

Borgum v/ Norðurslóð
600 Akureyri
Sími 460-8900
rha@unak.is
<http://www.rha.is>



LÍÐAN OG SEIGLA ÍSLENSKRA BÆNDA

Netkönnun meðal félagsmanna Bændasamtaka Íslands

febrúar 2024

Höfundur

Bára Elísabet Dagsdóttir

© RHA-Rannsóknamiðstöð Háskólans á Akureyri 2024

Öll réttindi áskilin. Skýrslu þessa má ekki afrita með neinum hætti, svo sem með ljósmyndun, prentun, hljóðritun eða á annan sambærilegan hátt, að hluta eða í heild, án skriflegs leyfis útgefanda.

RHA-S-03-2024

ISSN 1670-8873 (vefútgáfa)

L-ISSN 1670-8873 (prentútgáfa)

EFNISYFIRLIT

1.	INNGANGUR	1
1.1.	LÍÐAN OG SEIGLA.....	1
1.2.	LÍÐAN BÆNDA	2
1.3.	TENGL LÍÐANAR OG BYGGÐAÞRÓUNAR	3
1.4.	MARKMIÐ.....	4
2.	AÐFERÐ.....	5
2.1.	ÞÁTTTAKENDUR	5
2.2.	MATSTÆKI	6
2.3.	FRAMKVÆMD	9
2.4.	ÚRVINNSLA.....	9
3.	NIÐURSTÖÐUR.....	11
3.1.	LÝÐFRÆÐILEGIR ÞÆTTIR.....	11
3.2.	DASS-21	12
3.3.	SEIGLA	24
3.4.	VINNUAÐSTÆÐUR	24
4.	SAMANTEKT.....	28
	HEIMILDASKRÁ	30

MYNDIR

Mynd 1. Dreifing heildarskora bænda og samanburðarhóps á undirkvörðum DASS-21.....	13
Mynd 2. Hlutfallsleg skipting bænda og samanburðarhóps í flokka eftir alvarleika þunglyndiseinkenna.....	15
Mynd 3. Áhættuhlutföll og 95% öryggisbil fyrir skýribreytur í margkosta aðhvarfsgreiningarlíkani fyrir þunglyndi.....	16
Mynd 4. Hlutfallsleg skipting bænda og samanburðarhóps í flokka eftir alvarleika kvíðaeinkenna.....	18
Mynd 5. Áhættuhlutföll og 95% öryggisbil fyrir skýribreytur í margkosta aðhvarfsgreiningarlíkani fyrir kvíða.....	19
Mynd 6. Hlutfallsleg skipting bænda og samanburðarhóps í flokka eftir alvarleika streitueinkenna.....	21
Mynd 7. Áhættuhlutföll og 95% öryggisbil fyrir skýribreytur í margkosta aðhvarfsgreiningarlíkani fyrir streitu.....	22
Mynd 8. Hlutfallsleg skipting svara bænda ($n=520$) og samanburðarhóps ($n=3813$) við spurningunni „Er vinnuálagið svo ójafnt að verkefnin hlaðist upp?“.....	25
Mynd 9. Hlutfallsleg skipting svara bænda ($n=524$) og samanburðarhóps ($n=3808$) við spurningunni „Verður þú að vinna á miklum hraða?“.....	26
Mynd 10. Hlutfallsleg skipting svara bænda ($n=522$) og samanburðarhóps ($n=3820$) við spurningunni „Hefur þú of mikið að gera?“.....	26

TÖFLUR

Tafla 1. Lýðfræðilegir þættir fyrir bændur og samanburðarhóp	11
Tafla 2. Meðaltöl og staðalfrávik ($M(sf)$) undirklarða DASS-21 fyrir bændur og samanburðarhóp eftir bakgrunnsbreytum	12
Tafla 3. Hlutfallsleg skipting heildarskora svarenda á þunglyndiskvarða DASS-21 í flokka eftir alvarleika einkenna fyrir bændur og samanburðarhóp eftir bakgrunnsbreytum.	14
Tafla 4. Hlutfallsleg skipting heildarskora svarenda á kvíðakvarða DASS-21 í flokka eftir alvarleika einkenna fyrir bændur og samanburðarhóp eftir bakgrunnsbreytum.	17
Tafla 5. Hlutfallsleg skipting heildarskora svarenda á streitukvarða DASS-21 í flokka eftir alvarleika einkenna fyrir bændur og samanburðarhóp eftir bakgrunnsbreytum.	20
Tafla 7. Meðalskor og staðalfrávik ($M(sf)$) undirklarða DASS-21 eftir því hvort bændur hafi áform um atvinnuskipti (já: $n=38$, nei: $n=408$)	23
Tafla 8. Meðalskor og staðalfrávik ($M(sf)$) undirklarða DASS-21 eftir því hvort bændur hafi áform um flutninga (já: $n=38$, nei: $n=426$)	23
Tafla 6. Seigluskor bænda á CD-RISC seiglukvarðanum eftir bakgrunnsbreytum.....	24

1. INNGANGUR

Störf í landbúnaði hafa þá sérstöðu að afkoma þeirra sem stunda búskap er að miklu leyti háð ytri aðstæðum, svo sem veðurfari, stuðningi og reglugerðum stjórnvalda og þörfum neytenda. Þar að auki geta skilin milli vinnu og daglegs lífs verið óljós fyrir bændur sem starfa og búa á einum og sama staðnum. Þetta einstaka vinnuumhverfi getur skapað aðstæður sem ýta undir streitu og andlega vanlíðan.

Í þessari rannsókn er líðan og seigla íslenskra bænda skoðuð og líðan bænda borin saman við líðan annarra Íslendinga á vinnumarkaði. Rannsóknin er styrkt af Byggðarannsóknasjóði og unnin í samvinnu við Bændasamtök Íslands sem útveguðu netföng félagsmanna sinna.

1.1. Líðan og seigla

Margir þættir hafa áhrif á andlega líðan og hana er hægt að skilgreina og meta á ýmsan hátt. Mat á einkennum þunglyndis, kvíða og streitu getur gefið yfirsýn yfir almenna líðan einstaklinga.

Þunglyndi er lyndisröskun sem lýsir sér í breytingum á geðslagi, hugsunum, vikni og líkamlegum einkennum. Einkennin eru mörg og misjöfn milli einstaklinga, t.d. depurð, skert sjálfsmynd, neikvæðar hugsanir, einbeitingarerfiðleikar, minni virkni og áhugi og svefnerfiðleikar (American Psychiatric Association, 2013).

Kvíði er tilfinning sem flestallir upplifa einhvern tímann. Hann einkennist af hræðslu, áhyggjum og óróleika. Það er eðlilegt að fólk verði stundum kvíðið en þegar kvíði fer að hafa áhrif á daglegt líf fólks, er langvarandi, áhyggjuvaldandi og óvelkominn, er talað um kvíðaraskanir (American Psychiatric Association, 2013).

Þunglyndi og kvíði eru meðal algengustu geðraskana en tíðni þeirra á Íslandi hefur ekki verið metin reglulega. Ein 15 ára gömul rannsókn á algengi geðraskana á Stór-Reykjavíkursvæðinu benti til þess að um 14,4% þátttakenda hefðu sögu um kvíðaröskun og 13% hefðu sögu um lyndisröskun (Jón Stefánsson og Eiríkur Línal, 2009).

Líkt og með kvíða upplifa allir streitu í einhverjum aðstæðum og streita getur verið hjálpleg upp að vissu marki. Þegar streita verður langvarandi hefur hún hins vegar neikvæð áhrif bæði líkamlega og andlega og getur t.a.m. ýtt undir hjarta- og æðasjúkdóma, þunglyndi og kvíða (Yaribeygi o.fl., 2017).

Nýleg íslensk rannsókn þar sem gögn úr rannsókninni *Heilsa og líðan Íslendinga* frá árinu 2017 voru notuð benti til þess að fólk á aldrinum 18-29 ára hefði verstu geðheilsuna m.t.t. þunglyndis, kvíða og streitu. Auk þess voru þeir sem voru í mestum fjárhagsvandræðum í mestri áhættu á að upplifa einkenni þunglyndis, kvíða og streitu (Svala Sigurðardóttir o.fl., 2023).

Síðustu áratugi hafa rannsakendur beint sjónum að því hvaða þættir geta haft verndandi áhrif gagnvart geðröskunum og slæmri líðan, svo sem kvíða, þunglyndi og streitu. Einn verndandi þáttur sem rannsakendur hafa borið kennsl á er seigla. Seigla er skilgreind sem hæfni til jákvæðrar aðlögunar í erfiðum aðstæðum. Þeir sem hafa meiri seiglu takast betur á við streitu og mótlæti og eru ólíklegri til að þróa með sér geðræn vandamál (sjá t.d. Herrman o.fl., 2011).

