

سنجش به‌زیستی در استرالیا

تهیه و تنظیم: الهه کشیری*



شاخص به‌زیستی^۱

احساس رضایت و خرسندی است. عناصر شاخص به‌زیستی شخصی شامل رضایتمندی از موارد زیر است:

- سلامتی
- روابط شخصی
- میزان احساس امنیت
- استاندارد زندگی
- آنچه در زندگی به‌دست می‌آورید
- احساس بخشی از جامعه بودن
- امنیت آینده شما

عناصر شاخص به‌زیستی ملی شامل رضایتمندی از موارد زیر است:

- شرایط اجتماعی
- وضعیت اقتصادی
- وضعیت محیط زیست
- کسب و کار
- امنیت ملی
- دولت

شرکت Australian Unity^۲، با همکاری مرکز استرالیایی کیفیت زندگی^۳ در دانشگاه دیکین استرالیا،^۴ از سال ۲۰۰۱ به‌طور منظم میزان رضایت استرالیایی‌ها از زندگی خود و زندگی در استرالیا را بررسی می‌کند. با استفاده از شاخص به‌زیستی استرالیا،^۵ رضایت از شرایط اقتصادی، محیطی و اجتماعی در استرالیا بررسی و بینش‌هایی در مورد به‌زیستی فردی حاصل می‌شود. شاخص به‌زیستی استرالیا که از این پس AUWI نام برده می‌شود شاخصی جامع از به‌زیستی شخصی و ملی است. برخلاف شاخص‌های سنتی کیفیت زندگی مانند تولید ناخالص داخلی، این شاخص چگونگی احساس استرالیایی‌ها به مسائل شخصی مانند روابط خودشان و یا مسائل ملی مانند رضایت از دولت را اندازه‌گیری می‌کند.

به‌زیستی چیست؟

برخلاف باور عمومی، به‌زیستی با شادی^۶ متفاوت است. ممکن است شادی در یک لحظه اتفاق بیفتد و بگذرد، در حالی که به‌زیستی وضعیت پایدارتر خوب بودن،

elahecashiri@gmail.com

* دانشجوی دکتری شهرسازی

1- wellbeing index

۲- این شرکت از قدیمی‌ترین شرکت‌ها در استرالیاست که خدمات سلامت، زندگی و سرمایه‌های ارائه می‌دهد و هدف آن خدمت‌رسانی و ارتقای به‌زیستی اعضا و مشتریان است.

3- Australian Centre on Quality of Life

4- Deakin University

5- Australian Unity Wellbeing Index

6- happiness

چرا شاخص به‌زیستی سنجدیده می‌شود؟

سنجش اینکه یک ملت چقدر خوب به گذران زندگی می‌پردازد معمولاً بر مبنای ملاحظات اقتصادی نظیر تولید ناخالص داخلی، میزان اشتغال و قیمت مسکن استوار است. با این حال، در یک دوره زمانی، که استرالیایی‌ها غنی‌تر از همیشه هستند، سالانه بیش از یک میلیون بزرگسال و ۱۰۰ هزار جوان دچار افسردگی هستند. AUWI عوامل دیگری را که بر زندگی تأثیر می‌گذارد بررسی می‌کند و خلأیی که با ملاحظات اقتصادی پوشش داده نمی‌شود پر می‌کند و چشم‌اندازی کامل از به‌زیستی استرالیا را نشان می‌دهد.

سنجش شاخص به‌زیستی این امکان را فراهم می‌کند که سازمان‌های اجتماعی، دولت‌ها و تصمیم‌گیرندگان کسب و کار، برای اهداف متعدد اعم از برنامه‌ریزی استراتژیک و سیاست‌گذاری و در اختیار نهادن اطلاعات برای بهبود به‌زیستی شخصی افراد برنامه‌ریزی کنند. این امر سبب افزایش آگاهی درباره مسائل مهم اجتماعی، که بر به‌زیستی استرالیایی‌ها تأثیر می‌گذارد، می‌شود.

