante ytre og indre faktorer i produksjonen av SWB bør være et fremtidig fokus.

Litteraturliste

- Albuquerque, I., de Lima, M. P., Matos, M. & Figueiredo, C. (2012). Personality and subjective well-being: What hides behind global analyses? *Social Indicators Research, 105*, (3), 447-460.
- Argyle, M. (1999). Causes and Correlates of Happiness. I Kahneman, D., Diener, E., & Schwartz, N. (Red.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (s. 353-373). New York: Russell Sage Foundation.
- Argyle, M. (2001). *The Psychology of Happiness. Second edition*. London: Routledge.
- Barenbaum, N. B., & Winter, D. G. (2008). History of Modern Personality Theory and Research. I John, O.P., Robins, R. W., & Pervin, L. A. (Red.), *Handbook of personality. Theory and research. Third edition*. (s. 3-28). New York: The Guilford Press.
- Baudin, N., Aluja, A., Rolland, J.-P., & Blanch, A. (2011). The Role of Personality in Satisfaction with Life and Sport. *Behavioral Psychology, 19*, (2), 333-345.
- Berge, T. & Repål, A. (2002). *Lykketyvene: Hvordan overkomme depresjon*. Oslo: Aschehoug & Co.
- Bogg, T., & Roberts, B. W. (2004). Conscientiousness and health-related behaviors: A meta-analysis of the leading behavioral contributors to mortality. *Psychological Bulletin, 130*, 887-919.
- Bolier, L., Haverman, M., Westerhof, G. J., Riper, H., Smit, F., & Bohlmeijer, E. (2013). Positive psychology interventions: a meta-analysis of randomized controlled studies. *BMC Public Health, 13*:119. doi: 10.1186/1471-2458-13-119.
- Boyce, C. J., Wood, A. M., & Brown, G. D. A. (2010). The dark side of conscientiousness: Conscientious people experience greater drops in life satisfaction following unemployment. *Journal of Personality in Research, 44*, 535-539.
- Burns, G. N, Morris, M. B., & Wright, C. P. (2014). Conceptual and Statistical Interactions: An Illustration with the AB5C and CWBs. *Journal of Business and Psychology, 29*, (1), 47-60.
- Buss, D. M. (2000). The Evolution of Happiness. *American Psychologist, 55*, (1), 15-23.
- Canli, T. (2004). Functional brain mapping of extraversion and neuroticism: Learning from individual differences in emotion processing. *Journal of Personality, 72*, (6), 1105-1132.

- Caspi, A., Roberts, B. W., & Shiner, R. L. (2005). Personality Development: Stability and Change. *Annual Review of Psychology*, *56*, 453-484.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1980). Influence of Extraversion and Neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, *38*, 668-678.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI)*. Professional Manual. Odessa FL: Psychological Assessment Resources Inc.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1995). Domains and Facets: Hierarchical Personality Assessment Using the Revised NEO Personality Inventory. *Journal of Personality Assessment*, *64*, (1), 21-50.
- Cummins, R. A. (2013). Measuring Happiness and Subjective Well-being. I David, S. A., Boniwell, I., & Conley Ayers, A. (Red.), *The Oxford Handbook of Happiness* (s. 185-200). Oxford: Oxford University Press.
- Cummins, R.A., Eckersley, R., Pallant, J., van Vugt, J. & Misajon, R. (2003). Development of a national index of subjective wellbeing: The Australian Unity Wellbeing Index. *Social Indicators Research*, *64*, 159-190.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York: Harper Perennial.
- DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998): The Happy Personality: A Meta-Analysis on 137 Personality Traits and Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin* *124*, (2), 197-229.
- Diener, E. (1984): Subjective Well-Being: *Psychological Bulletin*, *95* (3), American Psychological Association.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, *49*, (1), 71-75.
- Diener, E., & Fujita, F. (1995). Resources, personal strivings, and subjective well-being: A nomothetic and idiographic approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, *68*, (5), 926-935.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, Culture, and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual Review of Psychology*, *54*, 403–25

- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, *125*, (2), 276-302. doi:10.1037/0033-2909.125.2.276.
- Eid, M., & Diener, E. (2004). Global Judgments of Subjective Well-Being: Situational Variability and Long-Term Stability. *Social Indicators Research*, *65*, (3), 245-277.
- Fayard, J. V., Roberts, B. W., Robins, R. W., & Watson, D. (2012). Uncovering the Affective Core of Conscientiousness: The Role of Self-Conscious Emotions. *Journal of Personality*, *80*, (1), 1-32.
- French, S. L., Gekoski, W. L., & Knox, V. J. (1995). Gender differences in relating life events and well-being in elderly individuals. *Social Indicators Research*, *35*, 1–25.
- Gale, C. R., Booth, T., Möttus, R., Kuh, D., & Deary, I. J. (2013). Neuroticism and Extraversion in youth predict mental wellbeing and life satisfaction 40 years later. *Journal of Research in Personality*, *47*, 687-697.
- Gomez, V., Allemand, M., & Grob, A. (2012). Neuroticism, Extraversion, goals, and subjective well-being: Exploring the relations in young, middle-aged, and older adults. *Journal of Research in Personality*, *46*, 317-325.
- Grinde, B. (2002). Happiness in the perspective of Evolutionary Psychology. *Journal of Happiness Studies*, *3*, 331–354.
- Hahn, E., Johnson, W., & Spinath, F. M. (2013) Beyond the heritability of life satisfaction – The roles of personality and twin-specific influences. *Journal of Research in Personality*, *47*, 757–767.
- Hampson, S. E., & Friedman, H. S. (2008). Personality and Health: A Lifespan Perspective. I John, O.P., Robins, R. W., & Pervin, L. A. (Red.), *Handbook of personality. Theory and research. Third edition.* (s. 770-794). New York: The Guilford Press.
- Harris, J. R., Magnus, P., & Tambs, K. (2006). The Norwegian Institute of Public Health twin program of research: An update. *Twin Research and Human Genetics*, *9*, (6), 858-864.
- Herringer, L. G. (1998). Facets of Extraversion related to life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, *24*, 731-733.
- Hofstee, W. K. B., de Raad, B., & Goldberg, L. R. (1992) Integration of the Big Five and Circumplex Approaches to Trait Structure. *Journal of Personality and Social Psychology*, *63*, (1), 146-163.