Líðan og geðheilsa bænda hefur verið skoðuð í ýmsum erlendum rannsóknum en misjafnt er milli rannsókna hvernig þessi hugtök eru skilgreind og metin (Daghagh Yazd o.fl., 2019). Ein íslensk rannsókn hefur verið gerð á líðan og geðheilsu bænda en hún var framkvæmd fyrir rúmum áratug (Kristinn Tómasson og Gunnar Guðmundsson, 2009). Seigla íslenskra bænda hefur ekki verið metin áður og lítið er til af erlendum rannsóknum á því sviði.

Þar sem bændastörf stjórnast að miklu leyti af umhverfi og aðstæðum í hverju landi er erfitt að bera saman niðurstöður rannsókna á líðan bænda í ólíkum löndum. Þó ekki sé hægt að yfirfæra allar ályktanir úr erlendum rannsóknum yfir á aðstæður á Íslandi geta þær varpað ljósi á sameiginlega þætti sem hafa áhrif á líðan bænda.

1.2. Líðan bænda

Ein íslensk rannsókn hefur verið framkvæmd með það að meginmarkmiði að skoða líðan og geðheilsu bænda. Í rannsókninni var stuðst við kvarða sem metur einkenni geðrænna vandamála á sviðum félagslegrar vanvirkni, kvíða og skorts á sjálfstrausti. Niðurstöður bentu til þess að bændur hefðu minni merki um geðheilbrigðisvanda en fólk í samfélaginu almennt (Kristinn Tómasson og Gunnar Guðmundsson, 2009).

Niðurstöður erlendra rannsókna á líðan og geðheilbrigði bænda eru breytilegar. Sumar rannsóknanna benda til þess að bændum líði almennt betur en öðrum hópum meðan aðrar benda til þess að andleg heilsa bænda sé verri en gengur og gerist.

Í nýlegri samantekt voru 167 rannsóknir á þessu sviði frá u.þ.b. 40 löndum skoðaðar. Samantektin leiddi í ljós að þó að niðurstöður rannsókna væru ólíkar benti meirihluti þeirra til þess að streita og geðheilbrigðisvandamál væru algengari hjá bændum en öðrum hópum

(Daghagh Yazd o.fl., 2019). Auk þess báru höfundar kennsl á algenga þætti sem hafa áhrif á líðan bænda svo sem fjárhagsáhyggjur, vinnuálag, einangrun og hlutverkatogstreitu þar sem skil milli einkalífs og vinnu eru oft óljós hjá bændum. Þar að auki benti samantektin til þess að andleg heilsa kvenkyns bænda væri almennt verri en karlkyns bænda (Daghagh Yazd o.fl., 2019).

Í finnskri rannsókn þar sem streita og kulnun mjólkurbænda var könnuð kom í ljós að bændurnir upplifðu meiri streitu en almennt þýði fólks á vinnumarkaði og sýndu, að jafnaði, væg merki kulnunar. Helstu streituveldar sem rannsakendur báru kennsl á voru m.a. landbúnaðarstefna Evrópusambandsins, staða og ímynd bænda í samfélaginu og fjölmiðlum, vinnuálag og óvissa (Kallioniemi o.fl., 2016).

Engin íslensk rannsókn hefur verið gerð á seiglu bænda og lítið er til af erlendum rannsóknum á því sviði. Nýleg kanadísk rannsókn athugaði streitu, kvíða, þunglyndi og seiglu bænda þar á landi. Bændurnir sýndu almennt meiri merki um streitu, kvíða og þunglyndi og skoruðu lægra á seiglumælingum en stöðluð meðalskor úr almennu bandarísku þýði (Jones-Bitton o.fl., 2020).

1.3. Tengsl líðanar og byggðapróunar

Fjallað hefur verið um andlega líðan og tengsl við byggðapróun í nokkrum innlendum rannsóknum, oftast með óbeinum hætti.

Í rannsókn um nýsköpunarvirgni í dreifbýli (Kjartan Ólafsson og Elín Aradóttir, 2004) voru skoðuð sýn íbúa á framtíð byggðarlaga og samfélagsandinn. Í ljós kom að meðal íbúa í dreifbýli væri samfélagsandi mun neikvæðari en í þéttbýli. Bændur lýstu neikvæðustu afstöðunni af öllum starfsstéttum til framtíðarhorfa í sinni atvinnugrein og til nýsköpunar í tengslum við hana.

Tengsl milli bjartsýni og búferlaflutninga voru athuguð í annarri rannsókn sömu höfunda (2004). Meðal ályktana var að deyfð og svartsýni íbúa getur smitað út frá sér og haft enn frekari neikvæð áhrif á andann í samfélaginu.

Í rannsókninni Litróf landbúnaðar og byggða (Magnfríður Júlíusdóttir o.fl., 2009) kom fram að bændur á jaðarsvæðum eru almennt áhyggjufyllri um framtíð búsetu en bændur sem búa á kjarnasvæðum. Almennt voru bændur á dreifbýlli svæðum áhyggjufyllri hvað varðar þætti sem varða starfið og framtíðarhorfur. Kynslóðaskipti á jörðum voru sérstakt áhyggjuefni bænda. Í rannsókn Þórodds Bjarnasonar og fleiri (2022) á búferlaflutningum kom svo fram að tengsl eru á milli búsetuánægju og fyrirætlana um búferlaflutninga.

1.4. Markmið

Um 15 ár eru liðin síðan líðan íslenskra bænda var skoðuð síðast og því er þörf á að endurmeta stöðuna. Í þessari rannsókn var lögð fyrir netkönnun þar sem líðan bænda var metin með tilliti til þunglyndis, kvíða og streitu. Þar að auki var seigla íslenskra bænda metin, sem ekki hefur verið gert áður.

Auk spurninga um þunglyndi, kvíða, streitu og seiglu var upplýsingum um þætti sem hafa tengsl við líðan safnað og gögnin greind með tilliti til þeirra. Þessir þættir eru aldur, kyn, menntun, hjúskaparstaða og fjárhagserfiðleikar. Loks voru lagðar fyrir nokkrar spurningar um vinnuaðstæður og hvort svarendur hefðu fyrirætlanir um að flytja og/eða skipta um atvinnugrein.

Til samanburðar við gögnin úr netkönnuninni meðal bænda var sótt um aðgang að gögnum úr rannsókninni *Heilsa og líðan Íslendinga*. Embætti landlæknis stendur fyrir rannsókninni á fimm ára fresti en könnunin í heild sinni inniheldur yfir 100 spurningar. Nýjasta fyrirlögn *Heilsu og líðanar* var árið 2022 og hluti af gögnunum úr þeirri rannsókn eru notuð hér.

Meginmarkmið rannsóknarinnar eru að:

- i. Kanna líðan íslenskra bænda
- ii. Athuga hvort munur sé á líðan bænda og líðan annarra Íslendinga á vinnumarkaði
- iii. Kanna hve algengt sé að íslenskir bændur áformi að flytja eða skipta um atvinnugrein á næstu árum
- iv. Athuga hvort munur sé á líðan bænda eftir því hvort þeir áformi flutninga og atvinnugreinaskipti
- v. Kanna seiglu íslenskra bænda
- vi. Bera saman svör bænda og annarra Íslendinga á vinnumarkaði við spurningum um vinnuaðstæður

2. AÐFERÐ

2.1. Þátttakendur

Þátttakendur voru þeir bændur sem svöruðu netkönnun sem send var á meðlimi Bændasamtaka Íslands. Könnunin var opin frá 15. Nóvember til 16. Desember 2023 og þrjár áminningar voru sendar á meðan gagnaöflun stóð yfir. Til samanburðar voru fengin gögn úr rannsókninni *Heilsa og líðan Íslendinga* frá árinu 2022.

2.1.1. Bændur

Netkönnun var send á 1622 meðlimi Bændasamtaka Íslands með skráð netföng hjá samtökunum. Af þeim svöruðu 635 (39%) a.m.k. einni spurningu í könnuninni.

Af þessum 635 svörum var ákveðið að fjarlægja svarendur sem svöruðu *ekki* 40% eða meira af spurningum könnunarinnar. Þar af leiðandi voru 69 svarendur fjarlægðir úr gagnasafninu og eftir stóðu 566 svör. Að auki voru 39 einstaklingar til viðbótar sem höfðu brottfallsgildi fyrir einhverjar spurningar DASS-21 en höfðu svarað öllum spurningum CD-RISC. Þessir einstaklingar voru hafðir með í greiningum á CD-RISC en ekki í greiningum á DASS-21, þar sem ekki er unnt að reikna út heildarskor á undirvörðum DASS-21 fyrir einstaklinga sem svara ekki öllum spurningum listans. Af 566 svarendum voru 329 (58%) karlkyns, 216 (38%) kvenkyns en 21 svarandi (4%) gaf ekki upp kyn sitt.