این شاخص مبتنی بر این فرضیه است که به‌زیستی کمتر از «حد اصولی یا هنجاری»^۱ نشانه گرایش بیشتر به افزایش افسردگی بالینی است. وقتی نیازهای مردم از منابع آنها فراتر رود، سبب می‌شود تا به‌زیستی به پایین‌تر از حد هنجاری نزول یابد. بنابراین، این شاخص در شناسایی گروه‌هایی از مردم جامعه، که نیازهایشان بیش از منابعشان است و نیز شناسایی افرادی که به کمک بیشتری نیاز دارند تا به افسردگی دچار نشوند، بسیار مفید است.

چه کسانی پژوهش می‌کنند؟

شرکت Australian Unity این شاخص را با همکاری دانشگاه دیکین و محققان برجسته در سراسر کشور تبیین می‌کند. پروفسور باب کامینز^۲ از مرکز استرالیایی کیفیت زندگی در دانشگاه دیکین نویسنده این شاخص است و از زمان طرح این شاخص در سال ۲۰۰۱ در این پروژه فعالیت می‌کند. دانشگاه دیکین مسئولیت تمام

1- normative range
2- Professor Bob Cummins

تحلیل‌های داده و جمع‌بندی هر گزارش را بر عهده دارد. این پایگاه داده در حال حاضر حاوی بیش از ۲۸ هزار رکورد است. پروفسور کامینز گروه بین‌المللی به‌زیستی را نیز رهبری می‌کند که بیش از ۲۰۰ محقق از ۴۵ کشور در آن فعالیت دارند.

سنجش شاخص

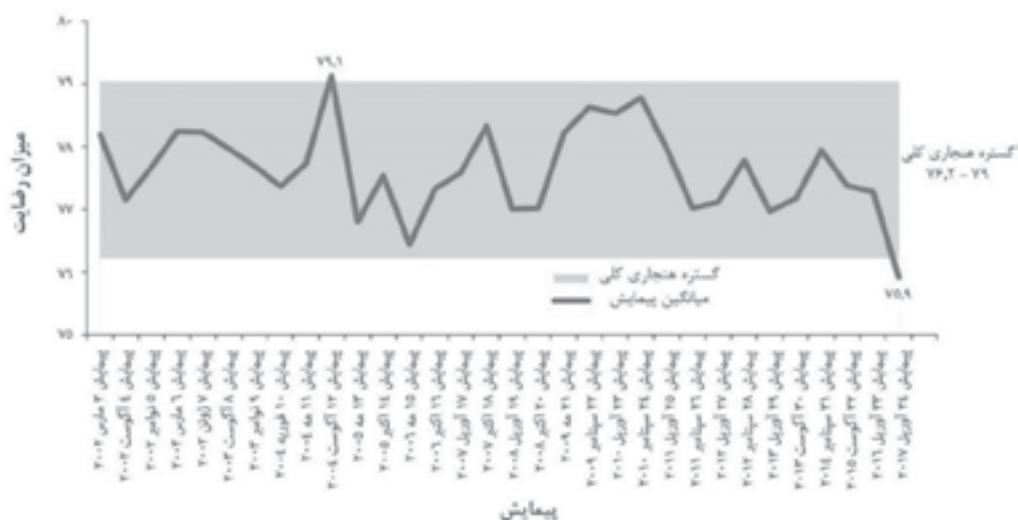
The Australian Unity Wellbeing Index (AUWI)

شاخص واحد به‌زیستی استرالیا (AUWI) شاخص سنجش رضایت استرالیایی‌ها از زندگی در استرالیا است. این شاخص با استفاده از شاخص‌های به‌زیستی شخصی^۳ (PWI) و شاخص ملی به‌زیستی^۴ (NWI) به سنجش به‌زیستی می‌پردازد. شاخص به‌زیستی شخصی میانگین سطح رضایت در هفت جنبه زندگی شخصی یعنی استاندارد زندگی، سلامت، موفقیت در زندگی، روابط شخصی، ایمنی، ارتباطات اجتماعی و امنیت آینده است. شاخص ملی به‌زیستی میانگین امتیاز رضایت در شش جنبه زندگی ملی اقتصاد، محیط زیست، شرایط اجتماعی، حکمروایی، تجارت، و امنیت ملی است.