- Hotard, S. R., McFatter, R. M., McWhirter, R. M., & Stegall, M. E. (1989). Interactive Effects of Extroversion, Neuroticism, and Social Relationships on Subjective Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, (2), 321-331.
- Howitt, D., & Cramer, D. (2008). *Introduction to Statistics in Psychology*. Essex: Pearson Prentice Hall.
- Huta, V. (2013). Eudaimonia. I David, S. A., Boniwell, I., & Conley Ayers, A. (Red.), *The Oxford Handbook of Happiness* (s. 201-213). Oxford: Oxford University Press.
- John, O. P., Naumann, L. P., & Soto, C. J. (2008). Paradigm Shift to the Integrative Big Five Trait Taxonomy: History, Measurement, and Conceptual Issues. I John, O.P., Robins, R. W., & Pervin, L. A. (Red.), *Handbook of personality. Theory and research. Third edition*. (s. 114-158). New York: The Guilford Press.
- Johnson, J. A., Miller, M. M., Lynam, D. R., & South, S. C. (2012). Five-Factor Model facets differentially predict in-the-moment affect and cognitions. *Journal of Research in Personality*, 46, (6), 752-759.
- Johnson, J. A., & Ostendorf, F. (1993) Clarification of the Five-Factor Model With the Abridged Big Five Dimensional Circumplex. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, (1), 563-576.
- Jones, T. A. (1969). Skewness and Kurtosis as Criteria of Normality in Observed Frequency Distributions. *Journal of Sedimentary Research*, 39, (4), 1622-1627.
- Judge, T. A., & Erez, A. (2007). Interaction and intersection: The constellation of emotional stability and extraversion in predicting performance. *Personnel Psychology*, 60, 573–596.
- Kahneman, D. (1999). Objective Happiness. I Kahneman, D., Diener, E., & Schwartz, N. (Red.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (s. 3-25). New York: Russell Sage Foundation.
- Larsen R. J., & Buss D. M. (2008). *Personality Psychology. Domains of Knowledge About Human Nature. Third edition*. New York: McGraw-Hill.
- LeDoux, J. & Armony, J (1999). Can Neurobiology Tell Us Anything About Human Feelings? I Kahneman, D., Diener, E., & Schwartz, N. (Red.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (s. 489-499). New York: Russell Sage Foundation.
- Libran, E. C. (2006). Personality Dimensions and Subjective Well-being. *Spanish Journal of Psychology*, 9, (1), 38-44

- Lucas, R. E., & Diener, E. (2008). Personality and Subjective Well-Being. I John, O.P., Robins, R. W., & Pervin, L. A. (Red.), *Handbook of personality. Theory and research. Third edition.* (s. 795-814). New York: The Guilford Press.
- Lykken, D., & Tellegen, A., 1996. Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science*, 7, 186–189.
- Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than others? The role of cognitive and motivational processes in well-being. *American Psychologist*, 56 (3), 239-249.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9 (2), 111-131.
- Magnus, K., Diener, E., Fujita, F., & Pavot, W. (1993). Extraversion and neuroticism as predictors of objective life events: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, (5), 1046-1053.
- Magnusson, K. (2014) Interpreting Cohen's d effect size: an interactive visualization. Hentet fra: <http://rpsychologist.com/d3/cohend/>
- Martinsen, Ø., Nordvik, H., & Østbø, L. E. (2003). *NEO-PI-R*. Oslo: Gyldendal.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T., (1992). Discriminant validity of NEO-PI-R facet scales. *Educational and Psychological Measurement*, 52, 229-237.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2008). The Five-factor Theory of Personality. I John, O. P., Robins, R. W., & Pervin, L. A. (Red.), *Handbook of personality. Theory and research. Third edition.* (s. 159-181). New York: The Guilford Press.
- McFatter, R. M. (1994). Interactions in predicting mood from extraversion and neuroticism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, (3), 570-578.
- McQuitty, L. L. (1954). Theories and Methods in Some Objective Assessments of Psychological Well-being. *Psychological Monographs: General and Applied*, 68, (14), 1954, 1-28.
- Miao, F. F., Koo, M., & Oishi, S. (2013). Subjective Well-being. I David, S. A., Boniwell, I., & Conley Ayers, A. (Red.), *The Oxford Handbook of Happiness* (s. 174-184). Oxford: Oxford University Press.
- Mischel, W. & Shoda, Y. (2008). Toward a Unified Theory of Personality: Integrating Dispositions and Processing Dynamics within the Cognitive-Affective Processing System. I John, O.P., Robins, R. W., & Pervin, L. A. (Red.), *Handbook of personality. Theory and research. Third edition.* (s. 208-241). New York: The Guilford Press.