2.1.2. Samanburðarhópur

Gögn til samanburðar við svör bænda voru fengin úr rannsókninni *Heilsa og líðan Íslendinga* sem Embætti landlæknis leggur fyrir á fimm ára fresti. Upprunalegt gagnasafn innihélt svör 7813 þátttakenda. Af þeim voru 1477 einstaklingar fjarlægðir sem ekki höfðu svarað öllum spurningum DASS-21 kvarðans, þar sem ekki er mögulegt að reikna heildarskor fyrir hvern undirvarða fyrir þá einstaklinga sem svara ekki öllum spurningum kvarðans.

Til þess að bera saman svör bænda við svör annarra Íslendinga á *vinnumarkaði* voru spurningar um stöðu á vinnumarkaði og starfsheiti úr *Heilsa og líðan Íslendinga* notaðar. Af þeim 6336 svarendum sem svöruðu öllum DASS-21 spurningum voru 1171 fjarlægðir sem svöruðu ekki spurningu um starfsheiti og voru skráðir sem „líklega ekki í launaðri vinnu.“ Af þeim sem eftir stóðu voru atvinnulausir (að fullu eða að hluta; 357 einstaklingar) og 75% öryrkjar (114 einstaklingar) fjarlægðir úr samanburðargögnunum. Loks voru svarendur sem voru *bændur* (88 einstaklingar) einnig fjarlægðir úr samanburðargögnunum, til þess að draga úr líkum á því að sömu einstaklingar væru í samanburðarhóp og hóp bænda sem svöruðu netkönnuninni.

Eftir stóðu 3967 einstaklingar í samburðarhópnum, þ.e. þeir sem svöruðu öllum DASS-21 spurningum, voru á vinnumarkaði og ekki bændur.

2.2. Matstæki

Til þess að meta líðan m.t.t. þunglyndis, kvíða og streitu voru kvarðarnir Depression Anxiety Stress Scales-21 (DASS-21; Lovibond og Lovibond, 1995) notaðir í íslenski þýðingu Péturs Tyrfingssonar.

Til að meta seiglu var kvarðinn Connor Davidson Resilience Scale (CD-RISC; Connor og Davidson, 2003) notaður. Í rannsókninni var íslensk þýðing Elínar Díönnu Gunnarsdóttur og Kristínar M Jóhannsdóttur notuð. Kvarðinn er leyfisskyldur og óskað var eftir aðgangi fyrir rannsóknina.

Auk DASS-21 og CD-RISC voru lagðar fyrir bakgrunnsspurningar um kyn, aldur, menntun og hjúskaparstöðu, sem og spurningar um fjárhagserfiðleika, vinnuaðstæður og fyrirætlanir um flutninga og atvinnugreinaskipti.

2.2.1. DASS-21

DASS-21 er styttri útgáfa DASS-42, og inniheldur helmingi færri atriði. Kvarðinn var þýddur á íslensku af Péttri Tyrfingssyni og er í opnum aðgangi á vefsíðu útgefenda.

DASS-21 samanstendur af þremur undirkvörðum sem meta þunglyndi, kvíða og streitu. Hver undirkvarði DASS-21 inniheldur sjö fullyrðingar og svaendur eru beðnir að meta hve vel hver fullyrðing átti við þau síðastliðna viku. Fullyrðingunum er svarað á fjögurra punkta Likert kvarða með svarkostunum: *átti alls ekki við mig* (0), *átti við mig að einhverju leyti eða stundum* (1), *átti töluvert vel við mig eða drjúgan hluta vikunnar* (2) og *átti mjög vel við mig eða mestallan tímann* (3). Skor fyrir hvern undirkvarða eru lögð saman og margfölduð með tveimur til þess að þau séu sambærileg skorum á DASS-42. Heildarskor fyrir hvern undirkvarða geta því legið á bilinu 0–42 þar sem hærri skor gefa til kynna meira þunglyndi, kvíða og streitu.

Heildarskorum má svo skipta í fimm flokka eftir alvarleika einkenna: *eðlileg* (0–9 fyrir þunglyndi, 0–7 fyrir kvíða og 0–14 fyrir streitu), *væg* (10–13 fyrir þunglyndi, 8–9 fyrir kvíða og 15–18 fyrir streitu), *miðlungs* (14–20 fyrir þunglyndi, 10–14 fyrir kvíða og 19–25 fyrir streitu), *alvarleg* (21–27 stig fyrir þunglyndi, 15–19 stig fyrir kvíða og 26–33 stig fyrir streitu) og *mjög alvarleg* (28 stig eða fleiri fyrir þunglyndi, 20 stig eða fleiri fyrir kvíða og 34 stig eða fleiri fyrir streitu; Lovibond og Lovibond, 1995).

Próffræðilegir eiginleikar íslensku útgáfu DASS-42 voru metnir í óútgefinni MS ritgerð þar sem niðurstöður bentu til þess að próffræðilegir eiginleikar kvarðans væru almennt sambærilegir við erlendar útgáfur (Björgvin Ingimarsson, 2010). Innri áreiðanleiki undirkvarða íslensku útgáfu DASS-42 hefur mælst á bilinu $\alpha = 0,85-0,92$ í úrtökum háskólanema og á bilinu $\alpha = 0,92-0,97$ í klínísku úrtaki (Björgvin Ingimarsson, 2010; Guðjónsson o.fl., 2009). Leitandi þáttgreiningar á DASS-42 hafa í megindráttum stutt ætlaða formgerð listans þ.e. þrír þættir (t.d. Björgvin Ingimarsson, 2010; Brown o.fl., 1997).

Sýnt hefur verið fram á að þáttbygging DASS-21 sé í samræmi við þáttbyggingu lengri útgáfu kvarðans og að styttri kvarðinn gefi sambærilegar niðurstöður (Antony o.fl., 1998).

2.2.2. CD-RISC

CD-RISC inniheldur 25 atriði sem meta seiglu svarenda. Atriðunum er svarað á fimm punkta Likert kvarða með svarkostina: *alls ekki satt* (0), *sjaldan satt* (1), *stundum satt* (2), *oft satt* (3) og *næstum alltaf satt* (4). Stigin fyrir atriðin eru svo lögð saman svo heildarskor getur verið á bilinu 0–100 þar sem hærra skor gefur til kynna meiri seiglu (Connor og Davidson, 2003).

Ekki er vitað til þess að próffræðilegir eiginleikar íslensku útgáfu kvarðans hafi verið metnir en rannsóknir á upprunalegri útgáfu CD-RISC hafa sýnt fram á góðan innri áreiðanleika, endurprófunaráreiðanleika og samleitniréttmæti kvarðans (t.d. Ahern o.fl., 2006; Bezdjian o.fl., 2017; Connor og Davidson, 2003). Auk þess hefur verið sýnt fram á forspárgildi skora á kvarðanum fyrir greiningar á geðröskunum (Bezdjian o.fl., 2017).

Niðurstöður þáttgreininga hafa verið mismunandi og því ekki skýrt hve marga undirliggjandi þætti kvarðinn metur (t.d. Campbell-Sills og Stein, 2007; Connor og Davidson, 2003;). Ætluð formgerð er þó einn þáttur og skor á kvarðanum eru reiknuð í samræmi við það, þ.e. eitt heildarskor. Heildarskor getur legið á bilinu 0–100 þar sem hærra skor gefur til kynna meiri seiglu (Connor og Davidson, 2003).

Engin stöðluð viðmið eru til um túlkun heildarskora á CD-RISC en í upprunalegri grein þar sem kvarðinn var þróaður og réttmæti og áreiðanleiki metinn var meðalskor úr almennu bandarísku þýði 80,7, meðalskor sjúklinga á heilsugæslu 71,8 meðalskor sjúklinga á göngudeild geðdeilda 68,0 og meðalskor einstaklinga með almenna kvíðaröskun 62,4 (Connor og Davidson, 2003).

Fáar íslenskar rannsóknir þar sem CD-RISC kvarðinn í heild sinni er notaður hafa verið birtar en í einni slíkri var kvarðinn lagður fyrir eldri borgara sem bjuggu enn heima, ýmist á höfuðborgarsvæðinu eða á landsbyggð. Í rannsókninni var meðalskor hópsins í heild 75,9. Þegar

skorin voru skoðuð eftir búsetu var meðalskor eldri borgara á höfuðborgarsvæðinu 79,3 en 70,4 fyrir eldri borgara búsetta á landsbyggðum (Árún K. Sigurðardóttir o.fl., 2022)

2.2.3. Vinnuaðstæður, áform um flutninga og atvinnuskipti

Vinnuálag var metið með þremur spurningum af *General Nordic Questionnaire* (QPS Nordic; Lindström o.fl., 2000). Þessar spurningar voru valdar þar sem þær voru lagðar fyrir í *Heilsa og líðan Íslendinga* en aðrar QPS Nordic spurningar sem voru lagðar fyrir þar eiga frekar við um stærri vinnustaði.