سؤالات اصلی شاخص، که PWI و NWI را شکل می‌دهد، به‌طور مشابه در هر پیمایش پرسیده می‌شود. علاوه بر این، این پیمایش شامل دو پرسش بسیار عمومی است. یکی از سؤالات درباره «رضایت از زندگی به‌عنوان یک کل» است که رضایت کلی از زندگی^۵ نامیده می‌شود. سنجش شخصی از به‌زیستی تاریخچه‌ای بسیار طولانی در پیشینه نظری پیمایش دارد و سنجش آن امکان مقایسه مستقیم با چنین داده‌هایی را فراهم می‌آورد. دومین مورد، به‌زیستی کلی در سطح ملی^۶ است که به‌مثابه یک مورد مشابه «ملی» در نظر گرفته شده است که با «رضایت از زندگی در استرالیا» مرتبط است.

3- Personal Wellbeing Index
4- National Wellbeing Index
5- Global Life Satisfaction
6- Global National Wellbeing

نمودار ۱. رضایت کلی از زندگی در طول زمان



در نهایت، تمام نظرسنجی‌ها شامل تعدادی از پرسش‌های جمعیت‌شناختی درباره سن، جنس، وضعیت تأهل، ترکیب خانوار، وضعیت اشتغال و درآمد خانوارهاست.

روش‌شناسی

پیمایش‌های یک تا ۳۰ و پیمایش شماره ۳۴ مبتنی بر مصاحبه تلفنی با ۲ هزار استرالیایی بود که از طریق نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند تا توزیع جغرافیایی جمعیت ملی را نشان دهند. برای پیمایش‌های شماره ۳۱ تا ۳۳ روش‌های مشابهی دنبال شد و فقط تعداد نمونه‌ها به هزار نفر کاهش یافت. این تعداد نمونه‌ها برای اهداف تحلیلی مورد نظر کافی بوده است.

داده‌های پیمایش از جامعه آماری مورد نظر شامل استرالیایی‌هایی است که بیش از ۱۸ سال داشته باشند و بتوانند به زبان انگلیسی صحبت کنند. نمونه‌ها برای نشان دادن جمعیت استرالیا به لحاظ موقعیت جغرافیایی طبقه‌بندی می‌شوند نسبت جنسیت نیز در پیمایش برابر بوده است. داده‌ها را مؤسسه‌ای به نام Iview که در زمینه تحقیقات بازار و تحقیقات اجتماعی در استرالیا فعالیت می‌کند بررسی کرد.

گزارش ویژه «چه چیزی ما را خوشحال می‌کند؟»^۱

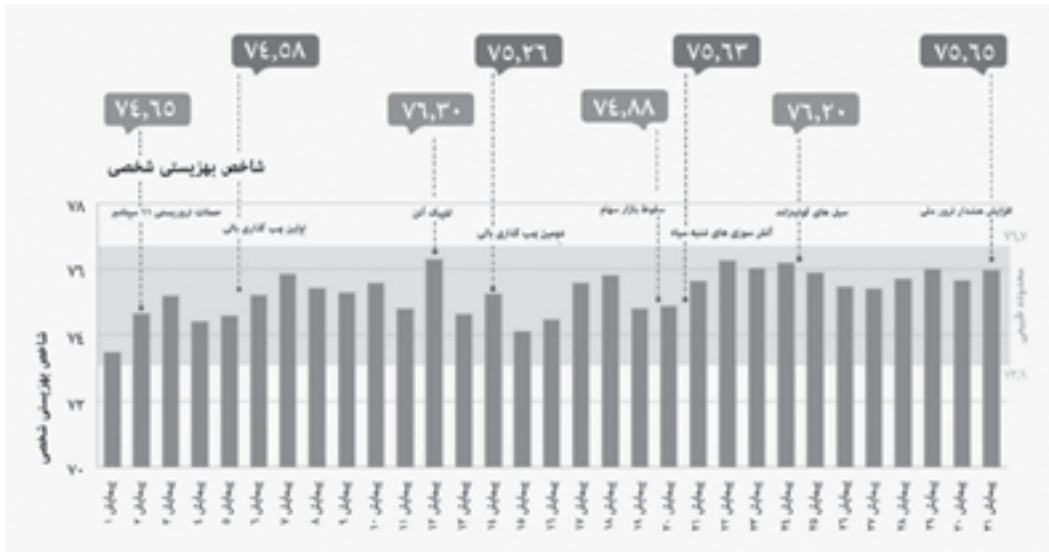
نتایج و یافته‌های پیمایش‌های انجام‌شده، علاوه بر آنکه جداگانه منتشر می‌شود، در قالب گزارش‌های ویژه‌ای به نام «چه چیزی ما را خوشحال می‌کند؟» نیز منتشر می‌شود و خوانندگان را از اطلاعات چندساله تحقیقاتی در مورد به‌زیستی ذهنی استرالیایی‌ها