- Nes, R. B, Røysamb, E., Tambs, K., Harris, J. R, & Reichborn-Kjennerud, T. (2006). Subjective well-being: genetic and environmental contributions to stability and change. *Psychological Medicine*, *36*, 1033–1042.
- Ozer, D. J., & Benet-Martínez, V. (2006). Personality and the Prediction of Consequential Outcomes. *Annual Review of Psychology*, *57*, 401-421.
- Pallant, J. (2007). *SPSS survival manual: A step by step guide to data analysis with SPSS for Windows*. New York: McGraw Hill.
- Pavot, W., & Diener, E. (1993) Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, *5*, (2), 164-172.
- Pavot, W., & Diener, E. (2008). The Satisfaction With Life Scale and the Emerging Construct of Life Satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, *3*, (2), 137-152.
- Pavot, W., & Diener, E. (2013). Happiness experienced: The Science of Subjective Well-being. I David, S. A., Boniwell, I., & Conley Ayers, A. (Red.), *The Oxford Handbook of Happiness*. (s. 134-151). Oxford: Oxford University Press.
- Piedmont, R. L. (1998). Ch. 3: Interpreting the Neo PI-R. I *The Revised NEO Personality Inventory. Clinical and research Applications*. (s. 79-112) Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Piedmont, R. L. (1998). Ch. 4: Profile Analysis Using the NEO PI-R. I *The Revised NEO Personality Inventory. Clinical and research Applications*. (s. 113-164) Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Pinquart, M. & Sörensen, S. (2001). Gender Differences in Self-Concept and Psychological Well-Being in Old Age: A Meta-Analysis. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*, *56*, (4), 195–213.
- Quevedo, R. J. M., & Abella, M. C. (2011). Well-being and personality: Facet-level analyses. *Personality and Individual Differences*, *50* (2), 206-211.
- Quoidbach, J., Berry, E. V., Hansenne, M., & Mikolajczak, M. (2010). Positive emotion regulation and well-being: Comparing the impact of eight savoring and dampening strategies. *Personality and Individual Differences*, *49*, 368–373
- Ryff, C. D. (2008). Challenges and Opportunities at the Interface of Aging, Personality, and Well-Being. I John, O.P., Robins, R. W., & Pervin, L. A. (Red.), *Handbook of personality. Theory and research. Third edition*. (s. 399-418). New York: The Guilford Press.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, *69*, (4), 719-727

- Røysamb, E., Harris, J. R., Magnus, P., Vittersø, J. & Tambs, K. (2002). Subjective well-being: sex-specific effects of genetic and environmental factors. *Personality and Individual Differences*, 32, 211–223.
- Røysamb, E., Nes, R. B., & Vittersø, J. (2014). Well-Being: Heritable and Changeable. I Sheldon, K. M., & Lucas, R. E. (Red.), *Stability of Happiness Theories and Evidence on Whether Happiness Can Change* (s. 9-36). London: Elsevier
- Røysamb, E., Tambs, K., Reichborn-Kjennerud, T., Neale, M., & Harris J., R. (2003). Happiness and Health: Environmental and Genetic Contributions to the Relationship Between Subjective Well-Being, Perceived Health, and Somatic Illness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85 (6), 1136–1146. DOI: 10.1037/0022-3514.85.6.1136.
- Sapolsky, R. M. (1999). The Physiology and Pathophysiology of Unhappiness. I Kahneman, D., Diener, E., & Schwartz, N. (Red.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (s. 453-469). New York: Russell Sage Foundation.
- Schimmack, U., Diener, E., & Oishi, S. (2002). Life-Satisfaction Is a Momentary Judgment and a Stable Personality Characteristic: The Use of Chronically Accessible and Stable Sources. *Journal of Personality*, 70, (3), 345–384.
- Schimmack, U., Oishi, S. R., Furr, M., & Funder, D. C. (2004). Personality and life satisfaction: a facet-level analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30 (8), 1062-75. Doi: 10.1177/0146167204264292.
- Schimmack, U., Radhakrishnan, P., Oishi, S., Dzokoto, V., & Ahadi, S. (2002). Culture, Personality, and Subjective Well-Being: Integrating Process Models of Life Satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, (4), 582–593.
- Schwartz, N. & Strack, F. (1999). Reports of Subjective Well-Being: Judgmental Processes and Their Methodological Implications. I Kahneman, D., Diener, E., & Schwartz, N. (Red.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (s. 61-84). New York: Russell Sage Foundation.
- Shanahan, M. J., Hill, P. L., Roberts, B. W., Eccles, J., & Friedman, H. S. (2012). Conscientiousness, Health, and Aging: The Life Course of Personality Model. *Developmental Psychology*, 50, (5), 1407–1425.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55 (1), 5-14. DOI: 10.1037/0003-066X.56.1.89
- Steel, P., Schmidt, J., & Shultz, J. (2008). Refining the Relationship between Personality and Subjective Well-being. *Psychological Bulletin*, 134 (1), 138-161.