Spurningarnar eru: *Hefur þú of mikið að gera? Verður þú að vinna á miklum hraða? og er vinnuálagið svo ójafnt að verkefni hlaðist upp?* Svarkostirnir voru á fimm punkta Likert kvarða: *mjög sjaldan, fremur sjaldan, stundum, fremur oft og mjög oft eða alltaf.*

Spurt var um fyrirætlanir um flutninga og atvinnuskipti með tveimur spurningum: *Hefur þú í hyggju að skipta um atvinnu? og hefur þú í hyggju að flytja frá þeim stað sem þú býrð á núna?* með svarkostina *já, á næstu 12 mánuðum, já en eftir meira en 12 mánuði, nei, veit ekki og vil ekki svara.* Í úrvinnslu voru þeir sem völdu „já, á næstu 12 mánuðum“ og „já en eftir meira en 12 mánuði“ sameinaðir í einn flokk, „já“. Þeir sem völdu „veit ekki“ og „vil ekki svara“ voru ekki notaðir í greiningum á þessum spurningum.

2.2.4. Lýðfræðilegir þættir

Kyni var skipt í tvo flokka, karlkyn og kvenkyn, vegna fárra svara í öðrum flokkum.

Aldur var metinn með því að spyrja þátttakendur um fæðingarár og samfelld aldursbreyta reiknuð út frá fæðingarári. Flokkabreyta fyrir aldur var svo búin til þar sem breytunni var skipt upp í aldursbilin 18–29 ára, 30–39 ára, 40–49 ára, 50–59 ára og 60–69 ára og 70 ára og eldri.

Menntun var skipt í þrjá flokka: grunnmenntun (barna-, unglínga- eða grunnskólapróf og gagnfræða- eða landspróf), framhaldsmenntun (stúdentspróf, sveins- og meistarafróf í iðngreinum, tækniskólapróf, búfræðimenntun og önnur próf á framhaldsskólastigi) og háskólamenntun (grunn-, meistara- og doktorspróf úr háskóla). Önnur svör voru flokkuð í þessa þrjá flokka eftir því sem við átti.

Hjúskaparstöðu var skipt í tvo flokka: gift(ur)/í sambúð og ekki gift(ur)/í sambúð. Undir síðarnefnda flokkinn falla svarendur sem eru í sambandi en ekki sambúð, einhleypir og ekkjur/ekklar.

Fjárhagserfiðleikar voru metnir með spurningu úr Heilsa og líðan Íslendinga: Hversu auðvelt eða erfitt hefur það verið fyrir þig og fjölskyldu þína (ef við á) að ná endum saman fjárhagslega undanfarna 12 mánuði (t.d. að borga fyrir mat, húsnæði og reikninga)? með svarkostina mjög auðvelt, frekar auðvelt, hvorki auðvelt né erfitt, frekar erfitt og mjög erfitt.

2.3. Framkvæmd

Netkönnun var send í tölvupósti þann 15. nóvember 2023 á alla félagsmenn Bændasamtaka Íslands með skráð netfang hjá samtökunum. Könnunin var send út með kannanakerfinu *Sogolytics*. Þrjár áminningar voru sendar í kjölfarið áður en könnuninni var lokað 18. desember 2023.

Til samanburðar við svör bænda var óskað eftir aðgangi að gögnum úr rannsókninni *Heilsa og líðan Íslendinga* sem er framkvæmd á vegum Embættis landlæknis á fimm ára fresti (Embætti landlæknis, e.d.). Gögnin koma úr fimmtu fyrirlögn könnunarinnar frá árinu 2022. Þátttakendur eru þeir sem svöruðu könnuninni 2017 og samþykktu áframhaldandi þátttöku annars vegar og hins vegar einstaklingar úr lagskiptu tilviljunarúrtaki einstaklinga eldri en 18 ára úr þjóðskrá.

Þátttakendur í *Heilsu og líðan* svöruðu rafrænum spurningalista með 135 spurningum en aðeins var óskað eftir aðgangi að hluta spurninganna til samanburðar við svör frá bændum. Auk spurninga á DASS-21, bakgrunnsbreyta og spurninga um vinnuaðstæður var óskað eftir upplýsingum um atvinnustöðu og starfsheiti svarenda könnunarinnar.

2.4. Úrvinnsla

Öll gagnavinnsla var gerð með tölfræðiforritinu R í R Studio.

2.4.1. Brottfallsgildi

Nokkuð var um brottfallsgildi fyrir lýðfræðilega þætti hjá bændum, fyrir kyn voru 11 (2,1%) brottfallsgildi, 49 (9,3%) fyrir aldur, 10 (1,9%) fyrir menntun, 7 (1,3%) fyrir hjúskaparstöðu og 5 (0,9%) fyrir fjárhagserfiðleika. Í gögnum úr heilsa og líðan voru engin brottfallsgildi fyrir kyn, 12 (0,3%) brottfallsgildi fyrir aldur, 175 (4,4%) fyrir menntun og 35 (0,8%) fyrir fjárhagserfiðleika.

Einstaklingar með brottfallsgildi fyrir lýðfræðilega þætti voru hafðir með í öllum greiningum öðrum en margkosta aðhvarfsgreiningu þar sem lýðfræðilegir þættir voru skýribreytur í þeim greiningum.

2.4.2. Tölfræðiaðferðir

Kí-kvaðratpróf voru notuð til þess að athuga hvort bændur og samanburðarhópurinn væru ólíkir með tilliti til lýðfræðilegra þátta. Auk þess voru kí-kvaðratpróf notuð til þess að athuga mun á upplifun af vinnuaðstæðum milli hópanna tveggja.

Þrjú *t*-próf Welch fyrir óháða hópa voru reiknuð, eitt fyrir hvern undirkvarða DASS-21, til að athuga hvort munur væri á meðalskori bænda og samanburðarhóps á undirkvörðum DASS-21 (án tillits til lýðfræðilegra þátta). Ákveðið var að nota *t*-próf Welch þar sem munur á hópastærðum var mikill og dreifni hópanna ekki jöfn en *t*-próf Welch er traustara ef dreifni hópa er ójöfn og mögulega ef hópar eru misstórir (Delacre o.fl., 2017).

Áhrifastærð Cohens var einnig reiknuð fyrir *t*-prófin. Viðmið fyrir túlkun eru: 0,2 (lítil áhrif), 0,5 (miðlungs áhrif) og 0,8 (mikil áhrif; Cohen, 1988).

Heildarskorum á DASS-21 undirkvörðunum var skipt í flokka eftir alvarleika einkenna: eðlileg, væg, miðlungs, alvarleg eða mjög alvarleg. Ákveðið var að sameina flokkana væg og miðlungs annars vegar og flokkana alvarleg og mjög alvarleg hins vegar, til þess að einfalda greininguna og vegna þess að fimmskipta breytan hafði fáa einstaklinga í sumum flokkum.

Hlutfallsleg skipting í alvarleikaflokka var svo reiknuð eftir lýðfræðilegum þáttum fyrir bændur annars vegar og samanburðarhópin hins vegar. Margkosta aðhvarfsgreining (*multinomial logistic regression*) var notuð til að athuga hvort líkurnar á því að falla í hvern alvarleikaflokk einkenna fyrir þunglyndi, kvíða og streitu, eru misjafnar fyrir bændur og samanburðarhópin, að teknu tilliti til lýðfræðilegra þátta (kyns, aldurs, menntunar, hjúskaparstöðu og fjárhagserfiðleika). Þrjár greiningar voru gerðar, ein fyrir hvern undirkvarða DASS-21.

Til þess að túlka tengsl frumbreyta við fylgibreytur í margkosta aðhvarfsgreiningu eru veldisvísar hallastuðla, þ.e. áhættuhlutföll (*odds ratio/OR*) skoðuð. Áhættuhlutföllin gefa til kynna breytingu á *hlutfallslíkum* (*odds*) þess að falla í viðkomandi flokk, samanborið við viðmiðunarflokkinn (hér eðlileg einkenni) ef breyting verður á gildum frumbreytu. Hlutfallslíkur eru hlutföll tveggja hlutfalla, t.a.m. hlutfall einstaklinga sem falla í flokkinn „eðlileg einkenni“ á móti hlutfalli einstaklinga sem falla í flokkinn „væg/miðlungs einkenni.“

Í þessu samhengi eru tvö áhættuhlutföll fyrir bændur/samanburðarhóp í hverju líkani þar sem flokkarnir eftir alvarleika einkenna eru þrír. Hópaþreitan er flokkabreyta sem tekur tvö gildi (bændur/samanburðarhópur) og samanburðarhópurinn er viðmiðunarhópurinn. Áhættuhlutföllin gefa því upp hve mikið hærri hlutfallslíkurnar á að falla í tiltekinn einkennaflokk eru fyrir bændur miðað við samanburðarhópin.

