

Mälardalens högskola
Institutionen för Samhälls- och Beteendevetenskap

Sambandet mellan socialt stöd och känsla av sammanhang hos svenska och japanska studenter

Karin Gustafson & Annika Hjertquist

C-uppsats i psykologi, VT 2007
Handledare: Juliska Wallin
Examinator: Håkan Källmén

Sambandet mellan socialt stöd och känsla av sammanhang hos svenska och japanska studenter

Karin Gustafson & Annika Hjertquist

Tidigare forskning har visat samband mellan socialt stöd och graden av känsla av sammanhang (KASAM), samt att upplevelsen av socialt stöd och hälsa kan skilja sig mellan olika kulturella kontexter. Syftet var att undersöka kulturella skillnader, mellan en individualistisk och kollektivistisk kultur, i sambandet mellan socialt stöd och graden av KASAM. I enkätundersökningen deltog 95 svenska och 92 japanska studenter. Resultatet visade att det fanns ett positivt samband mellan socialt stöd och graden av KASAM. Vidare hade svenska studenter med högt socialt stöd högre grad av KASAM än japanska studenter med högt socialt stöd. Undersökningen visade även att det fanns könsskillnader. Resultatet diskuteras utifrån de skillnader som hittats mellan svenska och japanska studenter.

Key words: social support, sense of coherence, cultural differences, individualism, collectivism.

Inledning

I dagens mångkulturella och internationella samhällen kan människor, med hjälp av teknikens under utan större problem uppleva och upptäcka andra kulturer och andra delar av världen på mindre än ett par minuter. En kultur kan definieras som värden, normer, beteendemönster och materiella resurser som är karaktäristiska för en viss grupp (Giddens, 2003). I den allt mer växande kontakten mellan människor från olika kulturer, oavsett om det är i det vardagliga livet, i affärskontakter eller på resor, ökar också behovet av att kunna uttrycka sig, visa respekt och lära sig om andra människors kulturella vanor för att undvika missförstånd (Niikura, 1999). När individer från olika kulturer möts och ska leva tillsammans är det kanske inte så konstigt att det kan uppstå så kallade kulturkrockar, då människor missförstår varandra (Nationalencyklopedin, 2007). Dock är det viktigt att alltid komma ihåg att hur mycket människor än må skilja sig, så är alla ändå just människor och har därmed även många saker gemensamt. Att ha mat för dagen, att ha någon att bry sig om eller att vara vid god hälsa är inget som bara gäller några individer, utan är snarare universella önskemål och behov. Det är hur individer definierar och ser på olika saker, som exempelvis en positiv självbild, god hälsa eller socialt stöd, som kan skilja sig mellan olika kulturella kontexter (Abe, 2004), beroende på livssituation och livsåskådning (Muhlenkamp & Sayles, 1986). Världshälsoorganisationen (2002, s. 984) definierar god hälsa som ”ett tillstånd av fullständigt fysiskt, psykiskt och socialt välmående och inte endast frånvaro av sjukdom eller svaghet”. Denna studie utgår från en holistisk definition av begreppet hälsa, där man ser den fysiska kroppen och psyket som en helhet som inte går att separera (Ogden, 2004). Många studier har visat ett positivt samband mellan socialt stöd och god hälsa, i både fysisk och psykisk mening (Cohen & Wills, 1985; Dean, Kolody & Wood, 1990; Jason, Witter & Torres-Harding, 2003; Rydén & Stenström, 2000). Då en individs definition av både socialt stöd och hälsa präglas av dennes sociala

kontext, kan det finnas en grund för kulturella skillnader i betydelsen av socialt stöd för en god hälsa (Bandura, 1977; Bowling, Beehr & Swader, 2005; Glazer, 2006; Jung, 1997).

Socialt stöd

Begreppet socialt stöd introducerades i början av 70-talet (Cohen & Syme, 1985), och är idag ett centralt begrepp inom hälsoforskning (Torkelsson, 1991). Idag finns ett antal olika definitioner på vad socialt stöd är, vilka är föremål för ständig diskussion (Rydén & Stenström, 1994). House, Umberson och Landis (1988) definierar socialt stöd som en social process i vilken individer får stöd och ger stöd till andra individer inom sitt sociala nätverk. Detta nätverk, så som familj, vänner, partner och kollegor, erbjuder och ger individen socialt stöd i form av omtanke, uppskattning, praktisk hjälp med mera (Rydén & Stenström, 1994). Denna källa för socialt stöd, i form av nära sociala relationer, är det som brukar kallas för informellt stöd. Till skillnad från det informella stödet finns det så kallade formella stödet som utgörs av professionella som anlitas för att ge oss stöd (Egidius, 2006; House, 1981; House et al., 1998). Denna studie utgår från House et al. (1998) definition av informellt stöd när det vidare skrivs om socialt stöd.

Olika typer av socialt stöd. En av de vanligaste indelningarna av socialt stöd är i emotionellt och instrumentellt stöd. Emotionellt stöd syftar på empati, omtanke och förtroende. Det är den typen av stöd som verkar ha störst betydelse för välbefinnande. Instrumentellt stöd handlar om praktisk hjälp och erbjudande av resurser, som till exempel pengar (Cohen & Wills, 1985). Enligt Cohen och Wills genomgång av forskning på området har studier visat att det finns en könsskillnad, där kvinnor föredrar emotionellt stöd medan män oftare vänder sig efter instrumentellt stöd. Kvinnor har ofta ett större behov av och lättare för att be om olika typer av socialt stöd och att prata om sina problem, än män (Jung, 1987; Lafreniere & Ledgerwood, 1997). Förutom emotionellt och instrumentellt stöd talar bland annat House (1981) om informativt stöd och värderande stöd.

Förutom att det är viktigt att rätt stöd erbjuds i rätt situation kan effekten av det givna sociala stödet också påverkas av vem det är som ger det (Cohen & Wills, 1985). Vem en individ vänder sig till beror oftast på problemet och situationen (Miller & Darlington, 2002; Nezlek & Allen, 2006). Vissa personer erbjuder mer stöd och kan vara bättre på att ge en viss typ av stöd (House, 1981; Miller & Darlington, 2002). Flera studier har kunnat visa att familjen och de närmaste vännerna är de viktigaste givarna när det gäller alla de olika typerna av stöd (Dean et al., 1990; Miller & Darlington, 2002; Valery, O'Connor & Jennings, 1997).

Socialt stöds effekt på hälsa och välmående. Att socialt stöd har en positiv effekt på både fysisk och psykisk hälsa är välkänt och har kunnat påvisas i ett flertal studier till exempel av Cohen och Wills (1985) och Rydén och Stenström (2000). Studier har visat signifikanta samband mellan socialt stöd och positiva resultat i tillfriskningsprocessen hos både fysiskt och psykiskt sjuka (Dean et al., 1990; Jason, Witter & Torres-Harding, 2003). Jason et al. kunde i sin studie visa att socialt stöd var en viktig faktor för välmående hos kroniskt sjuka. De patienter som upplevde att de fick mycket socialt stöd fick också möjligheten att ventilera sina känslor och få dem bekräftade. Detta minskade oron och stressen hos individen och ökade det psykiska välbefinnandet, vilket i sin tur skapade bättre förutsättningar för den fysiska hälsan. Vikten av att ventilera sina känslor bekräftas även genom forskning av Pennebaker och Seagal (1999). I deras studie fann man att det både fanns fysiska och psykiska fördelar med att ventilera sina tankar. Detta gällde oavsett kön, ålder, kultur och social klass.

I många studier kring socialt stöd och hälsa har även sambandet mellan socialt stöd och stressorer undersökts. En stressor är något som framkallar en stressreaktion hos individen och som har en negativ effekt på både psykiskt och fysiskt välmående (Dean et al., 1990; Egidius, 2006). Socialt stöd påstås minska individens upplevelser av stressorer och öka förmågan att hantera stressfyllda situationer (Cohen & Wills, 1985; Gencöz & Özlale, 2004; Higgins, 2000; Nezlek & Allen, 2006). Enligt Gencöz och Özlale reagerar personer med mycket socialt stöd mindre negativt på negativa händelser än personer med mindre socialt stöd, vilket medför att negativa händelser upplevs som mindre stressande. Bristen på socialt stöd kan i sin tur öka risken för framförallt ett sämre psykiskt välmående (Cohen & Wills, 1985; Gencöz & Özlale, 2004). För mycket eller påtvingat stöd kan dock få negativ effekt och få en individ att känna sig inkompetent och oförmögen att göra något utan andras hjälp (Bhanthumnavin, 2003; Jung, 1987; Nezlek & Allen, 2006).

