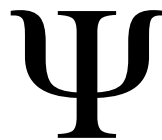




**DET PSYKOLOGISKE FAKULTET**



*I hvilken grad har opplevd emosjonell støtte betydning for  
livstilfredshet hos norske barn og ungdommer?*

HOVEDOPPGAVE

*profesjonsstudiet i psykologi*

**Linn Winther Berge  
Ina Øyen Monsson**

Høst 2015

Veileder  
Bente Wold

## Innholdsfortegnelse

Forord.....	6
Sammendrag.....	7
Abstract.....	8
I hvilken grad har opplevd emosjonell støtte fra foreldre og bestevenn betydning for livstilfredshet hos norske barn og ungdom?.....	9
Definisjoner.....	10
Livstilfredshet.....	10
Måling av livstilfredshet.....	11
Sosial støtte.....	11
Måling av sosial støtte.....	12
Emosjonell støtte.....	12
Opplevd emosjonell støtte gjennom samtale.....	13
Teori.....	13
Sammenhengen mellom opplevd støtte og livstilfredshet.....	13
Sosioøkonomisk status.....	15
Ulike kilder til støtte.....	15
Foreldre.....	15
Venner.....	16
Endringer i opplevd støtte og betydningen for livstilfredshet fra barndom til ungdomsalder.....	17
Kjønnforskjeller i opplevd støtte og betydningen for livstilfredshet.....	19
Empiri.....	21
Livstilfredshet.....	21
Betydningen av opplevd støtte for livstilfredshet.....	21

Sosioøkonomisk status.....	23
Ulike kilder til opplevd støtte og betydning for livstilfredshet.....	24
Foreldre.....	24
Venner.....	24
Endringer i opplevd støtte og betydningen for livstilfredshet fra barndom til ungdoms alder.....	25
Kjønnsforskjeller i opplevd støtte og betydningen for livstilfredshet.....	28
Hensikt med oppgaven.....	30
Metode.....	31
Helsevaner blant skoleelever.....	31
Utvalg.....	31
Prosedyre.....	32
Etiske hensyn.....	32
Spørreskjemaet.....	33
Måleinstrumenter.....	33
Livstilfredshet.....	33
Opplevd emosjonell støtte.....	34
Sosioøkonomisk status.....	35
Statistiske analyser.....	35
Resultater.....	36
Familiestruktur.....	36
Livstilfredshet.....	36
Opplevd emosjonell støtte.....	38
Betydningen av ulike kilder til opplevd emosjonell støtte og livstilfredshet.....	39
Diskusjon.....	43

Forskjeller i livstilfredshet på tvers av alder og kjønn.....	44
Opplevd emosjonell støtte.....	46
Betydningen av opplevd emosjonell støtte fra foreldre og bestevenn for livstilfredshet.....	47
I hvilken grad kan det sees en additiv effekt av flere støttende relasjoner på livstilfredshet, på tvers av alder og kjønn?.....	50
Den modererende effekten av sosioøkonomisk status.....	52
Styrker og begrensninger.....	53
Kliniske implikasjoner.....	54
Videre forskning.....	55
Konklusjon.....	56
Referanser.....	57
Appendiks.....	76

### **Forord**

Arbeidet med denne oppgaven har vært både lærerikt og inspirerende. I skriveprosessen har vi tilegnet oss verdifull læring om egen motivasjon og ønsker for fremtidig arbeid. Vi ønsker å gi en spesiell takk til vår veileder Bente Wold for verdifulle ideer, tilbakemeldinger og støtte. Vi ønsker også å takke alle våre nære for alltid å ha trodd på oss, en støtte som bidratt til vår tro på oss selv og vårt arbeid.

### Sammendrag

I ungdomsalder skjer det mange store endringer i den unges liv. Det er observert en tendens til at ungdom generelt opplever mindre tilfredshet med livet enn tidligere, og ungdommens nære relasjoner endrer seg. Opplevd emosjonell støtte er funnet å være den formen for støtte som har sterkest sammenheng med faktorer som er viktige for livstilfredshet, som opplevelse av egenverdi og tilhørighet. Oppgavens hensikt er å utforske hvilken betydning opplevd emosjonell støtte fra foreldre og bestevenn har for livstilfredshet, og om det foreligger alders- og kjønnsforskjeller. Utvalget består av norske elever i alderen 11 og 15 år ( $n = 3024$ ), og datamaterialet er hentet fra HEVAS-undersøkelsen 2009/2010. Resultatene viser at opplevd emosjonell støtte fra foreldre og bestevenn har vesentlig betydning for elevenes livstilfredshet. Støtte fra foreldre hadde en større betydning enn støtte fra bestevenn. Opplevd emosjonell støtte ble funnet å ha noe større betydning for livstilfredshet hos 15-åringene, og en større betydning hos jentene. Ved kontrollering for sosioøkonomisk status ble det funnet interaksjon mellom foreldrestøtte og støtte fra bestevenn. Vi konkluderer med at opplevd emosjonell støtte fra foreldre og bestevenn er av stor betydning for barn og ungdom, målt ved grad av livstilfredshet. Videre forskning og intervensjoner bør vektlegge helsefremmende intervensjoner hos ungdom, og samtidig være klar over at jenter kan ha en økt risiko for nedsatt livstilfredshet ved lav opplevd støtte.

### **Abstract**

Relational changes takes place during adolescence, and there is a tendency to decreased life satisfaction compared to childhood. Percieved emotional support is the support resource with the strongest link to factors relevant to high life satisfaction, such as percieved self-worth and belonging. Our purpose was to investigate the degree to which percieved emotional support from parents and best friends have an impact on life satisfaction, and to which degree there are age and gender differences. Our sample consists of Norwegian 11 and 15 year olds ( $n = 3024$ ) and our data is collected from the HEVAS-investigation 2009/2010. Our results clearly show that percieved emotional support from parents and best friends have an impact on the life satisfaction. Support from parents was found to have the strongest impact. Percieved emotional support was also found to have greater impact on the life satisfaction of 15 year olds, and a greater impact was also found in girls. When controlling for socioeconomic status, we found an interaction between the two different sources of support. We conclude that percieved emotional support has great importance for young children and adolescence, measured by their level of life satisfaction. Future research and health policy should consider health promoting interventions amongst adolescents, and be considerate of the hightened risk of lowered life satisfaction from low levels of percieved emotional support found in girls.



## **I hvilken grad har opplevd emosjonell støtte fra foreldre og bestevenn betydning for livstilfredshet hos norske barn og ungdommer?**

Forståelsen av barn og unges psykiske helse er i endring, fra et fokus på å redde barn i risiko til et fokus på å fremme barns utvikling og livstilfredshet. Denne endringen har blant annet skjedd i tråd med FNs barnekonvensjon vedtatt i 1989 og inntoget av positiv psykologi mot slutten av 1990-tallet (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Psykisk helse blir av Verdens Helseorganisasjon definert som en tilstand av velvære der individet kan realisere sine muligheter, kan håndtere normale stress-situasjoner i livet, kan arbeide på en fruktbar og produktiv måte og er i stand til å bidra overfor andre og samfunnet (WHO, 2001). I dette ligger det en forståelse av at psykisk helse er langt mer enn bare fravær av psykisk lidelse. Livstilfredshet er en av de fremste indikatorene på psykisk helse, og sees ofte som et synonym med lykke og et godt liv (Diener, 1994). Høy livstilfredshet er derfor et mål i seg selv, samtidig som det er dokumentert å være predikerende for en rekke positive utfall (Gilman & Huebner, 2006; Proctor, Linley & Maltby, 2010; Proctor, Linkey & Malby, 2009).

De fleste barn og unge, både i Norge og andre land, rapporterer høy livstilfredshet (Dew & Hubener, 1994; Helland & Mathiesen, 2009; Huebner, Drane, Valois, 2000; Nickerson & Nagle, 2005). Likevel er det noen som faller under gjennomsnittet, særlig i ungdomsalder. En generell tendens til nedgang i livstilfredshet er blitt observert på tvers av land, fra 12-13-års alder (Bisegger, Cloetta, von Rueden, Abel & Ravens-Sieberer, 2005). I ungdomstiden skjer det mange fysiologiske, kognitive og psykososiale endringer som kan være utfordrende for den unge, og utfall av ulike utviklingsoppgaver kan ha betydning for livstilfredshet og senere fungering. Spesielt viktig for livstilfredshet, både i barndom og ungdomsalder, er den sosiale støtten barnet opplever, og nærhet til trygge og støttende voksne som er sensitive for barnets behov, vil også være avgjørende for den psykososiale utviklingen (Ainsworth, 1979; Allen, Moore, Kuperminc & Bell, 1998). Venner blir med økende alder en

viktig kilde til støtte. En følelse av å bli sett og forstått, og at andre anerkjenner deg for den du er, bidrar til økt selvtillit og selvfølelse (Cutrona, 1986), og til at man opprettholder et positivt syn på andre mennesker som tilgjengelige og støttende (Stroebe & Stroebe, 1996). Opplevd emosjonell støtte fra nære relasjoner, der det å dele tanker og følelser er trygt, har sterk sammenheng med opplevelse av egenverdi og selvfølelse, og alle predikerer høye nivå av livstilfredshet (Burlison, 2003; Cohen & Wills, 1985; Ma & Huebner, 2008).

I tråd med økt kunnskap om positive utfall assosiert med høy livstilfredshet, er det nå økt fokus innenfor helsefremmende og forebyggende tiltak å forbedre barns liv, gjennom å fremme styrker og ressurser hos barn og i miljøet som barnet vokser opp i (Major et al., 2011).

## **Definisjoner**

### **Livstilfredshet**

I forsøk på å definere ulike aspekter ved psykisk helse er flere ulike begreper og indikatorer foreslått. Begreper som lykke, positive følelser, subjektiv velvære (“subjective well-being”, SWB), opplevd livskvalitet (“perceived quality of life”, PQOL) og livstilfredshet blir ofte brukt om hverandre (Gilman & Huebner, 2000; Huebner, 1991a; Levin & Currie, 2014). Subjektiv velvære er ansett å bestå av tre ulike, men relaterte begreper; tilstedeværelse av positive følelser, fravær av negative følelser og livstilfredshet (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999). Når livstilfredshet blir brukt som indikator på psykisk helse tas det utgangspunkt i at velvære består av en kognitiv og informert vurdering av livsomstendigheter, enten som en helhetlig vurdering, eller en vurdering av ulike viktige områder i livet, som familie, venner eller skole (Diener, Scollon & Lucas, 2003; Huebner, 1994; Huebner, Suldo, Smith & McKnight, 2004). Livstilfredshet har også blitt definert som en persons subjektive evaluering av i hvilken grad ens viktigste behov, mål og ønsker har blitt oppfylt (Frisch, 1998). Det legges altså til grunn at livstilfredshet først og fremst består av personens egne

opplevelser og oppfatninger. Viktigheten av en subjektiv tilnærming til psykisk helse har også fått økt anerkjennelse innen forskning på barn og unge, da barns stemmer må bli hørt dersom en fullt ut skal forstå deres opplevelser (Ben-Arieh, 2010). I denne oppgaven vil psykisk helse bli konseptualisert som livstilfredshet.

*Måling av livstilfredshet.* I tråd med en subjektiv tilnærming til psykisk helse, er selvrapportering den vanligste metoden for å måle livstilfredshet (Carlquist, 2015). Operasjonalisering av livstilfredshet tar vanligvis utgangspunkt i helhetlige vurderinger, enten i form av spørreskjema som inneholder flere testledd, som for eksempel “jeg har et godt liv” og “jeg har det jeg ønsker i livet” (Huebner, 1991a) eller ved bruk av stigespørsmål som går fra det verst tenkelige livet til det best tenkelige (Cantril, 1965, som referert i Levin & Currie, 2014). Livstilfredshet blir også målt ved en multidimensjonell tilnærming, bestående av flere testledd som omhandler tilfredshet innenfor ulike livsområder, blant annet “jeg liker å være hjemme med familien” og “mine venner er snille mot meg” (Huebner, 1994). Subjektive mål på livstilfredshet er antatt å være fordelaktige fordi individet kan legge egne kriterier til grunn for hva som skal inkluderes i vurderingen, og vektlegge disse etter eget ønske (Pavot & Diener, 2008). De er i tillegg ikke avgrenset til affektive erfaringer, som midlertidige endringer i humør, men kan inkludere informerte vurderinger av blant annet i hvor stor grad en har oppnådd viktige mål i livet (Diener et al., 2003). Vurdering av livstilfredshet er i stor grad funnet å være påvirket av personlighetsfaktorer (Schimmack & Oishi, 2005), og er vurderinger som er vist å være stabile over tid, hos barn (Levin & Currie, 2014; Muldoon, Levin, Van der Sluijs & Currie, 2010).

### **Sosial støtte**

Fra livets begynnelse er mennesket avhengig av andre for overlevelse og utvikling, og sosial støtte er et viktig bidrag til menneskers livstilfredshet. Sosial støtte kan med utgangspunkt i flere ulike definisjoner sees som en dyadisk interaksjon av informasjon,

praktisk hjelp og affekt, der støtten er fordelaktig, tilgjengelig og gjensidig, samt gir mottaker en opplevelse av å være verdsatt (Dunkel-Schetter & Bennet, 1990; House, 1981; Wills, 1991). Sosial støtte kan være både opplevd og mottatt. Opplevd støtte kan forstås som personens subjektive vurdering av tilgjengelig støtte fra andre ved behov, mens mottatt støtte defineres som utveksling av ressurser mellom personer (Heitzmann & Kaplan, 1988). Cohen og Wills (1985) skiller mellom fire ulike former for støtte, basert på funksjonene støtten har; sosialt fellesskap som gir individet opplevelse av tilhørighet, informasjonsstøtte definert som veiledning og råd, instrumentell støtte som er basert på praktisk hjelp og emosjonell støtte som gir individet en følelse av å være verdsatt.

*Måling av sosial støtte.* Taylor (2011) viser til at sosial støtte typisk operasjonaliseres enten i form av strukturen i det sosiale nettverket, eller ut i fra det funksjonelle aspektet ved støtten. Strukturell støtte, også kalt sosial integrasjon, refererer til det kvantitative aspektet ved relasjoner, og blir blant annet målt ved antall relasjoner og hyppighet av kontakt (Taylor, 2011). Måling av funksjonell støtte ser på hvilke funksjoner støtten har, og måles ofte i kontekst av en stressor (Taylor, 2011).

### **Emosjonell støtte**

Emosjonell støtte anses å være et viktig element for utvikling og opprettholdelse av nære relasjoner, og bidrar til en følelse av tilhørighet til andre, som anses som et menneskelig motiv (Baumeister & Leary, 1995; Rutter, 1987). Emosjonell støtte kan konseptualiseres som uttrykk for omsorg, kjærlighet og interesse (Cutrona & Russel, 1990), og det er foreslått at behovet for emosjonell støtte vil dekkers dersom disse uttrykkene reflekterer at den støttende personen anerkjenner og legitimerer følelsene til den som mottar støtten (Burleson, 2008). En opplevelse av å bli verdsatt vil være spesielt viktig for et individ som opplever stress og emosjonelle plager, som ofte kommer av en degradering av selvet, enten direkte gjennom avvising eller indirekte ved manglende mestring i noe forbundet med eget selv-konsept

(Rook & Underwood, 2000). Emosjonell støtte handler derfor om å adressere det som utgjør kjernen av det å være og hvem vi er i verden (Burleson, 2003), og er et viktig element som må være tilstede for at relasjonen skal oppleves som nær og god.

*Opplevd emosjonell støtte gjennom samtale.* I WHO-studien Health Behaviour in School-aged Children (HBSC), som datamaterialet i denne oppgaven er basert på, blir opplevd emosjonell støtte målt ved spørsmål om hvor lett det er å snakke med andre nære relasjoner om ting som virkelig plager en (Currie et al., 2012). Det å kunne være fortrolig, definert som å føle trygghet til å kunne dele intime tanker og følelser, sees som et essensielt trekk ved en emosjonelt støttende relasjon (Kessler, Price & Wortman, 1985). Det kan derfor antas at måling av hvor lett eller vanskelig det er å snakke åpent innen ulike relasjoner, kan si noe om opplevelsen av emosjonell støtte fra disse relasjonene. En samtale kan videre sees som en kontekst for uttrykkelse, utdyping og klargjøring av tanker og følelser (Burleson, 2003). Gjennom gode samtaler og delte aktiviteter kan et individ regulere sine følelser, tanker og handlinger (Lakey & Orehek, 2011), og det å trygt kunne dele ens bekymringer kan også være funksjonelt ved at det gir rom for å motta emosjonell støtte (Buhrmester & Prager, 1995).

## Teori

### **Sammenhengen mellom opplevd støtte og livstilfredshet**

To modeller, buffer-hypotesen og hovedeffekt-modellen, er utviklet for å forklare sammenhengen mellom sosial støtte og livstilfredshet. Buffer-hypotesen er utviklet fra Lazarus og Folkmans stress og mestringsteori (1984) og innenfor denne tilnærmingen antas det at sosial støtte kun vil fremme livstilfredshet ved belastende omstendigheter. Høy grad av opplevd stress antas å skje i de tilfeller der individet vurderer at det mangler ferdighetene til å respondere effektivt på de kravene det står overfor. Manglende mestring kan i tillegg påvirke selvtillit negativt dersom manglende mestring attribueres til indre, stabile og globale evner

eller personlighetstrekk, heller enn av ytre årsaker (Garber & Seligman, 1980). Ut ifra dette er det foreslått at sosial støtte kan fungere som en ressurs som hjelper individet til å mestre stress mer effektivt, eller som kan motvirke den negative effekten stress kan ha, ved at andre enten tilbyr en løsning eller gir individet økt tro på egne evner til mestring (Taylor, 2011). Cohen og Wills (1985) poengterer at det bør være en rimelig overensstemmelse mellom behovet for støtte og den støtten som gis for at en buffer skal være mulig. Denne tilnærmingen er kjent som "matching hypotesen" (Cohen & Wills, 1985).

Hovedeffekt-modellen foreslår, i motsetning til buffer-hypotesen, at sosial støtte har en direkte effekt på livstilfredshet, uavhengig av belastninger. Cohen og Wills (1985) foreslår at deltakelse i et sosialt nettverk kan gi individet regelmessige positive opplevelser, og et sett av stabile, sosialt verdsatte roller. I henhold til dette vil støttende relasjoner som leder til positiv affekt, en følelse av forutsigbarhet og stabilitet, samt anerkjennelse av egenverdi, være viktige for en hovedeffekt på livstilfredshet (Ballas & Dorling, 2007; Cohen & Wills, 1985; Diener & Seligman, 2004). Hovedeffekt-modellen predikerer at personer med høy opplevd støtte vil ha høyere livstilfredshet enn personer med lav opplevd støtte (Taylor, 2011).