- Stephan, Y. (2009). Openness to experience and active older adults' life satisfaction: A trait and facet-level analysis. *Personality and Individual Differences, 47*, 637–641.
- Suh, E., Diener, E., & Fujita, F. (1996). Events and subjective well-being: only recent events matter. *Journal of Personality and Social Psychology, 70* (5), 1091-1102.
- Veenhoven, R. (1996). Developments in satisfaction-research. *Social Indicators Research, 37* (1), 1-46.
- Vittersø, J. (2001). Personality traits and subjective well-being: emotional stability, not extraversion, is probably the important predictor. *Personality and Individual Differences, 31*, (6), 903-914.
- Vittersø, J., & Nilsen, F. (2002). The Conceptual and Relational Structure of Subjective Well-Being, Neuroticism, and Extraversion: Once again, Neuroticism is the important Predictor of Happiness. *Social Indicators Research, 57*, 89-118.
- Vittersø, J. (2009). Satisfaction with Life Scale. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening, 46*, (8), 757-758.
- Walker, S. S., & Schimmack, U. (2008). Validity of a happiness Implicit Association Test as a measure of subjective well-being. *Journal of Research in Personality, 42*, 490–497. DOI: 10.1016/j.jrp.2007.07.005
- West, S. G., Finch, J. F., & Curran, P. J. (1995). Structural equation models with nonnormal variables: problems and remedies. I Hoyle, R. H. (Red.). *Structural equation modeling: Concepts, issues and applications*. (s. 56-75). Newbery Park, CA: Sage.
- Widiger, T. A., & Smith, G. T. (2008). Personality and Psychopathology. I John, O.P., Robins, R. W., & Pervin, L. A. (Red.), *Handbook of personality. Theory and research. Third edition*. (s. 743-769). New York: The Guilford Press.
- Wood, A. M., & Tarrier, N. (2010). Positive Clinical Psychology: A new vision and strategy for integrated research and practice. *Clinical Psychological Review, 30*, (7), 819-829.
- Wood, W., Rhodes, N., & Whelan, M. (1989). Sex Differences in Positive Well-Being: A Consideration of Emotional Style and Marital Status. *Psychological Bulletin, 106*, (2), 249-264.
- World Health Organization. (1948). *WHO definition of Health*. Hentet fra: <http://www.who.int/about/definition/en/print.html>.
- Ziegler, A. (2011). Generalized Estimating Equations, Lecture Notes in Statistics 204, Springer Science & Business Media.
- Østbø, L. E., & Nordvik, H. (2008). Personlighetsinventoriet NEO-PI-R: Klinisk validitet. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening, 45*, 845-848.

Vedlegg

«Spørreskjema om helseplager, personlighet og livskvalitet»

Spørreskjema om helseplager, personlighet og livskvalitet

+

+

Skjemaet skal leses av en maskin. Derfor er det viktig å bruke blå eller sort kulepenn og skrive tydelig.

- I de små avkrysningsboksene setter du et kryss for det svaret som du mener passer best, slik:
- Hvis du mener at du har satt kryss i feil boks, kan du rette det ved å fylle boksen helt, slik:

Oppgi dag, måned og år for utfylling av skjemaet

dag

måned

år

(skriv årstall med 4 tall, f.eks. 2010)

Demografiske opplysninger

1. Kjønn:

- Kvinne
 Mann

2. Fødselsår:

+

3. Sivilstand:

(sett kun ett kryss)

- Alene Enke/enkemann
 Gift Skilt
 Samboende Separert
 Partnerskap

+

4. Utdanning:

(sett kun ett kryss for høyeste utdanning du har fullført)

- Grunnskole
 Videregående skole/gymnas
 Fagbrev/fagutdanning
 Høyskole/universitet inntil 3 år
(*cand.mag., bachelor, sykepleier, lærer, ingeniør mv.*)
 Høyskole/universitet over 3 år
(*hovedfag, embetseksamen, master mv.*)
 Annet: _____

5. Yrke:

6. Ansettelsesforhold:

- Heltidsjobb
 Deltidsjobb
 Under utdanning
 Deltidsjobb og under utdanning
 Pensjonert
 Trygdet/Attføring
 Arbeidssøkende
 Annet *beskriv:*

Levevaner

7. Driver du noen form for regelmessig trening/fysisk aktivitet?

- Aldri
 1-3 ganger pr. måned
 1 gang pr. uke
 2 ganger pr. uke
 3 ganger eller mer pr. uke

Type aktivitet: _____

8. Hvor ofte er du så fysisk aktiv at du blir andpusten eller svett?

- Aldri
 Mindre enn 1 gang pr. uke
 1 gang pr. uke
 2 ganger pr. uke
 3-4 ganger pr. uke
 5 ganger pr. uke eller mer

+

Levevaner forts.

9. Hvor ofte drikker du alkohol for tiden?

- Aldri
 Sjeldnere enn 1 gang pr. måned
 Omtrent 1-3 ganger pr. måned
 Omtrent 1 gang pr. uke
 Omtrent 2-3 ganger pr uke +
 Omtrent 4-5 ganger pr. uke
 Omtrent 6-7 ganger pr. uke

10. Hvor mange enheter alkohol drikker du vanligvis når du nyter alkohol?

- Færre enn 1
 1-2
 3-4 +
 5-6
 7-9
 10 eller flere

Enheter alkohol

For å sammenligne ulike typer alkohol, spør vi etter det vi kaller alkoholenheter (= 1,5cl ren alkohol). I praksis betyr dette følgende:

1 glass (1/3 liter) øl	= 1 enhet
1 vinglass rød eller hvit vin	= 1 enhet
1 hetvinsglass, sherry eller annen hetvin	= 1 enhet
1 drammeglass brennevin eller likør	= 1 enhet
1 flaske rusbrus/cider	= 1 enhet

11. Røyker du nå for tiden?

Hvis ja, hvor mange sigaretter?