Det är inte bara kvantiteten av socialt stöd som har visats vara viktig för välmåendet, utan även framförallt kvalitén har betydelse för hur bra individen mår. Olika mätningar har visat att det finns en skillnad mellan upplevt socialt stöd och den faktiska mängden mottaget socialt stöd (Cohen & Wills, 1985; Dolbier & Steinhardt, 2000; Glazer, 2005; Jung, 1997). Cohen och Wills (1985) konstaterade att det framförallt var den subjektiva upplevelsen och kvalitén av tillgängligt socialt stöd som skyddar individen från negativa effekter av olika stressorer. Detta betyder dock inte att mängden faktiskt mottaget stöd är utan betydelse. Enligt Jung (1997) kan denna skillnad hänga ihop med vilken typ av stöd som individen upplever sig få, samt att det kan finnas typer av givet stöd som individen tar för givet och därför inte upplever som socialt stöd. Det är viktigt att den som får socialt stöd också upplever det som sådant, annars kan individen gå miste om den positiva effekten av stödet. Därav vikten att fånga individens upplevelse av det sociala stödet (Dolbier & Steinhardt, 2000; House, 1981).

Förutom faktorerna typ av stöd, kvalitativt eller kvantitativt stöd, kön och givare av stöd, kan relationen mellan socialt stöd och hälsa även påverkas av andra faktorer, så som personlighetsdrag och den sociala kontexten i form av kulturella skillnader (Bandura, 1977; Bowling, Beehr & Swader, 2005; Glazer, 2006; Jung, 1997).

KASAM

För att få en helhetsbild av olika faktorer som kan påverka en individs välbefinnande och hälsa skapade Antonovsky (2005) begreppet känsla av sammanhang (KASAM). Begreppet KASAM har sin utgångspunkt i det salutogena synsättet, vilket fokuserar på det "friska", med andra ord på vilka faktorer som bidrar till att upprätthålla en god hälsa och ett högt välbefinnande. Det salutogena synsättet handlar om att kunna anpassa individen till olika stressorer i tillvaron och inte bara se dem som hot som bör bekämpas (Antonovsky, 2005).

KASAMs tre komponenter. KASAM-begreppet innebär att en individ upplever sin värld utifrån tre huvudkomponenter: begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet.

Begriplighet handlar om i vilken grad individen upplever att yttre och inre stimuli är begripliga förnuftsmässigt. Till exempel att information är strukturerad, sammanhängande och tydlig, istället för slumpmässig, kaotisk, oförklarlig och oväntad. En individ med en hög grad av begriplighet har en tro på att det den kommer att möta är förutsägbart och när individen möter oväntade händelser kommer dessa att kunna struktureras och förstås. Personer med en låg nivå av begriplighet har däremot inställningen att just de drabbas av olyckliga händelser och att det kommer förbli så resten av livet.

Hanterbarhet handlar om i vilken utsträckning individen upplever att det finns resurser tillgängliga att använda för att hantera de krav som kommer av de stimuli man möter. Dessa

resurser kan finnas hos individen själv eller hos personer i omgivningen som man litar på. Hos individer med hög känsla av hanterbarhet finns en tro på att saker och ting alltid ordnar sig på något sätt, även när de möter påfrestningar.

Meningsfullhet kan ses som en slags motivationskomponent inom begreppet KASAM. Det handlar om i vilken grad individen upplever att livet har en känslomässigt engagerande mening. Detta resulterar i att krav och problem i livet känns värda att investera kraft och engagemang i och på så sätt blir dessa till utmaningar istället för bördor. En individ med en hög grad av meningsfullhet konfronterar utmaningarna, fokuserar på att hitta en mening i dem och kämpar för att övervinna dem (Antonovsky, 2005). Enligt Antonovsky är meningsfullhetskomponenten den viktigaste för att upprätthålla en hög grad av KASAM, eftersom människor ständigt behöver känna ett syfte och mening i det de gör och i saker som händer.

Effekten av KASAM och dess stabilitet. Graden av KASAM kan variera kraftigt mellan individer, bland annat på grund av olika livssituationer (Antonovsky, 2005). Antonovsky menar att individer med hög grad av KASAM har, genom livserfarenhet och positivt stöd från omgivningen, byggt upp en inre styrka för att kunna hantera stressorer och negativa livshändelser. De kan då lägga sin energi på att hantera de stressorer som faktiskt upplevs som stressande och kan därför bli mindre påverkade av negativa stressorer (Albertsen, Nielsen & Borg, 2001; Antonovsky, 2005).

En individs nivå av KASAM kan vara stabil under längre tid, men kan tillfälligt sänkas om individen utsätts för stressorer. På samma sätt kan positiva faktorer, exempelvis socialt stöd, höja KASAM-nivån hos en person. Att få en tydlig bild av en individs KASAM, menar Antonovsky, ger bra möjligheter för att kunna möta en persons individuella behov och skapa så bra förutsättningar som möjligt för en god hälsa och livskvalitet (Antonovsky, 2005).

KASAM och socialt stöd. Forskare har under de senaste åren undersökt vad som bidrar till och är viktigt för en hög grad av KASAM. Flera studier har kunnat bekräfta sambandet mellan en hög grad av KASAM, god hälsa och känslan av livskvalitet (Antonovsky, 2005; Bowman, 1996; Dantas et al., 2002; McSherry & Holm, 1994). Muhlenkamp och Sayles (1986) kunde i sin studie visa på vikten av upplevt socialt stöd och bra självförtroende för god hälsa. De menar att det upplevda sociala stödet har en direkt positiv effekt på självkänslan, vilken i sin tur indirekt påverkar graden av KASAM genom att individen tror mer på sig själv och känner mer kontroll i olika situationer. Flera studier har även kunnat visa socialt stöds direkta positiva inverkan på graden av KASAM (Antonovsky, 2005; Dantas et al., 2002; McSherry & Holm, 1994). Personer med högt KASAM-värde uppger också att de känner att de har stor tillgång till olika sociala resurser, exempelvis värdefull information eller känslomässigt stöd, som hjälp i stressande situationer (Dantas et al., 2002; McSherry & Holm, 1994). Genom socialt stöd kan en individ få en känsla av gemenskap vilket också, för många individer, ökar känslan av meningsfullhet i olika situationer i livet (Antonovsky, 2005; King, 2004). Det är dock viktigt att komma ihåg att olika individer har olika livserfarenheter från varierande sociala kontexter och kan därför se livets mening på helt skilda sätt. Det bör därför tas hänsyn till kulturella skillnader när man talar om meningsskapande (King, 2004). Utifrån tidigare forskning som visat positiva effekter av kognitivt informationsutbyte, det vill säga att få ventilera och kommunicera sina tankar och oro vid stressfyllda händelser (Kim, Kaplowitz & Johnston, 2004; King, 2004; Pennebaker & Seagal, 1999; Skärsäter, Dencker, Häggström & Fridlund, 2003), borde en individ med hjälp av socialt stöd kunna stärka sin grad av KASAM (Antonovsky, 2005; Dantas et al., 2002). Denna undersökning syftar till att även studera kulturella skillnader i förhållande till socialt stöd och graden av KASAM.

Kritik mot KASAM. Trots att flera studier (Bowman, 1996; Dantas et al., 2002; McSherry & Holm, 1994) har kunnat ge stöd åt Antonovskys (2005) KASAM-begrepp är Kumlin (1998) kritisk mot dess användning. Kumlin menar, till skillnad från Antonovsky, att det är problematiskt att kalla KASAM-begreppet universellt, då Kumlin påstår att det endast studerats i europeiska kulturer. Macy (1991) ger stöd åt detta då hon skriver att antaganden om kausalitet ligger till grund för känsla av sammanhang. Sättet världen begrips och uppfattas på är essentiella kausalitetsfrågor och de påverkar attityder och beteenden. I väst dominerar synen av en envägskausalitet där allt påverkas av något annat, och i öst synen av ett nät av ömsesidig kausal interaktion, vilket kan leda till kulturella skillnader i upplevelsen av KASAM. En studie av Bowman (1996), med bland annat amerikanska urinvånare, kan dock stödja Antonovskys tanke om KASAM-begreppet som ett universellt mätinstrument av individers uppfattning av begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet i olika livssituationer.

Individualism och kollektivism

Den antagligen mest signifikanta kulturskillnaden är den mellan individualistiska och kollektivistiska kulturer (Triandis, 2001). Hofstede och Hofstede (2005) definierar individualism som något som kännetecknar samhällen med svaga band mellan individer. Där förväntas människor ta hand om sig själva och den närmaste familjen. De menar att kollektivism är dess motsats. Utmärkande för kollektivistiska samhällen är att människor redan från födseln integreras i egengrupper (in-grupper) med stark sammanhållning. Vidare skriver författarna att när samhällen jämförs, ska individualism och kollektivism enbart ses som varandras motpoler på en och samma dimension. Jämförs istället olika individers värderingar bör individualism och kollektivism betraktas som två separata dimensioner. Detta eftersom undersökningar har visat att individers värden kan skattas högt på både individualism och kollektivism.