Relasjonsreguleringsteori er av nyere dato og foreslår hvorfor en hovedeffekt på livstilfredshet forekommer (Lakey & Orehek, 2011). Det argumenteres for en hovedeffekt når et individ opplever positive endringer i emosjoner fra delte samtaler og aktiviteter, som også bidrar til regulering av tanker og handlinger. Det foreslås at hovedeffekten ikke kommer direkte av opplevelse av støtte, men at endring i emosjoner og opplevd støtte utformes samtidig fra opplevelsen av god samhandling (Lakey, Cooper, Cronin & Whitaker, 2014). Teorien vektlegger også at sosial interaksjon må være basert på personlig preferanse dersom en hovedeffekt på livstilfredshet skal observeres. Personlig preferanse for sosial interaksjon vil si at det vil være stor individuell variasjon i hvem man har god samhandling med, og derav opplever støtte fra (Lakey & Orehek, 2011). God samhandling kan i denne sammenhengen

sees som utslagsgivende for nivå av livstilfredshet, ved at det er en viktig forutsetning for opplevelse av støtte og positive følelser.

Både buffer-hypotesen og hovedeffekt-modellen kan forklare hvordan opplevelse av støtte fra andre fremmer livstilfredshet. Selv om flest teorier og modeller forklarer betydningen opplevd støtte har på livstilfredshet, er det antatt at det kan være en toveis sammenheng mellom dem (Proctor et al., 2009; Lyubomirsky, King & Diener, 2005). Det er foreslått at livstilfredshet også kan predikere grad av opplevd støtte, blant annet fordi det å være tilfreds med tilværelsen gjør det lettere å bruke sine ressurser, samt å utvikle og opprettholde relasjoner (Lyubomirsky et al., 2005). Samtidig er det foreslått at lav tilfredshet med livet vil kunne fremkalle mer negative og avvisende responser fra andre dersom det innebærer er mer depressiv væremåte (Rudolph, 2002).

*Sosioøkonomisk status.* Familiens sosioøkonomiske status er en strukturell faktor som kan påvirke barn og unges vurdering av livstilfredshet, enten direkte eller ved å mediere eller moderere grad av opplevd støtte. Menneskers livstilfredshet er avhengig av at materielle betingelser gir mulighet for deltakelse, sosial kontakt og opplevelse av mening (Carlquist, 2015, s.3), men materielle betingelser som mål er ikke tilstrekkelig for å gi et nyansert bilde av livstilfredshet (Diener & Seligman, 2004). I måling av sosioøkonomisk status er det derfor foreslått at det er mer hensiktsmessig å bruke relativ velstand som mål fremfor absolutt velstand (Elgar et al., 2015). Den materialistiske hypotesen foreslår at materiell velstand direkte påvirker livstilfredshet, mens den psykososiale hypotesen foreslår at det er de psykososiale prosessene av sammenligning og det å føle seg lavere stilt enn andre som er utslagsgivende for livstilfredshet (Wilkinson & Pickett, 2009).

### **Ulike kilder til støtte**

*Foreldre.* Fra spedbarnsalder av er foreldre barnets viktigste kilde til opplevd emosjonell støtte. Gjennom nære relasjoner til omsorgspersoner utvikler barnet seg og får en

opplevelse av seg selv som et sosialt individ. Tilknytningsteori foreslår at trygghet, åpenhet og forståelse i foreldre-barn relasjonen kan relateres til positive utviklingsutfall (Bowlby, 1997; Paterson, Field & Pryor, 1994), og trygg tilknytning er tenkt å fremme høy livstilfredshet ved å gi individet opplevelse av autonomi, kompetanse og tilhørighet (La Guardia, Ryan, Couchman & Deci, 2000). Foreldre bidrar til en unik kontekst for opplevelse av emosjonell støtte gjennom å hjelpe barnet med å regulere vanskelige følelser, ved å være en trygg base, og ved å gi barnet en opplevelse av at den voksne ser, forstår og gleder seg over det (Powell, Cooper, Hoffman & Marvin, 2014). Utvikling av en trygg tilknytning vil avhenge av hvordan foreldre møter barnets ulike behov, som trygghet og trøst eller utforskning (Powell, Cooper, Hoffman & Marvin, 2014). Når foreldre er emosjonelt støttende vil barnet utvikle trygg tilknytning, med indre arbeidsmodeller som det kan anvende for selvregulering, i tillegg til at barnet vil bære med seg en ubevisst forsikring om at det har tilgang til tillitsfulle, hjelpsomme andre, og se seg selv som verdig av kjærlighet og omsorg (Bowlby, 1997). Bowlby (1997) argumenterte for at selv om indre arbeidsmodeller kan påvirkes av dynamikken i ulike betydningsfulle relasjoner på tvers av utviklingsløpet, vil de ha en tendens til å vedvare over tid, og påvirke hvordan barnet konstruerer seg selv og andre. Tilknytningsteori vektlegger derfor at emosjonell støtte fra foreldre utgjør grunnlaget for psykososial utvikling som senere relasjoner bygger på, og foreldre anses derfor å ha en grunnleggende betydning, ikke bare i barndom, men også inn i ungdoms- og voksenalder.

*Venner.* Etter hvert som barn blir eldre, blir venner en viktigere kilde til opplevd emosjonell støtte. Rollen venner har for utvikling og sosialisering har i stor grad blitt diskutert innen mange ulike kontekster og fra flere ulike teoretiske perspektiv, men det foreligger ikke et integrert teoretisk rammeverk for hvordan venner bidrar til barnets psykososiale og emosjonelle utvikling (Parker, Rubin, Erath, Wojslawowicz & Buskirk, 2012).

Tilknytningsteori er foreslått å kunne fungere som en modell for alle nære relasjoner,



deriblant venner (Hazan & Shaver, 1994), og i dette ligger det at venner også kan være en viktig kilde til validering, forståelse og aksept, samt ha innvirkning på livstilfredshet. Det er videre foreslått at vennsksrelasjoner kan lede til en følelse av å inngå i et fellesskap, og Sullivan (1953) har poengtert at mangel på nære vennskap kan være en signifikant kilde til stress og ensomhet. Fra tidlig alder spiller venner en viktig kilde i å veilede den unge innen den sosiale konteksten, og tilbyr den unge en arena for å utvikle sosiale ferdigheter, empati og altruisme (Sullivan, 1953). Det er også foreslått at ettersom vennskap er frivillige og dynamiske, har vennskap karakteristiske trekk ved relasjonen som kan bidra til andre sosialisering-oplevelser enn dem man finner mellom foreldre og barn (Collins & Steinberg, 2006). Sullivan (1953) foreslo i sin tid at fordi foreldre-barn relasjonen er hierarkisk oppbygd vil vennsksrelasjoner være den unges første interpersonlige relasjon bestående av to likeverdige. Dette kan ha stor betydning da aksept og validering i vennsksrelasjonen kan få større generaliserende effekt sammenlignet med foreldrerelasjonen (Bukowski, Hoza & Boivin, 1993).

### **Endringer i opplevd støtte og betydningen for livstilfredshet fra barndom til ungdomsalder**

Fra barndom til ungdomsalder skjer det mange endringer i den unges liv, både fysisk, kognitivt og sosialt, som alle kan bidra til endringer i ungdommens relasjoner og ha betydning for livstilfredshet (Buhrmester & Prager, 1995; Koepke & Denissen, 2012; Ruble, Martin & Berenbaum, 2006). Identitetsutvikling og modning av kognitive evner fører til økt behov for autonomi og selvbestemmelse i relasjon til foreldre, og det har blitt foreslått at emosjonell distansering fra foreldre er avgjørende for denne utviklingen (Steinberg & Silverberg, 1986). Andre har argumentert for at identitetsutvikling og behovet for autonomi kan skje uten at det vil gå ut over den emosjonelle tilknytningen til foreldre (Ryan & Lynch, 1989). Her er ulike teorier konkurrerende, og det foreligger en viss konsensus om at noen former for emosjonell

separasjon kan fremme psykososial utvikling, mens andre former representerer en mer radikal form for løsrivelse som kan lede til vedvarende problematiske relasjoner mellom foreldre og barn (Beyers, Goossens, Vansant & Moors, 2003; Koepke & Denissen, 2012; Steinberg & Silverberg, 1986). Hvilke utfall individualiseringsprosessen har for relasjonen mellom foreldre og ungdom, og i hvilken grad relasjonen oppleves som støttende, antas å være avhengig av individuelle og kontekstuelle faktorer, og kvaliteten i relasjonen fra barndom av (Collins & Steinberg, 2006; Koepke & Denissen, 2012). Positiv utvikling er antatt å bli fremmet av en balanse mellom individualitet og tilhørighet og tilknytning til foreldre (Koepke & Denissen, 2012).

Relasjonen til venner gjennomgår også endringer fra barndom til ungdomsalder. Det er antatt at økte sosialkognitive evner, som mer sofistikert forståelse av sosiale relasjoner og mentaliseringsevne, gjør at ungdom blir mer i stand til å inngå i relasjoner preget av intimitet (Buhrmester, 1990; Smetana & Villalobos, 2009). Intimitet i vennskap er av Reis og Shaver (1988) definert som verbal og non-verbal kommunikasjon der følelser deles, sosiale behov tilfredsstilles og man gjennom interaksjonen lærer seg selv og sine unike karakteristikk å kjenne. Intimitet kan fra nevnte definisjon anses å innebære uttrykk for emosjonell støtte, aksept og fortrolighet. Delte interesser i det å skulle mestre aldersspesifikke utfordringer og gruppe-dynamikk i ungdomstiden, kan fremme et ønske om å kommunisere med jevnaldrende venner. Buhrmester og Furman (1987) har hypotetisert at støtte fra intime vennsrelasjoner kan være spesielt viktig i ungdomsalder da puberteten leder til nye interesser, tanker, følelser og opplevelser som kan oppleves som ukomfortabelt å snakke med foreldre om. Det å være fortrolig med venner kan da gi økt mulighet for å oppleve at man ikke er alene om denne periodens utfordringer, som kan ha positive utfall for ungdommens livstilfredshet.

Det er innen forskningslitteraturen bred enighet om betydningen av støtte fra foreldre i barndom, men noe uenighet om hvor stor betydning opplevd støtte fra foreldre har for livstilfredshet hos ungdom, sammenlignet med betydningen av opplevd støtte fra venner. Det har blitt argumentert for at ungdom søker støtte fra venner for å tilfredsstille behov for støtte som de ikke opplever blir møtt innenfor familien (Buhrmester & Prager, 1995). Collins og Steinberg (2006) har også foreslått at vennsrelasjoner etter hvert kan ha mange av de samme funksjonene som foreldre-barn relasjonen, ettersom vennskap i denne alderen preges av mer intimitet. Fra dette perspektivet, som ser på de to ulike kildene til støtte som kompensatoriske og konkurrerende, blir tilknytning i ungdomsalder mer orientert mot venner sammenlignet med foreldre, og det foreslås at opplevd støtte fra venner kan ha en kompensatorisk betydning for livstilfredshet ved manglende opplevd støtte fra foreldre. Denne tilnærmingen står i kontrast til argumenter for at støtte fra venner ikke kan kompensere for lav opplevd støtte fra foreldre fordi støtte fra disse kildene er kvalitativt uavhengige, og antas å være to uavhengige predikatorer for livstilfredshet (Armsden & Greenberg, 1987; Molcho, Nic Gabhainn & Kelleher, 2007; Raja, McGee & Stanton, 1992). Ut i fra denne tilnærmingen anses relasjonen til foreldre og venner å bidra til livstilfredshet på ulike situasjonsspesifikke måter, og betydningen forventes å være ulik i ulike kontekster (Brittain, 1968, som referert i Meeus, Osterwegel & Vollebergh, 2002). Relasjonen til foreldre kan derfor ha funksjoner som ikke kan erstattes av venner. Tilknytningsteori argumenterer for at kvaliteten i vennsrelasjoner utvikles som en forlengelse av kvaliteten av relasjonen med foreldre, og at relasjoner med foreldre og venner dermed ikke konkurrerer med hverandre, men kan være komplementære (Bowlby, 1997).

### **Kjønnsforskjeller i opplevd støtte og betydning for livstilfredshet**

Flere teoretikere vektlegger at det finnes viktige biologiske, kognitive og sosiale kjønnsforskjeller, som blir mer markante med økende alder. Taylor et al. (2000) har

problematisert at den anerkjente stress-reaksjonen “fight or flight” ikke karakteriserer jenters atferd i møte med stress, like godt som hos gutter. De foreslår at jenters respons til stress bedre kan beskrives av en “tend and befriend”-atferd som involverer å søke støtte fra en sosial gruppe. I tråd med dette er det også foreslått at jenter og gutter, på bakgrunn av biologi, og antakelser om kjønn innen kulturen de lever i, oppdras til å være opptatt av ulike ting som forsterker kjønnsrollene (Wood & Eagly, 2002). Gilligan (1982) har foreslått at jenters psykososiale utvikling er mer preget av sosialisering til fellesskap og sosiale relasjoner, mens gutters psykososiale utvikling er mer preget av sosialisering til autonomi og agens.

Fellesskap, som karakteriseres av å være opptatt av relasjoner og uttrykkelse av emosjoner, er videre argumentert å være sterkere relatert til aktivering av støtte, sammenlignet med agens, som karakteriseres av selvhevdelse og handling (Helgeson, 1994; Maccoby, 1998; Cooper, Grotevant & Condon, 1983). Kjønnintensifiserings-hypotesen foreslår at endringene som skjer i tidlig ungdomstid, som økt interaksjon med motsatt kjønn, mer voksne roller og kjønnsmodning, gjør at ungdom blir mer opptatt av kjønnskonformitet (Hill & Lynch, 1983). Det er ut i fra dette rimelig å anta at ungdom også kan møte et økt press fra foreldre, venner, lærere, og media til å tilpasse seg kulturelt sanksjonerte kjønnsroller, sammenlignet med tidligere. Sosial rolleteori er en teori utviklet for å forklare kjønnsforskjeller i et samfunn, og i teorien inkorporeres både biologi, kognisjon og samfunnets struktur (Eagly, 1987). Teorien vektlegger at kjønnsbaserte forventninger i samfunnet kan lede til ulike utfordringer og ulike verdsette egenskaper hos jenter og gutter. Det er foreslått at slike kjønnsforskjeller vil være avhengig av individuelle og kontekstuelle forskjeller, som for eksempel om ens sosiale tilhørighet i hovedsak er basert på sosiale grupper av samme kjønn eller grupper med blandet kjønn (Perry & Pauletti, 2011; Tobin et al., 2010).

Basert på de ulike teoretiske bidragene til biologiske, kognitive, strukturelle og kjønnsrolle-perspektiver kan det tenkes at jenter og gutter har ulike behov for støtte, og at det

er ulik betydning av støtte for livstilfredshet på tvers av kjønn. Det kan og antas at ulike væremåter, som i interaksjon med miljøet de vokser opp i, vil være bestemmende for om deres behov blir møtt eller ikke. Da prosessen av sosial støtte forekommer innen en kultur som til dels definerer utforming og innhold i sosiale roller, kan variasjon i opplevd emosjonell støtte også være utfall av kulturelle normer for hva som er passende atferd basert på kjønn (Vaux, 1985).

## **Empiri**

### **Livstilfredshet**

Livstilfredshet hos barn og unge er funnet å ha sammenheng med en rekke positive utfall, som selv-vurdert helse, selvtillit, prososial atferd, sosial mestringstro, og kognitiv, emosjonell og interpersonlig fungering (Gilman & Hubner, 2006; Proctor et al., 2010). Høy livstilfredshet viser også en buffereffekt mot senere internaliserende og eksternaliserende atferd, og er negativt assosiert med blant annet symptomer på psykiske lidelser, sosialt stress og følelser av utilstrekkelighet og ensomhet (Dew & Huebner, 1994; Lyons, Otis, Huebner & Hills, 2014; Shek, 1998a; Suldo & Huebner, 2004a; Van Eijck, Branje, Hale & Meeus, 2012). Det foreligger evidens for ytterligere positive utfall hos barn og unge som rapporterer veldig høy livstilfredshet, definert som de 10% av utvalget som skårer høyest, sammenlignet med gjennomsnittlig livstilfredshet (Proctor et al., 2010; Suldo & Hubener, 2006). Livstilfredshet har en viktig rolle i å mediere og moderere relasjonen mellom opplevelser og adaptiv og ikke adaptiv atferd (Huebner, Suldo & Gilman, 2006). Det kan ut ifra disse resultatene tolkes at det å ha høy livstilfredshet har betydningsfulle implikasjoner, og at det ikke bare er en faktor som er assosiert med positiv helse og fungering, men som også kan fremme adaptiv utvikling og være en buffer mot utvikling av psykiske vansker, også senere i livet.

### **Betydningen av opplevd støtte for livstilfredshet**

En rekke forskningsfunn har dokumentert positiv betydning av opplevd støtte på livstilfredshet, og en godt dokumentert betydning av støtte fra foreldre og venner er funnet hos barn og ungdom (Chu, Saucier & Hafner, 2010; Currie et al., 2008; Currie et al., 2012; Dew & Huebner, 1994; Gilman & Huebner, 2003; Ma & Huebner, 2008). En del forskning har funnet at støtte har buffereffekt på livstilfredshet i møte med belastninger, men de aller fleste dokumenterte funnene for sammenhengen mellom opplevd støtte og livstilfredshet reflekterer hovedeffekter (Lakey & Orehek, 2011). Innenfor nære relasjoner er opplevd emosjonell støtte den støtteressursen som er funnet å ha størst fordelaktige utfall både i tilpasning til belastende hendelser, men også for generell velvære (Helgeson & Cohen, 1996; Chu et al., 2010). Det å ha sosiale relasjoner som resulterer i regelmessige positive opplevelser, følelse av tilhørighet og anerkjennelse av egenverdi, gir en direkte positiv effekt for livstilfredshet, også uavhengig av belastninger (Cohen & Wills, 1985; Lakey, Vander Molen, Fles & Andrews, 2015). Opplevelse av å ha støtte er videre vist å ha en sterkere sammenheng med livstilfredshet enn det å faktisk motta støtte (Chu et al., 2010; Dunkel-Schetter & Bennett, 1990; Wethington & Kessler, 1986). Dette er det blant annet funnet evidens for ved at mottatt støtte ikke alltid er i overenstemmelse med behovet for støtte, at hjelpen som tilbys kan føles påtrengende, og at hjelp fra andre kan gi nedgang i selvtillit (Taylor et al., 2004).