3. NIÐURSTÖÐUR

3.1. Lýðfræðilegir þættir

Í töflu 1 má sjá yfirlit yfir lýðfræðilega þætti fyrir bændur ($n=527$) og samanburðarhóp ($n=3967$), sem svöruðu öllum spurningum DASS-21. Meðalaldur bænda var 53 ár ($sf=12,5$ ár) og meðalaldur í samanburðarhópnum var 49 ár ($sf=13,3$ ár). Bændur voru frekar karlkyns, eldri, frekar með grunn- eða framhaldsmenntun, giftir og áttu frekar í fjárhagslegum erfiðleikum (fannst frekar eða mjög erfitt að ná endum saman) en samanburðarhópurinn.

Tafla 1. Lýðfræðilegir þættir fyrir bændur og samanburðarhóp

	Bændur n (%)	Samanburðarhópur n (%)	<i>p</i> -gildi χ^2 -prófs
Kyn			< 0,001
Karl	309 (60)	1826 (46)	
Kona	207 (40)	2138 (54)	
Aldursflokkur			<0,001
20-29 ára	17 (4)	356 (9)	
30-39 ára	68 (14)	593 (15)	
40-49 ára	89 (19)	913 (23)	
50-59 ára	151 (32)	1023 (26)	
60-69 ára	117 (24)	923 (23)	
70 ára og eldri	36 (8)	147 (4)	
Menntun			<0,001
Grunnmenntun	103 (20)	523 (14)	
Framhaldsmenntun	267 (52)	1466 (39)	
Háskólamenntun	147 (28)	1803 (48)	
Hjúskaparstaða			<0,001
Gift(ur)/í sambúð	445 (86)	2973 (75)	
Ekki gift(ur)/í sambúð	75 (14)	988 (25)	
Hversu auðvelt/erfitt að ná endum saman			<0,001
Mjög auðvelt	106 (20)	1152 (29)	
Frekar auðvelt	107 (20)	1214 (31)	
Hvorki auðvelt né erfitt	133 (25)	1137 (29)	
Frekar erfitt	116 (22)	365 (9)	
Mjög erfitt	60 (11)	64 (2)	

3.2. DASS-21

Skor bænda og samanburðarhóps á DASS-21 kvarðanum voru greind á tvenns konar hátt. Annars vegar voru heildarskorin fyrir hvern undirkvarða skoðuð sem samfelldar breytur og hins vegar var heildarskorum skipt í flokka eftir alvarleika einkenna og flokkunin skoðuð.

3.2.1. Heildarskor á undirkvörðum DASS-21

Í töflu 2 má sjá meðaltöl og staðalfrávik heildarskora á þunglyndis-, kvíða- og streitukvörðum DASS-21 eftir lýðfræðilegum þáttum fyrir bændur og samanburðarhóp. Í neðstu röðinni í töflunni má svo sjá heildarmeðaltöl og staðalfrávik fyrir bændur og samanburðarhóp.

Í töflunni má sjá að yngra fólk, fólk með minni menntun, þau sem hvorki eru gift né í sambúð og þau sem eiga erfiðara með að ná endum saman virðast skora að jafnaði hærra á öllum undirkvörðum DASS-21 í báðum hópum.

Tafla 2. Meðaltöl og staðalfrávik ($M(sf)$) undirkvarða DASS-21 fyrir bændur og samanburðarhóp eftir bakgrunnsbreytum

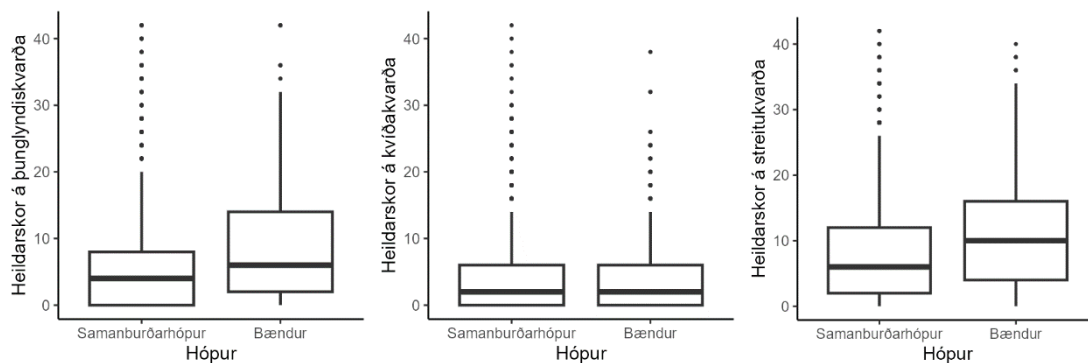
	Þunglyndi		Kvíði		Streita	
	Bændur	Samanb. Hópur	Bændur	Samanb. hópur	Bændur	Samanb. hópur
Kyn						
Karl	8,7 (9,1)	5,7 (7,1)	4,2 (6,5)	3,1 (4,7)	11,0 (8,8)	7,3 (6,9)
Kona	8,1 (7,9)	6,4 (7,5)	4,2 (5,3)	4,1 (5,7)	10,8 (7,6)	8,8 (7,5)
Aldursflokkur						
18-29 ára	9,8 (7,7)	10,6 (9,8)	5,6 (7,3)	7,3 (7,6)	15,1 (9,6)	12,3 (8,8)
30-39 ára	10,7 (7,9)	7,4 (7,9)	5,6 (6,3)	4,9 (6,2)	15,6 (7,8)	10,6 (8,1)
40-49 ára	9,2 (8,7)	6,8 (7,8)	5,0 (6,8)	3,9 (5,4)	12,8 (9,2)	9,2 (7,4)
50-59 ára	8,8 (9,2)	4,9 (6,1)	4,1 (5,7)	2,5 (4,0)	10,4 (7,8)	6,7 (6,0)
60-69 ára	6,8 (8,5)	4,3 (5,6)	3,2 (5,9)	2,6 (3,9)	8,6 (7,9)	5,9 (5,8)
70 ára og eldri	6,3 (7,8)	3,8 (4,5)	2,4 (3,7)	2,6 (3,4)	6,8 (6,0)	5,3 (5,7)
Menntun						
Grunnmenntun	10,5 (10,0)	7,0 (8,5)	5,2 (7,4)	4,2 (5,8)	11,7 (8,9)	8,0 (7,6)
Framhaldsmenntun	8,4 (8,6)	5,9 (7,2)	4,2 (5,8)	3,7 (5,2)	11,3 (8,5)	7,8 (7,1)
Háskólamenntun	7,4 (8,0)	5,9 (6,9)	3,5 (5,1)	3,4 (5,0)	10,1 (7,7)	8,4 (7,2)
Hjúskaparstaða						
Gift(ur)/í sambúð	8,0 (8,4)	5,4 (6,7)	4,0 (5,6)	3,3 (4,8)	10,8 (8,1)	7,8 (6,9)
Ekki gift(ur)/í sambúð	11,4 (9,6)	8,0 (8,7)	4,8 (7,5)	4,8 (6,3)	12,1 (9,1)	9,1 (8,1)
Hversu auðvelt/ erfitt að ná endum saman						
Mjög auðvelt	4,2 (5,0)	4,4 (6,0)	1,7 (3,2)	2,4 (4,0)	7,1 (5,4)	6,3 (6,3)
Frekar auðvelt	6,6 (7,0)	5,4 (6,4)	3,5 (5,1)	3,1 (4,5)	8,9 (7,1)	7,8 (6,9)
Hvorki auðvelt né erfitt	8,7 (8,5)	6,7 (7,6)	4,5 (6,3)	4,4 (5,7)	11,2 (8,1)	8,9 (7,4)
Frekar erfitt	10,5 (9,3)	10,1 (9,1)	4,8 (6,3)	6,2 (7,2)	13,0 (8,5)	11,5 (8,3)
Mjög erfitt	15,4 (10,5)	14,1 (11,3)	8,2 (7,9)	8,2 (7,1)	17,7 (10,0)	14,5 (8,4)
Heild	8,5 (8,7)	6,1 (7,3)	4,2 (6,0)	3,7 (5,3)	11,0 (8,4)	8,1 (7,3)

Þrjú t -próf Welch fyrir óháða hópa voru reiknuð til þess að athuga hvort munur væri á meðalskorum bænda og annarra Íslendinga á vinnumarkaði á undirkvörðunum þremur.