Karaktäristiskt för personer i kollektivistiska kulturer är att de ser sig själva i ett ömsesidigt beroende med sin in-grupp. In-grupp definieras av Myers (2005) som "oss", eller som en grupp av människor som delar en känsla av tillhörighet, en känsla av delad identitet, som exempelvis en familj eller vänskapskrets. Dessa utgör ett skydd för individen hela livet i utbyte mot förbehållslös lojalitet. Individualister är självstyrande och oberoende från deras in-grupp. De prioriterar sina egna mål över in-gruppens och agerar i enlighet med deras attityder istället för i enlighet med gruppens normer (Triandis, 2001). Kollektivister har relativt få in-grupper, med vilka de identifierar sig väldigt starkt, medan individualister har många fler (Triandis, 1995). Hofstede (1984) refererar till Ho när han skriver att i kollektivistiska samhällen är det underförstått att det bästa för individen är att underhålla gruppens välmående, och poängterar därmed att kollektivism inte innebär motsatsen till individers välmående eller intressen.

Sverige och Japan, kulturella skillnader och likheter. Hofstede (1984) genomförde en stor studie där han jämförde 40 olika nationer i bland annat individualism och kollektivism. Av dessa länder visade sig Sverige hamna som det tionde mest individualistiska landet. Till de mer kollektivistiska länderna hörde Japan som hamnade på tjugonde plats i individualismrankingen. Varför inte Japan hamnade lägre på Hofstedes individualismskala, då Japan är ett land som ofta får exemplifiera kollektivistiska kulturer (Hofstede & Hofstede, 2005; Sasagawa, Toyoda och Sakano, 2005; Triandis, 1995), antar Hofstede och Hofstede delvis kunna bero på att det i den traditionella japanska familjen endast var den äldste sonen som fortsatte bo med sina föräldrar. Detta skapade en linjär struktur som ligger någonstans mitt emellan kärnfamiljen, som är mer typiskt individualistisk, och den utökade familjen, som

är mer typiskt kollektivistisk. En annan anledning kan vara att det välmående industriella japanska samhället på flera sätt liknar det för individualismen typiska, även om individerna i Japan fortfarande i stor grad kan anses vara kollektivistiska. Dock visar forskning att unga japaner skiftar mot att bli allt mer individualistiska (Triandis, 1995). Att inte Sverige, i sin tur, rankades som mer individualistiskt, kan kanske hänföras till den kollektivism, i form av strävan efter gemenskap (Daun, 1998), som manifesteras och odlas i folkrörelser och föreningsliv i Sverige (Daun, 2005).

En annan definition av individualism är oberoende (Daun, 1998). Nisbett (2003) skriver att redan i spädbarnsålder börjar träning mot beroende eller oberoende. Detta exemplifieras till exempel med att barn i Japan oftast sover i samma säng som föräldrarna och genom att barnet nästan alltid är tillsammans med sin moder. I västvärlden, å andra sidan, tränas spädbarnet tidigt till att sova i egen säng och eget rum. Vidare är det i den japanska kulturen relationer och känslor som betonas istället för oberoende och självständighet, som är typiskt för västvärlden (Nisbett, 2003) och som speglas i den svenska mentaliteten (Daun, 1998).

Daun (2005) exemplifierar även andra likheter och olikheter mellan Sverige och Japan vad gäller graden av individualism och kollektivism. Han menar att det i båda länderna är svårt för främlingar att vinna socialt inträde, men han hävdar samtidigt att de intima eller privata omgivningarnas strukturer skiljer sig mycket åt. Triandis (1995) förstärker bilden av Japan som en kollektivistisk kultur och Sverige, som en del av Skandinavien, som en individualistisk. Han beskriver Japan som en starkt sammanvävd kultur. Skandinavien beskriver han däremot som en löst sammanvävd kultur, men dock starkt sammanvävd när det gäller till exempel uttryck av aggression. Med ordet sammanvävning refererar Triandis till i den grad medlemmar av en kultur 1) samtycker om vad som är ett riktigt beteende 2) måste bete sig exakt i enighet med kulturens normer och 3) får stark kritik om de bryter mot normerna.

Det finns många likheter och skillnader mellan svensk och japansk kultur. Likheterna till trots hänvisar författarna till tidigare studier och låter svenskar representera individualistiska individer och japaner kollektivistiska, när skillnader mellan individualistiska och kollektivistiska individer undersöks i den pågående studien.

Individualism och kollektivism och dess förhållande till socialt stöd. Många studier har visat att det finns kulturella skillnader i individers sätt att bete sig mot och skapa relationer till andra människor (Abe, 2004; Nisbett, 2003). Hur en individ upplever socialt stöd och relationer till andra påverkas bland annat av individens personlighet som formas i dess in-grupp och genom interaktioner med andra personer i den sociala kontext individen lever i (Bowling, Beehr och Swader, 2005; Dolbier och Steinhardt, 2000). Dolbier och Steinhardt menade också att barndomsåren är viktiga i skapandet av en individs syn och förväntningar på hur det sociala stödet bör ges och tas emot samt för synen på vilket stöd som kan förväntas och från vem. Bowling et al. (2005) kunde i sin studie presentera resultat som ger stöd för att en individs personlighet spelar en stor roll för hur den personen ger och får socialt stöd. Enligt Bandura (1977) kan också de roller individer tar gentemot varandra, i till exempel familjen, skilja sig mellan olika kulturer. Med dessa roller skapas även förväntningar på varandras rolltagande och med dem förväntade beteenden, som exempelvis vilken typ av socialt stöd en person förväntas erbjuda eller själv be om (Valery, O'Connor & Jennings, 1997).

Våra relationer till andra är viktiga faktorer för välmående oavsett kulturell tillhörighet (Abe, 2004), även om det ändå kan finnas kulturella skillnader (Nisbett, 2003). Nisbett är en av flera författare som till exempel betonar vikten av goda nära relationer för individer i kollektivistiska kulturer. Triandis, Leung, Villareal och Clack hävdar enligt Triandis (1995) att individualism är sammanlänkat med ensamhet och dåligt socialt stöd. Glazer (2006) undersökte upplevt socialt stöd i olika kulturella grupper och fick fram resultat som kan

ifrågasätta det Triandis (1995) refererat till. Hennes resultat visade att individer från individualistiska länder (västeuropéer) upplevde starkare emotionellt stöd samt att de fick mer individuell uppmuntran än individer från kollektivistiska länder (asiater). Kollektivistiska individer, å andra sidan, upplevde mer instrumentellt stöd inom gruppen än individualistiska individer. Även om tidigare forskning har bekräftat vikten av socialt stöd för graden av KASAM, saknas vidare forskning inom området beträffande eventuella kulturella skillnader. Det är därför intressant att i denna studie undersöka detta område närmare.

Syfte och frågeställningar

Flera studier, till exempel en av Antonovsky (2005), har kunnat visa socialt stöds positiva inverkan på graden av KASAM. Den mesta forskningen kring socialt stöd och KASAM har gjorts i västvärlden. Det finns dock ett antal studier som visat att det finns kulturella skillnader i individers upplevelse av, sätt att ge och ta emot socialt stöd. Syftet med studien var att undersöka om det finns en skillnad mellan svenska studenter, som representerar en individualistisk kultur, och japanska studenter, som representerar en kollektivistisk kultur, vad gäller hur socialt stöd kan påverka graden av KASAM. Nyttan med undersökningen är att öka medvetenheten kring kulturella skillnader.

Frågeställningarna var: (a) Finns det något samband mellan socialt stöd och graden av KASAM dels hos svenska studenter och dels hos japanska studenter? (b) Finns det någon interaktionseffekt mellan socialt stöd och nationalitet på graden av KASAM? (c) Finns det någon skillnad mellan svenska och japanska studenter i graden av KASAM? (d) Finns det några skillnader mellan svenska och japanska studenter i socialt stöd och dess delskalor? (e) Finns det någon interaktionseffekt mellan socialt stöd och kön på graden av KASAM? (f) Finns det några skillnader mellan kvinnor och män i graden av KASAM? (g) Finns det några skillnader mellan kvinnor och män i socialt stöd och dess delskalor? (h) Finns det någon skillnad i vilka faktorer som starkast predicerar KASAM hos svenska och japanska studenter?

Metod

Deltagare

Enkätundersökningen genomfördes på en högskola i Mellansverige samt på ett universitet i Japan med sammanlagt 187 deltagande studenter. Av deltagarna var 95 svenska studenter efter ett bortfall på 14 personer. Två personers enkäter plockades bort på grund av omfattande internt bortfall och en persons enkät efter kontroll av social önskvärdhet. Övriga 11 personer, som inte deltog i undersökningen, var externa bortfall. De svenska deltagarna var mellan 18 och 49 år ($M = 24.5$, $SD = 5.94$). Av dessa var 33 män och 62 kvinnor. De japanska studenterna var 92 efter ett externt bortfall på tre personer. Av de japanska studenterna var 23 män och 69 kvinnor och de var mellan 18 och 27 år ($M = 19.8$, $SD = 1.35$). Deltagarna valdes ut genom ett bekvämlighetsurval till båda grupperna.