در هر پیمایش، از پاسخ‌دهندگان پرسیده شده است: آیا اخیراً اتفاقی افتاده است که سبب شود بیش از حد طبیعی احساس شادی یا غم کنید؟ گزینه‌های پاسخ عبارت‌اند از: «بله، شادتر»، «بله، غمگین‌تر»، «بله، شادتر و غمگین‌تر» و «هیچ رویدادی». اگر پاسخ «بله، شادتر» یا «بله، غمگین‌تر» باشد، از آنها خواسته می‌شود تا «تأثیر آن را در مقیاس ۰ تا ۱۰، از بسیار ضعیف تا بسیار قوی» تعیین کنند. اگر از مردم به‌طور جدی در این زمینه پرسش شود، تقریباً همه رویدادی را به خاطر می‌آورند که آنها را شادتر یا غمگین‌تر از حد معمول کرده است. بازه زمانی برای «اخیراً» آزاد است و نقطه مرجع «حد طبیعی یا عادی» برای تفسیر باز است. اما از پاسخ‌دهندگان سنجش‌گیرانه پرسش و بازجویی نمی‌شود و اگر پاسخشان این باشد که چنین رویدادی را تجربه نکرده‌اند، مصاحبه‌کننده به گویه بعدی می‌رود. به این ترتیب، این مورد یا حساسیت افراد به رویدادهای مثبت و منفی در زندگی و یا حد و اندازه‌ای را که مردم برای شناسایی چنین رویدادهایی تمایل دارند می‌سنجد. هر دو مورد، برای توجه مردم به سمت مثبت یا منفی زندگی آنها سنجیده می‌شود.

علاوه بر آن، همه پیمایش‌ها شامل تعداد اندکی از پرسش‌های اضافی است که از یک پیمایش به پیمایش بعدی تغییر می‌کند. این موارد اضافه موضوعات و مسائل خاص ملی و یا شخصی را بررسی می‌کنند. چنین داده‌هایی اهداف متعددی دارند. آنها امکان اعتبارسنجی شاخص، ایجاد زیرگروه‌های جمعیتی جدید و اکتشاف بیشتر ساختار به‌زیستی را میسر می‌کنند.

1- What Makes Us Happy report

نمودار ۲. شاخص به‌زیستی شخصی (PWI) در بیمایش‌های متعدد



تغییرات نرخ سود، مالکیت خانه، بحران مالی جهانی و قمار. در طول این پیمایش‌ها موارد جالبی نیز وجود داشته است؛ یافتن نمونه‌هایی از به‌زیستی و خوشبختی درباره نامادری‌ها، داشتن حیوان خانگی، رقصیدن، گوش دادن به موسیقی و حتی خوردن شکلات.

میانگین PWI در استرالیا حدود ۷۵ است و در سال‌های متمادی نیز تغییر کرده است، اما این تغییر تنها در حد طبیعی یعنی ۳ امتیاز در طول تاریخ ۱۵ ساله شاخص بوده (۷۶/۷-۷۳/۹) که نشانه‌ای از ثبات به‌زیستی ذهنی است، همان‌طور که در نظریهٔ هومواستاسیز^۴ نیز مطرح شده است.

