

# Usunn ulikhet



Kari Frank  
spesialrådgiver i Norsk psykologforening

*Følelsen av forskjell* utfordrer den vanlige forståelsen av at det er fattigdom, ikke ulikhet, som er roten til mye uhelse.



**KEITH PAYNE** *Følelsen av forskjell.* # Slik påvirker ulikhet# hvordan vi tenker, lever# og dør, Res Publica, 2018. 237 sider

Økonomer, sosiologer og statsvitere har lange tradisjoner for å beskrive samfunnsutviklingen, analyser og løsninger på utfordringer. Psykologiprofessoren Keith Payne bidrar med verdifullt supplement i boka *Følelsen av forskjell*. Her får vi konkrete tips som kan anvendes i en rekke roller, som i klinikk, undervisning og på systemnivå. Forskningsformidlingen og mange av eksemplene inspirerer dessuten til nye refleksjoner over kjente tema. De kan være utgangspunkt for fornyelse av diskusjoner internt blant psykologer og på tvers blant samfunnsaktører. Forfatteren tydeliggjør også psykologiske aspekter ved ulikhet i boka.

## På kort og lang sikt

Hvordan tenker og lever mennesker som opplever seg på de nederste trinnene i det forfatteren kaller den sosiale stigen? Når man får folk til å føle seg rike, vil de få et langsiktig perspektiv, skriver

Payne. Det er den relative følelsen av å være tilfreds, å ha tid og rom til å gjøre vurderinger, som er avgjørende. Vi vet at det er forskjeller i gjennomsnittlig livslengde mellom ulike geografiske områder. Det kan tilsynelatende være bare en elv som skiller områdene med store forskjeller. Hva mer bidrar til forskjellene? Evnen til å tenke langsiktig og til å veie ulike fordeler opp mot ulike ulemper ved handlingsalternativer krever tid og rom. Hvis erfaringen din er at folk i nabolag og familie dør tidlig og ofte lever mange år med store belastninger, som f.eks. sykdom, kan nettopp tid og rom oppleves som knappe ressurser. Paynes røde tråd er at ulikhet gjør oss villige til å ofre en trygg fremtid mot umiddelbar behovstilfredsstillelse. Det innebærer at når man lever i en situasjon med dårlig økonomi, påvirker det tankemønsteret. Rent praktisk lever man mer fra hånd til munn. I tillegg blir man i mindre grad fokusert på langsiktige løsninger og i større grad på umiddelbar behovstilfredsstillelse, også i situasjoner hvor det ikke er tvingende nødvendig. Risikoviljen er stor for å oppnå noe som kunne endre situasjonen radikalt. Pengespill er et eksempel.

Den sosiale ulikheten har gradforskjeller, som kan illustreres med en sosial stige der det er forskjeller mellom det nederste trinnet, det nestnederste og gradvis opp til det øverste. For hvert trinn man går opp på inntektsstigen, øker helse og livskvalitet, statistisk sett. Hvert trinn på stigen utgjør en vesentlig forskjell, og opplevelsen av hvor på stigen vi står, blir vektlagt av forfatteren. Payne mener at løsningen er å redusere lengden på den sosiale stigen. Kortere stige øker den sosiale mobiliteten mer enn lengre stiger gjør. USA er eksempel på land med svært store forskjeller mellom øverste og nederste trinn på stigen, mens Norge er blant landene med kortest avstand mellom øverste og nederste trinn. En kortere stige bidrar til at forskjellene blir mindre.

*Følelsen av forskjell* består av anekdoter, fortellinger, beskrivelse av forskningsforsøk og -resultater, uten inngående beskrivelse av statistikk. I de beste sekvensene får jeg en opplevelse av å være til stede på Keith Paynes forelesninger. Slike man håper varer lenge. Kombinasjonen av rollen som psykologiprofessor ved Universitetet i Nord-Carolina og balansert formidler av egne erfaringer og tidlige refleksjoner om forskjell og fattigdom, gir boka legitimitet. Språket er lett, uten at boka blir lettbeint. Den blir i stedet tilgjengelig for flere enn akademikere.

## Livssjanser

Denne anmeldelsen er skrevet med utgangspunkt i rollen jeg har i Psykologforeningen, der jeg arbeider spesielt med hovedsatsningen «Forebygging for barn og unge». Sentralstyret har vedtatt at universelle og selektive tiltak skal vektlegges, samt at sosial utjevning er en overbygning for satsningen. Hvorfor er sosiale forskjeller relevant i forebygging for barn og unge? I oppvekstrapporten 217 understreker FAFO-direktør Tone Fløtten at det nå er barn som er mest utsatt for å leve med relativ fattigdom i Norge, og at dette er knyttet til risiko for utenforskap i utdanning og yrkesliv, dårligere psykisk helse og redusert mulighet for sosial deltakelse. Hva har *Følelsen av forskjell* å tilføre psykologers kunnskap om relativ fattigdom?