Munurinn á skorum bænda og samanburðarhóps á þunglyndiskvarða DASS-21 var tölfræðilega marktækur, $t(627,9)=6,19$, $p<0,001$. Niðurstöður benda til þess að bændur skori að jafnaði hærra á þunglyndiskvarðanum en aðrir Íslendingar á vinnumarkaði. Öryggisbil fyrir muninn bendir til þess að hann liggja á bilinu 1,68 til 3,25 stig, miðað við 95% öryggi. Áhrifastærð Cohens var 0,33, sem bendir til þess að áhrifin séu á milli þess að vera lítil (0,2) og miðlungsstór (0,5).

Munurinn á meðalskorum bænda og samanburðarhóps á kvíðakvarða DASS-21 var ekki tölfræðilega marktækur, $t(637,2)=1,89$, $p=0,059$. Út frá þessum niðurstöðum er því ekki hægt að draga ályktun um hvort munur sé á skorum bænda og annarra Íslendinga á vinnumarkaði á kvíðakvarða DASS-21.

Munurinn á skorum bænda og samanburðarhóps á streitukvarða DASS-21 var tölfræðilega marktækur, $t(635,5)=7,52$, $p<0,001$. Niðurstöður benda til þess að bændur skori að jafnaði hærra á steitukvarðanum en aðrir Íslendingar á vinnumarkaði. Öryggisbil sem reiknað var fyrir muninn miðað við 95% öryggi bendir til þess að hann liggja á bilinu 2,12 til 3,63 stig. Áhrifastærð Cohens var 0,39, sem bendir til þess að áhrifin séu á milli þess að vera lítil (0,2) og miðlungsstór (0,5).



Mynd 1. Dreifing heildarskora bænda og samanburðarhóps á undirkvörðum DASS-21

Á mynd 1 má sjá kassarit sem sýna dreifingu skora á þunglyndis-, kvíða- og streitukvörðum DASS-21 fyrir bændur og samanburðarhópinn. Dreifing heildarskora á undirkvörðunum þremur er jákvætt skekkt, þar sem flestir skora tiltölulega lágt á öllum undirkvörðunum.

Á myndunum má þó sjá að fyrir þunglyndi og streitu er dreifingin staðsett aðeins ofar hjá bændum heldur en samanburðarhópnum, sem bendir til þess að bændur skori að jafnaði hærra á þessum tveimur undirkvörðum.

3.2.2. Flokkun eftir alvarleika einkenna

Skor á þunglyndis-, kvíða- og streitukvörðum DASS-21 voru flokkuð eftir alvarleika einkenna í þrjú flokka: eðlileg, væg eða miðlungs og alvarleg eða mjög alvarleg.

Þunglyndi

Í töflu 3 má sjá hlutfallslega skiptingu skora á þunglyndiskvarða DASS-21 í alvarleikaflokka fyrir bændur og samanburðarhóp eftir lýðfræðilegum þáttum.

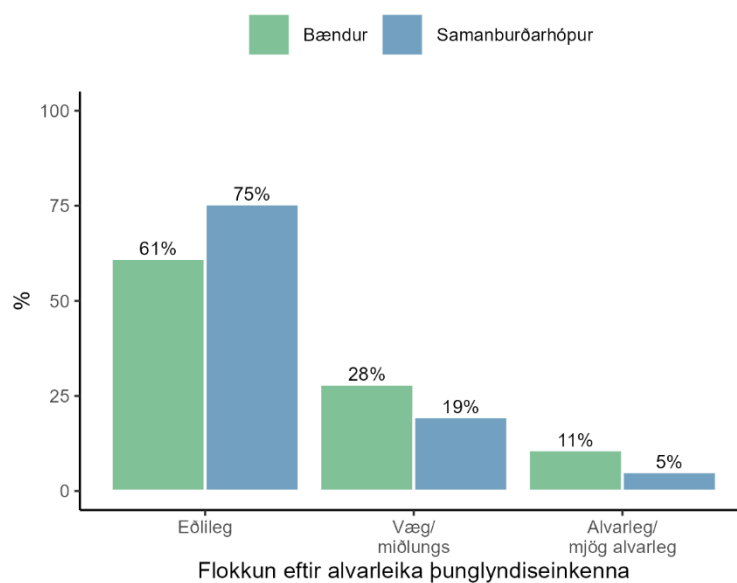
Stærstur hluti fólks í öllum undirflokkum fellur undir „eðlileg einkenni“ þunglyndis. Hærra hlutfall eldra fólks, háskólamenntaðra, giftra og þeirra sem eiga auðveldara með að ná endum saman falla í flokkinn „eðlileg einkenni“ þunglyndis. Þau sem eru yngri, með grunnmenntun, ekki gift eða í sambúð og eiga erfitt með að ná endum saman eru svo hlutfallslega fleiri í flokkunum væg/miðlungs einkenni og alvarleg/mjög alvarleg einkenni.

Heildarskiptingu eftir einkennaflokkum fyrir bændur og samanburðarhóp má svo sjá í neðstu röð töflunnar.

Tafla 3. Hlutfallsleg skipting heildarskora svarenda á þunglyndiskvarða DASS-21 í flokka eftir alvarleika einkenna fyrir bændur og samanburðarhóp eftir bakgrunnsbreytum.

	Eðlileg		Væg/miðlungs		Alvarleg/ mjög alvarleg	
	Bændur	Samanb.	Bændur	Samanb.	Bændur	Samanb.
Kyn						
Karl	60%	77%	28%	18%	12%	5%
Kona	63%	74%	29%	21%	8%	5%
Aldursflokkur						
18-29 ára	41%	54%	53%	31%	6%	15%
30-39 ára	46%	69%	41%	23%	13%	7%
40-49 ára	55%	72%	34%	21%	11%	6%
50-59 ára	63%	81%	24%	17%	13%	2%
60-69 ára	75%	84%	16%	14%	9%	2%
70 ára og eldri	69%	84%	25%	15%	6%	1%
Menntun						
Grunnmenntun	50%	71%	34%	22%	17%	7%
Framhaldsmenntun	62%	76%	28%	19%	10%	5%
Háskólamenntun	69%	76%	23%	19%	8%	4%
Hjúskaparstaða						
Gift(ur)/í sambúð	63%	79%	27%	18%	10%	4%
Ekki gift(ur)/í sambúð	51%	66%	33%	25%	16%	10%
Hversu auðvelt/ erfitt að ná endum saman						
Mjög auðvelt	85%	84%	14%	13%	1%	3%
Frekar auðvelt	67%	79%	28%	18%	5%	3%
Hvorki auðvelt né erfitt	62%	72%	29%	22%	10%	6%
Frekar erfitt	47%	53%	38%	35%	15%	12%
Mjög erfitt	33%	41%	33%	34%	33%	25%
Heild	61%	75%	28%	19%	11%	5%

Prósentur eru reiknaðar innan hvers hóps (t.d. eru 59% svarenda sem eru karlkyns bændur með þunglyndiseinkenni sem falla undir flokkinn „eðlileg“).



Mynd 2. Hlutfallsleg skipting bænda og samanburðarhóps í flokka eftir alvarleika þunglyndiseinkenna

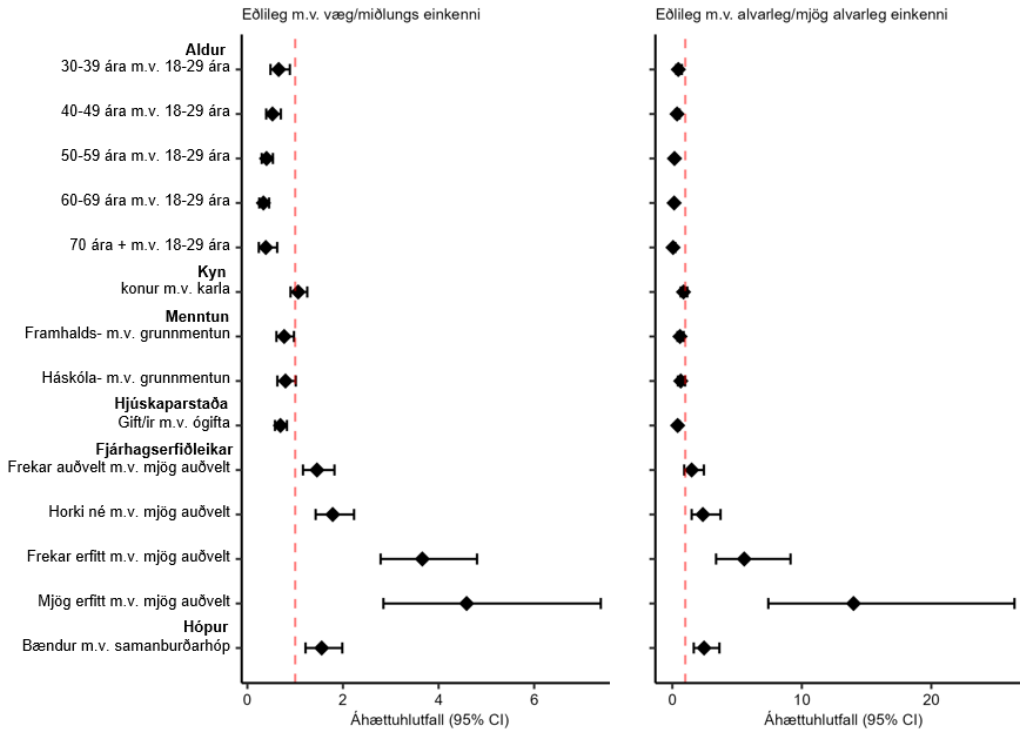
Á mynd 2 er myndræn framsetning á hlutfallslegri skiptingu bænda og samanburðarhóps í flokka eftir alvarleika þunglyndiseinkenna. Meirihluti beggja hópa flokkast með eðlileg einkenni, en hlutfallið er lægra fyrir bændur en samanburðarhópinn. Stærri hluti bænda en samanburðarhóps falla í flokkinn væg eða miðlungs einkenni, sem og í flokkinn alvarleg eða mjög alvarleg einkenni.