Foreløpige funn fra utforskning av antagelsene i relasjonsreguleringsteorien har dokumentert at samhandling basert på personlig preferanse fører til både endring i emosjoner og opplevelse av støtte, da man ved å kontrollere for relasjonell samhandling har funnet at effekten av opplevd støtte på positive emosjoner blir sterkt redusert (Lakey et al., 2015). Det å oppleve at det er lett å snakke med foreldre er i henhold til dette funnet å ha en positiv sammenheng med livstilfredshet, og en negativ sammenheng med fysiske og psykiske symptomer (Moreno et al., 2009). Relasjonell samhandling er også funnet å ha en sterk

sammenheng med nedgang i negativ affekt, men kun for nære relasjoner (Woods, Lakey & Sain, 2015 som referert i Lakey et al., 2015). Dette impliserer at samhandling i nære relasjoner tilbyr noe kvalitativt forskjellig fra samhandling i perifere relasjoner.

Det er også funnet empirisk dokumentasjon for gjensidig påvirkning av opplevd støtte og livstilfredshet. Blant annet har Shek (1998b) funnet at lav livstilfredshet hos ungdom kan predikere konflikter mellom ungdommen og foreldrene, ett år etter. Høy livstilfredshet er også funnet å svekke linken mellom lav opplevd støtte fra foreldre og problematferd (Suldo & Huebner, 2004b). Unge med høy livstilfredshet er videre funnet å bedre tilpasse seg sine omgivelser, og ved utvikling og opprettholdelse av støttende relasjoner opparbeider de seg mer resiliens og får en ytterligere økt livstilfredshet (Lyubomirsky et al., 2005).

*Sosioøkonomisk status.* Sosioøkonomisk er funnet å mediere og moderere effekten av opplevd støtte (Bayley & Schaefer, 1960; Glasgow, Dornbusch, Troyer & Steingberg, 1997; Hoff, Laursen & Tardif, 2002; Trickett, Aber, Carlson, & Cicchetti, 1991). På familienivå er det dokumentert at foreldres sosioøkonomisk status påvirker stabilitet i familien, foreldrestil og interaksjon mellom foreldre og barn (Hoff et al., 2002; Trickett et al., 1991). Eksempelvis er foreldre med høy sosioøkonomisk status vist å ha høyere emosjonell og verbal responsivitet overfor sine barn (Hart & Risley, 1992; Hoff-Ginsberg, 1991), og foreldre med lav sosioøkonomisk status er funnet å være mer sannsynlige å ha en straffende foreldrestil, og å være mer kontrollerende og restriktive (Bayley & Schaefer, 1960; Glasgow et al., 1997). I land med mindre forskjeller i velstand mellom grupper av individer er det funnet at sosioøkonomisk status over en viss standard av materielle goder ikke bidrar til økt livstilfredshet, som tyder på at sosial posisjon relativ til andre kan være av større betydning for variasjon i livstilfredshet målt ved sosioøkonomisk status (Diener & Biswar-Diener, 2002). Dette indikerer at subjektive opplevelser av egen sosial posisjon i forhold til andre er et bedre mål enn objektive mål på velstand (Elgar et al., 2013; Elgar et al., 2015). Elgar et al.

(2015) har funnet evidens for at forskjeller i ungdommers livstilfredshet kan være mer relatert til psykososiale prosesser, enn materielle faktorer.

### **Ulike kilder til støtte og betydning for livstilfredshet**

*Foreldre.* Forskning viser gjennomgående at barn og ungdom med trygg tilknytning til foreldre har høy livstilfredshet, høy interpersonlig fungering og mindre psykiske vansker (Armsden & Greenberg, 1987; Black & McCartney, 1997; Bradford & Lyddon, 1994; Ma & Huebner, 2008; Nickerson & Nagle, 2004; Wilkinson, 2004). Emosjonelt støttende foreldre bidrar til å gi sine barn følelser av autonomi, kompetanse og tilhørighet, som er viktige forutsetninger for utvikling av egen identitet, og slike foreldre-karakteristikker vil også bidra til livstilfredshet hos barna (La Guardia et al., 2000) Det er vist at barns opplevelser av at foreldre er glad i dem, setter pris på dem og støtter dem, samt at foreldre er konsistente og involverte er av stor betydning for barn og unges livstilfredshet (Young, Miller, Norton & Hill, 1995; Helland & Mathiesen, 2009; Suldo & Huebner, 2004b). Alle disse kvalitetene kan bidra til at den unge opplever å kunne snakke fortrolig med sine foreldre, som kan åpne opp for mer emosjonell støtte, og er funnet å korrelere med høy livstilfredshet (Moreno et al., 2009).

*Venner.* Intimitet og kvalitet i vennsksrelasjoner er også funnet å ha betydning for livstilfredshet hos barn og unge (Chu et al., 2010; Ma & Huebner, 2008; Wilkinson, 2004). Flere studier har indikert at vennsksrelasjoner er en spesielt viktig kilde til emosjonell støtte utenfor familien (Furman & Buhrmester, 1992; Hartup, 1996), og venner er funnet å bidra med en unik sosial kontekst for utvikling av viktige sosiale ferdigheter (Hartup, 1996). I barndom preges nære vennskap av lek, likhet, prososial atferd og lojalitet, og med økende alder blir nære vennskap mer preget av intimitet og tilknytning, og kobles nærmere opp mot selvfølelse (Berndt & Perry, 1986; Dekovic & Meeus, 1997; Furman & Buhrmester, 1992). Wilkinson (2004) fant i henhold til dette en sterk sammenheng mellom opplevd støtte fra



venner og livstilfredshet, mediert ved at vennsksrelasjoner bidrar til økt selvtillit og selvfølelse. Det er videre dokumentert at økt selvtillit og selvfølelse skjer ved validering av egenverdi innenfor vennsksrelasjonen (Asmitia, 2002).

Flere forskere har vært interessert i å undersøke om foreldre eller venner har størst betydning for barn og unges livstilfredshet, og hvorvidt høy støtte fra en kilde kan kompensere for lav støtte fra en annen. Trygg tilknytning til foreldre er i henhold til dette funnet å ha en moderat påvirkning på kvalitet i vennsksrelasjoner (Wilkinson, 2004), og kan også være en beskyttende faktor ved belastende vennsksrelasjoner (Gauze, Bukowsky, Aquan-Assee & Sippola, 1996). Andre har funnet at støttende vennsksrelasjoner i noe grad også kan fremme livstilfredshet ved lav støtte fra foreldre, ved ikke-optimale familiemiljø (Bukowski et al., 1993; Gauze et al., 1996). Betydningen for livstilfredshet så i disse studiene ut til å henge sammen med at venner utøvde en viktig kilde til validering av selvverdi. Andre har derimot ikke funnet kompenserende effekter av støtte fra venner, ved lav støtte fra foreldre og det å være misfornøyd med relasjonen til sine foreldre, er funnet å predikere vansker i vennsksrelasjoner og andre sosiale interaksjoner (Helsen, Wollerbergh & Meeus, 2000; Raja et al. 1992; Van Beest & Baerveldt, 1999). Høy opplevd støtte fra venner ved lav opplevd foreldrestøtte er også funnet å ha en negativ korrelasjon med livstilfredshet, mediert av konflikter og forsterkning av negativ atferd, som eksternaliserende vansker og rusmisbruk (Borum, 2000; Helsen et al., 2000). Videre er det funnet at belastning innen både foreldre-barn relasjonen og vennsksrelasjoner gir økt sårbarhet for stress og depressive symptomer (Waylen, Stallard & Stewart-Brown, 2008).

### **Endringer i opplevd støtte og betydning for livstilfredshet fra barndom til ungdomsalder**

Forskning på opplevd emosjonell støtte fra foreldre og venner viser uoverensstemmende funn for hvordan opplevelse av støtte endres fra barndom til

ungdomsalder. Det virker å være en tendens til at opplevelse av støtte fra foreldre holder seg stabilt, eller minsker, mens opplevelse av støtte fra venner øker i løpet av ungdomsalder (Furman & Buhrmester, 1992; Helsen et al., 2000; Hunter & Youniss, 1982; Malecki & Demaray, 2003; Nickerson & Nagle, 2005). Det er videre funnet en tendens til at unge med økende alder i mindre grad søker støtte som strategi for mestring, samtidig som opplevelse av emosjonell støtte får økt betydning for livstilfredshet (Piko, 2011; Chu et al., 2010).

Forskning indikerer at midlertidige flukteringer, som mindre grad av opplevd støtte og positiv affekt, og mer konflikt i ungdommens relasjon til foreldre, er sannsynlig fra 12 til 15-års alder, før en positiv og mer gjensidig relasjon oppnås i slutten av ungdomsårene (De Goede, Branje & Meeus, 2009a; Kim, Conger, Lorentz & Elder, 2001). Funn fra longitudinelle studier viser en generell tendens til økt separasjon, karakterisert av negative evalueringer av foreldre og konflikter relatert til behov for autonomi (De Goede et al., 2009a). Videre er det funnet at relasjonen mellom foreldre og ungdom preges av mindre fysisk hengivenhet, mindre tid brukt sammen, og en opplevd nedgang i kvalitet i relasjonen, rapportert av både ungdom og foreldre (Buhrmester & Furman, 1987; Kim et al., 2001; McGue, Elkins, Walden & Iacono, 2005). Separasjon i form av deidealisering og mindre avhengighet av foreldres hjelp og støtte, er assosiert med en positiv tilpasning som en del av individualiseringsprosessen, mens separasjon i form av fullstendig emosjonell løsrivelse fra foreldre er assosiert med negativ tilpasning, manglende tillit, fremmedgjøring og sterke negative følelser (Beyers et al., 2003; Ryan & Lynch, 1989). Endring i relasjonen til foreldre sammenfaller med en kvalitativ endring i vennsrelasjoner i ungdomsalder, som er funnet å bære mer preg av mer gjensidighet, fortrolighet og intimitet, og mindre negative interaksjoner (De Goede et al., 2009b; Furman & Buhrmester, 1992). En overgang der støtte fra venner blir oppgitt i like stor, eller i større grad enn foreldre, er funnet å forekomme i 12-14-års alder (Buhrmester & Prager, 1995; Helsen et al., 2000). Samtidig som man ser nedgang

i tid brukt med familien, bruker ungdom mer tid med venner (Nickerson & Nagle, 2005). I henhold til dette er venner funnet å få økt betydning for livstilfredshet med økende alder (Ruble et al., 2006; Chu et al., 2010).

På bakgrunn av ulike resultater har forskere konkludert med noe ulik sammenheng mellom opplevd støtte fra foreldre og venner i overgangen fra barndom til ungdomsalder, og betydning for livstilfredshet. På tross av at relasjonen mellom foreldre og barn endrer seg i ungdomsalder, er det dokumentert at opplevd støtte fra foreldre har en vedvarende betydning for livstilfredshet (Collins & Laursen, 2004; Helsen et al., 2000; Ma & Huebner, 2008). Tilknytning til foreldre er i flere studier vist å ha større betydning for livstilfredshet sammenlignet med opplevd støtte fra venner, også i ungdomsalder (Ma & Huebner, 2008; Raja et al. 1992). Foreldre kan spille en viktig rolle i identitetsutvikling hos ungdom, og foreldre som gir ungdom rom for utforskning, samtidig med en opplevelse av at de er tilgjengelige, vil fremme denne utviklingen (Beyers et al., 2003). Vansker i identitetsdanning er videre funnet å være assosiert med lav livstilfredshet (Van Hoof & Raaijmakers, 2002).

Det foreligger noe støtte for at foreldre og venner kan ha situasjonsspesifikk betydning for livstilfredshet. Det er blant annet funnet at kun opplevd foreldrestøtte er signifikant korrelert med emosjonelle problemer i ungdomsalder (Helsen et al., 2000; Raja et al., 1992), og støtte fra vennsrelasjoner er i noen studier funnet å ha en sterkere sammenheng med selvtillit, spesielt i ungdomsalder (Wilkinson, 2004; Cotterell, 1992). Noen har i henhold til dette kun funnet liten positiv korrelasjon mellom de to kildene til støtte (Armsden & Greenberg, 1987; Helsen et al., 2000; Raja et al., 1992). Andre viser til at støtte fra foreldre og venner interagerer, hvor en positiv, additiv effekt på livstilfredshet sees av antall støttende relasjoner (Molcho et al., 2007). Samlet sett indikerer dette at både foreldre og venner er avgjørende for barnets og ungdommens psykososiale utvikling og livstilfredshet, og ingen

entydige resultater foreligger for den relative betydningen foreldre og venner har for livstilfredshet, på tvers av alder.

### **Kjønnsforskjeller i opplevd støtte og betydningen for livstilfredshet**

I noen studier er det ikke funnet betydningsfulle forskjeller i grad av livstilfredshet mellom gutter og jenter i barndomsalder (Huebner, 1991b), mens andre har funnet en viss grad av kjønnsforskjeller (Goldbeck, Schmitz, Besier, Herschbach & Henrich, 2007). I ungdomsalder er det funnet at jenter rapporterer lavere livstilfredshet sammenlignet med gutter (Currie et al., 2008; Levin et al., 2011). Forskningsfunn tyder på at gutter og jenter generelt opplever like stor grad av støtte fra foreldre, på tvers av alder (Bokhorst, Sumter & Westenberg, 2010; Helsen et al., 2000; Malecki & Demaray, 2003), men en kjønnsforskjell er dokumentert i relasjonen til far, der gutter gjennomgående rapporterer høyere grad av opplevd støtte og mer interaksjon, og denne forskjellen øker med alder (Buhrmester & Prager, 1995; Currie et al., 2008; Currie et al., 2012; Levin & Currie, 2010). Kjønnsforskjeller er også dokumentert for vennsapsrelasjoner, der vennskap mellom jenter og vennskap mellom gutter har spesifikke karakteristikk, og grad av opplevd støtte kan være ulik (Buhrmester & Prager, 1995; Helsen et al., 2000). Jenter er funnet å verdsette vennskap høyere, i tidligere alder, enn gutter (Helsen et al., 2000), og dette kan skyldes en tidligere kognitiv modning hos jenter, med et påfølgende toårig forsprang i tidlig ungdomsalder når det kommer til intellektuell og sosialkognitiv fungering (Silberman & Snarey, 1993). Det er blant annet funnet at jenters vennskap er mer dyadiske og triadiske, preget av intimitet og fortrolighet, mens gutters vennskap ofte består av større grupper og er preget av delte aktiviteter (Buhrmester & Prager, 1995; Malecki & Demaray, 2003). I henhold til dette er det også funnet at jenter er mer avhengig av sine bestevenner for sin daglige fungering (Furman & Buhrmester, 1985), og at jenter både i barne- og ungdomsalder rapporterer mer opplevd emosjonell støtte og mindre negative interaksjoner i sine vennskap (Bokhorst et al., 2010; De

Goede et al., 2009; Ma & Huebner, 2008). Det er på tvers av livsløpet funnet at jenter er mer sannsynlige å oppsøke sosial støtte, spesielt i møte med utfordringer, i tillegg til å bruke mer emosjonsorienterte strategier for mestring (Piko, 2011; Taylor, 2007). Jenter oppgis også oftere som kilde til emosjonell støtte, av begge kjønn (Kuttler, Greca & Prinstein, 1999).

Chu et al. (2010) sin meta-analyse gir evidens for at mange studier som ser på betydningen av opplevd støtte for livstilfredshet, finner en større effektstørrelse hos jenter, både for foreldre- og vennestøtte. Ma og Huebner (2008) har i tillegg funnet at tilknytning til venner delvis medierer sammenhengen mellom tilknytning til foreldre og livstilfredshet hos jenter, men ikke hos gutter. Samlet tyder dette på at opplevd støtte kan ha noe større betydning for jenters livstilfredshet, sammenlignet med gutters (Belle, 1987; Copeland & Hess, 1995; Helsen et al., 2000; Rudolph, 2002). Selv om jenter i mange tilfeller er funnet å rapportere flere fordeler av kontakt med venner av samme kjønn, er de og funnet å være mer sårbare for å oppleve stress som et resultat av negative relasjonelle hendelser (Belle, 1987; Burke & Weir, 1978; Ogus, Greenglas & Burke, 1990; Rudolph, 2002). Ystgaard (1997) fant at selv om sosial støtte fra foreldre og venner reduserte symptomer på bekymring hos både gutter og jenter, hadde problemer i relasjon til foreldre og venner en direkte effekt på symptomnivå hos jenter, som ikke var tilstede hos gutter. Funnene viste i tillegg at den negative effekten av antall langvarige belastninger var signifikant større for jenter. Disel Lewis (1988) fant i henhold til dette ingen kjønnsforskjeller i antall negative livshendelser, men at disse livshendelsene var mer negative for jenter, på grunn av mer opplevd stress knyttet til hver hendelse. Det foreligger også evidens for strukturelle forskjeller i samfunnet som kan lede til kjønnsforskjeller i opplevd støtte og livstilfredshet. Samfunn preget av større ulikhet i arbeidsfordeling, der kvinner anses som primæromsorgsgiver, tenderer å ha større forskjeller i kjønns sosialisering der jenter oppdras til å verdsette omsorg og felleskap i større grad enn gutter (Wood & Eagly, 2002), og land med lav grad av likestilling har blant annet

flere helserelaterte kjønnsforskjeller enn land med høy grad av likestilling (Torsheim et al., 2006). Cottrell et al. (2003) har videre funnet at foreldre generelt oppgir mer kontroll og overvåking av døtre sammenlignet med sønner, og en større diskrepans er funnet mellom jenter og deres foreldre når det kommer til behov for autonomi (Pomerantz & Ruble, 1998; Steinberg & Silverberg, 1986). Det er videre funnet en sterkere assosiasjon mellom sosioøkonomisk status og både opplevd støtte og livstilfredshet hos jenter (Currie et al., 2012; McLeod & Owens, 2004).

De ulike dokumenterte kjønnsforskjellene tyder på at det kan foreligge biologiske, kognitive og relasjonelle forskjeller mellom gutter og jenter som kan lede til ulike behov for opplevd støtte og ulik betydning av opplevd støtte for livstilfredshet.