- Nei
 Av og til Sigaretter per uke
 Daglig Sigaretter per dag

Generelle helseopplysninger

12. Har du vært sengeliggende eller hatt nedsatt aktivitet i de daglige gjøremålene i løpet av de siste 14 dagene på grunn av sykdom, skade eller lidelse? (Sykdom/skade som har oppstått i 14-dagersperioden, eller som har oppstått tidligere og som har ført til sengeleie eller nedsatt aktivitet i perioden.)

- Nei
 Ja

Hvis ja, hvor mange dager med sykdom/nedsatt aktivitet?

+

13. Har du noen kjent sykdom?

- Nei
 Ja

Hvis ja, angi hvilke(n) _____

14. Har du noen funksjonshemming?

- Nei
 Ja

Hvis ja, angi type funksjonshemming: _____

15. Hvordan vurderer du din helse sånn i alminnelighet?

- Meget god
 God
 Verken god eller dårlig
 Dårlig
 Meget dårlig +

16. Hvor mye veier du (i hele kg)?

kg

+

17. Hvor høy er du?

cm

Smerter

19. Har du langvarige eller stadig tilbakevendende smerter som har vart i 3 måneder eller mer?

- Nei
 Ja

+

Hvis du har svart nei på dette spørsmålet, gå til spørsmål 25

+

20. Hvor lenge har du hatt disse smertene?

(Oppgi antall år og måneder eller hvis mindre enn et år, antall måneder.)

Antall år: Antall måneder:

21. Hvor ofte har du vanligvis disse smertene?

- Hele tiden, uten opphør
 Hver dag, men ikke hele tiden
 Hver uke, men ikke hver dag
 Sjeldnere enn hver uke

+

22. Hvor i kroppen har du det vondt? (Kryss av alt som passer)

Venstre side

- Skulder
 Arm / albue
 Hånd
 Hofte
 Lår / kne / legg
 Ankel / fot

Midten forfra

- Hode /ansikt
 Kjeve / kjeveledd
 Bryst
 Mage
 Underliv / kjønnsorganer

Midten bak

- Nakke
 Øvre del av ryggen
 Korsryggen

Høyre side

- Skulder
 Arm / albue
 Hånd
 Hofte
 Lår / kne / legg
 Ankel / fot

+

23. Kryss av på skalaen fra 0-10 hvor sterke du vil si at smertene vanligvis er

Ingen smerte	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Verst tenkelige smerte
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

24. Kryss av på skalaen fra 0-10 hvor sterke smertene er når de er på sitt sterkeste

Ingen smerte	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Verst tenkelige smerte
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

Smerte og ubehag i magen

25. Hvor ofte har du hatt ubehag eller smerte i magen i løpet av de siste 3 måneder?

- Ingen ganger
 1-2 dager pr. måned
 3 dager pr. måned
 1-4 dager i uka
 5-7 dager i uka

+

Hvis ingen ganger gå til spørsmål 31

26. Forkommer ubehaget / smertene bare i forbindelse med menstruasjon og ikke på andre tidspunkt? (Besvares kun av kvinner)

- Ja, bare i forbindelse med menstruasjon
- Nei, også på andre tidspunkt
- Ikke relevant – har ikke menstruasjon

+

27. Har du hatt ubehag / smerter i magen i 6 måneder eller mer?

- Nei
- Ja

28. Blir ubehaget / smertene i magen bedre eller borte etter at du har hatt avføring?

- Nei
- Ja

+

29. Begynner ubehaget / smertene i forbindelse med at du får enten hyppigere eller sjeldnere avføring?

- Nei
- Ja

30. Begynner ubehaget / smertene i forbindelse med at du får enten løsere eller fastere avføring?

- Nei
- Ja

Ubehag og frykt ved tannlegebesøk

Nedenfor er det fem spørsmål om hvordan du opplever det er å gå til tannlege. Les hvert spørsmål og kryss av for det som du synes passer best for deg. (Sett kun ett kryss for hvert spørsmål.)

31. Dersom du skulle gå til tannlegen i morgen, hva ville du føle?

- Jeg ville se frem til det som en ganske hyggelig opplevelse.
- Det ville være det samme for meg, ikke bety noe.
- Det ville gjøre meg litt urolig.
- Jeg ville bli redd for at det skulle bli ubehagelig og vondt.
- Jeg ville bli svært redd med tanke på hva tannlegen kanskje skulle gjøre.

+

32. Når du venter på tannlegens venteværelse, hvordan føler du deg da?

- Avslappet.
- Litt urolig.
- Anspent, nervøs.
- Redd, engstelig.
- Så redd at jeg av og til begynner å svette eller nesten føler meg syk.

33. Når du sitter i tannlegestolen og venter på at tannlegen skal begynne behandlingen, hvordan føler du deg da?

- Avslappet.
- Litt urolig.
- Anspent, nervøs.
- Redd, engstelig.
- Så redd at jeg av og til begynner å svette eller nesten føler meg syk.