Material

En enkät utformades med sammanlagt 53 frågor. Enkäten för de japanska studenterna var på engelska och den för de svenska studenterna var på svenska. Enkäten inleddes med tre bakgrundfrågor rörande kön, ålder och om deltagaren någon gång varit internationella

studenter utomlands. De resterande frågorna var uppdelade på studiens två huvudområden, socialt stöd och känsla av sammanhang. Enkäten kompletterades även med fyra påståenden med syfte att kunna kontrollera effekten av social önskvärdhet.

Socialt stöd. För att mäta deltagarnas upplevda sociala stöd användes *Berlin social support scale* (Schwartz & Schultz, 2000) med sammanlagt 17 påståenden. Skalan som helhet hade ett Cronbach's alpha på $\alpha = .88$. Hela mätinstrumentet består av sex övergripande delskalor, dock användes bara de tre första, då de tre sista inte var relevanta för den aktuella studien. Den första övergripande delskalan, upplevt socialt stöd, bestod av åtta påståenden. Cronbach's alpha för dessa påståenden var $\alpha = .90$. Fyra av dessa åtta påståenden bildade en egen delskala, upplevelsen av emotionellt stöd, med cronbach's alpha på $\alpha = .81$. De resterande fyra påståendena bildade delskalan upplevelsen av instrumentellt stöd och hade ett cronbach's alpha på $\alpha = .85$. Ett exempel på ett påstående som mätte upplevelsen av socialt stöd var "Det finns personer som verkligen tycker om mig". Den andra övergripande delskalan mätte individens behov av socialt stöd med fyra påståenden. Dessa påståenden gav Cronbach's alpha $\alpha = .80$. Ett påstående som mätte behovet av socialt stöd var exempelvis "Det är viktigt för mig att alltid ha någon som lyssnar på mig". Den tredje och sista övergripande delskalan bestod av fem påståenden som mätte individens aktiva sökande efter socialt stöd. Denna delskalans Cronbach's alpha var $\alpha = .81$. Ett exempel på ett påstående angående sökandet efter socialt stöd var "Om jag är orolig och bekymrad kontaktar jag någon som jag kan prata med". Samtliga påståenden hade svarsalternativ från 1 ("instämmer inte alls") till 7 ("instämmer helt").

Till de japanska studenterna användes den redan existerande engelska versionen. Till de övergripande delskalorna ett och tre användes, för de svenska studenterna, en redan existerande svensk översättning. För de fyra påståendena tillhörande den andra övergripande delskalan, gjordes egna översättningar till svenska. Dessa översättningar kontrollerades med hjälp av så kallad "backtranslation", då två olika personer, vid två olika oberoende tillfällen fick översätta de översättningar undersökningsledarna gjort till svenska, tillbaka till engelska igen. Dessa översättningar visade på hög överensstämmelse med den ursprungliga engelska versionen.

Känsla av sammanhang (KASAM). För att mäta KASAM användes ett välbeprövat mätinstrument i form av ett frågeformulär, *Orientation to Life Questionnaire* (OLQ; Antonovsky, 1987). För att underlätta den språkliga förståelsen för de svenska studenterna användes en, redan existerande, svensk version (Antonovsky, 2005). För de japanska studenterna användes originalversionen på engelska. Dock justerades ett antal av svarsalternativen för att göra dem mer enhetliga och lättförstådda. OLQ består av 29 frågor utformade för att mäta graden av deltagarnas KASAM. Till varje fråga fanns det en svarsskala från 1 till 7 där deltagarna kunde skatta sina svar på de 29 frågorna. Frågorna var uppdelade för att mäta var och en av KASAM-begreppets tre komponenter: begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet. Ett exempel på en fråga rörande begriplighet var: "När du talar med människor, har du då en känsla av att de inte förstår dig?" med svarsalternativ från "mycket sällan eller aldrig" till "mycket ofta eller alltid". En fråga om hanterbarhet var exempelvis: "Vilket påstående beskriver bäst hur du ser på livet?" med svarsalternativ från "det går ofta eller alltid att finna en lösning på livets svårigheter" till "det finns sällan eller aldrig en lösning på livets svårigheter". Slutligen var ett exempel på en fråga om meningsfullhet: "Du är inställd på att ditt personliga liv i framtiden kommer att vara:" med svarsalternativ från "helt utan mål och mening" till "fyllt av mål och mening". Cronbach's alpha för hela OLQ-formuläret var $\alpha = .84$. För delskalan begriplighet var $\alpha = .58$. För delskalan hanterbarhet var $\alpha = .68$ och för delskalan meningsfullhet var $\alpha = .74$.

Social önskvärdhet. Fyra påståenden valdes ut från *The Marlowe-Crowne Social Desirability Scale* (Crowne & Marlowe, 1960) för att kunna kontrollera social önskvärdhet i deltagarnas svar. Exempel på ett påstående var "Jag tycker om alla människor jag känner". Dessa fyra påståenden kunde skattas på en skala från 1 ("instämmer inte alls") till 7 ("instämmer helt"). För de japanska studenterna användes den ursprungliga engelska versionen och för de svenska studenterna användes en redan existerande svensk översättning. Cronbach's alpha för indexet skapat utifrån social önskvärdhetsfrågorna var $\alpha = .30$, efter att ett av påståendena tagits bort från indexet.

Procedur

I ett första skede kontaktades ett universitet i Kansaiprovinsen i Japan. Fem personer tillfrågades att hjälpa undersökningsledarna att dela ut enkäter till japanska studenter, varav fyra personer var villiga att hjälpa till. Enkäterna skickades sedan via e-post till de berörda personerna med instruktioner om att dela ut ett visst antal, mellan 15-30 stycken var, enkäter till engelskkunniga japanska studenter vid universitetet. De ombads inte att ge någon direkt information till studenterna, då all relevant information fanns bifogat i ett missivbrev med enkäten. De fyra personerna ombads även att föra protokoll över eventuellt externt bortfall. I missivbrevet framgick att deltagandet var helt frivilligt, att resultatet enbart skulle användas i forskningssyfte samt att ingen obehörig skulle kunna koppla svaren till enskilda personer, allt i enlighet med de etiska reglerna från Humanistisk-samhällsvetenskapliga forskningsrådet (1999). För att inte studenterna skulle svara i enlighet med vad de antog att undersökningsledarna skulle uppskatta, det vill säga skapade ett socialt önskvärt beteende, undanhölls studenterna syftet med studien. De fyra personerna ombads skicka tillbaka de färdigifyllda enkäterna inom loppet av en månad via vanlig post. Vidare skickades ett fåtal enkäter direkt, via e-post, till ett antal japanska studenter vid universitetet som sedan e-postade tillbaka de ifyllda enkäterna till undersökningsledarna. Dessa studenter hade enbart kontakt med undersökningsledarna och erhöll samma information som de övriga deltagarna genom medskickat missivbrev.

För att få kontakt med svenska studenter kontaktades en kursansvarig lärare för fristående Psykologi A studenter, på en svensk högskola i Mellansverige. Under två olika tillfällen, på samma dag, delade sedan undersökningsledarna personligen ut enkäter under ovan nämnda kursansvarigs föreläsningar. Undersökningsledarna gick även ut på högskolans bibliotek och ombad, personligen, ytterligare personer att delta i undersökningen. Även dessa studenter undanhölls det egentliga syftet med studien samt fick information om deras etiska rättigheter.

Databearbetning

I ett första skede gick undersökningsledarna igenom samtliga insamlade enkäter för att kontrollera deltagarnas svar på de fyra påståenden som mätte social önskvärdhet. Deltagare som svarat socialt önskvärt på mer än två av dessa påståenden plockades bort ur undersökningen.

För de statistiska analyserna användes statistikprogrammet Statistical Package for Social Sciences SPSS 14.0 for Windows. Efter att all data matats in i SPSS skapades olika indexvariabler baserade på de olika mätinstrumentens utformning.

Inledningsvis beräknades korrelationer mellan alla normalfördelade indexvariabler med Pearsons korrelationskoefficienter. För de indexvariabler som var snedfördelade beräknades

Spearman's rangkorrelationskoefficienter. Därefter utfördes variansanalyser för att studera om det fanns någon effekt av nationalitet och kön i förhållande till socialt stöd och graden av KASAM. Slutligen utfördes multiple regressionsanalys (metod Stepwise) för att se vilka faktorer som starkast predicerade graden av KASAM för svenska respektive japanska studenter. Analyserna utfördes på någon av följande tre grupper: hela gruppen med svenska och japanska studenter, enbart de svenska studenterna eller enbart de japanska studenterna. Presentationen av studiens resultat är indelat efter dess huvudbegrepp, KASAM och socialt stöd. När delskalan "upplevt socialt stöd" omnämns förtydligas alltid detta genom att det nämns att det är just delskalan det handlar om. Omnämns inte ordet delskalan är det upplevelsen av det allmänna sociala stödet författarna refererar till, där delskalorna "upplevt socialt stöd", behov av socialt stöd" samt "aktivt sökande efter socialt stöd" ingår.