### **Hensikt med oppgaven**

Forskningslitteraturen har etablert positiv betydning av opplevd emosjonell støtte fra foreldre og venner på livstilfredshet, og det foreligger indikasjoner for mulige alders- og kjønnsforskjeller. Hensikten med oppgaven har vært å undersøke betydningen av opplevd emosjonell støtte fra foreldre og bestevenn på livstilfredshet, hos norske 11- og 15-åringer. Vi var interessert i å undersøke om foreldre og bestevenn har ulik betydning for elevenes livstilfredshet, og om betydning av opplevd emosjonell støtte er ulik på tvers av alder og kjønn. Vi var også interessert i å se om norske data samsvarer med internasjonal forskning på feltet. Med dette som utgangspunkt vil følgende forskningsspørsmål bli undersøkt:

1. I hvilken grad er rapportering av nivå av livstilfredshet og grad av opplevd støtte forskjellig på tvers av alder og kjønn?
2. I hvilken grad har opplevd emosjonell støtte fra foreldre og bestevenn betydning for livstilfredshet?
  - a. I hvor stor grad foreligger det forskjeller i betydningen av støtte for livstilfredshet mellom 11- og 15-åringer?

- b. I hvor stor grad foreligger det forskjeller i betydningen av støtte for livstilfredshet mellom gutter og jenter?
3. I hvilken grad kan det sees en additiv effekt av flere støttende relasjoner på livstilfredshet, på tvers av alder og kjønn?

## **Metode**

### **Helsevaner blant skoleelever**

Datamaterialet i oppgaven er basert på et norsk utvalg fra den internasjonale spørreskjemaundersøkelsen ”Health Behaviour in School-aged Children: A WHO collaborative study” (HBSC) (Currie et al., 2012). Denne undersøkelsen innhenter informasjon om helse, velvære, sosiale miljø og helseatferd blant barn og unge i alderen 11, 13 og 15 år. Den første HBSC-studien ble gjennomført i 1983/84, i fem land, inkludert Norge, og har frem til i dag økt til å inkludere 43 land i Europa og Nord Amerika (Currie et al., 2012). Studien gjennomføres hvert fjerde år. Senter for forskning på helsefremmende arbeid, miljø og livsstil (HEMIL-senteret) ved Universitetet i Bergen er ansvarlig for den norske delen av undersøkelsen; ”Helsevaner blant skoleelever. En WHO-undersøkelse i flere land” (HEVAS). Hensikten er å få økt innsikt i barn og unges helse og velvære, og økt forståelse for hvordan sosial kontekst (hjem, skole og venner) påvirker helse og helserelatert atferd. Med dette som utgangspunkt er et sentralt mål å bidra til å gi retning til utarbeiding av effektive helsefremmende tiltak for å forbedre barn og unges liv.

### **Utvalg**

Resultatene presentert i denne oppgaven er basert på HEVAS-undersøkelsen som ble gjennomført i 2009/2010. Deltakerene ble selektert fra en systematisk, geografisk stratifisert liste over alle 6., 8., 10. klasser i grunnskolen og 1. klasse i videregående skole, og er dermed landsrepresentativ for aldersgruppen (Samdal et al., 2012). Analysene i oppgaven tar

utgangspunkt i besvarelsene fra elevene i 6. og 10. klasse, som da er i alderen 11 og 15 år.

Samlet utvalg består av 3014 elever. Tabell 1 viser oversikt over utvalget.

Tabell 1

*Utvalg*

	11-åring	15-åring
Elevpopulasjon	1683	1482
Gutter	49.3%	53.2%
Jenter	50.7%	46.8%
Gjennomsnittsalder	11.59 år	15.51 år
Utvalg av klasser	177	153
Elever i utvalgte klasser	20	30
Deltakende klasser	99	84
Svarprosent elevnivå	85%	81%
Estimert total svarprosent	52%	48%

### Prosedyre

Datainnsamlingen ble gjennomført i henhold til en standardisert prosedyre i HBSC-prosjektet (Roberts et al., 2009). Det ble i oktober 2009 rettet en forespørsel til utvalgte skoler om de ønsket å delta. For skolene som samtykket i å delta, ble det i november samme år sendt ut et informasjonsskriv til foreldre om undersøkelsen. Rektorene på de ulike skolene ga informert samtykke, og det ble innhentet passivt samtykke fra foreldre, som hadde mulighet til å trekke barna sine fra undersøkelsen. Elevene ble informert om at deltagelse var frivillig og at svarene deres ville være anonyme. Det ble gitt instruksjoner til lærerne om hvordan spørreskjemaet skulle administreres. Datainnsamlingen ble gjennomført i årsskiftet 2009/2010, og foregikk på skolene. Elevene fikk utdelt spørreskjemaet som de skulle fylle ut i løpet av en skoletime (45 minutter), under tilsyn av lærer. Elevene som gjennomførte undersøkelsen i vårsemesteret 2010 besvarte undersøkelsen elektronisk (Samdal et al., 2012).

### Etiske hensyn

Foreldrene til elevene ga passivt samtykke, elevene ble informert om at deltagelse var frivillig og selve administreringen sikret anonymitet. Regional komité for medisinsk og



helsefaglig forskningsetikk (REK) vurderte at helseopplysningene som inngår i undersøkelsen er av marginal betydning for deltakerne, og at prosjektet derfor kunne gjennomføres uten godkjenning fra REK. Undersøkelsen er støttet og anbefalt av Utdanningsdirektoratet og Helsedirektoratet (Anbefaling av helseundersøkelsen “Helsevaner blant skole-elever”, 2014).

### **Spørreskjemaet**

Det norske spørreskjemaet er en oversettelse av det internasjonale standardiserte spørreskjemaet, som er utviklet av forskere fra alle nasjonene som deltar i HBSC-prosjektet (Currie, Samdal, Boyce, & Smith, 2002 referert i Samdal et al., 2012). Skjemaet er grundig evaluert før bruk. Det ble gjennomført en omfattende pilottest av det endelige norske skjemaet, hvor 209 elever deltok, for å sikre riktig oversettelse, forståelse av skjemaet og at gjennomføringen av undersøkelsen fungerte etter intensjon (Levin og Currie, 2014; Samdal et al., 2012). I tillegg har det vært gjennomført fokusgruppe-intervju ved utvikling av deler av skjemaet (Samdal et al., 2012). Spørsmålene fra spørreskjemaet som er anvendt i oppgaven er lagt ved i appendiks.

### **Måleinstrumenter**

*Livstilfredshet.* Livstilfredshet ble målt ved en oversatt versjon av Cantrils stige (Cantril, 1965, referert i Levin og Currie, 2014). Dette er en visuell selvrapporteringskala i form av et enkeltspørsmål. I vurderingen av livstilfredshet ble elevene presentert for en stige med ti trinn og følgende tekst: “Her er et bilde av en stige. Øverst på stigen (10) står for det best mulige livet for deg, og nederst på stigen (0) er det verst mulige livet for deg. Generelt sett, hvor synes du at du står på stigen nå for tiden?”. En skåre på livstilfredshet på 6 og høyere blir ansett som høy livstilfredshet. Ved bruk av stigespørsmål vurderer elevene sin livstilfredshet basert på egen tolkning av hva som er det best mulige livet for dem. Dette sikrer en subjektiv og kontekstfri måling, noe som er foreslått for å gi en best mulig måling av livstilfredshet (Huebner, 2004). Skalaen er funnet å ha god konvergent validitet med andre

mål på livstilfredshet, samt med mål på ulike helseutfall relatert til livstilfredshet, hos barn i alderen 11 til 15 år (Levin & Currie, 2014). I tillegg er det dokumentert god test-retest reliabilitet av skalaen, funnet etter 4 uker og 2 år, hos 11- til 15-åringer (Levin & Currie, 2014; Muldoon et al., 2010).

*Opplevd emosjonell støtte.* Opplevd emosjonell støtte ble målt ved at elevene ble bedt om å svare på hvor lett eller vanskelig de synes det er å snakke med andre om ting som virkelig plager dem. De ble presentert for følgende fem svaralternativer; ”veldig lett”, ”nokså lett”, ”nokså vanskelig”, ”veldig vanskelig”, og ”jeg har ikke eller treffer ikke denne personen”, og ble så bedt om å vurdere dette for ulike familiemedlemmer og venner. Våre analyser tar utgangspunkt i opplevd emosjonell støtte fra foreldre, inkludert steforeldre, og bestevenn. Svarene ble dikotomisert inn i høy støtte (“veldig lett” og “lett”) og lav støtte (“vanskelig”, “veldig vanskelig” og “jeg har ikke eller treffer ikke denne personen”). Det ble videre konstruert en summativ foreldrestøtte-indeks, av de dikotomiserte svarene som gjaldt far, mor, stefar og stemor. Det ble besluttet å inkludere steforeldre i foreldrestøtte-indeksen da tidlige analyser av utvalget viste at litt over 20% av elevene oppga å ha stemor og/eller stefar. Det ble videre besluttet å dele denne samlede foreldrestøtte-variablen inn i tre nivåer; lav foreldrestøtte, høy støtte fra en forelder og høy støtte fra minst to foreldre. Dette ble gjort på bakgrunn av at det ikke var signifikante forskjeller i skårer på livstilfredshet mellom de som opplevde høy støtte fra to foreldre og de som opplevde høy støtte fra tre eller fire foreldre ( $p = .1$ ), i tillegg til at ikke alle har steforeldre. For vennestøtte valgte vi i videre analyser kun å ta utgangspunkt i bestevenn, da effekten av vennestøtte på livstilfredshet kun var signifikant fra null venner til en venn ( $p = .033$ ), og 98,1% av elevene rapporterte å ha en bestevenn. Det er i tillegg evidens for at bestevenn er spesielt viktig for de positive effekter man ser av vennskap på psykologisk og relasjonell fungering (Brown, 2004; Wilkinson, 2010), og relasjonen til

bestevenn er funnet å være mer stabil og mer innflytelsesrik på den unges fungering enn sekundære venner (Degirmencioglu, Urberg, Tolson & Richard, 1998).

*Sosioøkonomisk status.* Sosioøkonomisk status ble inkludert som kovariat i siste steg av analysene, da det kan ha betydning for sammenhengen mellom opplevd støtte og livstilfredshet. Sosioøkonomisk ble målt ved spørsmålet “hvor god råd har din familie”. Svaralternativene var “jeg vet ikke”, “dårlig råd”, “ikke særlig god råd”, “middels god råd”, “god råd” og “svært god råd”. Vi valgte å bruke dette målingssinstrumentet da dette i større grad reflekterer subjektive opplevelser av velstand relativ til andre, og potensielt kan fange opp forskjeller i opplevd sosioøkonomisk status hos barn og unge i større grad enn måling av faktisk materiell velstand (Elgar et al., 2013; Elgar et al., 2015).

### **Statistiske analyser**

Dataene er analysert ved bruk av SPSS versjon 22.0. Innledningsvis ble normalfordeling og ekstreme skårer vurdert. Skårene på livstilfredshet var negativt skjevfordelt, vurdert ut i fra Kolmogorov-Smirnov test,  $p < .001$ . En skjevfordeling mot høye skårer er vanlig i måling av livstilfredshet (Diener & Diener, 1996). Da utvalget er stort er det ikke grunn til å anta at dette påvirker analysene i vesentlig grad (Pallant, 2013). Det ble identifisert tre ekstreme skårer og 11 uteliggere ved inspisering av boxplot. Forskjell mellom gjennomsnittlig skåre på livstilfredshet og korrigert gjennomsnitt var fra 0.11 til 0.18 (variasjonsbredde: 0-10), avhengig av alder og kjønn. Dette indikerer at ekstreme skårer ikke har stor innvirkning på gjennomsnittlig skåre på livstilfredshet, og det ble derfor besluttet å beholde datasettet uten endringer.

To ulike t-tester for uavhengige utvalg ble benyttet for å undersøke alders- og kjønnsforskjeller i skårer på livstilfredshet, og chi-kvadrat-tester ble benyttet for å undersøke alders- og kjønnsforskjeller i opplevd emosjonell støtte. Videre ble det gjennomført variansanalyser med livstilfredshet som avhengig variabel og opplevd emosjonell

foreldrestøtte, støtte fra bestevenn, alder og kjønn som uavhengige variabler. I siste steg av analysene ble det i tillegg kontrollert for sosioøkonomisk status. Det tas utgangspunkt i Levenes` s test i rapportering av F-verdier. Ved analyser av hovedeffekter er rapporterte 95% konfidens-intervaller og *p*-verdier er Bonferroni-tilpasset.

## Resultater

### Familiestruktur

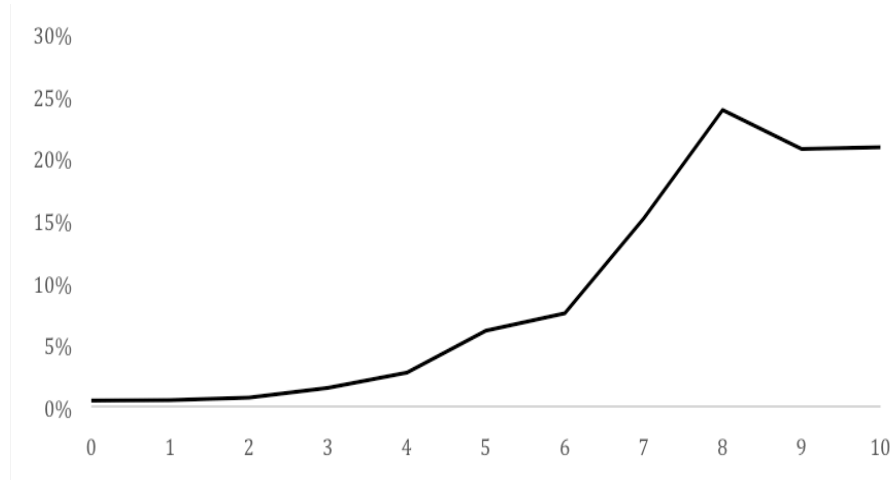
De fleste elevene bor sammen med både mor og far (71,8%, *n* = 2171). En fjerdedel (25,9%, *n* = 783) oppga å ha to hjem. Rundt en femtedel av barna oppga å ha stefar (23,7%, *n* = 718) og/eller stemor (20%, *n* = 607). Nesten alle elevene rapporterte å ha en bestevenn (98.1%, *n* = 2768). Det var flere gutter enn jenter som ikke hadde bestevenn. Majoriteten av elevene rapporterte at familien har nokså god råd (40,6%), resten av elevene rapporterte veldig god råd (23,9%), god råd (18,2%), dårlig råd (3%) og veldig dårlig råd (0,8%). Det var flere av 15-åringene som rapporterte sosioøkonomisk status under gjennomsnittet, definert som "god råd" sammenlignet med 11-åringene, og fordelingen mellom gutter og jenter er tilnærmet lik.

### Livstilfredshet

Graf 1 viser prosentvis fordeling av skårer på livstilfredshet for samlet utvalg, og viser at 87,9% av elevene rapporterte høy livstilfredshet (6 eller høyere). Gjennomsnittlig skåre var 7,84 (SD = 1.91).

Graf 1

Prosentvis fordeling av skårer på livstilfredshet



*Merknad.* Livstilfredshet er målt ved en endimensjonal skala, Cantrils stige, som går fra 0 (verst tenkelige liv) til 10 (best tenkelige).

Tabell 2 viser t-test for alders- og kjønnsforskjeller i gjennomsnittsskåre på livstilfredshet. Resultatene viser at 11-åringene skårte signifikant høyere enn 15-åringene. Det var 90,5% av 11-åringene som rapporterte høy livstilfredshet, sammenlignet med 84,9% av 15-åringene. I sammenligning mellom alder hos hvert kjønn, var det en 1,7% større andel av guttene i 15-års alder som rapporterte lav livstilfredshet, og resultatet viste en liten effektstørrelse ( $d = .34$ ). For jenter var det en 10% større andel av 15-åringene som rapporterte lav livstilfredshet, og resultatet viste en moderat effektstørrelse ( $d = .54$ ). Det var ikke signifikante forskjeller mellom skårene til guttene og jentene i 11-års alder. I 15-års alder rapporterte guttene signifikant høyere livstilfredshet enn jentene ( $d = .27$ ).

Tabell 2

*T-test for uavhengige utvalg, for alders- og kjønnsforskjeller i livstilfredshet*

Alder	Gutter			Jenter			$t^1$	df	p
	M	SD	n	M	SD	n			
11-åring	8.26	1.81	789	8.14	1.81	832	1.34	1619	.181
15-åring	7.64	1.86	702	7.13	1.98	614	4.82	1267	<.001

<sup>1</sup> T-test for kjønnsforskjeller

*Merknad.* T-test for aldersforskjeller: Gutter:  $t(1, 1489) = 6.51, p < .001$ . Jenter:  $t(1, 1251) = 9.99, p < .001$ .

### Opplevd emosjonell støtte

Tabell 3 viser prosentvis fordeling av elevenes rapportering av høy støtte fra foreldre og bestevenn. De fleste elevene rapporterte høy støtte fra minst to foreldre, og bestevenn. Majoriteten av de som oppga høy støtte fra minst to foreldre, oppga mor og far som kilden til støtte (93%). Av elevene som rapporterte å ha høy støtte fra kun en forelder, var det samlet sett flest som oppga mor (81%,  $n = 460$ ), og av dem som oppga far var de fleste gutter (23 %,  $n = 56$  vs. 14%,  $n = 50$ ). Chi-kvadrat-analyser viste at 11-åringene rapporterte signifikant høyere foreldrestøtte sammenlignet med 15-åringene, hos begge kjønn ( $p < .001$ ). Det var 13,9% av 11-åringene som opplevde lav foreldrestøtte, sammenlignet med 29,2% av 15-åringene, og det var flere av 11-åringene som oppga høy støtte fra minst to foreldre. Det ble i begge aldersgrupper funnet kjønnsforskjeller i opplevd foreldrestøtte, der gutter rapporterte mer støtte enn jenter ( $p < .001$ ). Denne forskjellen sees ved at flere av guttene rapporterte høy støtte fra minst to foreldre, og denne forskjellen er størst i 15-års alder. For opplevd støtte fra bestevenn ble det ikke funnet signifikante aldersforskjeller, verken for gutter ( $p = .110$ ), eller for jenter ( $p = .424$ ). Flere av jentene oppga høy støtte fra bestevenn, både i 11- og 15-års alder ( $p < .001$ ).