+

34. Tenk at du sitter i tannlegestolen og skal få tennene rensset og pusset. Mens du sitter og venter på at tannlegen skal finne frem instrumentene som brukes til å skrape og pusse med, hvordan føler du deg da?

- Avslappet.
- Litt urolig.
- Anspent, nervøs.
- Redd, engstelig.
- Så redd at jeg av og til begynner å svette eller nesten føler meg syk.

+

35. Kryss av på skalaen fra 0-10 hvor smertefullt, jevnt over, du synes det er å gå til tannlegen

Ingen smerte	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Verst tenkelige smerte
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

+

Hvordan har du det nå

36. Nedenfor står fem utsagn om tilfredshet med livet som et hele. Vis hvor godt eller dårlig påstandene stemmer for deg og ditt liv ved å sette ett kryss for hvert utsagn.

	Svært uenig	Uenig	Litt uenig	Verken eller	Litt enig	Enig	Svært enig
På de fleste måter er livet mitt nær idealet mitt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mine livsforhold er utmerkede	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg er tilfreds med livet mitt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Så langt har jeg fått de viktige tingene jeg ønsker i livet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hvis jeg kunne leve livet på nytt, ville jeg nesten ikke forandret på noe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

+

37. Kryss av på skalaen om du de siste 14 dagene ikke har vært plaget, litt plaget, ganske plaget eller veldig plaget.

(Husk å sette kryss for hver plage).

	Ikke plaget	Litt plaget	Ganske plaget	Veldig plaget
Stadig redd eller engstelig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Føler deg anspent eller oppjaget	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Følelse av håpløshet mht fremtiden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nedtrykt, tungsindig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mye bekymret eller urolig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

+

38. De neste sidene inneholder 240 del-spørsmål. Les hvert spørsmål nøye og sett kryss for svaralternativet som passer best med hensyn til om du er enig eller uenig i utsagnet.

(Sett kun ett kryss for hvert spørsmål.)

Kryss av for **"Svært uenig"** dersom utsagnet er helt uriktig eller dersom du er svært uenig.

Kryss av for **"Uenig"** dersom utsagnet er nokså uriktig eller dersom du er uenig.

Kryss av for **"Nøytral"** dersom utsagnet er omtrent like riktig som uriktig, hvis du ikke kan bestemme deg, eller hvis du er nøytral med hensyn til utsagnet.

Kryss av for **"Enig"** dersom utsagnet stort sett er riktig eller hvis du er enig.

Kryss av for **"Svært enig"** dersom utsagnet er helt riktig eller dersom du er svært enig

Det er ingen riktige eller gale svar, og du trenger ikke å være en ekspert for å fylle ut spørreskjemaet. Beskriv deg selv på en ærlig måte og uttrykk dine meninger så nøyaktig du kan.

Besvar alle spørsmålene/utsagnene.

+

		Svært uenig	Uenig	Nøytral	Enig	Svært enig
+						
41	Noen ganger føler jeg meg fullstendig verdiløs.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
42	Noen ganger klarer jeg ikke å hevde meg så mye som jeg burde.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
43	Jeg har sjelden sterke følelser.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
44	Jeg forsøker å være høflig mot alle jeg møter.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
45	Noen ganger er jeg ikke så pålitelig eller til å stole på som jeg burde være.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
46	Jeg føler meg sjelden sjenert når jeg er blant folk.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
47	Når jeg gjør noe, gjør jeg det med stor iver og energi.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
48	Jeg synes det er interessant å lære og utvikle nye hobbyer.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
49	Jeg kan være sarkastisk og skarp når jeg må.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
50	Jeg har klare mål og arbeider systematisk for å nå dem.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
51	Jeg har problemer med å motstå mine lyster.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
52	Jeg ville ikke like å feriere på et sted med mye natteliv, spill og underholdning.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
53	Jeg synes filosofiske diskusjoner er kjedelige.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
54	Jeg vil helst ikke snakke om meg selv og det jeg har utrettet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
55	Jeg kaster bort mye tid før jeg kommer i gang med arbeidet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
56	Jeg føler at jeg er i stand til å mestre de fleste av mine problemer.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
57	Jeg har noen ganger opplevd intens glede eller ekstase.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
58	Jeg tror at lover og velferdspolitikker burde endres for å avspeile behovene i en verden i endring.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
59	Jeg er nøktern og usentimental i mine holdninger.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
60	Jeg tenker gjennom ting før jeg tar en beslutning.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
+						+
		Svært uenig	Uenig	Nøytral	Enig	Svært enig
61	Jeg føler meg sjelden redd eller engstelig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
62	Jeg er kjent som en varm og vennlig person.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
63	Jeg har et rikt fantasiliv.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
64	Jeg tror de fleste mennesker vil utnytte deg hvis du lar dem gjøre det.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
65	Jeg holder meg informert og tar vanligvis fornuftige avgjørelser.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
66	Jeg er kjent for å være en hissig og oppfarende person.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
67	Jeg foretrekker vanligvis å gjøre ting alene.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
68	Jeg synes det er kjedelig å se på ballett eller moderne dans.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
69	Jeg kunne ikke lure noen selv om jeg ønsket det.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
70	Jeg er ikke en utpreget systematisk person.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
71	Jeg er sjelden trist eller deprimert.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
72	Jeg har ofte vært leder i grupper jeg har tilhørt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
73	Det er viktig for meg hva jeg føler om ting.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
74	Noen mennesker ser på meg som kald og beregnende.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
75	Jeg betaler min gjeld punktlig og i sin helhet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
76	Til tider har jeg vært så skamfull at jeg bare har ønsket å gjemme meg.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
77	Jeg har en tendens til å arbeide langsamt, men jevnt og trutt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
78	Når jeg først finner den riktige måten å gjøre noe på, holder jeg meg til den.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
79	Jeg nøler med å uttrykke mitt sinne selv når det er berettiget.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
80	Når jeg starter et selvforbedringsopplegg, lar jeg det vanligvis skli ut etter noen få dager.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	+