Resultat

I Tabell 1 redovisas Pearsons korrelationskoefficienterna för de svenska studenterna, och Pearsons korrelationskoefficienterna för de japanska studenterna redovisas i Tabell 2. Korrelationerna beräknade med Spearman's rangkorrelationskoefficienter redovisas i Tabell 3 för både svenska och japanska studenter. Studiens samtliga variablers medelvärden och standardavvikelse redovisas i Appendix A.

Tabell 1

Pearsonkorrelationer mellan variablerna för svenska studenter (n = 95)

Index	1	2	3	4	5	6	7	8
1. KASAM								
2. Begriplighet	.81**							
3. Hanterbarhet	.91**	.66**						
4. Meningsfullhet	.81**	.41**	.65**					
5. Socialt stöd (s.s.)	.37**	.16	.33**	.46**				
6. Upplevt s.s.	.59**	.32**	.55**	.64**	.78**			
7. Behov av s.s.	-.09	-.13	.13	.05	.72**	.20		
8. Aktivt sökande efter s.s.	.22*	.10	.20	.25*	.86**	.45**	.69**	
9. Kön	.09	.19	.10	-.06	-.33**	-.13	-.36**	.35**

Not. * $p < .05$, ** $p < .01$. Kön: Kvinna = 1, Man = 2.

Tabell 2
 Pearsonkorrelationer mellan variablerna för japanska studenter ($n = 92$)

Index	1	2	3	4	5	6	7	8
1. KASAM								
2. Begriplighet	.77**							
3. Hanterbarhet	.86**	.51**						
4. Meningsfullhet	.78**	.37**	.54**					
5. Socialt stöd (s.s.)	.36**	.14	.30**	.43**				
6. Upplevt s.s.	.44**	.22**	.41**	.44**	.87**			
7. Behov av s.s.	.16	-.02	.09	.31**	.76**	.45**		
8. Aktivt sökande efter s.s.	.18	.05	.13	.27*	.82**	.50**	.61**	
9. Kön	.04	.10	.06	-.06	-.23**	-.28**	.09	.12

Not. * $p < .05$, ** $p < .01$. Kön: Kvinna = 1, Man = 2.

Tabellerna 1 och 2 visar ett positivt och signifikant samband mellan socialt stöd och KASAM för både svenska och japanska studenter. Det vill säga ju mer socialt stöd desto högre grad av KASAM. Det fanns också ett positivt signifikant samband mellan KASAM och delkomponenten upplevt socialt stöd, för de båda grupperna. Resultaten visade en skillnad mellan nationaliteterna vad gäller aktivt sökande efter socialt stöd, där det fanns ett svagt positivt samband i korrelationen med KASAM för de svenska studenterna, dock inte för de japanska. Vidare korrelerade socialt stöd signifikant med både hanterbarhet och meningsfullhet för både svenska och japanska studenter.

Kön korrelerade signifikant med socialt stöd, behov av socialt stöd samt aktivt sökande efter socialt stöd för de svenska studenterna. Vidare analyser visade att de svenska kvinnliga studenterna skattat sig högre än de manliga studenterna på dessa variabler (se Tabell 8). De japanska studenterna hade signifikanta korrelationer mellan kön och socialt stöd samt upplevt socialt stöd, även om de dock var svaga. Vidare analyser visade att de japanska kvinnliga studenterna skattat sig högre på dessa variabler än de manliga studenterna (se Tabell 9).

Tabell 3 visar att emotionellt och instrumentellt stöd korrelerade signifikant med nästan alla variabler för svenska och japanska studenter. De kvinnliga japanska studenterna upplevde mer emotionellt stöd och instrumentellt stöd än de manliga. Det fanns även en tendens till korrelation mellan emotionellt stöd och kön $r(n = 95) = -.19$, $p = 0.06$ för de svenska studenterna. Denna tendens visade att svenska kvinnliga studenter upplevde mer emotionellt stöd än svenska manliga studenter.

Tabell 3

Spearman's rangkorrelationer mellan emotionellt socialt stöd samt instrumentellt socialt stöd och variablerna för svenska och japanska studenter

	Svenska studenter ($n = 95$)		Japanska studenter ($n = 92$)	
	Typ av stöd		Typ av stöd	
	Emotionellt	Instrumentellt	Emotionellt	Instrumentellt
KASAM	.53**	.59**	.40**	.45**
Begriplighet	.31**	.37**	.21*	.17
Hanterbarhet	.45**	.52**	.38**	.42**
Meningsfullhet	.59**	.58**	.40**	.43**
Socialt stöd (s.s.)	.69**	.68**	.80**	.81**
Upplevt s.s.	.89**	.94**	.90**	.93**
Behov av s.s.	.27**	.23*	.46**	.36**
Aktivt sökande efter s.s.	.46**	.45**	.47**	.48**
Instrumentellt s.s.	.71**	.71**	.69**	.69**
Kön	-.19	-.15	-.25*	-.22*

Not. * $p < .05$, ** $p < .01$. Kön: Kvinna = 1, Man = 2.

KASAM

En tvåvägsvariansanalys (ANOVA) utfördes, på hela gruppen med svenska och japanska studenter, med nationalitet och socialt stöd (låg/hög) som oberoende variabler och med KASAM som beroende variabel. Den oberoende variabeln socialt stöd kategoriserades i "låg" och "hög" utifrån deltagarnas medianvärden på socialt stöd. De som hamnade i gruppen "hög" hade samma värde eller högre än medianvärdet. De som hamnade i gruppen "låg" hade samma eller lägre värde än medianvärdet. Resultatet visade att nationalitet hade en signifikant huvudeffekt $F(1,183) = 6.89$, $p < .01$ på graden av KASAM. De svenska studenterna hade högre grad av KASAM än de japanska. Resultatet visade även att mängden socialt stöd hade en signifikant huvudeffekt $F(1,183) = 28.87$, $p < .01$ på graden av KASAM. Mer socialt stöd gav högre grad av KASAM. Båda huvudeffekterna tillsammans visade att svenska studenter med högt socialt stöd hade högre grad av KASAM ($M = 4.89$, $SD = .57$) än japanska studenter med högt socialt stöd ($M = 4.70$, $SD = .56$). Även svenska studenter med lågt socialt stöd hade högre grad av KASAM ($M = 4.47$, $SD = .73$) än japanska studenter med lågt socialt stöd ($M = 4.21$, $SD = .45$). Någon signifikant interaktionseffekt fanns ej.

En tvåvägsvariansanalys utfördes, med både svenska och japanska studenter, med kön och socialt stöd (låg/hög) som oberoende variabler och med KASAM som beroende variabel. Resultatet visade signifikanta huvudeffekter av både kön $F(1,183) = 5.57$, $p < .05$ och socialt stöd $F(1,183) = 29.31$, $p < .01$ på graden av KASAM. Huvudeffekten av kön visade att män hade högre grad av KASAM än kvinnor. Huvudeffekterna visade tillsammans att män med högt socialt stöd hade högre grad av KASAM ($M = 4.95$, $SD = .48$) än kvinnor med högt socialt stöd ($M = 4.77$, $SD = .59$). Även när det gäller lågt socialt stöd hade män högre grad av KASAM ($M = 4.48$, $SD = .65$) än kvinnor med lågt socialt stöd ($M = 4.22$, $SD = .55$). Det fanns dock ingen signifikant interaktionseffekt. Vidare utfördes envägsvariansanalyser för att studera könsskillnader inom de båda grupperna svenska studenter och japanska studenter separat. Det fanns inga signifikanta könsskillnader, mellan kvinnor och män, på graden av KASAM inom grupperna svenska och japanska studenter, var för sig.

Slutligen utfördes två separata multiple regressionsanalyser (metod Stepwise), en för svenska och en för japanska studenter. I båda analyserna var KASAM den beroende variabeln och i den modell som testades ingick variablerna upplevt socialt stöd, behov av socialt stöd och aktivt sökande efter socialt stöd. Resultaten redovisas i Tabell 4, för svenska studenter och i Tabell 5, för japanska studenter.