Tabell 3

*Prosentvis fordeling av høy opplevd emosjonell støtte fra foreldre ( $n = 3024$ ) og bestevenn ( $n = 2822$ ), fordelt på alder og kjønn*

	11-åringene				15-åringene				Totalt	
	Gutter		Jenter		Gutter		Jenter			
	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>
Støtte fra en forelder	12	103	19	164	19	133	30	191	20	591
Støtte fra minst to foreldre	74	612	67	570	53	379	39	247	60	1808
Støtte fra bestevenn	70	577	84	677	73	485	86	515	80	2254

*Merknad. Høy opplevd emosjonell er operasjonalisert som "lett" eller "veldig lett" å snakke med om ting som virkelig plager en.*

### Betydningen av ulike kilder til opplevd emosjonell støtte og livstilfredshet

Tabell 4 viser gjennomsnittsskåreer på livstilfredshet avhengig av opplevd emosjonell støtte fra foreldre og bestevenn. For samlet utvalg sees de høyeste gjennomsnittsskårene på livstilfredshet ved høy støtte fra minst to foreldre og bestevenn, mens laveste gjennomsnittsskåreer sees ved lav støtte fra foreldre og bestevenn. Fordelt på alder og kjønn sees noe variasjon i gjennomsnittlig skåre på livstilfredshet, avhengig av høy og lav støtte. For gutter i 11-års alder sees en forskjell i skåre på 0,84, for 15-åringene sees en forskjell på 1,34. For jentene i 11-års alder sees en forskjell i skåre på 2,27, og for 15-åringene sees en forskjell på 2,34. Dette tyder på at jentenes skåre på livstilfredshet varierer mer avhengig av grad av opplevd støtte.

Tabell 4

*Forskjeller i gjennomsnittlige skåreer på livstilfredshet ved opplevd emosjonell støtte for foreldre og bestevenn, fordelt på alder og kjønn*

Foreldrestøtte	Støtte fra bestevenn											
	Gutter ( <i>n</i> = 720)						Jenter ( <i>n</i> = 787)					
	Lav			Høy			Lav			Høy		
11-åringer	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>n</i>
Lav	7.71	1.68	34	6.97	2.48	36	6.32	2.16	37	6.98	2.07	56
Høy fra en	7.27	1.57	30	7.81	1.97	63	7.29	1.80	38	7.86	1.67	118
Høy fra minst to	8.01	2.04	106	8.55	1.62	451	7.55	2.16	51	8.59	1.52	487
15-åringer	Gutter ( <i>n</i> = 658)						Jenter ( <i>n</i> = 589)					
Lav	6.72	2.10	72	7.20	2.01	97	5.52	2.29	54	6.31	2.05	115
Høy fra en	7.33	1.73	42	7.54	1.68	82	7.00	2.04	14	7.12	1.77	171
Høy fra minst to	7.71	1.77	63	8.06	1.66	302	6.93	2.36	14	7.86	1.60	221
Totalt ( <i>n</i> = 2754)												
Lav	6.49	2.21	197	6.80	2.12	304						
Høy fra en	7.27	1.76	124	7.50	1.78	434						
Høy fra minst to	7.74	2.02	234	8.36	1.62	1461						

Tabell 5 viser resultatene fra variansanalysen. Det er tidligere illustrert at alder og kjønn har betydning for livstilfredshet, og resultatene fra denne analysen viser også signifikante hovedeffekter. For samlet utvalg har støtte fra foreldre og støtte fra bestevenn også signifikante hovedeffekter på livstilfredshet ( $p < .001$ ). Variablene har liten effektstørrelse, og foreldrestøtte er den variabelen i analysen som forklarer mest varians i livstilfredshet. Det var videre en ytterligere signifikant effekt av foreldrestøtte ved høy støtte fra minst to, sammenlignet med høy støtte fra en forelder ( $p < .001$ ). Det var kun signifikante interaksjonseffekter mellom foreldrestøtte og kjønn, og mellom støtte fra bestevenn og kjønn. Den signifikante kjønnsforskjellen i foreldrestøtte sees ved en markant forskjell i skåre på livstilfredshet ved lav foreldrestøtte ( $p < .001$ ). Jentene rapporterte signifikant lavere gjennomsnittlig livstilfredshet sammenlignet med guttene ved lav foreldrestøtte. Ved støtte fra bestevenn sees signifikante kjønnsforskjeller både ved høy ( $p = .017$ ) og lav støtte ( $p = .001$ ), hvor guttene også her rapporterte høyere livstilfredshet enn jentene, med en gjennomsnittlig kjønnsforskjell i skåre på henholdsvis 0,24 ved høy og 0,69 ved lav støtte. Dette illustrerer at selv om begge forskjellene er signifikante, er kjønnsforskjellen størst ved lav støtte også her. Videre var effekten av vennestøtte ikke signifikant hos de 11-årige guttene ( $p = .560$ ).



Tabell 5

*Variansanalyse av livstilfredshet (n = 2730) ved opplevd støtte, alder og kjønn*

Variabler	<i>df</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	$\eta_p^2$
Foreldrestøtte	2	51.91	< .001**	.037
Vennestøtte	1	20.21	< .001**	.007
Alder	1	21.13	< .001**	.008
Kjønn	1	20.65	< .001**	.008
Foreldrestøtte*alder	2	.55	.579	.000
Foreldrestøtte*kjønn	2	4.06	.017*	.003
Vennestøtte*alder	1	.04	.839	.000
Vennestøtte*kjønn	1	5.04	.025*	.002
Kjønn*alder	1	2.93	.087	.001
Foreldrestøtte*alder*kjønn	2	.04	.963	.000
Vennestøtte*alder*kjønn	1	.79	.375	.000
Foreldrestøtte*vennestøtte	2	1.87	.155	.001
Foreldrestøtte*vennestøtte*alder	2	.25	.084	.002
Foreldrestøtte*vennestøtte*kjønn	2	1.46	.232	.001
Foreldrestøtte*vennestøtte*alder*kjønn	2	.84	.430	.001

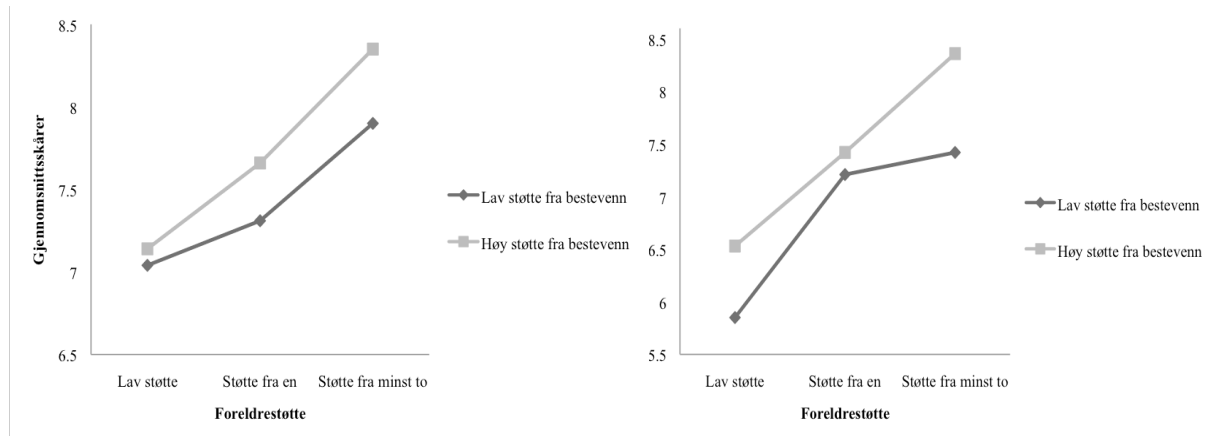
\*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .001$ 

Graf 2 viser den additive effekten av antall støttende relasjoner på gjennomsnittlig skåre på livstilfredshet hos elevene, fordelt på kjønn. For samlet utvalg har foreldrestøtte en signifikant effekt på livstilfredshet, både for elevene med høy ( $p < .001$ ) og lav støtte ( $p < .001$ ) fra bestevenn. Betydningen av foreldrestøtte, ved lav støtte fra bestevenn, sees tydelig hos jentene i 15-års alder, hvor de som også har lav foreldrestøtte har en gjennomsnittsskåre på livstilfredshet på 5,52, sammenlignet med de som har høy støtte fra en forelder, som har en gjennomsnittsskåre på 7,00. Videre viser funnene for samlet utvalg at effekten av støtte fra minst to foreldre gir en ytterligere signifikant effekt, sammenlignet med støtte fra kun en forelder, hos elevene med høy støtte fra bestevenn ( $p < .001$ ), men ikke hos elevene med lav støtte fra bestevenn ( $p = .082$ ). Støtte fra bestevenn har kun en signifikant effekt ved høy støtte fra minst to foreldre ( $p < .001$ ). Det forekommer en noe ulik additiv effekt av opplevd støtte for gutter og jenter, som kan leses ut i fra graf 2. Den tydeligste forskjellen mellom

gutter og jenter, er at jenter ikke har en ytterligere signifikant effekt av støtte fra minst to foreldre ved lav støtte fra bestevann.

Graf 2

*Interaksjonseffekt mellom opplevd støtte fra foreldre og bestevann på livstilfredshet, fordelt på kjønn*



*Merknad. Resultater for gutter til venstre og jenter til høyre.*

Tabell 6 viser resultatene fra siste steg i analysen, hvor det ble kontrollert for sosioøkonomisk status. Det foreligger fremdeles signifikante hovedeffekter av alle variabler, inkludert sosioøkonomisk status som har en moderat effektstørrelse. Effektstørrelsen av foreldrestøtte er mindre enn ved forrige analyse. Ved å kontrollere for sosioøkonomisk status, sees nå en interaksjonseffekt mellom foreldrestøtte og støtte fra bestevann. Endringen kan sees ved at de elevene som har lav støtte fra bestevann, kun får en ytterligere signifikant effekt på livstilfredshet ved minst to støttende foreldre ( $p = .021$ ), i motsetning til ved en som man kunne se i forrige analyse.

Tabell 6

*Variansanalyse av livstilfredshet (n = 2422) ved opplevd støtte fra foreldre og bestevenn, alder og kjønn. Sosioøkonomisk status som kovariat.*

Variabler	df	F	p	$\eta_p^2$
Foreldrestøtte	2	21.49	< .001**	.018
Vennestøtte	1	14.71	< .001**	.006
Alder	1	17.48	< .001**	.007
Kjønn	1	26.36	< .001**	.011
SØS	1	180.53	< .001**	.070
Foreldrestøtte*vennestøtte	2	3.18	.042*	.003
Foreldrestøtte*alder	2	1.82	.162	.002
Foreldrestøtte*kjønn	2	3.31	.037*	.003
Vennestøtte*alder	1	.18	.669	.000
Vennestøtte*kjønn	1	4.76	.029*	.002
Kjønn*alder	1	1.28	.258	.001
Foreldrestøtte*vennestøtte*alder	2	.99	.373	.001
Foreldrestøtte*vennestøtte*kjønn	2	.54	.584	.000
Foreldrestøtte*alder*kjønn	2	.10	.909	.000
Vennestøtte*alder*kjønn	1	.64	.424	.000
Foreldrestøtte*vennestøtte*alder*kjønn	2	.12	.885	.000

\* p < .05; \*\* p < .001

## Diskusjon

Resultatene viser at den største andelen av elevene rapporterte høy livstilfredshet. Forskning viser generelt en tydelig tendens til sentring av skårer rundt høy livstilfredshet, med mulige unntak i veldig fattige land (Dew & Huebner, 1994; Diener & Diener, 1996; Helland & Mathiesen, 2009; Huebner et al., 2000; Nickerson & Nagle, 2005). At de fleste rapporterte høy livstilfredshet kan forklares ved tendenser til optimistiske kognitive bias og et menneskelig motiv for å opprettholde positive nivåer av velvære, som både er funksjonelt og behagelig (Diener & Diener, 1996; Heady & Wearing, 1992; Taylor & Brown, 1988). På tross

av at de fleste rapporterte høy livstilfredshet, rapporterte 11,7% av samlet utvalg lav livstilfredshet, som er en betydelig andel av barn og unge.

### **Forskjeller i livstilfredshet på tvers av alder og kjønn**

Vi var interessert i å finne ut i hvor stor grad rapportering av livstilfredshet er forskjellig på tvers av alder og kjønn. Resultatene viste at 11-åringene rapporterte signifikant høyere livstilfredshet sammenlignet med 15-åringene. Dette stemmer overens med øvrig forskning, som har dokumentert en lineær nedgang i livstilfredshet i overgang fra barndom til ungdomsalder, som starter ved 11-12 års alder (Bisegger et al., 2005; Goldbeck et al., 2007). Størst nedgang er dokumentert ved 13-14 års alder (Goldbeck et al., 2007) og er vist å fortsette frem mot 16 til 19-års alder (Bisegger et al., 2005; Goldbeck et al., 2007). I henhold til dette kan det antas at vi kunne ha funnet enda mer variasjon i livstilfredshet på tvers av alder om flere klassetrinn hadde blitt inkludert. Vi foreslår at aldersforskjellene i rapportert livstilfredshet kan skyldes de mange fysiske, kognitive og sosiale endringene som skjer i løpet av denne perioden. Prosentandelen som rapporterte lav livstilfredshet er høyere i 15- enn i 11-års alder, og kan tyde på at mange opplever periodens endringer og forventninger som utfordrende. Effektstørrelsen var derimot liten, og samlet sett var det 15,1% i 15-års alder som rapporterte lav livstilfredshet, sammenlignet med 9,5% i 11-års alder. Selv om andelen ikke er veldig mye større, kan det antas å ha betydelige implikasjoner for ungdom som gruppe, og spesielt for de elevene det gjelder. De aller fleste i 15-års alder rapporterte likevel høy livstilfredshet, som kan tyde på at de fleste håndterer periodens utfordringer uten store negative konsekvenser for deres livstilfredshet.

I 15-års alder rapporterte jentene signifikant lavere livstilfredshet enn guttene. Da det kun foreligger kjønnsforskjeller hos den eldste gruppen, kan dette kan indikere at det i ungdomsalder forekommer kjønns spesifikke endringer og forventninger som i større grad påvirker jenter og deres livstilfredshet. Vi fant en liten, men signifikant forskjell mellom

gutter og jenter i 15-års alder og mellom gutter i 11- og 15-års alder. For jenter i 11 og 15-års alder fant vi en betydelig forskjell med moderat effekt, der man hos 15-åringene finner at 20,1% rapporterte lav livstilfredshet, sammenlignet med 10,1% av 11-åringene. En større nedgang i livstilfredshet hos jenter i ungdomsalder er dokumentert i tidligere studier (Currie et al., 2008; Goldbeck et al., 2007). Det kan tenkes at det å vokse opp som jente da kan være en risikofaktor for lavere livstilfredshet i ungdomsalder, sammenlignet med det å vokse opp som gutt (McLeod & Owens, 2004). Det er foreslått og dokumentert at det kan være en større negativ interaksjonseffekt mellom biologiske og psykososiale forandringer som foreligger i puberteten hos jenter, som kan gi en unik sårbarhet for stress og depressive symptomer (Angold, Costello & Worthman, 1998; Ge, Conger & Elder, 2001; Piko, 2011).

Gutter og jenter er biologisk sett forskjellige og det foreligger i enhver kultur kjønnsspesifikke antakelser (Eagly, 1987). Hvordan samfunnet og familien konstruerer kjønnsroller vil ha betydning for barnet som vokser opp. I ungdomsalder er det observert en svak tendens til kjønnsintensivering der kjønnsroller forsterkes (Robeyns, 2003). Det er videre observert en tendens til at jenters atferd er mer basert på fellesskap og samhold, mens gutters atferd er mer basert på agens og selvhevdelse (Helgeson, 1994; Wood & Eagly, 2002). Disse kjønnstypiske atferdsmønstrene, der jenter er mer relasjonsorienterte, kan ha både fordeler og omkostninger. Det å være mer opptatt av relasjoner kan blant annet lede til mer opplevd stress i interpersonlige hendelser (Burke & Weir, 1978; Rudolph, 2002). Måter å håndtere stress på er også funnet å være relatert til kjønn, og påvirker livstilfredshet (Wheaton, 1985). Mens gutter har en tendens til å bruke mer emosjonsdistraksjon utover i ungdomsalder, som kan lede til mindre opplevd stress av endring og konflikt i relasjoner, er jenter funnet å bruke mer emosjonsfokusert mestring, som gir økt oppmerksomhet til indre opplevelser, og kan lede til sårbarhet for et depressivt humør ved opplevd stress (Piko, 2011). Bruk av emosjonsfokuserte og passive mestringsstrategier kan potensielt medføre at jenter

oftere enn gutter ikke oppnår en reell løsning, dersom slike mestringsstrategier brukes ved problemer som er kontrollerbare (Ystgaard, 1997). Det å vende seg til andre for hjelp kan i tillegg moderere grad av selvtillit, ved at mestring ikke attribueres til indre evner og ferdigheter (Taylor et al., 2004).

På samfunnsnivå kan det også tenkes at det foreligger prosesser som kan bidra til en større nedgang i livstilfredshet hos jenter. Et viktig eksempel på dette er kjønnsforskjeller i grad av eksponering for et urealistisk skjønnhetsideal, og påvirkning på selvtillit. I 11-års alder har man funnet små kjønnsforskjeller i kroppsbilde, men i 15-års alder rapporterer dobbelt så mange jenter at de er misfornøyd med egen kropp (Currie et al., 2004; Currie et al., 2008; Currie et al., 2012). Dette kan tenkes å skyldes at eksponeringen for urealistiske skjønnhetsidealer er høyere, at det er større grad av diskrepans mellom reelt og ideelt utseende, samt at kroppsbilde har mer betydning for selvtillit hos jenter. Det foreligger forskning på dette som viser at det er en større sammenheng mellom negativt kroppsbilde og selvtillit hos jenter, og den negative effekten av et urealistisk kroppsideal er foreslått å gjøre at jenter føler seg mindre vellykket (Clay, Vignoles & Dittmar, 2005; Currie et al., 2004; Stavseth, 2008).

### **Opplevd emosjonell støtte**

De fleste elevene, på tvers av alder og kjønn, rapporterte høy opplevd emosjonell støtte fra både foreldre og bestevenn. Det er noe variasjon i den opplevde støtten fra de ulike kildene, og 7,2% av det samlede utvalget opplever lav støtte fra både foreldre og bestevenn. Det er flere 15-åringene som rapporterte lav opplevd støtte fra foreldre enn 11-åringene, hos begge kjønn. Dette kan være påvirket av ungdommens økte behov for autonomi, som kan gi et økt nivå av konflikt i familien (Laursen, Coy, Collins, 1998), samtidig som en sunn utvikling vil involvere noe grad av emosjonell distansering (Beyers et al., 2003). En annen forklaring kan være at 15-åringene har vanskeligere for å snakke med sine foreldre om typiske

temaer for pubertetsalder (Furman & Buhrmester, 1992). Dette kan lede til mindre opplevd støtte, i tillegg til å gi mindre rom for å motta emosjonell støtte. De fleste har en bestevenn, og det foreligger ingen signifikante forskjeller i opplevd støtte fra 11 til 15-års alder. Dette funnet er ikke i tråd med resultatene til Helsen et al. (2000), som har funnet at opplevd støtte fra venner øker fra 12 til 17-års alder. Bokhorst et al. (2010) utforsket betydningen av opplevd støtte fra venner hos barn i alderen 9 til 18 år og fant i likhet med våre resultater, ingen signifikante aldersforskjeller i opplevd støtte. Dette kan indikere at økt opplevd støtte fra venner starter før 11-års alder, som gjør at ingen signifikante aldersforskjeller sees, selv om noen, ikke signifikante forskjeller observeres. Det kan i tillegg tenkes at vi kunnet funnet mer nyanserte forskjeller om vi ikke hadde dikotomisert de to utfallene på støtte, "lett" og "veldig lett" i en samlet variabel som uttrykk for høy støtte.