		Svært uenig	Uenig	Nøytral	Enig	Svært enig
	+					
81	Jeg har ikke særlig problemer med å motstå fristelser.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
82	Jeg har av og til gjort ting bare for "kicket" eller spenningens skyld.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
83	Jeg liker å løse problemer eller "tankenøtter".	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
84	Jeg er bedre enn de fleste mennesker, og jeg vet det.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
85	Jeg er en produktiv person som alltid får arbeidet unna.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
86	Når jeg er svært stresset, føles det av og til som jeg går i stykker.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
87	Jeg er ikke en munter optimist.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
88	Jeg synes vi skal holde oss til våre religiøse autoriteter når det gjelder avgjørelser i moralske spørsmål.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
89	Vi kan aldri gjøre for mye for de fattige og de eldre.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
90	Av og til handler jeg først og tenker etterpå.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
91	Jeg føler meg ofte anspent og nervøs.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
92	Mange ser på meg som noe kald og fjern.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
93	Jeg liker ikke å kaste bort tiden på å dagdrømme.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
94	Jeg tror at de fleste mennesker jeg har med å gjøre er ærlige og til å stole på.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
95	Jeg kommer ofte opp i situasjoner uten å være fullt forberedt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
96	Jeg blir ikke betraktet som en nærtakende eller temperamentsfull person.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
97	Jeg føler virkelig behov for andre mennesker når jeg er lenge for meg selv.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
98	Jeg er fascinert av de mønstrene jeg finner i kunst og natur.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
99	Det å være helt ærlig er en dårlig måte å gjøre forretninger på.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
100	Jeg liker å ha alt på sin plass slik at jeg vet akkurat hvor det er.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	+					
		Svært uenig	Uenig	Nøytral	Enig	Svært enig
101	Jeg har av og til opplevd en dyp følelse av skyld eller synd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
102	I møter lar jeg vanligvis andre stå for snakkingen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
103	Jeg legger sjelden vekt på de følelser jeg har i øyeblikket.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
104	Jeg forsøker som regel å være omtenkstom og hensynsfull.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
105	Av og til jukser jeg når jeg legger kabal.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
106	Jeg blir ikke særlig forlegen om folk gjør narr av meg og erter meg.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
107	Jeg føler det ofte som om jeg strutter av energi.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
108	Jeg prøver ofte ny og fremmed mat.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
109	Hvis jeg ikke liker folk, lar jeg dem få vite det.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
110	Jeg arbeider hardt for å nå mine mål.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
111	Når jeg får livrettene mine, har jeg en tendens til å spise for mye.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
112	Jeg unngår helst filmer som er sjokkerende eller skremmende.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
113	Noen ganger mister jeg interessen når folk snakker om svært abstrakte, teoretiske ting.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
114	Jeg forsøker å være ydmyk.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
115	Jeg har problemer med å få meg selv til å gjøre det jeg burde gjøre.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
116	Jeg holder hodet kaldt i krisesituasjoner.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
117	Noen ganger bobler jeg av lykke.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
118	Jeg tror at de forskjellige oppfatninger av rett og galt som folk i andre samfunn har, kan være riktige for dem.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
119	Jeg har ingen sympati for tiggere.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
120	Jeg vurderer alltid konsekvensene før jeg handler.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