Tabell 4

Multiple regressionsanalys (stepwise) av KASAM för svenska studenter (n = 95)

Prediktor	<i>Adjusted R²</i>	<i>R² change</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>
Upplevt socialt stöd	.345	.352	.635	7.68	.01
Behov av socialt stöd	.382	.043	-.211	-2.55	.01

Model R = .629

Analysen för de svenska studenterna visade att upplevt socialt stöd och behov av socialt stöd tillsammans predicerade cirka 40 % av den totala variansen i KASAM. Upplevt socialt stöd var den starkaste prediktorn och förklarade ensamt 35 % av den av modellen förklarade variansen. Behov av socialt stöd förklarade 4 % av den av modellen förklarade totala variansen. För japanerna var endast upplevt socialt stöd en signifikant prediktor av KASAM som förklarade 19 % av variansen (se Tabell 5).

Tabell 5

Multiple regressionsanalys (stepwise) av KASAM för japanska studenter (n = 92)

Prediktor	<i>Adjusted R²</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>
Upplevt socialt stöd	.186	.442	4.67	.01

Model R = .442

Socialt stöd

En tvåvägsvariansanalys utfördes på hela gruppen svenska och japanska studenter, med kön och nationalitet som oberoende variabler på den beroende variabeln socialt stöd. Denna analys visade att kön hade en signifikant huvudeffekt $F(1,183) = 14.93$, $p < .01$ på socialt stöd. Nationalitet hade ingen signifikant effekt på socialt stöd. För att se hur könsskillnaden såg ut inom varje grupp separat utfördes envägsvariansanalyser. Resultatet i Tabell 6 visar att både svenska och japanska kvinnliga studenter upplevde att de fick mer socialt stöd än både svenska och japanska manliga studenter.

Tabell 6

Medelvärden (och standardavvikelser) på socialt stöd för svenska och japanska kvinnliga och manliga studenter

	Kvinnor	Män	p^a
Svenskar ($n = 95$)	5.63 (.83)	5.01 (.92)	.01
Japaner ($n = 92$)	5.32 (.87)	4.85 (.97)	.05

Not. ^a Tvåvägsvariensanalys för oberoende mätningar.

För att studera skillnader mellan svenska och japanska studenter i socialt stöds delskalor, upplevt socialt stöd, behov av socialt stöd och aktivt sökande efter socialt stöd, utfördes envägsvariensanalyser. Resultatet i tabell 7 visar att svenska studenter hade högre nivåer på delskalan upplevt socialt stöd än japanska studenter.

Tabell 7

Medelvärden (och standardavvikelser) på socialt stöds delskalor för svenska och japanska studenter

	Svenskar ($n = 95$)	Japaner ($n = 92$)	p^a
Upplevt socialt stöd	6.07 (1.05)	5.16 (1.08)	.01
Behov av socialt stöd	4.83 (1.35)	5.27 (1.09)	.05
Aktivt sökande efter socialt stöd	4.84 (1.16)	5.22 (1.17)	.05

Not. Nationalitet: Svenskar = 1, Japaner = 2. ^a Envägsvariensanalys för oberoende mätningar.

För att vidare studera könsskillnader i socialt stöds delskalor, för svenska respektive japanska studenter separat, utfördes envägsvariensanalyser. Resultaten av de signifikanta skillnaderna presenteras i Tabell 8 för svenska studenter och Tabell 9 för japanska studenter.

Tabell 8

Medelvärden (och standardavvikelser) på socialt stöds delskalor för svenska kvinnliga och manliga studenter

	Kvinnor ($n = 62$)	Män ($n = 33$)	p^a
Behov av socialt stöd	5.18 (1.23)	4.17 (1.34)	.01
Aktivt sökande efter socialt stöd	5.13 (1.04)	4.28 (1.20)	.01

Not. Kön: Kvinna = 1, Man = 2. ^a Envägsvariensanalys för oberoende mätningar.

Tabell 9

Medelvärden (och standardavvikelser) på socialt stöds delskalor för japanska kvinnliga och manliga studenter

	Kvinnor ($n = 69$)	Män ($n = 23$)	p^a
Upplevt socialt stöd	5.33 (1.01)	4.63 (1.15)	.01

Not. Kön: Kvinna = 1, Man = 2. ^a Envägsvariansanalys för oberoende mätningar.

Kruskal Wallis test användes för att undersöka skillnader i de snedfördelade variablerna emotionellt och instrumentellt stöd mellan svenska och japanska studenter samt mellan könen. Först gjordes ett test på hela gruppen, svenska och japanska studenter, som visade att det fanns en signifikant skillnad mellan svenska och japanska studenter både i emotionellt och instrumentellt stöd. De svenska studenterna upplevde mer emotionellt stöd ($M = 6.15$, $SD = 1.10$ vs. $M = 5.01$, $SD = 1.14$) och instrumentellt stöd ($M = 5.99$, $SD = 1.08$ vs. $M = 5.30$, $SD = 1.22$), än de japanska studenterna.

Både svenska och japanska studenter testades separat för könsskillnader i emotionellt och instrumentellt stöd. Resultatet visade signifikanta könsskillnader för de japanska studenterna i emotionellt och instrumentellt stöd, men ej för de svenska. För dem fanns det dock en tendens till signifikant könsskillnad i emotionellt stöd ($p = .06$). Japanska kvinnliga studenter upplevde mer emotionellt stöd ($M = 5.19$, $SD = 1.06$ vs. $M = 4.48$, $SD = 1.20$) och instrumentellt stöd ($M = 5.47$, $SD = 1.12$ vs. $M = 4.78$, $SD = 1.36$) än japanska manliga studenter. Svenska kvinnliga studenter upplevde mer emotionellt stöd ($M = 6.25$, $SD = 1.05$ vs. $M = 5.95$, $SD = 1.18$) än svenska manliga studenter. Detta visar att både svenska och japanska kvinnliga studenter upplevde högre emotionellt stöd än både svenska och japanska manliga studenter.

Diskussion

Det är viktigt att förstå hur upplevelsen av socialt stöd kan skilja sig mellan olika kulturer för att på bästa sätt kunna bemöta och få ut så mycket som möjligt av interaktioner med olika personer i det växande, mångkulturella samhälle vi lever i idag. Ökad medvetenhet om individers olika behov och förväntningar på socialt stöd kan underlätta i samarbeten mellan individer från olika kulturer. Syftet med denna studie var att undersöka om det fanns något samband mellan socialt stöd och graden av KASAM hos individer som kommer från en individualistisk kultur, representerat av svenska studenter, och individer som kommer från en kollektivistisk kultur, representerat av japanska studenter. Vidare var syftet att undersöka om det fanns någon skillnad mellan svenska och japanska studenter vad gäller hur socialt stöd kan påverka KASAM. I överrensstämmelse med tidigare forskning (Antonovsky, 2005; Dantas, Motzer & Ciol, 2002; McSherry & Holm, 1994; Muhlenkamp och Sayles, 1986), visade även denna studie att socialt stöd var av betydelse för graden av KASAM. Både hos svenskar och japaner var höga nivåer av socialt stöd förknippade med höga nivåer av KASAM. Framförallt var delskalan upplevt socialt stöd en viktig faktor för graden av KASAM. Även skillnader både mellan svenskar och japaner och mellan kvinnor och män framkom i relationen socialt stöd och graden av KASAM.

Då enbart ett fåtal studier påträffats beträffande kulturella skillnader i graden av KASAM ansågs de skillnader funna i denna studie intressanta. De svenska studenterna hade genomgående högre grad av KASAM än de japanska studenterna. De svenska studenterna

med högt socialt stöd hade då högre grad av KASAM än de japanska studenterna med högt socialt stöd. Delskalan ”behov av socialt stöd” hade dock ett negativt samband på graden av KASAM för de svenska studenterna. Detta innebär att när de svenska studenterna upplever behov av socialt stöd så påverkas deras grad av KASAM negativt. Denna negativa effekt av att uppleva ett behov av socialt stöd gäller inte de japanska studenterna. Denna skillnad skulle kanske kunna bero på att japaner är mer medvetna om sitt behov av socialt stöd och blir därmed inte negativt påverkade av att känna detta behov. Känslan av att ha stor tillgång till sociala resurser är en av de saker som påverkar graden av KASAM (Antonovsky, 2005; Dantas et al., 2002; McSherry & Holm, 1994). Att de svenska studenterna hade högre grad av KASAM kan då vara en effekt av att de också upplevde större tillgång till socialt stöd jämfört med de japanska studenterna. Även detta ger stöd åt sambandet mellan mycket socialt stöd och hög grad av KASAM.