Det var signifikante forskjeller i antall gutter og jenter med høy støtte fra foreldre, særlig ved 15-års alder. Flere gutter rapporterte høy støtte fra minst to foreldre, noe som kan antas å komme av at gutter har lettere for å snakke med far om vanskelige ting. Det er tidligere funnet evidens for at gutter opplever mer støtte fra far, og at nærmere halvparten av 15-årige jenter opplever vansker i kommunikasjon med far (Currie et al., 2008; Currie et al., 2012; Levin & Currie, 2010). En signifikant høyere andel av jentene rapporterte å oppleve høy støtte fra bestevenn, både i 11 og 15-års alder, og dette kan være uttrykk for at jenters vennsrelasjoner er mer preget av intimitet, gjensidighet og fortrolighet, samt at økt intimitet i vennskap utvikles tidligere for jenter (Helsen et al., 2000; Silberman & Snarey, 1993).

### **Betydningen av opplevd emosjonell støtte fra foreldre og bestevenn for livstilfredshet**

Vi fant at opplevd emosjonell foreldrestøtte og støtte fra bestevenn har betydning for livstilfredshet hos elevene, og foreldrestøtte ble funnet å ha større effekt på livstilfredshet enn støtte fra bestevenn. Betydningen av foreldrestøtte er godt dokumentert for barndomsalder, og

våre funn indikerer i likhet med annen forskning at støtte fra foreldre fortsetter å ha vesentlig betydning for livstilfredshet i ungdomsalder (Chu et al., 2010; Helsen et al., 2000; Proctor et al., 2009). At foreldre er støttende er essensielt for barnet og ungdommens tilfredshet med livet, og i henhold til dette er det på gruppenivå funnet at grad av støtte kan være av større betydning enn grad av kontakt (Levin & Currie, 2010). Selv om færre 15-åringer opplevde høy støtte fra foreldre, var effekten av foreldrestøtte på livstilfredshet noe større for 15-åringene enn for 11-åringene, både for gutter og jenter. Selv om relasjonen til foreldre kan endres noe i ungdomsalder, blant annet på grunn av identitetsutvikling og økt behov for autonomi, er opprettholdelse av tilknytning til foreldre viktig i denne perioden (Ma & Huebner, 2008; Cooper, et al., 1983). Foreldre som er emosjonelt støttende til ungdommens behov vil bidra til opplevd autonomi, kompetanse og tilhørighet, og stabilitet i tilgjengelig støtte kan være spesielt viktig da andre deler av ungdommens liv, og hvem ungdommen er, kan oppleves som ustabil i denne perioden. Det foreligger i tillegg evidens for at foreldre som oppleves som emosjonelt støttende bidrar til en fortsatt positiv psykososial utvikling, og kan mediere opplevd støtte fra venns- og partner-relasjoner ved å bidra til sosiale ferdigheter (Allen et al., 1998; Gauze et al., 1996; Van Beest & Baerveldt, 1999). Relasjonsregulerings-teorien anerkjenner rollen som tilknytning til foreldre har for et individs relasjonskompetanse, og mener at sammenhengen mellom en kvalitativt god relasjon og livstilfredshet kommer av at samhandling kan fremkalle positiv endret affekt, som over tid vil lede til bedre mental helse (Lakey & Orehek, 2011). Nyere forskning på teorien har i tillegg funnet at samme type samhandling, innenfor nære relasjoner, også kan gi nedgang i negative emosjoner (Woods, Lakey & Sain, 2015 som referer i Lakey et al., 2015). Ved dette poengterer teorien at nære relasjoner står i en særposisjon til å ha betydning for livstilfredshet. Det kan i tråd med dette tenkes at grad av nærhet i relasjonen også vil være en bestemmende faktor for betydningen av opplevd emosjonell støtte for livstilfredshet, og i så fall vil det være naturlig å anta at



emosjonelt støttende foreldre står i en særposisjon. Resultatene indikerer at opplevd emosjonell foreldrestøtte har vesentlig større betydning for jentenes livstilfredshet. Andre studier har også funnet en større betydning av opplevd emosjonell støtte for livstilfredshet hos jenter (Molcho et al., 2007, Piko & Hamvai 2010), samt større betydning med økende alder (Chu, et al., 2010). I tillegg er det funnet at den indirekte betydningen foreldre spiller for opplevd støtte fra venner kun observeres hos jenter (Ma & Huebner, 2008). Vi har ikke i differensiert mellom mor og far, men tidligere studier har funnet at mor-datter relasjonen er spesielt viktig for livstilfredsheten hos jenter (Levin & Currie, 2010).

Betydningen av støtte fra bestevenn for livstilfredshet viser noe variasjon, spesielt på tvers av kjønn. Støtte fra bestevenn hadde ikke signifikant betydning for livstilfredshet hos 11-årige gutter, men noe betydning for 15-årige gutter. For jentene er betydningen av støtte fra bestevenn vesentlig større enn for guttene, denne forskjellen er synlig ved lav støtte i 11-års alder og både ved høy og lav støtte i 15-års alder. Det at betydningen av støtte fra bestevenn er liten, kan indikere flere ting. Det kan være at støtte fra bestevenn for livstilfredshet ikke har noen effekt ved lav foreldrestøtte, som er funnet av flere studier, og det kan være at støtte fra bestevenn kun får betydning ved høy støtte fra foreldre. Vi vil komme tilbake til dette. Det bør også poengteres at vi ønsket å se på betydningen av emosjonell støtte, som vi måler ved spørsmål om hvor lett det er å snakke med personen om ting som virkelig plager en, og det kan tenkes at opplevd støtte fra bestevenn bedre kan måles ved andre uttrykk enn mulighet for å snakke om problemer. Det er også funnet at betydningen av støtte fra venner for livstilfredshet medieres gjennom selvtillitt (Wilkinson, 2004), som også kan forklare hvorfor bestevenn ved måling av emosjonell støtte kun oppnår en veldig liten hovedeffekt, og minimal forklart varians når foreldrestøtte også er inkludert i analysen.

Vi foreslår at en kognitiv modning i ungdomsalder som gir økte evner til selvrefleksjon, mentalisering og sosial sammenligning leder til økt betydning av opplevd

emosjonell støtte fra både foreldre og venner, for validering av egenverdi, og følelser av kompetanse og tilhørighet. Vi antar også at det kan finnes ulike behov, preferanser og sårbarheter hos gutter og jenter som kan bidra til at opplevd emosjonell støtte har en større betydning for livstilfredshet hos jenter. Blant annet er jenter på bakgrunn av biologi og kjønnsroller mer relasjonsorienterte, der de i større grad enn gutter søker støtte som mestringsstrategi, og verdsetter intime og fortrolige relasjonsdyader. Det antas at det vil være en viss individuell og kulturell variasjon i grad av de ulike orienteringene mot fellesskap og agens (Perry & Pauletti, 2011; Tobin et al., 2010). Jenter er også vist å ha en tidligere sosialkognitiv utvikling i ungdomsalder som gjør at forskjellene mellom kjønn kan være større i ungdomsalder enn i barndom og voksenalder. Potensielle negative konsekvenser av relasjonsorientering hos jenter er større sårbarhet ved avvísning (Burke & Weir, 1978, Rudolph, 2002; Sweeting, 1995), og denne sårbarheten kan forklare våre funn om at jenter med lav opplevd emosjonell støtte har betydelige lavere livstilfredshet enn gutter med lav støtte, uansett kilde til støtte. Det må også poengteres at det foreligger en mulighet for at emosjonell støtte oppleves ved andre uttrykk hos gutter enn hos jenter. I henhold til dette er det blant annet foreslått at det å gjøre aktiviteter sammen med foreldre kan ha mer betydning for livstilfredshet hos gutter, sammenlignet med det å snakke om problemer (Piko & Hamvai 2010).

*I hvilken grad kan det sees en additiv effekt av flere støttende relasjoner på livstilfredshet, på tvers av alder og kjønn?* For samlet utvalg ble det ikke funnet en signifikant interaksjon mellom foreldrestøtte og støtte fra bestevenn. Det vil si at støtte fra foreldre og støtte fra bestevenn ikke signifikant påvirker hverandres betydning for livstilfredshet. På tross av manglende interaksjonseffekt valgte vi likevel å se på den mulige additive effekten av de to kildene til støtte. En tendens sees til at foreldrestøtte gir størst additiv effekt på livstilfredshet på gruppenivå, og at støtte fra bestevenn kun viser en signifikant effekt ved

opplevd støtte fra minst to foreldre. I forskning på feltet finner man at mange har vært interessert i om foreldrestøtte kan kompensere for lav vennestøtte og motsatt. De fleste funn finner ingen kompensierende effekt av støtte fra venner (Armsden & Greenberg, 1987; Molcho, Nic Gabhainn & Kelleher, 2007; Raja, et al., 1992; Van Beest & Baerveldt, 1999), noe som kan skyldes at barn med lav støtte fra foreldre har vansker med å danne og opprettholde støttende relasjoner med venner, fordi de mangler ferdighetene til å gjøre det (Helsen et al., 2000). Forskningsfunn har i henhold til dette dokumentert at barn fra velfungerende familier også viser adekvat og funksjonell tilpasning i andre sosiale arenaer (Gauze et al., 1996).

Resultatene viser på gruppenivå en lineær, additiv økning i livstilfredshet avhengig av antall opplevde emosjonelt støttende relasjoner. Samlet sett rapporterte elevene som opplevde høy emosjonell støtte fra minst to foreldre og bestevenn høyest livstilfredshet, og elevene med lav total støtte rapporterte lavest livstilfredshet. Hvilke relasjoner som bidrar til den additive økningen i gjennomsnittsskåre på livstilfredshet observert ved flere støttende relasjoner arter seg noe ulikt for gutter og jenter. Funnene indikerer at det å ha høy støtte fra minst to foreldre gir høyere gjennomsnittlig livstilfredshet hos guttene, sammenlignet med høy støtte fra en forelder og bestevenn. For jentene er resultatet omvendt, der høy støtte fra en forelder og bestevenn på gruppenivå ser ut til å gi høyere gjennomsnittsskåre på livstilfredshet, enn høy støtte fra to foreldre og lav støtte fra bestevenn. Denne additive effekten, og tendensen til ulikheter på tvers av kjønn, kan være forårsaket av flere mekanismer. Tilknytningsteoretikere har argumentert for at det å ha flere trygge relasjoner er mer utviklingsfremmende enn kun å ha en trygg tilknytning (Howes, 1999). Det er videre blitt poengtert at sosiale ferdigheter utvikles i relasjon med foreldre, blant annet ved modell-læring og at disse sosiale ferdighetene generaliseres til vennsksrelasjoner (Meeus et al., 2002). Barn og ungdom som har varme, støttende og aksepterende foreldre vil utvikle lignende ferdigheter, og dette danner et godt

grunnlag for å utvikle kvalitativt gode vennsksrelasjoner (Raja et al., 1992). Emosjonell støtte er videre funnet å være en viktig karakteristikk i både utvikling og opprettholdelse av vennskap (Azmitia, 2002; Furman & Buhrmester, 1985; Hartup, 1996). En annen mekanisme er foreldres rolle i å gi sine barn muligheter for sosial kontakt utenfor hjemmet, som kan styrke barnas sosiale nettverk og opplevelsen av støtte fra andre (Meeus et al., 2002). Det er blitt foreslått at det å ha to støttende foreldre kan være spesielt viktig for livstilfredshet hos gutter, og at støtte fra mor kan være spesielt viktig for livstilfredshet hos jenter (Levin & Currie, 2010). Vi foreslår at økt intimitet i vennsksrelasjoner, og mulighet for å dele tanker, følelser og opplevelser med jevngamle, med positive utfall for utvikling og tilhørighet, kan føre til at venner får en større betydning for livstilfredshet hos jenter, og at dette, sammen med en antakelse om at mor kan være spesielt viktig for jenter, leder til at det ikke sees en signifikant økning i gjennomsnittsskåre på livstilfredshet fra høy støtte fra en forelder og bestevenn til høy støtte fra minst to foreldre og lav fra bestevenn.

*Den modererende effekten av sosioøkonomisk status.* Sosioøkonomisk status som kovariat viser en hovedeffekt med større forklart varians enn opplevd emosjonell støtte fra foreldre og bestevenn. Selv om den forklarte variansen for variablene synker ved kontrollering av sosioøkonomisk status, forblir de signifikante. Disse funnene indikerer først og fremst at sosioøkonomisk status forklarer mye av variansen i livstilfredshet, men at opplevd emosjonell støtte fra foreldre og bestevenn fortsatt har betydning. Det foreligger ved kontrollering for sosioøkonomisk status en signifikant interaksjon mellom støtte fra foreldre og bestevenn, som tidligere ikke ble observert. Denne interaksjonseffekten vises ved at foreldrestøtte ikke får signifikant effekt på livstilfredshet ved lav støtte fra bestevenn, før støtte fra minst to foreldre er oppgitt. Da sosioøkonomisk status er brukt som kovariat kan vi ikke trekke noen slutninger om årsakssammenhengene, men det kan tenkes at siden sosioøkonomisk status modererer betydning av opplevd emosjonell støtte fra foreldre, og som

kovariat gir en interaksjonseffekt mellom støtte fra foreldre og bestevenn, kan sosioøkonomisk status ha betydning for grad av opplevd emosjonell støtte.

### **Styrker og begrensninger**

Oppgaven har flere styrker. Datamaterialet i oppgaven er basert på en stor internasjonal spørreundersøkelse, og både spørsmål og skalaer er forbedret og validert gjennom mange år. Datasettet har et stort, representativt utvalg som er landsdekkende, dette styrker generaliserbarheten. I tillegg bidrar oppgaven til å belyse alders- og kjønnsforskjeller i betydningen av opplevd emosjonell støtte fra foreldre og bestevenn på livstilfredshet. Det er flere nevneverdige begrensninger ved oppgaven. Resultatene er basert på tversnittdata, som gjør at det ikke kan trekkes slutninger om årsakssammenhenger. Selv om det kan virke plausibelt at opplevd emosjonell støtte fra foreldre og bestevenn fremmer livstilfredshet, kan det også være en gjensidig påvirkning. I videre forskning vil det være behov for longitudinelle forskningsdesign for å belyse kausale sammenhenger. Videre bygger utvalgsmetoden på kluster-utvalg, hvor hele skoleklasser er representert. Det kan tenkes at det er mer homogenitet innenfor en skoleklasse enn mellom individer fra ulike skoleklasser, noe som ikke er tatt høyde for i denne oppgaven. Det foreligger derimot indikasjoner på at klustereffekten på livstilfredshet er liten (King, Wold, Tudor-Smith & Harel, 1996), og en kan derfor anta at dette ikke svekker resultatene. En annen viktig begrensning er at vi i studien har valgt å inkludere relasjonene rapportert som “har ikke eller treffer ikke” i “lav støtte”. Levin og Currie (2010) har funnet evidens for at det kan være mer negative utfall av å oppleve lav støtte fra en foreldrerelasjon, spesielt for gutter, enn å ikke være i kontakt med denne forelderens. Dette kan tyde på at det kan være ulike betydninger av det å ikke ha en relasjon, og det å oppleve lav støtte fra en relasjon. Det må også nevnes at datamaterialet er 6 år gammelt og dette kan svekke generaliserbarheten til funnene. Det kan foreligge endringer på samfunns- og gruppenivå, og raske endringer spesielt i ungdomskulturen kan antas.

Eksempler er økt sosialisering ved bruk av sosiale medier, og økt fokus på viktigheten av opplæring i et kritisk syn til det som fremstilles i sosiale medier.

### **Kliniske implikasjoner**

Det foreligger en tendens til rapportering av høy livstilfredshet, som gir en skjev normalfordeling i målet. Det er funnet signifikante forskjeller i skårer på livstilfredshet avhengig av grad av opplevd støtte, som også varierer på tvers av alder og kjønn. Selv om disse forskjellene i gjennomsnittsskårer tilsynelatende kan virke små, kan det argumenteres for at de vil ha vesentlig betydning for barn og unges helse og fungering, og vil derfor også ha viktige praktiske og kliniske implikasjoner. Barn og ungdom med høy livstilfredshet, definert som en skåre på 6 eller høyere, (5 anses som en likevekt mellom positive og negative opplevelser) er funnet å ha en rekke positive utfall sammenlignet med barn og unge som opplever lav livstilfredshet. I tillegg er det vist at barn med veldig høy livstilfredshet har ytterligere positive utfall (Gilman & Huebner, 2006; Proctor et al., 2010; Suldo & Hubner, 2006). Assosiasjonen mellom lav opplevd støtte og lav livstilfredshet, og anerkjent kunnskap om påfølgende negative utfall, indikerer viktighet av å iverksette tiltak mot de elevene som opplever lav støtte, og de elevene som opplever lav livstilfredshet. Grad av livstilfredshet kan være predikerende for fremtidige psykiske symptomer, og dette taler for at livstilfredshet som en indikator på hvordan barnet har det, i større grad bør benyttes i kartlegging.

Resultatene viser i tråd med annen forskning en signifikant lavere livstilfredshet hos 15-åringene sammenlignet med 11-åringene. Resultatene viser også, i tråd med annen forskning, en større betydning av opplevd emosjonell støtte fra foreldre enn fra bestevenn, på livstilfredshet, og en ytterligere effekt på livstilfredshet ved minst to foreldre. Dette indikerer viktigheten av familiebaserte intervensjoner, både for helseforebyggende- og helsefremmende arbeid. At det i tillegg foreligger tydelige alders- og kjønnsforskjeller i opplevd emosjonell støtte, livstilfredshet og sammenhengen mellom dem, indikerer at det kan være viktig å

fokusere på helsefremmende intervensjoner i ungdomsalder, og at disse bør være kjønnsesifikke, da gutter og jenter kan ha ulike behov.