		Svært uenig	Uenig	Nøytral	Enig	Svært enig
	+					
161	Jeg har ikke høye tanker om meg selv.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
162	Jeg vil heller gå mine egne veier enn å være en leder for andre.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
163	Jeg registrerer sjelden stemninger eller følelser som ulike omgivelser kan skape.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
164	De fleste jeg kjenner, liker meg.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
165	Jeg holder meg strengt til mine etiske prinsipper.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
166	Jeg føler meg vel i nærvær av mine sjefer eller andre autoriteter.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
167	Det virker som om jeg vanligvis har det travelt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
168	Av og til gjør jeg forandringer i huset bare for å prøve noe annet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
169	Hvis noen starter en krangel, er jeg parat til å ta igjen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
170	Jeg anstrenger meg for å utrette så mye jeg kan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
171	Noen ganger spiser jeg så mye at jeg blir kvalm.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
172	Jeg elsker spenningen på berg og dalbaner.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
173	Jeg er lite interessert i å spekulere over universets natur eller menneskets vilkår.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
174	Jeg føler ikke at jeg er bedre enn andre, uansett hvilken tilstand de er i.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
175	Når et prosjekt blir for vanskelig, er jeg tilbøyelig til å starte på et nytt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
176	Jeg greier meg ganske bra i en krise.	+	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
177	Jeg er en munter, livlig person	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
178	Jeg anser meg selv for å være vidsynt og tolerant overfor andre menneskers livsstil.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
179	Jeg mener at alle mennesker fortjener respekt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
180	Jeg tar sjelden forhastede avgjørelser.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	+					+
		Svært uenig	Uenig	Nøytral	Enig	Svært enig
181	Jeg har færre redsler enn folk flest.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
182	Jeg er sterkt følelsesmessig knyttet til vennene mine.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
183	Som barn likte jeg sjelden fantasilek.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
184	Jeg pleier å tro det beste om folk.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
185	Jeg er en svært kompetent person.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
186	Til tider har jeg følt meg harm og forbitret.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
187	Sosiale sammenkomster er vanligvis kjedelige for meg.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
188	Noen ganger når jeg leser dikt eller ser et kunstverk, føler jeg en gysning eller en bølge av begeistring.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
189	Til tider herser eller smiser jeg med folk for å få dem til å gjøre det jeg vil.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
190	Jeg er ikke tvangsmessig opptatt av rengjøring.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
191	Noen ganger ser alt nokså trist og håpløst ut for meg.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
192	I samtaler har jeg en tendens til å stå for det meste av snakkingen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
193	Jeg synes det er lett å være empatisk - å selv føle det andre føler.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
194	Jeg ser på meg selv som en nestekjærlig person.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
195	Jeg forsøker å gjøre ting nøyaktig slik at de ikke må gjøres om igjen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
196	Hvis jeg har sagt eller gjort noe galt mot noen, har jeg fryktelig vanskelig for å se dem i øynene etterpå.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
197	Livet mitt er hektisk.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
198	Når jeg skal feriere, foretrekker jeg å dra tilbake til et kjent og kjært sted.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
199	Jeg er sta og egenrådig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
200	Jeg streber etter å gjøre det utmerket i alt jeg gjør.	+	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

			Svært uenig	Uenig	Nøytral	Enig	Svært enig
	+						
201	Noen ganger gjør jeg ting på impuls som jeg senere angrer på.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
202	Jeg er tiltrukket av sterke farger og en prangende stil.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
203	Jeg har mye intellektuell nysgjerrighet.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
204	Jeg vil heller rose andre enn selv bli rost.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
205	Det er så mange småjobber som må gjøres at jeg av og til ganske enkelt ignorerer dem.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
206	Når alt ser ut til å gå galt, kan jeg likevel ta gode avgjørelser.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
207	Jeg benytter sjelden ord som "fantastisk" eller "sensasjonelt" for å beskrive mine opplevelser.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
208	Jeg mener at hvis folk ikke vet hva de tror på når de er 25, er det noe galt med dem.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
209	Jeg har sympati for dem som har vært mindre heldige enn meg.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
210	Jeg planlegger nøye på forhånd før jeg skal ut på en reise.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
211	Av og til får jeg skremmende tanker.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
212	Jeg er personlig interessert i de menneskene jeg arbeider sammen med.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
213	Jeg ville ha vansker med bare å la tankene vandre uten kontroll eller styring.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
214	Jeg har stor tiltro til menneskets natur.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
215	Jeg er effektiv og produktiv i mitt arbeid.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
216	Selv mindre ergrelser kan være frustrerende for meg.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	+						
217	Jeg liker selskaper med mange mennesker.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
218	Jeg liker å lese dikt som legger vekt på følelser og forestillinger fremfor rene fortellinger.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
219	Jeg er stolt av min skarpsindighet i å håndtere mennesker.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
220	Jeg bruker mye tid på å lete etter ting jeg har forlagt.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
			Svært uenig	Uenig	Nøytral	Enig	Svært enig
221	Når noe går galt, blir jeg altfor ofte motløs og får lyst til å gi opp.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
222	Det er ikke lett for meg å ta føringen i en situasjon.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
223	Merkelige ting - som visse dufter eller navn på fjerne steder - kan vekke sterke sinnstemninger i meg.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
224	Jeg strekker meg langt for å hjelpe andre mennesker hvis jeg kan.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
225	Jeg må virkelig være syk for å bli borte fra jobben en dag.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
226	Når folk jeg kjenner gjør noe dumt, blir jeg flau på deres vegne.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	+						
227	Jeg er en svært aktiv person.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
228	Jeg følger alltid den samme ruten når jeg skal et sted.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
229	Jeg kommer ofte opp i argumentering/uenighet med min familie og mine kolleger.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
230	Jeg er litt av en arbeidsnarkoman.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
231	Jeg er alltid i stand til å holde mine følelser under kontroll		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
232	Jeg liker å være i tilskuermengden ved sportsarrangementer.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
233	Jeg har et vidt spekter av intellektuelle interesser.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
234	Jeg er en suveren person.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
235	Jeg har stor selvdisiplin.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
236	Jeg er ganske følelsesmessig stabil.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
237	Jeg har lett for å le.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
238	Jeg mener at den "nye moral", som tillater det meste, ikke er noen moral i det hele tatt.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
239	Jeg vil heller være kjent som "barmhjertig" enn som "rettferdig".		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
240	Jeg tenker meg om to ganger før jeg svarer på et spørsmål.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
			Svært uenig	Uenig	Nøytral	Enig	Svært enig
Vennligst svar på følgende:							
Jeg har forsøkt å besvare alle spørsmålene på en ærlig og nøyaktig måte.			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

+

Tusen takk for hjelpen!

+