Margkosta aðhvarfsgreining var gerð til að meta hvort líkurnar á því að falla í hvern alvarleikaflokk einkenna fyrir þunglyndi, eru misjafnar fyrir bændur og samanburðarhópinn, að teknu tilliti til kyns, aldurs, menntunar, hjúskaparstöðu og fjárhagserfiðleika.

Hallastuðullinn fyrir hópabreytuna, þ.e. bændur eða samanburðarhópur, fyrir væg/miðlungs á móti eðlilegum þunglyndiseinkennum var tölfræðilega marktækur $p < 0,001$, með áhættuhlutfall 1,55 (95% öryggisbil=[1,22;1,99]). Niðurstöður greiningarinnar benda til þess að hlutfallslíkurnar á að flokkast með væg/miðlungs einkenni þunglyndis samanborið við eðlileg einkenni séu 55% hærri fyrir bændur samanborið við aðra Íslendinga á vinnumarkaði, að teknu tilliti til lýðfræðilegra þátta. Öryggisbil fyrir áhættuhlutfallið bendir til þess að hlutfallslíkurnar séu á bilinu 22% til 99% hærri fyrir bændur en samanburðarhópinn, miðað við 95% öryggi.

Hallastuðullinn fyrir hópabreytuna, þ.e. bændur eða samanburðarhópur, fyrir alvarleg/mjög alvarleg á móti eðlilegum þunglyndiseinkennum var tölfræðilega marktækur $p < 0,001$, með áhættuhlutfall 2,45 (95% öryggisbil=[1,65;3,63]). Greiningin benti til þess að hlutfallslíkurnar á

að flokkast með alvarleg/mjög alvarleg einkenni þunglyndis á móti eðlilegum einkennum séu um 145% hærri fyrir bændur miðað við samanburðarhópinn, að teknu tilliti til lýðfræðilegra þátta í líkaninu. Samkvæmt 95% öryggisbili eru hlutfallslíkurnar sennilega á bilinu 65% til 263% hærri fyrir bændur en samanburðarhópinn.



Mynd 3. Áhættuhlutföll og 95% öryggisbil fyrir skýribreytur í margkosta aðhvarfsgreiningarlíkani fyrir þunglyndi

Á mynd 3 má svo sjá áhættuhlutföllin og öryggisbil þeirra fyrir allar breyturnar í líkaninu. Rauð punktalína er dregin í gegnum gildið 1 á x-ás en ef áhættuhlutföllin og öryggisbil þeirra eru vinstra megin við punktalínuna bendir það til þess að áhættan á að falla í væg/miðlungs eða alvarleg/mjög alvarleg einkennaflokkinn samanborið við eðlileg einkenni sé *minni* fyrir viðkomandi hóp miðað við viðmiðunarhópinn. Ef áhættuhlutföll og öryggisbil eru hægra megin við punktalínuna bendir það til þess að áhættan sé *meiri* fyrir viðkomandi hóp samanborið við viðmiðunarhópinn.

Sjá má að mesta aukningin er á áhættu þess að falla í flokkinn alvarleg/mjög alvarleg einkenni miðað við eðlileg einkenni, á milli þeirra sem eiga frekar eða mjög erfitt með að ná endum saman á móti þeim sem eiga mjög auðvelt að ná endum saman.

Kvíði

Í töflu 4 má sjá hlutfallslega skiptingu skora á kvíðakvarða DASS-21 í flokka eftir alvarleika einkenna, fyrir bændur og samanburðarhóp eftir lýðfræðilegum þáttum.

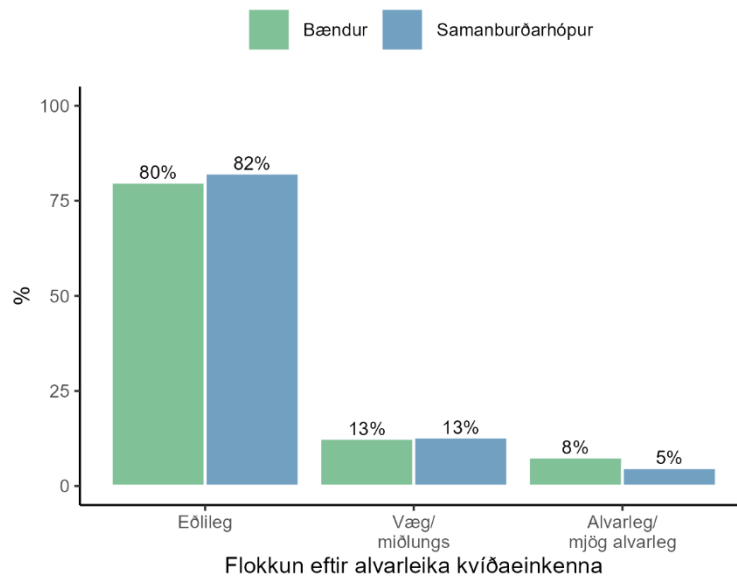
Hér má sjá svipað mynstur og í hlutfallslegri skiptingu þunglyndiseinkenna. Meirihluti fólks í öllum undirflokkum fellur í flokkinn „eðlileg einkenni“ kvíða. En eldra fólk, háskólamenntaðir, giftir og þeir sem eiga auðveldara með að ná endum saman falla að jafnaði hlutfallslega fleiri í flokkinn „eðlileg einkenni.“ Fólk í yngri aldursflokkum, með lægra menntunarstig og meiri fjárhagserfiðleika fellur hlutfallslega fleira í flokkana væg/miðlungs og alvarleg/mjög alvarleg einkenni kvíða.

Í neðstu röð töflunnar má sjá heildarskiptingu bænda og samanburðarhóps í einkennaflokka án tillits til lýðfræðilegra þátta.

Tafla 4. Hlutfallsleg skipting heildarskora svarenda á kvíðakvarða DASS-21 í flokka eftir alvarleika einkenna fyrir bændur og samanburðarhóp eftir bakgrunnsbreytum.

	Eðlileg		Væg/miðlungs		Alvarleg/ mjög alvarleg	
	Bændur	Samanb.	Bændur	Samanb.	Bændur	Samanb.
Kyn						
Karl	81%	85%	11%	11%	8%	4%
Kona	80%	80%	14%	14%	6%	6%
Aldursflokkur						
18-29 ára	76%	60%	12%	24%	12%	16%
30-39 ára	71%	74%	21%	18%	9%	8%
40-49 ára	75%	80%	15%	14%	10%	5%
50-59 ára	79%	89%	14%	9%	7%	2%
60-69 ára	87%	89%	8%	9%	5%	2%
70 ára og eldri	92%	89%	8%	11%	0%	0%
Menntun						
Grunnmenntun	75%	79%	14%	15%	12%	6%
Framhaldsmenntun	79%	82%	15%	13%	6%	5%
Háskólamenntun	85%	84%	8%	12%	7%	4%
Hjúskaparstaða						
Gift(ur)/í sambúð	80%	84%	13%	12%	6%	4%
Ekki gift(ur)/í sambúð	79%	76%	9%	16%	12%	8%
Hversu auðvelt/ erfitt að ná endum saman						
Mjög auðvelt	97%	90%	1%	8%	2%	2%
Frekar auðvelt	85%	86%	9%	10%	6%	4%
Hvorki auðvelt né erfitt	79%	77%	15%	17%	6%	6%
Frekar erfitt	72%	67%	17%	21%	10%	12%
Mjög erfitt	55%	52%	25%	30%	20%	19%
Heild	80%	82%	13%	13%	8%	5%

Prósentur eru reiknaðar innan hvers hóps (t.d. eru 80% svarenda sem eru karlkyns bændur með kvíðaeinkenni sem falla undir flokkinn „eðlileg“).