اما چه میزان از شاخص به‌زیستی شخصی (PWI) خوب است و چه میزان از آن خوب نیست؛ نگارندگان این گزارش بر این باورند که حد هنجاری یا اصولی در طیف وسیعی بین ۶۰ تا ۹۰ تعریف می‌شود، زیرا افراد ذاتاً متفاوت‌اند. بعضی بیشتر مثبت هستند، بعضی دیگر نیز کمتر. با این حال، اگر PWI فرد زیر ۶۰ باشد و در طول زمان نیز به همان ترتیب باقی بماند، این نشانه‌ای است از اینکه واکنش هومواستاتیک^۵ آنها در حال نزول است و آنها در معرض خطر افسردگی‌اند.

اقدامات اضافی برای ارزیابی زندگی در استرالیا نیز با استفاده از شاخص ملی به‌زیستی (NWI) انجام می‌شود. میزان این شاخص به‌شدت متغیر و به‌مراتب کمتر از PWI است، به طوری که امتیازهای شاخص ملی به‌زیستی (NWI) در گسترهٔ ۵۵ تا ۶۵ است.

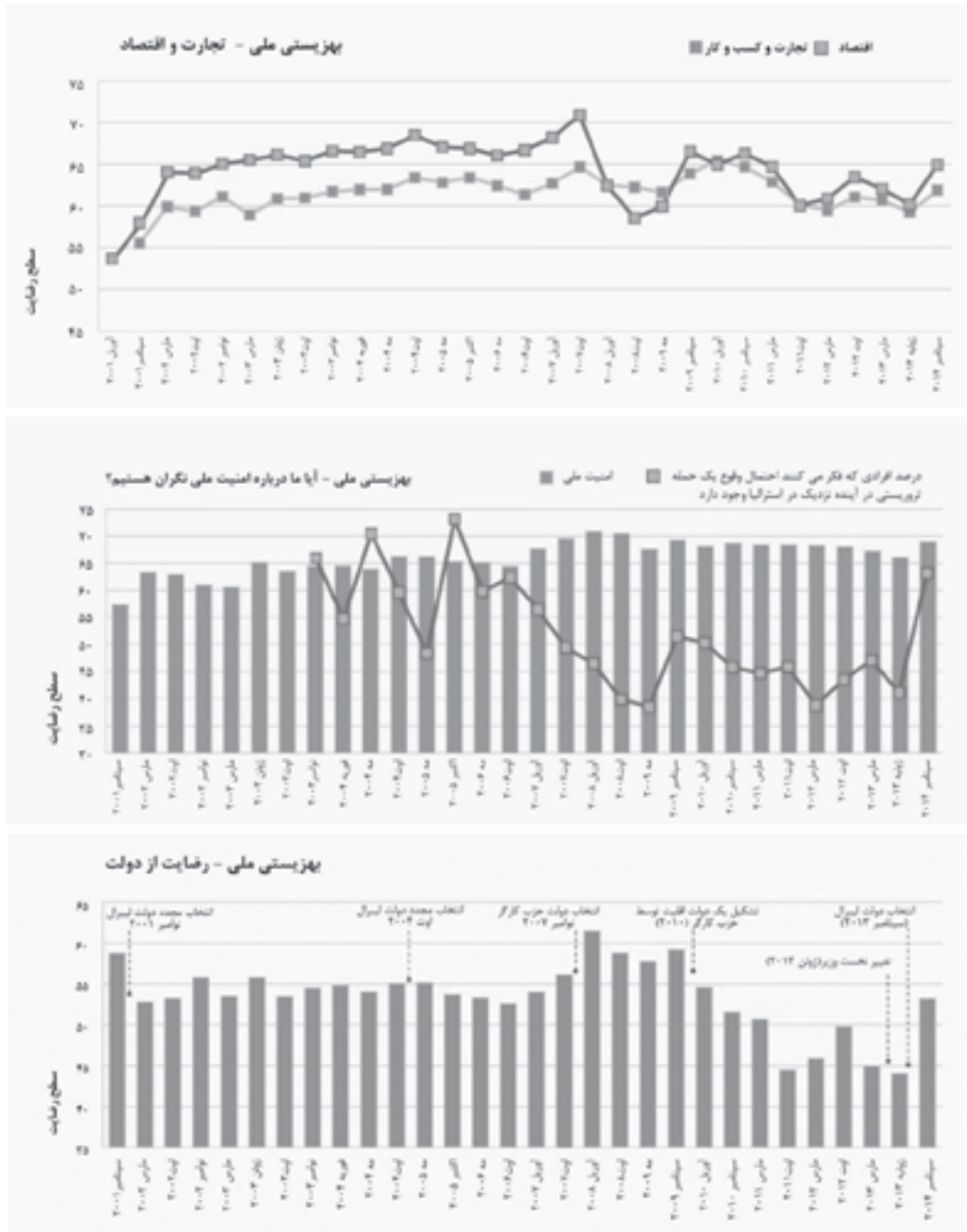
آگاه می‌کند. سومین نسخه از گزارش مذکور، که آخرین نسخهٔ منتشرشده نیز است، یافته‌ها و بینش‌های به‌دست‌آمده از ۱۵ سال تحقیقات انجام‌شده در این زمینه را عرضه می‌دارد. نسخهٔ دوم این گزارش نیز در سال ۲۰۱۰ ارائه شده است. این حجم عظیم از اطلاعات دربارهٔ احساس مردم به زندگی خودشان و به‌زیستی ذهنی در تحقیقات استرالیا بی‌همتاست. از این رو، در ادامه نسخهٔ سوم گزارش ویژهٔ «چه چیزی ما را خوشحال می‌کند؟» به‌صورت کوتاه بررسی می‌شود.