Payne bidrar til å utdype psykologiske sider ved ulikhet for individer og samfunn, og kritiserer både høyre- og venstresiden i politikken for mangel på gode svar og løsninger. Hvordan kan vi fastslå hvilken grad av ulikhet som er «for stor»? Dette har selvsagt ikke et entydig svar, men Payne belyser spørsmålet blant annet ved å trekke frem teorien om «Uvitenhetens slør». Det er et tankeeksperiment, som er en del av den politiske filosofen John Rawls teori om rettferdighet:

“Tenk deg at du våknet fra en dyp søvn på en reise i det ytre rom, og du husker ingenting om hvem du er. Du vet ikke om du er rik eller fattig. Du vet ikke om du er sterk eller svak, smart eller



mindre begavet. Idet romskipet nærmer seg en ny planet, må du velge et av mange samfunn du helst vil leve i. Problemet er at du ikke aner hvilken posisjon du vil få i den gruppen du velger.”

Alternativene som skisseres, er: et samfunn med utrolig stor ulikhet, i det andre er ulikheten mindre, men fortsatt til stede, og i et tredje alternativ er det kun små forskjeller. Rawls hevdet at de fleste ville velge et egalitært samfunn der en var sikret at også det verste utfallet var til å leve med.

### *Boka er gjennomsyret av eksempler på hvordan selvvurderingen sier mer om folks helse enn objektive kriterier som inntekt og utdanning*

Payne utdyper sammenhenger mellom kroniske belastninger og helse, blant annet ved å beskrive stressmekanismer på en lett tilgjengelig måte. Et gjennomgående dilemma i boka er: Skal vi avfinne oss med situasjonen uavhengig av hvor vi befinner oss i statushierarkiet, eller skal vi alltid bestrebe oss på å nå frem til noen som er høyere opp? I avsnittene om stress utdyper han både kraften og risikoen som kan ligge i subjektive sosiale sammenligninger. Å ha ambisjoner om å nå høyere opp på den sosiale stigen kan gi kraft til å lykkes med det – eller man kan risikere stadige knuste drømmer. Å utvikle fremtidstro handler ikke nødvendigvis om å klatre høyest, men kanskje heller om å kjenne seg trygg på at man har rimelige muligheter til et godt liv.

Desto lavere på stigen man befinner seg, desto større er risikoen for bruk av dop, røyk og usunn mat. Korrelasjonene er kjente, mens mekanismene som bidrar til disse sammenhengene, kanskje er mer mangefasettete enn vi foreløpig har klart å beskrive godt. Payne understreker poenget med at de som føler seg «akterutseilt», har større risiko for lite helsefremmende livsstil. Hvem vi velger å sammenligne oss med, hvilke ambisjoner vi har, og hva vi opplever at vi er berettiget til, har betydning for om følelsen av å være «akterutseilt» gjør seg gjeldende i vårt liv. Den subjektive opplevelsen har ofte sammenheng med objektive forhold knyttet til hvor på stigen vi befinner oss. Videre gjør Payne et poeng av at i områder med store forskjeller er det større risiko for at livsstilen til mennesker i alle samfunnslagene blir mindre sunn. Dette er det verdt å ta på alvor og viktig å drøfte i en norsk sammenheng.

## **Forfatter med integritet**

Payne mestrer kunsten å formidle innsiktsfullt, respektfullt og balansert om f.eks. livsstil og sosiale lag. Allerede i første kapittel, der han stiller spørsmålet «Hvorfor er det like vondt å føle seg fattig som å være fattig?», opparbeider han seg legitimitet til å befatte seg med temaet. Hans personlige beretning om endringsøyeblikket, fra han følte seg som en vanlig gutt til å føle seg fattig, gjør inntrykk. Endringer i familiens økonomi til det verre var ikke grunnlaget for følelsen av forskjell, men at den nye medarbeideren i kantina ikke var gjort kjent med at han var blant dem som skulle ha gratis lunsj. Boka er gjennomsyret av eksempler på hvordan selvvurderingen sier mer om folks helse enn objektive kriterier som inntekt og utdanning. Det engelske uttrykket «How poverty gets under the skin», har ikke noen god oversettelse på norsk, men Paynes fortelling fra kantina kryper under huden på meg som leser. Hans trippelkompetanse som omfatter egne erfaringer, psykolog- og forskerkompetanse, gir boka flere dimensjoner.

I bokas siste kapittel oppsummerer Payne mulige strategier for det jeg forstår som bedre livskvalitet i samfunn, og som stimulerer til tillit og demokratisk innstilling. Strategiene han presenterer, er kortere sosiale stiger, forsiktig sammenligning med andre og oppmerksomhet om andre verdier enn materiell status. Ulikhet skapes minst like mye av de rikes rikdom som av de fattiges

fattigdom, derfor er inntektsutviklingen for de øverste trinnene i stigen blant hovedpoengene til Payne. I hvilken grad enkeltpersoner blir påminnet andres rikdom, har betydning for helsen vår, og han gir blant annet eksempler på at det å bo under kummerlige forhold samtidig som man ser gjennom vinduet til et «møblert hjem», bidrar til å øke blodtrykket.



Hvis du ønsker økt psykologisk forståelse av hvordan for stor grad av ulikhet kan undergrave mange av kvalitetene ved samfunnet vårt, kan jeg anbefale boka. Til deg som er kliniker, som underviser, er tjenesteutvikler eller beslutningstaker, er det en rekke interessante forskningsresultater og eksempler som kan benyttes til å illustrere ulikhet. *Følelsen av forskjell* bringer inn relevante, psykologiske aspekter knyttet til betydningen av forskjell, ikke bare for enkeltindivider, men også for samfunnet som helhet.