### **Videre forskning**

Det er i dag stor interesse for barn og unges helse, og positiv psykologi har fått en fremmarsj i forskningslitteraturen i nyere tid. I tråd med definisjonen på psykisk helse som mer enn bare fravær av psykisk lidelse, er det viktig å utforske hvordan vi kan fremme livstilfredshet. Et viktig utgangspunkt for videre forskning er longitudinelle design, da dette kan gi retning for mer kausale årsaksforklaringer, samt en mer kompleks forståelse av ulike faktorer som fremmer og predikerer livstilfredshet på tvers av utviklingsforløpet. Det vil for fremtidig forskning også være viktig å ha et fokus på kjønnsforskjeller da det kan foreligge viktige prosesser som på ulik måte bidrar til livstilfredshet hos gutter og jenter. Det kan også være hensiktsmessig å undersøke de ulike kjønnsdyadene innad i familien, da andre har sett ulike behov for, og utfall av støtte, fra mor og far på livstilfredshet, basert på kjønnet til barnet. Vår oppgave tar utgangspunkt i spørsmål og skalaer brukt i HBSC-studien, og emosjonell støtte er blitt målt ved spørsmål om hvor lett det er å snakke om ting som virkelig plager en. Relasjonsreguleringsteorien foreslår at positiv samhandling leder til vedvarende positive emosjoner som gir bedre mental helse, og det hadde vært interessant å måle denne type samhandling, og innvirkning på livstilfredshet. Gitt at det foreligger betydningsfulle kjønnsroller i dagens samfunn, kunne det også vært interessant å utforske om det foreligger en signifikant kjønnsesifikk preferanse for hva i samhandling som leder til positiv endret emosjonell tilstand. Videre sees en tendens i den internasjonale HBSC-studien til at andelen norske 15-åringer som rapporterer at det er lett å snakke med foreldre, særlig med mor, er vesentlig lavere enn gjennomsnittet for alle deltagende land (Currie et al., 2012). Det kunne vært interessant for videre forskning å utforske krysskulturelle faktorer som kan forklare denne tendensen.

### Konklusjon

Denne oppgaven har undersøkt betydningen av opplevd emosjonell støtte fra foreldre og bestevenn for livstilfredshet, på tvers av alder og kjønn. Resultatene viste en signifikant additiv effekt på livstilfredshet av antall opplevd støttende relasjoner. Videre hadde støtte fra foreldre større betydning for livstilfredshet enn støtte fra bestevenn. Det ble funnet tydelige alders- og kjønnsforskjeller i både opplevd emosjonell støtte og livstilfredshet. En tydelig tendens ble observert til at 15-åringene rapporterte lavere livstilfredshet og lavere opplevd emosjonell støtte enn 11-åringene, og at jentene rapporterte lavere livstilfredshet og lavere opplevd emosjonell støtte fra foreldre enn guttene. Flere av jentene ble funnet å rapportere høyere støtte fra bestevenn. Betydningen av opplevd støtte for livstilfredshet var videre større for jentene. Resultatene indikerer at særlig jenter i 15-års alder kan være i risiko for lav psykisk helse. Det ble funnet at 20,1% av jentene i 15-års alder rapporterte lav livstilfredshet uavhengig av støtte, og ved lav støtte fra både foreldre og bestevenn har denne gruppen en gjennomsnittskåre på livstilfredshet på 5.52. Dette taler for at det er viktig å fokusere på helsefremmende intervensjoner hos ungdom, og samtidig være klar over at det kan være en økt sårbarhet for lav livstilfredshet hos jenter, spesielt ved lav opplevd støtte. Bevissthet rundt kjønnsforskjeller, samt forståelse og forklaring av dem er i tillegg viktig kunnskap å ha forut for utarbeiding av vellykkede og målrettede intervensjoner. Dette er også poengtert av Verdens Helseorganisasjon; “for å oppnå høyest mulig standard for helse må helsearbeid anerkjenne at kvinner og menn, på grunnlag av biologiske forskjeller og deres kjønnsroller, har ulike behov, hindringer og muligheter” (WHO, 2002).



### Referanseliste

- Ainsworth, M. D. S. (1979). Infant-mother attachment. *American Psychologist*, 34, 932-937.
- Allen, J. P., Moore, C., Kuperminc, G. & Bell, K. (1998). Attachment and adolescent psychosocial functioning. *Child development*, 69, 1406–1419.
- Anbefaling av undersøkelsen “Helsevaner blant skole-elever” (2014). Hentet fra:  
[http://www.uib.no/sites/w3.uib.no/files/attachments/anbefaling\\_hevas\\_fra\\_helse-\\_og\\_utdanningsdirektoratene\\_110214.pdf](http://www.uib.no/sites/w3.uib.no/files/attachments/anbefaling_hevas_fra_helse-_og_utdanningsdirektoratene_110214.pdf)
- Angold, A., Costello, E. J., & Worthman, C. M. (1998). Puberty and depression: the roles of age, pubertal status and pubertal timing. *Psychological medicine*, 28, 51-61.
- Armsden, G., & Greenberg, M. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of youth and adolescence*, 16, 427-454.
- Azmitia, M. (2002). Self, self-esteem, conflicts, and best friendships in early adolescence. In T. M. Brinthaupt (Ed.), *Understanding early adolescent self and identity: Applications and interventions* (pp. 167–192). Albany: State University of New York Press.
- Ballas, D., & Dorling, D. (2007). Measuring the impact of major life events upon happiness. *International journal of epidemiology*, 36, 1244–1252.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological bulletin*, 117, 497-529.
- Bayley, N., and Schaefer, E. S. (1960). Relationships between socioeconomic variables and the behavior of mothers toward young children. *Journal of genetic psychology*, 96, 61–77.

- Belle, D. (1987). Gender differences in the social moderators of stress. In R. C. Barnett, L. Biener, & G. K. Baruch (Eds.), *Gender and stress* (pp. 257-277). New York: The Free Press.
- Ben-Arieh, A. (2010). From child welfare to children well-being: The child indicators perspective. In S., B. Kamerman, S. Phipps & A. Ben-Arieh (Eds.), *From child welfare to child well-being. An international perspective on knowledge in the service of policy making* (pp. 9-22). Dordrecht: Springer.
- Berndt, T. J., & Perry, T. B. (1986). Children's perceptions of friendships as supportive relationships. *Developmental psychology*, 22, 640-648.
- Beyers, W., Goossens, L., Vansant, I. & Moors, E. (2003). A structural model of autonomy in middle and late adolescence: Connectedness, separation, detachment and agency. *Journal of youth and adolescence*, 32, 351-365.
- Bisegger, C., Cloetta, B., von Rueden, U., Abel, T., & Ravens-Sieberer, U. (2005). Health-related quality of life: gender differences in childhood and adolescence. *International journal of public health*, 50, 281-291.
- Black, K. A., & McCartney, K. (1997). Adolescent females' security with parents predicts the quality of peer interactions. *Social development*, 6, 91 – 110.
- Bokhorst, C. L., Sumter, S. R., & Westenberg, P. M. (2010). Social support from parents, friends, classmates, and teachers in children and adolescents aged 9 to 18 Years: Who is perceived as most supportive? *Social development*, 19, 417-426.
- Borum, R. (2000). Assessing violence risk among youth. *Journal of clinical psychology*, 56, 1263-1288.
- Bowlby, J. (1997). *Attachment and loss: Vol. 1: Attachment*. Pimlico: London.
- Bradford, E., & Lyddon, W. J. (1994). Assessing adolescent and adult attachment: An update. *Journal of counseling and development*, 73, 215-219.

- Brown, B. B. (2004). Adolescents' relationships with peers. In R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology* (pp. 363-394). New Jersey: Wiley.
- Buhrmester, D. (1990). Intimacy of friendship, interpersonal competence, and adjustment during preadolescence and adolescence. *Child development, 61*, 1101–1111.
- Buhrmester, D., & Furman, W. (1987). The development of companionship and intimacy. *Child development, 58*, 1101-1113.
- Buhrmester, D., & Prager, K. (1995). Patterns and functions of self-disclosure during childhood and adolescence. In K. J. Rotenberg (Ed.), *Disclosure processes in children and adolescents* (pp. 10-56), Cambridge university press.
- Bukowski, W. M., Hoza, B., & Boivin, M. (1993). Popularity, friendship, and emotional adjustment during early adolescence. *New directions for child and adolescent development, 60*, 23-37.
- Burke, R. J., & Weir, T. (1978). Sex differences in adolescent life stress, social support, and well-being. *The journal of psychology, 98*, 277-288.
- Burleson, B. R. (2003). The experience and effects of emotional support: What the study of cultural and gender differences can tell us about close relationships, emotion, and interpersonal communication. *Personal relationships, 10*, 1-23.
- Burleson, B. R. (2008). What counts as effective emotional support? Explorations of individual and situational differences. In M. T. Motley (Ed.), *Studies in applied interpersonal communication* (pp. 207-227). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Carlquist (2015). *Well-being på norsk*. Oslo: Helsedirektoratet.
- Chu, P. S., Saucier, D. A., & Hafner, E. (2010). Meta-analysis of the relationships between social support and well-being in children and adolescents. *Journal of social and clinical psychology, 29*, 624-645.

- Clay, D., Vignoles, V. L., & Dittmar, H. (2005). Body image and self-esteem among adolescent girls: testing the influence of sociocultural factors. *Journal of research on adolescence, 15*, 451-477.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological bulletin, 98*, 310-357.
- Collins, W. A., & Laursen, B. (2004). Changing relationships, changing youth: Interpersonal contexts of adolescent development. *Journal of early adolescence, 24*, 55-62.
- Collins, W., A. & Steinberg, L. (2006). Significant Interpersonal Relationships during Adolescence. In W. Damon & R. M. Lerner (Eds), *Child and adolescent development. An advanced course*. (pp. 551-590). New Jersey: Wiley.
- Cooper, C. R., Grotevant, H. D., & Condon, S. M. (1983). Individuality and connectedness in the family as a context for adolescent identity formation and role-taking skill. *New directions for child and adolescent development, 22*, 43-59.
- Copeland, E. P., & Hess, R. S. (1995). Differences in young adolescents' coping strategies based on gender and ethnicity. *The journal of early adolescence, 15*, 203-219.
- Cotterell, J. L. (1992). The relation of attachments and supports to adolescent well-being and school adjustment. *Journal of adolescent research, 7*, 28-42.
- Cottrell, L., Li, X., Harris, C., D'Alessandri, D., Atkins, M., Richardson, B., & Stanton, B. (2003). Parent and adolescent perceptions of parental monitoring and adolescent risk involvement. *Parenting: Science and practice, 3*, 179-195.
- Currie C, Gabhainn S, N., Godeau E, Roberts C, Smith R, Currie D, ... Barnekow, V. (2008). Inequalities in young people's health: HBSC international report from the 2005/06 Survey. *Health Policy for Children and Adolescents, No. 5*, WHO Regional Office for Europe, Copenhagen, Denmark.

- Currie, C., Roberts, C., Morgan, A., Smith, R., Settertobulte, W., Samdal, O., & Barnekow Rasmussen, V. (2004). *Young People's Health in Context: international report from the HBSC 2001/02 survey*.
- Currie, C., Zanotti, C., Morgan, A., Currie, D., de Looze, M., Roberts, C., Samdal, O., Smith, O. R. F., & Barnekow, V. (2012). Social determinants of health and well-being among young people. *Health behaviour in school-aged children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey*. Copenhagen: WHO regional office for Europe.
- Cutrona, C. E. (1986). Objective determinants of perceived social support. *Journal of personality and social psychology*, 50, 349-355.
- Cutrona, C. E. & Russell, D. W. (1990). Types of social support and specific stress: Toward a theory of optimal matching. I B. R. Sarason, I. G. Sarason, & G. R. Pierce (Eds.), *Social support: An interactional view* (pp. 319-366). New York: Wiley.
- De Goede, I. H. A., Branje, S. J. T. & Meeus, W. H. J. (2009a). Developmental changes in adolescents' perceptions of relationships with their parents. *Journal of youth and adolescence*, 38, 75-88.
- De Goede, I. H. A., Branje, S. J. T. & Meeus, W. H. J. (2009b). Developmental changes and gender differences in adolescents' perceptions of friendships. *Journal of adolescence*, 32, 1105-1123.
- Degirmencioglu, S. M., Urberg, K. A., Tolson, J. M., & Richard, P. (1998). Adolescent friendship networks: Continuity and change over the school year. *Merrill-Palmer Quarterly*, 44, 313-337.
- Deković, M., & Meeus, W. (1997). Peer relations in adolescence: Effects of parenting and adolescents' self-concept. *Journal of adolescence*, 20, 163-176.
- Dew, T., & Huebner, E. S. (1994). Adolescents' perceived quality of life: An exploratory investigation. *Journal of school psychology*, 32, 185-199.

- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social indicators research*, 31, 103-157.
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2002). Will money increase subjective well-being? *Social indicators research*, 57, 119-169.
- Diener, E. & Diener, C. (1996). Most people are happy. *Psychological science*, 7, 181-185.
- Diener, E., Scollon, C. N. & Lucas, R. E. (2003). The evolving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness. *Advances in cell aging and gerontology*, 15, 187-219.
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2004). Beyond money: Toward an economy of well-being. *Psychological science in the public interest*, 5, 1–31.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological bulletin*, 125, 276-302.
- Dise-Lewis, J. E. (1988). The life events and coping inventory: an assessment of stress in children. *Psychosomatic medicine*, 50, 484-499.
- Dunkel-Schetter, C., & Bennett, T. L. (1990). Differentiating the cognitive and behavioral aspects of social support. In B. R. Sarason, I. G. Sarason, & G. R. Pierce (Eds.). *Social support: An interactional view* (pp. 267-296), New York: Wiley.
- Eagly, A. H. (1987). *Sex differences in social behaviour: a social role interpretation*. Hillsdale, New Jersey: Erlbaum.
- Elgar, F. J., De Clercq, B., Schnohr, C. W., Bird, P., Pickett, K. E., Torsheim, T., ... & Currie, C. (2013). Absolute and relative family affluence and psychosomatic symptoms in adolescents. *Social science & medicine*, 91, 25-31.
- Elgar, F. J., McKinnon, B., Torsheim, T., Schnohr, C. W., Mazur, J., Cavallo, F. & Currie, C. (2015). Patterns of socioeconomic inequality in adolescent health differ according to

- the measure of socioeconomic position. *Social indicators research*, 1-12. DOI 10.1007/s11205-015-0994-6
- Frisch, M. B. (1998). Quality of life therapy and assessment in health care. *Clinical psychology: Science and practice*, 5, 19-40.
- Fuhrer, R., Stansfeld, S. A., Chemali, J., & Shipley, M. J. (1999). Gender, social relations and mental health: Prospective findings from an occupational cohort (Whitehall II Study). *Social science and medicine*, 48, 77-87.
- Furman, W., & Buhrmester, D. (1985). Children's perceptions of the personal relationships in their social networks. *Developmental psychology*, 21, 1016-1024.
- Furman, W., & Buhrmester, D. (1992). Age and sex differences in perceptions of networks of personal relationships. *Child development*, 63, 103-115.
- Garber, J., & Seligman, M. E. (1980). *Human helplessness: Theory and applications*. New York: Academic Press.
- Gauze, C., Bukowsky, W. M., Aquan-Assee, J., & Sippola, L. K. (1996). Interactions between family environment and friendship as associations with self-perceived well-being during early adolescence. *Child development*, 67, 2201-2216.
- Ge, X., Conger, R. D., & Elder Jr., G. H. (2001). Pubertal transition, stressful life events, and the emergence of gender differences in adolescent depressive symptoms. *Developmental psychology*, 37, 404-417.
- Gilligan, C. (1982). *In a different voice: psychological theory and women's development*. London: Harvard University Press.
- Gilman, R., & Huebner, S. (2000). Review of life satisfaction measures for adolescents. *Behaviour change*, 17, 178-195.
- Gilman, R., & Huebner, S. (2003). A review of life satisfaction research with children and adolescents. *School psychology quarterly*, 18, 192-205.

- Gilman, R., & Huebner, E. S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of youth and adolescence, 35*, 311–319.
- Glasgow, K. L., Dornbusch, S. M., Troyer, L., and Steinberg, L. (1997). Parenting styles, adolescents' attributions, and educational outcomes in nine heterogeneous high schools. *Child development, 68*, 507–529.
- Goldbeck, L., Schmitz, T. G., Besier, T., Herschbach, P., & Henrich, G. (2007). Life satisfaction decreases during adolescence. *Quality of life research, 16*, 969-979.
- Hart, B., & Risley, T. (1992). American parenting of language-learning children: Persisting differences in family-child interactions observed in natural home environments. *Developmental psychology, 28*, 1096-1105.
- Hartup, W. W. (1996). The company they keep: Friendships and their developmental significance. *Child development, 67*, 1-13.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological inquiry, 5*, 1–22.
- Headey, B., & Wearing, A. J. (1992). *Understanding happiness: A theory of subjective well-being*. Melbourne: Longman Cheshire.
- Helland, M. J., & Mathiesen, K. S. (2009). 13-15-åringer fra vanlige familier i Norge – hverdagsliv og psykisk helse. *Folkehelseinstituttet: Rapport 2009:1*
- Heitzmann, C. A., & Kaplan, R. M. (1988). Assessment of methods for measuring social support. *Health psychology, 7*, 75-109.
- Helgeson, V. S. (1994). Relation of agency and communion to well-being: Evidence and potential explanations. *Psychological bulletin, 116*, 412-428.
- Helgeson, V. S., & Cohen, S. (1996). Social support and adjustment to cancer: reconciling descriptive, correlational, and intervention research. *Health psychology, 15*, 135-148.



- Helsen, M., Vollerbergh, W., & Meeus, W. (2000). Social support from parents and friends and emotional problems in adolescence. *Journal of youth and adolescence, 29*, 319-335.
- Hill, J. P., & Lynch, M. E. (1983). The intensification of gender-related role expectations during early adolescence. In J. Brooks-Gunn & A. C. Petersen (Eds.). *Girls at puberty* (pp. 201-228). Virginia: Springer US.
- Hoff, E., Laursen, B., & Tardif, T. (2002). Socioeconomic status and parenting. In M. H. Bornstein (Ed.). *Handbook of parenting: Vol. 2. Biology and ecology of parenting* (pp. 231–252). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Hoff-Ginsberg, E. (1991). Mother–child conversation in different social classes and communicative settings. *Child development, 62*, 782–796.
- House, J. S. (1981). *Work stress and social support*. Massachusetts: Addison-Wesley.
- Howes, C. (1999). Attachment relationships in the context of multiple caregivers. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 671-687). New York: Guildford Press.
- Huebner, E. S. (1991a). Initial development of the Student's Life Satisfaction Scale. *School psychology international, 12*, 231-240.
- Huebner, E. S. (1991b). Correlates of life satisfaction in children. *School psychology quarterly, 6*, 103-111.
- Huebner, E. S. (1994). Preliminary development and validation of a multidimensional life satisfaction scale for children. *Psychological assessment, 6*, 149-158.
- Huebner, E. S. (2004). Research on assessment of life satisfaction of children and adolescents. *Social indicators research, 66*, 3-33.
- Huebner, E. S., Drane, W., & Valois, R. F. (2000). Levels and demographic correlates of adolescent life satisfaction reports. *School psychology international, 21*, 281-292.