همان‌گونه که پیش از این نیز بیان شده است، تاکنون بیش از ۳۰ پیمایش AUIWI انجام شده است. در همهٔ این پیمایش‌ها کشف چیزهایی که ما را خوشحال می‌کند و منجر به درک بهتر از عوامل مهم در رضایت از زندگی می‌شود مدنظر بوده است. از سال اول پژوهش، که همزمان با حملات تروریستی ۱۱ سپتامبر ۲۰۰۱ در ایالات متحده بوده است، مجموعه‌ای از سوالات نه‌تنها در زمینهٔ به‌زیستی روزمره، بلکه دربارهٔ ارتباط احتمالی مسائل و رویدادهای کنونی با رضایت از زندگی نیز در این پیمایش گنجانده شده است. مسائل و رویدادها مانند ۱۱ سپتامبر، بمب‌گذاری‌های بالی^۱ در سال‌های ۲۰۰۲ و ۲۰۰۵، آتش‌سوزی‌های ویکتوریایی^۲ در سال ۲۰۰۹ و سیل‌های کوئینزلند^۳ در سال ۲۰۱۰، که بسیار غم‌انگیز بوده‌اند. سایر پرسش‌ها شامل کشف زندگی روزمره است؛ از جمله چگونگی کار، روابط، تعداد فرزندان، خواب مناسب و زندگی در شهر بزرگ یا کوچک که با به‌زیستی مرتبط است. برخی پرسش‌ها نیز دربارهٔ امور مالی بوده است؛ از جمله تأثیر

4- Homeostasis theory
5- Homeostatic response

1- Bali
2- Victorian bushfires
3- Queensland

نمودار ۳. شاخص به‌زیستی ملی (NWI) در پیمایش‌های متعدد



منابع:

- Weinberg, M. (2015). *What makes us happy? - Third edition*. Australian Unity.
- Wellbeing Index. Retrieved march 26th, 2018. Available at: (<https://www.australianunity.com.au/media-centre/wellbeing>).
- Capic, M. T., D. Hutchinson, M. Fuller-Tyszkiewicz, B. Richardson, L. Hartley-Clark, S. Khor, C. Olsson, and R.A. Cummins (2017). *Australian Unity Wellbeing Index Survey 34: Summary Report August 2017- The Wellbeing of Australians: Financial Wellbeing*. Australia: Deakin University.