Skillnaderna mellan de svenska och japanska studenterna, beträffande socialt stöd och KASAM, skulle kunna bero på kulturella olikheter. Graden av KASAM baseras bland annat på hur individen ser på mening och meningsskapande i livet (Antonovsky, 2005), vilket kan skifta mellan individer från olika kulturella kontexter på grund av olika livserfarenheter, livsmål och social omgivning (Abe, 2004; Bowling, Beehr & Swader, 2005; King, 2004). Det är då möjligt att de svenska och de japanska studenterna kan ha tolkat mätinstrumentens frågor olika beroende på de olika kulturella kontexter de kommer ifrån. Viss kritik har tidigare riktats mot *Orientation to Life Questionnaire* och det har ifrågasatts om det har tillräckligt stor reliabilitet och validitet som mätinstrument i andra än västerländska kulturer (Kumlin, 1998). Anledningen till skillnaden i graden av KASAM mellan svenska och japanska studenter kan också bero på att det faktiskt finns en verklig skillnad mellan grupperna. Macys (1991) syn på kausalitet som grund för känsla av sammanhang ger en möjlig förklaring till detta. Synen på kausalitet skiljer sig mellan väst och öst, det vill säga västerlänningar ser på kausalitet utifrån ett envägs perspektiv, medan österlänningar har en syn på kausalitet som en ömsesidig interaktion. Om synen på kausalitet nu påverkar graden av KASAM, är det naturligt att graden av KASAM därmed också skiljer sig mellan väst och öst.

De svenska studenterna skattade sig högre på dels skalan upplevt socialt stöd, gentemot de japanska studenterna som hade större behov av och var mer aktivt sökande efter socialt stöd. Då de svenska studenterna lever utifrån individualistiska normer och uppfostras till socialt självständiga individer, kan det vara en anledning till att de upplever mindre behov av socialt stöd än japanska studenter. Det skulle även, helt enkelt, kunna vara så att de svenska studenterna, på grund av att de upplever sig få mer socialt stöd, är tillfredställda med det och då inte känner lika stort behov av socialt stöd. I kollektivistiska kulturer är individer mer ömsesidigt beroende med individerna i sina in-grupper (Triandis, 2001), vilket skulle kunna öka behovet av socialt stöd, och därmed det aktiva sökandet efter socialt stöd. Varför inte de japanska studenterna upplever mer socialt stöd, när de nu har större behov av och söker aktivare efter det, skulle kanske kunna bero på de förväntningar de har på sina in-grupper i fråga om socialt stöd. Kanske har de ett stort behov av socialt stöd och söker efter socialt stöd främst från deras närmaste in-grupper, det vill säga de har vissa förväntningar på dem. Däremot upplever de kanske inte att de får så mycket socialt stöd från omgivningen utanför deras in-grupper. Detta skulle då kunna bidra till den lägre skattningen på dels skalan upplevt socialt stöd.

Manliga studenter hade högre grad av KASAM än kvinnliga studenter i analysen av hela gruppen, men det fanns inga signifikanta könsskillnader när svenska och japanska studenter testades separat. Det var dock tydligt att både svenska och japanska kvinnliga studenter upplevde att de fick mer socialt stöd än både svenska och japanska manliga studenter. Detta kan verka motsägelsefullt då det fanns ett positivt samband mellan socialt stöd och graden av KASAM. Skillnaden mellan könen skulle kunna bero på att kvinnliga studenter eventuellt

känner ett allmänt större behov av socialt stöd, än manliga studenter och då söker mer aktivt efter socialt stöd (Jung, 1987; Lafreniere & Ledgerwood, 1997). Detta skulle kunna leda till att de då får mer socialt stöd och därmed kan rapportera högre nivåer av upplevt socialt stöd. Manliga studenter kanske känner en större självsäkerhet och är då inte i lika stort behov av socialt stöd. Där av rapporterar de lägre nivåer av behov av samt aktivt sökande efter socialt stöd. Både svenska och japanska kvinnliga studenter upplevde att de fick mer emotionellt stöd än både svenska och japanska manliga studenter. De japanska kvinnliga studenterna skattade sig även högre än de manliga på instrumentellt stöd. Denna skillnad strider då delvis mot resultat presenterade i tidigare forskning, där det visats att kvinnor föredrar och söker sig efter mer emotionellt inriktat stöd än män, och att män i större utsträckning vänder sig mer efter instrumentellt stöd (Cohen & Wills, 1985). Anledningen till detta skulle kunna bero på att tidigare studier kring emotionellt och instrumentellt stöd utförts i individualistiska kulturer och att det därmed kan se annorlunda ut i en kollektivistisk kultur.

Reliabilitet och validitet

När de olika variablernas reliabilitet undersöktes fick två variabler, begriplighet och social önskvärdhet, förhållandevis låga Cronbach's alphavärden. Detta var något överraskande då frågorna i både *Orientation to Life Questionnaire* och *The Marlowe-Crowne Social Desirability Scale* visat på hög reliabilitet i tidigare mätningar. Detta kan vara ett tecken på att det krävs vidare arbete med operationaliseringen av begreppen.

Urvalet till studien var ett bekvämlighetsurval vilket kan skapa vissa begränsningar gällande validitet och generaliserbarhet. Det japanska universitetet var, till exempel, ett universitet med ett stort internationellt utbytesprogram. Detta skulle kunna innebära att studiens japanska studenter var mer "internationaliserade", och därmed kanske mer individualistiska än den genomsnittliga japanska studenten. Även studiens urvals storlek skulle kunna hota studiens validitet och generaliserbarhet. Ett större urval av både svenskar och japaner hade kanske kunnat ge andra resultat. Till exempel skulle kanske tendensen till ett signifikant resultat som fanns på könsskillnader, mellan kvinnor och män, på graden av KASAM inom grupperna svenska och japanska studenter var för sig, kunnat bli signifikant med ett större urval. Att den japanska gruppen bestod av fler kvinnor än den svenska gruppen skulle även det kunna påverka resultatets validitet. Genom att jämna ut grupperna så att könsskillnaderna såg likadana ut i de båda grupperna skulle resultatet eventuellt kunnat förändras.

Till studiens fördel hör att det bara var ett litet antal, både externa och interna, bortfall i de båda grupperna. Det mycket låga externa bortfallet i Japan skulle kanske kunna härledas till japaners fokus på relationer och deras starka gruppänk. Detta skulle kunna betyda att de, för gruppens och relationernas bästa, valde att delta vid tillfällena då svenska studenter tackade nej till deltagande.

Den snäva åldersspridningen hos japanerna och att bara studenter undersöktes är några av anledningarna till att resultatet inte blir generaliserbart för hela populationerna, svenskar och japaner. Att de båda grupperna inte fick helt identiska enkäter, då de svenska fick en på svenska och de japanska fick en engelska, kan bidra till en lägre validitet för studien. Ytteligare något som kan ha påverkat resultaten och studiens validitet är dålig förståelse för frågorna i enkäten på grund av eventuella bristande kunskaper i engelska hos de japanska deltagarna. Trots att de som delade ut den engelska versionen av enkäten ombads att välja deltagare med goda kunskaper i engelska, finns det ingen garanti för att alla frågor uppfattats korrekt. Detta validitetshot kontrollerades dock till viss del genom kontakt med en av

universitetets språklärare, som ansåg att de japanska studenternas engelsknivå borde vara tillräcklig.

Att undersökningsledarna endast hade möjlighet att närvara personligen vid utdelningen av enkäten till de svenska studenterna, kan ha varit ett hot mot den interna validiteten. Detta då undersökningsledarna med sin närvaro kan ha påverkat deltagarnas svar. Kontrollen av social önskvärdhet visade dock inte på några avvikande tendenser och endast en deltagare plockades bort på grund av dennes svar på social önskvärdhetsfrågorna.

Framtida forskning

Då tidigare forskning har kunnat visa att effekten av det sociala stödet bland annat beror på vem som ger stödet (Cohen & Wills, 1985; House, 1981; Miller & Darlington, 2002), vore det intressant att även undersöka om det finns några kulturella skillnader i vem en individ ser som den bästa givaren av stöd i olika situationer. Det vore även intressant att studera kulturella skillnader gällande relationen mellan socialt stöd och graden av KASAM utifrån ett större urval och med fler kulturer representerade. Det kan även finnas andra faktorer, så som självförtroende, som påverkar KASAM (Muhlenkamp & Sayles, 1986). Att undersöka, utifrån ett kulturellt perspektiv, vilka andra faktorer som eventuellt kan ha betydelse för KASAM-nivån, skulle kunna vara ett intressant område att utforska i framtiden. Studiens japanska deltagare anses vara unga (18-27 år). Då forskning visat att unga japaner tenderar att vara mer individualistiska än äldre är det svårt att generalisera studiens resultat på hela populationen japaner. Intressant framtida forskning skulle kunna vara att replikera studien på andra åldersgrupper.