- Huebner, E. S., Suldo, S. M., & Gilman, R. (2006). Life satisfaction. In G. G. Bear & K. M. Minke (Eds.). *Children's needs III: Development, prevention, and intervention* (pp. 357-368). Washington, DC, US: National Association of School Psychologists
- Huebner, E. S., Suldo, S. M., Smith, L. C., & McKnight, C. G. (2004). Life Satisfaction in children and youth: Empirical foundations and implications for school psychologists. *Psychology in schools, 41*, 81-93.
- Hunter, F. T., & Youniss, J. (1982). Changes in functions of three relations during adolescence. *Developmental psychology, 18*, 806-811.
- Kessler, R. C., Price, R. H., & Wortman, C. B. (1985). Social factors in psychopathology: Stress, social support, and coping processes. *Annual review of psychology, 36*, 531-572.
- Kim, K. J., Conger, R. D., Lorenz, F. O & Elder, G. H. (2001). Parent-adolescent reciprocity in negative affect and its relation to early adult social development. *Developmental psychology, 37*, 775-790.
- King, A., Wold, B., Tudor-Smith, C., Harel, Y. (1996). The health of youth. A cross-national survey. *WHO Regional Publications, 69*.
- Koepke, S. & Denissen, J. J. A. (2012). Dynamics of identity development and separation-individuation in parent-child relationships during adolescence and emerging adulthood. A conceptual integration. *Developmental review, 32*, 67-88.
- Kuttler, A. M., La Greca, A. M., & Prinstein, M. J. (1999). Friendship qualities and social-emotional functioning of adolescents with close, cross-sex friendships. *Journal of research on adolescence, 9*, 339-366.
- La Guardia, J. G., Ryan, R. M., Couchman, C., & Deci, E. L. (2000). Within-person variation in security of attachment: a self-determination theory perspective on attachment, need

- fulfillment, and well-being. *Journal of personality and social psychology*, 79, 367–384.
- Lakey, B., Cooper, C., Cronin, A., & Whitaker, T. (2014). Symbolic providers help people regulate affect relationally: Implications for perceived support. *Personal relationships*, 21, 404-419.
- Lakey, B., & Orehek, E. (2011). Relational regulation theory: a new approach to explain the link between perceived social support and mental health. *Psychological review*, 118, 482-495.
- Lakey, B., Vander Molen, R. J., Fles, E., & Andrews, J. (2015). Ordinary social interaction and the main effect between perceived support and affect. *Journal of personality*, doi: 10.1111/jopy.12190
- Laursen, B., Coy K. C. & Collins, W. A. (1998). Reconsidering changes in parent-child conflict across adolescence: A meta-analysis. *Child development*, 69, 817-832.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer.
- Levin, K. A., & Currie, C. (2010). Family structure, mother-child communication, father-child communication, and adolescent life satisfaction: A cross-sectional multilevel analysis. *Health education*, 110, 152-168.
- Levin, K., A. & Currie, C. (2014). Reliability and validity of an adapted version of the Cantril Ladder for use with adolescent samples. *Social indicators research*, 119, 1047-1063.
- Levin, K. A., Torsheim, T., Vollebergh, W., Richter, M., Davies, C. A., Schnohr, C. W., . . . Currie, C. (2011). National income and income inequality, family affluence and life satisfaction among 13 year old boys and girls: A multilevel study in 35 countries. *Social indicators research*, 104, 179-194.

- Lyons, M. D., Otis, K. L., Huebner, E. S. & Hills, K. J. (2014). Life satisfaction and maladaptive behaviors in early adolescents. *Schools psychology quarterly*, 29, 553-566.
- Lyubomirsky, S., King L. & Diener E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological bulletin*, 131, 803-855.
- Ma, C. Q., & Huebner, E. S. (2008). Attachment relationships and adolescents life satisfaction: Some relationships matter more to girls than boys. *Psychology in the schools*, 45, 177-190.
- Maccoby, E. E. (1998). *The two sexes: Growing apart and coming together*. Mass: Belknap Press of Harvard University Press.
- Major, E. F., Dalgard, O. S., Mathisen, K. S., Nord, E., Ose, S., Rognerud, M., & Aarø, L. E. (2011). *Bedre føre var - Psykisk helse: Helsefremmende og forebyggende tiltak og anbefalinger*. Oslo: Norsk folkehelseinstitutt.
- Malecki, C. K., & Demaray, M. K. (2003). What Type of Support Do They Need? Investigating Student Adjustment as Related to Emotional, Informational, Appraisal, and Instrumental Support. *School psychology quarterly*, 18, 231-252.
- McGue, M., Elkins, I., Walden B. & Iacono W. G. (2005). Perceptions of the Parent-Adolescent Relationship: A Longitudinal Investigation. *Developmental psychology*, 41, 971-984.
- McLeod, J. D., & Owens, T. J. (2004). Psychological well-being in the early life course: variations by socioeconomic status, gender and race/ethnicity. *Social psychology quarterly*, 67, 257-278.
- Meeus, W., Oosterwegel, A., & Vollebergh, W. (2002). Parental and peer attachment and identity development in adolescence. *Journal of adolescence*, 25, 93-106.

- Molcho, M., Nic Gabhainn, S., & Kelleher, C. C. (2007). Interpersonal relationships as predictors of positive health among Irish youth: The more the merrier. *Irish medical journal, 100*, 33-36.
- Moreno, C., Sánchez-Queija, I., Muñoz-Tinoco, V., de Matos, M. G., Dallago, L., Ter Bogt, T., . . . Rivera, F. (2009). Cross-national associations between parent and peer communication and psychological complaints. *International journal of public health, 54*, 235-242.
- Muldoon, J., Levin, K. A., Van der Sluijs, W., & Currie, C. (2010). *Validating mental well-being items of the Scottish health behaviour in school-aged children (HBSC) survey*. Edinburgh: University of Edinburgh.
- Nickerson, A. B., & Nagle, R. J. (2004). The influence of parent and peer attachments on life satisfaction in middle childhood and early adolescence. *Social indicators research, 66*, 35-60.
- Nickerson, A. B., & Nagle, R. J. (2005). Parent and peer attachment in late childhood and early adolescence. *The journal of early adolescence, 25*, 223-249.
- Ogus, E. D., Greenglass, E. R., & Burke, R. J. (1990). Gender-role differences, work stress and depersonalization. *Journal of social behavior & personality, 5*, 387-398.
- Pallant, J. (2013). *SPSS survival manual: a step by step guide to data analysis using SPSS*. Crows Nest: Allen & Unwin.
- Paterson, J. E., Field, J., & Pryor, J. (1994). Adolescents' perceptions of their attachment relationships with their mothers, fathers, and friends. *Journal of youth and adolescence, 23*, 579-600.
- Pavot, W., & Diener, W. (2008). The satisfaction with life scale and the emerging construct of life satisfaction. *The journal of positive psychology, 3*, 137-152.

- Perry, D. G., & Pauletti, R. E. (2011). Gender and adolescent development. *Journal of research on adolescence, 21*, 61-74.
- Piko, B. (2011). Gender differences and similarities in adolescents ways of coping. *The psychological record, 51*, 223-235.
- Piko, B. F. & Hamvai, C. (2010). Parent, school and peer-related correlates of adolescents' life satisfaction. *Children and youth services review, 32*, 1479-1482.
- Pomerantz, E. M., & Ruble, D. N. (1998). The role of maternal control in the development of sex differences in child self-evaluative factors. *Child development, 69*, 458-478.
- Powell, B., Cooper, G., Hoffman, K. & Marvin, B. (2014). *The Circle of Security Intervention. Enhancing Attachment in Early Parent-Child Relationship*. The Guildford Press: New York.
- Proctor, C. L., Linley, A. & Maltby, J. (2009). Youth life satisfaction: A review of the literature. *Journal of happiness studies, 10*, 583-630.
- Proctor, C., Linley, A., & Maltby, J. (2010). Very happy youths: Benefits of very high life satisfaction among adolescents. *Social indicators research, 98*, 519-532.
- Raja, S. N, McGee, R., & Stanton, W. R. (1992). Perceived attachments to parents and peer and psychological well-being in adolescence. *Journal of youth and adolescence, 21*, 471-485.
- Reis, H. T., & Shaver, P. (1988). Intimacy as an interpersonal process. In S. W. Duck (Ed.). *Handbook of personal relationships* (pp. 367-389). Oxford: Wiley.
- Roberts, C., Freeman, J., Samdal O., Schnohr, C. W., de Looze, M. E, Nic Gabhainn, S ... Rasmussen, M. (2009). The health behaviour in school-aged children (HBSC) study: Methodological developments and current tensions. *International journal of public health, 54*, 140-150.

- Robeyns, I. (2003). Sen's capability approach and gender inequality: selecting relevant capabilities. *Feminist economics*, 9, 61-92.
- Rook, K. S., & Underwood, L. G. (2000). Social support measurement and interventions: Comments and future directions. In S. Cohen, L. G. Underwood, & B. H. Gottlieb (Eds.). *Social support measurement and intervention* (pp. 311-334). New York: Oxford University Press.
- Ruble, D. N., Martin, C. L., & Berenbaum, S. A. (2006). Gender development. In W. Damon & R. M. Lerner (Series Eds.) & N. Eisenberg (Vol. Ed.), *Handbook of child psychology: Vol. 3. Social, emotional and personality development* (pp. 858 – 932). New Jersey: Wiley.
- Rudolph, K. D. (2002). Gender differences in emotional responses to interpersonal stress during adolescence. *Journal of adolescent health*, 30, 3-13.
- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American journal of orthopsychiatry*, 57, 316-331.
- Samdal, O., Bye, H. H., Torsheim, T., Birkeland, M. S., Diseth, Å. R., Fismen, A. S., Haug, E., Leversen, I., Wold, B. (2012). Sosial ulikhet i helse og læring blant barn og unge. Resultater fra den landsrepresentative spørreundersøkelsen "Helsevaner blant skoleelever. En WHO- undersøkelse i flere land.". (HEMIL rapport nr 2/2012) Bergen: HEMIL- senteret, Universitetet i Bergen.
- Schimmack, U., & Oishi, S. (2005). The influence of chronically and temporarily accessible information on life satisfaction judgments. *Journal of personality and social psychology*, 89, 395–406.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology. An Introduction. *American psychologist*, 55, 5-14.

- Shek, D. T. L. (1998a). Adolescent positive mental health and psychological symptoms: A longitudinal study in a Chinese context. *Psychologia: An international journal of psychology in the orient*, *41*, 217–225.
- Shek, D. T. L. (1998b). A longitudinal study of the relations between parent-adolescent conflict and adolescent psychological well-being. *Journal of genetic psychology*, *159*, 53–67.
- Silberman, M. A., & Snarey, J. (1993). Gender differences in moral development during early adolescence: the contribution of sex-related variations in maturation. *Current psychology*, *12*, 163-171.
- Smetana, J. G. & Villalobos, M. (2009), Social cognitive development in adolescence. In R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.) *Handbook of adolescent psychology* (pp. 187-228). New Jersey: Wiley
- Stavseth, E. L. (2008). Helsevaner blant norske skole-elever (HBSC): Jenter misfornøyde med egen kropp. *NSD Nytt*, *3/08*. <http://www.nsd.uib.no/nsd/nsdnytt/08-3/1.html>
- Steinberg, L., & Silverberg, S. B. (1986). The vicissitudes of autonomy in early adolescence. *Child development*, *57*, 841-851.
- Stroebe, W., & Stroebe, M. (1996). The social psychology of social support. In E. T. Higgins & A. W. Kruglanski (Eds.). *Social psychology: Handbook of basic principles* (pp. 597-621). New York: Guilford.
- Suldo, S. M., & Huebner, E. S. (2004a). Does life satisfaction moderate the effects of stressful life events on psychopathological behavior during adolescence? *School psychology quarterly*, *19*, 93-105.
- Suldo, S. M., & Huebner, E. S. (2004b). The role of life satisfaction in the relationship between authoritative parenting dimensions and adolescent problem behavior. *Social indicators research*, *66*, 165-195.



- Suldo, S. M., & Huebner, E. S. (2006). Is extremely high life satisfaction during adolescence advantageous? *Social indicators research*, 78, 179-203.
- Sullivan, H. (1953). *The Interpersonal Theory of Psychiatry*. New York: Norton.
- Sweeting, H. (1995). Reversals of fortune? Sex differences in health in childhood and adolescence. *Social science medicine*, 40, 77-90.
- Taylor, S. E. (2007). Social support. In H. S. Friedman & R. C. Silver (Eds.). *Foundations of health psychology* (pp.145-171). New York: Oxford university press.
- Taylor, S. E. (2011). Social support: A review. In H. S. Friedman (Ed.), *Handbook of health psychology* (pp.192-217). New York; Oxford university press.
- Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: a social psychological perspective on mental health. *Psychological bulletin*, 103, 193-210.
- Taylor, S. E., Klein, L. C., Lewis, B. P., Gruenewald, T. L., Gurung, R. A., & Updegraff, J. A. (2000). Biobehavioral responses to stress in females: tend-and-befriend, not fight-or-flight. *Psychological review*, 107, 411-429.
- Taylor, S. E., Sherman, D. K., Kim, H. S., Jarcho, J., Takagi, K., & Dunagan, M. S. (2004). Culture and social support: Who seeks it and why? *Journal of personality and social psychology*, 87, 354-362.
- Tobin, D. D., Menon, M., Menon, M., Spatta, B. C., Hodges, E. V. E., & Perry, D. G. (2010). The intrapsychics of gender: A model of self-socialization. *Psychological review*, 117, 601-622.
- Torsheim, T., Ravens-Sieberer, U., Hetland, J., Välimaa, R., Danielson, M., & Overpeck, M. (2006). Cross-national variation of gender differences in adolescent subjective health in Europe and North America. *Social science & medicine*, 62, 815-827.

- Trickett, P. K., Aber, J. L., Carlson, V., & Cicchetti, D. (1991). Relationship of socioeconomic status to the etiology and developmental sequelae of physical child abuse. *Developmental psychology, 27*, 148-158.
- Van Beest, M., & Baerveldt, C. (1999). The relationship between adolescents' social support from parents and from peers. *Adolescence, 34*, 193-201.
- Van Eijck, F. E. A. M., Branje, S. J. T., Hale, W. W., & Meeus, W. H. J. (2012). Longitudinal associations between perceived parent-adolescent attachment relationship quality and generalized anxiety disorder symptoms in adolescence. *Journal of abnormal child psychology, 40*, 871-883.
- Van Hoof, A., & Raaijmakers, A. W. (2002). The spatial integration of adolescent identity: Its relation to age, education and subjective well-being. *Scandinavian journal of psychology, 43*, 201-212.
- Vaux, A. (1985). Variations in social support associated with gender, ethnicity, and age. *Journal of social issues, 41*, 89-110.
- Waylen, A., Stellard, N., & Stewart-Brown, S. (2008). Parenting and health in mid-childhood: a longitudinal study. *European journal of public health, 18*, 300-305.
- Wethington, E., & Kessler, R. C. (1986). Perceived support, received support, and adjustment to stressful life events. *Journal of health and social behaviour, 27*, 78-89.
- Wheaton, B. (1985). Models for the stress-buffering functions of coping resources. *Journal of health and social behavior, 26*, 352-364.
- Wilkinson, R. B. (2004). The role of parental and peer attachment in the psychological health and self-esteem of adolescents. *Journal of youth and adolescence, 33*, 479-493.
- Wilkinson, R. B. (2010). Best friend attachment versus peer attachment in the prediction of adolescent psychological adjustment. *Journal of adolescence, 33*, 709-717.

- Wilkinson, R. G., & Pickett, K. E. (2009). Income inequality and social dysfunction. *Annual review of sociology*, 35, 493-511.
- Wills, T. A. (1991). Social support and interpersonal relationships. I M. S. Clark (Ed.), *Prosocial behavior* (pp. 265-289). California: Sage.
- Wood, W., & Eagly, A. H. (2002). A cross-cultural analysis of the behavior of women and men: implications for the origins of sex differences. *Psychological bulletin*, 128, 699-727.
- World Health Organization (2001). *Strengthening mental health promotion, fact sheet No 220*  
<http://www.euro.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases/mental-health/mental-health/key-terms-and-definitions-in-mental-health#health>
- World Health Organization. (2002). *Mainstreaming gender equity in health: The need to move forward. Madrid Statement*. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe.
- Young, M. H., Miller, B. C., Norton, M. C., & Hill, E. J. (1995). The effect of parental supportive behaviors on life satisfaction of adolescent offspring. *Journal of marriage and the family*, 57, 813-822.
- Ystgaard, M. (1997). Life stress, social support and psychological distress in late adolescence. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 32, 277-283.

## Appendiks

14.

Her er et bilde av en stige. Øverst på stigen (10) står for det best mulige livet for deg og nederst på stigen (0) er det verst mulige livet for deg. Generelt sett hvor synes du at du står på stigen nå for tiden? Sett kryss i den boksen som står ved siden av nummeret som best forteller hvor du står.

<input type="checkbox"/>	10	Best mulig liv
<input type="checkbox"/>	9	
<input type="checkbox"/>	8	
<input type="checkbox"/>	7	
<input type="checkbox"/>	6	
<input type="checkbox"/>	5	
<input type="checkbox"/>	4	
<input type="checkbox"/>	3	
<input type="checkbox"/>	2	
<input type="checkbox"/>	1	
<input type="checkbox"/>	0	Dårligst mulig liv

46. Hvor lett eller vanskelig er det for deg å snakke med andre om ting som virkelig plager deg?  
Sett ett kryss for hver av de personene som er listet opp nedenfor.

	Veldig lett	Nokså lett	Nokså vanskelig	Veldig vanskelig	Jeg har ikke eller treffer ikke denne personen
Far	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Stefar/mors kjæreste	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Stemor/fars kjæreste	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eldre brødre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eldre søstre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Beste venn	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Venner av samme kjønn	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Venner av motsatt kjønn	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**43. Hvor god råd har din familie?**

- Svært god råd
- God råd
- Middels god råd
- Ikke særlig god råd
- Dårlig råd
- Jeg vet ikke