Referenser

- Abe, J. A. A. (2004). Self-esteem, perception of relationships, and emotional distress: A cross-cultural study. *Personal Relationships, 11*, 231-247.
- Albertsen, K., Nielsen, M. L., & Borg, V. (2001). The Danish psychosocial work environment and symptoms of stress: the main, mediating and moderating role of sense of coherence. *Work & Stress, 15*, 241-253.
- Antonovsky, A. (1987) *Unraveling the mystery of health*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Antonovsky, A. (2005). *Hälsans mysterium* (M. Elfstadius, övers.). Stockholm: Natur och Kultur. (Originalarbete publicerat 1987)
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Bowling, N. A., Beehr, T. A., & Swader, W. M. (2005). Giving and receiving social support at work: The roles of personality and reciprocity. *Journal of Vocational Behavior, 67*, 476-489.
- Bhanthumnavin, D. (2003). Perceived social support from supervisor and group members' psychological and situational characteristics as predictors of subordinate performance in Thai work units. *Human Resource Development Quarterly, 14*, 79-95.
- Bowman, B. J. (1996). Cross-cultural validation of Antonovsky's SOC. *Journal of Clinical Psychology, 52*, 547-549.
- Cohen, S., & Syme, S. L. (1985). *Social support and health*. Orlando, FL: Academic Press.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin, 98*, 310-357.

- Crowne, D. P., & Marlowe, D. (1960). A new scale of social desirability independent of psychopathology. *Journal of Consulting Psychology, 24*, 349-354.
- Dantas, R. A. S., Motzer, S. A., & Ciol, M. A. (2002). The relationship between quality of life, sense of coherence and self-esteem in persons after coronary artery bypass graft surgery. *International Journal of Nursing Studies, 39*, 745-755.
- Daun, Å. (1998). *Svensk mentalitet* (3dje uppl.). Stockholm: Rabén Prisma.
- Daun, Å. (2005). *En stuga på sjätte våningen*. Eslöv: B. Östlings bokförlag Symposium.
- Dean, A., Kolody, B., & Wood, P. (1990). Effects of social support from various sources on depression in elderly persons. *Journal of Health and Social Behavior, 31*, 148-161.
- Dolbier, C. & Steinhardt, M. (2000). The development and validation of the sense of support scale. *Behavioral Medicine, 25*, 169-179.
- Egidius, H. (2006). *Termllexikon i psykologi och psykiatri*. Lund: Studentlitteratur.
- Gencöz, T., & Özlale, Y. (2004). Direct and indirect effects of social support on psychological well-being. *Social Behavior and Personality, 32*, 449-458.
- Giddens, A. (2003). *Sociologi* (B. Nilsson, övers.) (3rd ed.). Lund: Studentlitteratur.
- Glazer, S. (2006). Social support across cultures. *International Journal of Intercultural Relations, 30*, 605-622.
- Higgins, M. C. (2000). The more the merrier? Multiple developmental relationships and work satisfaction. *Journal of Management Development, 19*, 277-296.
- Hofstede, G., & Hofstede, G. J. (2005). *Organisationer och kulturer* (S. Strålfors, övers.) (2:a uppl.). Lund: Studentlitteratur. (Originalarbete publicerat 1991)
- Hofstede, G. (1984). *Culture's consequences: International differences in work related values* (Abridged ed.). Newbury park, CA: Sage.
- House, J. S. (1981). *Work stress and social support*. Massachusetts: Addison-Wesley.
- House, J. S., Umberson, D., & Landis, K. R. (1988). Structures and processes of social support. *Annual Review of Sociology, 14*, 293-318.
- Humanistisk-samhällsvetenskapliga forskningsrådet. (1999). *Forskningsetiska principer inom humanistisk och samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: Humanistisk-samhällsvetenskapliga forskningsrådet.
- Jason, L. A., Witter, E., & Torres-Harding, S. (2003). Chronic fatigue syndrome, coping, optimism and social support. *Journal of Mental Health, 12*, 109-118.
- Jung, J. (1987). Balance and source of social support in relation to well-being. *The Journal of General Psychology, 124*, 77-90.
- Kim, S. S., Kaplowitz, S., & Johnston, M. V. (2004). The effects of physician empathy on patient satisfaction and compliance. *Evaluation & the Health Professions, 27*, 237-251.
- King, G. A. (2004). The meaning of life experiences: application of a meta-model to rehabilitation sciences and services. *American Journal of Orthopsychiatry, 74*, 72-88.
- Kumlin, T. (Red.). (1998). *Känsla av sammanhang i teori, empiri och kritik* (Rapport 98:9). Stockholm: Forskningsrådsnämnden.
- Lafreniere, K. D. & Ledgerwood, D. M. (1997). Influences of leaving home, perceived family support, and gender on the transition to university. *Guidance & Counseling, 12*, 14- 19.
- Macy, J. (1991). *Mutual causality in buddhism and general systems theory, the dharma of natural systems*. Albany, NY: State universtiy of New york.
- McSherry, W. C., & Holm, J. E. (1994). Sense of coherence: Its effects on psychological processes prior to, during, and after a stressful situation. *Journal of Clinical Psychology, 50*, 476-487.
- Miller, R. J., & Darlington, Y. (2002). Who supports? The providers of social support to dual-parent families caring for young children. *Journal of Community Psychology, 30*, 461-473.

- Muhlenkamp, A. F., & Sayles, J. A. (1986). Self-esteem, social support, and positive health practices. *Nursing Research, 35*, 333-338.
- Myers, D. G. (2005). *Social psychology* (8th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Nationalencyklopedin. (2007). Hämtat den 26 april, 2007, från Nationalencyklopedin: <http://www.ne.se>.
- Nezlek, J. B., & Allen, M. R. (2006). Social support as a moderator of day-to-day relationships between daily negative events and daily psychological well-being. *European Journal of Personality, 20*, 53-68.
- Niikura, R. (1999). Assertiveness among Japanese, Malaysian, Filipino, and U.S white-collar workers. *The Journal of Social Psychology, 139*, 690-699.
- Nisbett, R. (2003). *The geography of Thought*. New York: Free Press.
- Ogden, J. (2004). *Health Psychology. A textbook* (3rd ed.). Maidenhead: Open University Press
- Pennebaker, J. W., & Seagal, J. D. (1999). Forming a story: The health benefits of narrative. *Journal of Clinical Psychology, 55*, 1243-1254.
- Rydén, O., & Stenström, U. (1994). *Hälsopsykologi*. Stockholm: Bonnier Utbildning.
- Sasagawa, S., Toyoda, H., & Sakano, Y. (2005). The acquisition of cultural values in Japanese returnee students. *International Journal of Intercultural Relations, 30*, 333-343.
- Schwartz, R., & Schultz, U. (2000). *Berlin social support scale*. Hämtad i mars, 2007, från Freien Universität Berlin, Abteilung für Gesundheitspsychologie: http://userpage.fu-berlin.de/~health/soc_e.htm
- Skärsäter, I., Dencker, K., Häggström, L., & Fridlund, B. (2003). A salutogenic perspective on how men cope with major depression in daily life, with the help of professional and lay support. *International Journal of Nursing Studies, 40*, 153-162.
- Torkelson, E. (1991). *Socialt stöd ett mångfasetterat begrepp. En Forskningsöversikt* (Work Science Bulletin, nr. 2). Lunds Universitet, Psykologiska institutionen.
- Triandis, H. C. (1995). *Individualism & Collectivism*. Boulder, CO: Westview.
- Triandis, H. C. (2001). Individualism-Collectivism and personality. *Journal of Personality, 69*, 907-924.
- Valery, J. H., O'Connor, P. O., & Jennings, S. (1997). The nature and amount of support college-age adolescents request and receive from parents. *Adolescence, 32*, 323-337.
- World health organization. (2002). Constitution of the world health organization. *Bulletin of the World Health Organization, 80*, 983-984.

Studiens samtliga indexerade variablers medelvärden och standardavvikelser redovisas i Tabell 1, för de svenska studenterna, och i Tabell 2, för de japanska studenterna.

Tabell 1

Medelvärden och standardavvikelser av variablerna i studien för svenska studenter (n = 95)

Skala	Medelvärde	Standardavvikelse
KASAM	4.73	0.67
Begriplighet	4.15	0.68
Hanterbarhet	4.95	0.79
Meningsfullhet	5.24	0.94
Socialt stöd	5.42	0.91
Upplevt socialt stöd	6.07	1.05
Behov av socialt stöd	4.83	1.35
Aktivt sökande efter socialt stöd	4.84	1.16
Emotionellt stöd	6.15	1.10
Instrumentellt stöd	5.99	1.08
Social önskvärdhet	4.57	0.87

Not. Alla variablerna mättes med skala 1-7.

Tabell 2

Medelvärden och standardavvikelser av variablerna i studien för japanska studenter (n = 92)

Skala	Medelvärde	Standardavvikelse
KASAM	4.44	0.56
Begriplighet	3.87	0.59
Hanterbarhet	4.67	0.72
Meningsfullhet	4.93	0.81
Socialt stöd	5.20	0.92
Upplevt socialt stöd	5.16	1.08
Behov av socialt stöd	5.27	1.09
Aktivt sökande efter socialt stöd	5.22	1.17
Emotionellt stöd	5.01	1.14
Instrumentellt stöd	5.30	1.22
Social önskvärdhet	4.18	0.93

Not. Alla variablerna mättes med skala 1-7.