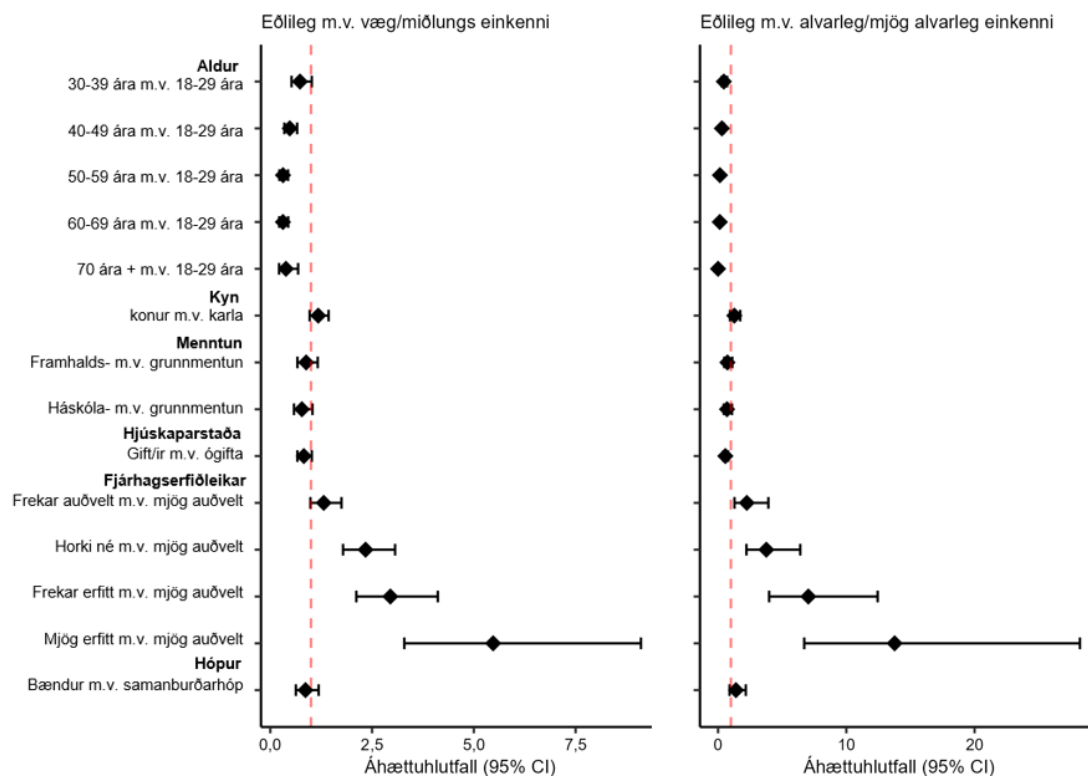


Mynd 4. Hlutfallsleg skipting bænda og samanburðarhóps í flokka eftir alvarleika kvíðaeinkenna

Myndræna framsetningu á hlutfallslegri skiptingu bænda og samanburðarhóps í flokka eftir alvarleika kvíðaeinkenna má sjá á mynd 4. Aftur flokkast stærstur hluti beggja hópa með eðlileg einkenni. Jafnstór hluti bænda og samanburðarhóps flokkast með væg eða miðlungseinkenni en aðeins stærra hlutfall bænda en samanburðarhóps flokkast með alvarleg eða mjög alvarleg kvíðaeinkenni.

Margkosta aðhvarfsgreining var gerð til að meta hvort líkurnar á því að falla í hvern alvarleikaflokk einkenna fyrir kvíða eru misjafnar fyrir bændur og samanburðarhópinn, að teknu tilliti til kyns, aldurs, menntunar, hjúskaparstöðu og fjárhagserfiðleika.

Hallastuðullinn fyrir hópabreytuna (bændur á móti samanburðarhóp) fyrir væg/miðlungs kvíðaeinkenni á móti eðlilegum einkennum var ekki tölfræðilega marktækur, $p=0,162$, áhættuhlutfall var 0,86 (95% öryggisbil = [0,63;1,19]). Fyrir alvarleg/mjög alvarleg einkenni á móti eðlilegum kvíðaeinkennum var hallastuðullinn fyrir hópabreytuna ekki heldur tölfræðilega marktækur, $p=0,224$, áhættuhlutfall var 1,39 (95% öryggisbil = [0,90;2,16]). Út frá þessum niðurstöðum er ekki hægt að draga ályktun um hvort munur sé á líkum þess að falla í hvern alvarleikaflokk kvíðaeinkenna milli bænda og samanburðarhóps, að teknu tilliti til lýðfræðilegra þátta.



Mynd 5. Áhættuhlutföll og 95% öryggisbil fyrir skýribreytur í margkosta aðhvarfsgreiningarlíkani fyrir kvíða

Á mynd 5 eru áhættuhlutföllin og öryggisbil þeirra fyrir allar breytur í líkaninu. Rauð punktalína er dregin í gegnum gildið 1 á x-ás en ef áhættuhlutföllin og öryggisbil þeirra eru vinstra megin við punktalínuna bendir það til þess að áhættan á að falla í væg/miðlungs eða alvarleg/mjög alvarleg einkennaflokkinn samanborið við eðlileg einkenni sé *minni* fyrir viðkomandi hóp miðað við viðmiðunarhópinn. Ef áhættuhlutföll og öryggisbil eru hægra megin við punktalínuna bendir það til þess að áhættan sé *meiri* fyrir viðkomandi hóp samanborið við viðmiðunarhópinn.

Hér er aftur mesta aukningin á áhættu þess að falla í flokkinn alvarleg/mjög alvarleg einkenni miðað við eðlileg einkenni, á milli þeirra sem eiga í meiri fjárhagserfiðleikum á móti þeim sem eiga mjög auðvelt að ná endum saman.

Streita

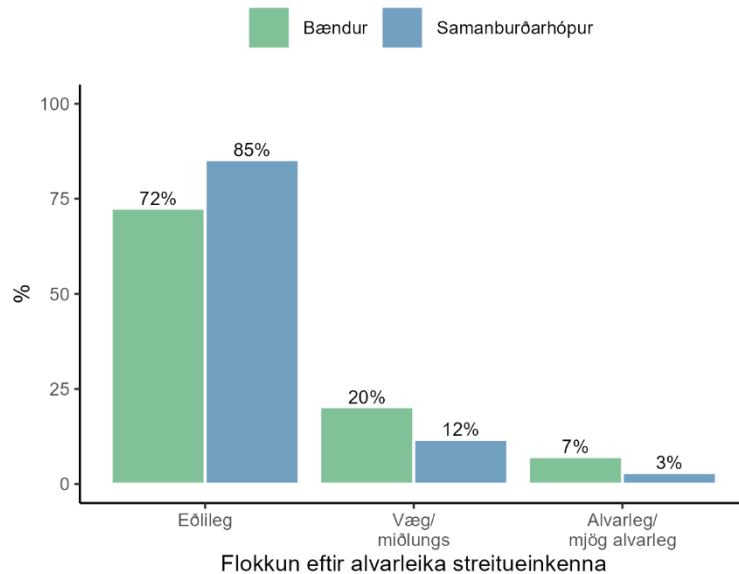
Í töflu 5 má sjá hlutfallslega skiptingu skora á streitukvarða DASS-21 í flokka eftir alvarleika einkenna.

Stærstur hluti fólks í öllum undirflokkum fellur undir flokkinn „eðlileg einkenni“ streitu. Fólk í eldri aldursflokkum, með meiri menntun, giftir og þau sem glíma við minni fjárhagserfiðleika eru að jafnaði hlutfallslega fleiri í flokknum „eðlileg einkenni“ streitu. Þau sem eru yngri, með minni menntun, hvorki gift né í sambúð og með meiri fjárhagslega erfiðleika eru svo að jafnaði hlutfallslega fleiri í flokkunum væg/miðlungs og alvarleg/mjög alvarleg einkenni.

Tafla 5. Hlutfallsleg skipting heildarskora svarenda á streitukvarða DASS-21 í flokka eftir alvarleika einkenna fyrir bændur og samanburðarhóp eftir bakgrunnsbreytum.

	Eðlileg		Væg/miðlungs		Alvarleg/ mjög alvarleg	
	Bændur	Samanb.	Bændur	Samanb.	Bændur	Samanb.
Kyn						
Karl	74%	89%	18%	9%	9%	2%
Kona	72%	82%	23%	14%	4%	4%
Aldursflokkur						
18-29 ára	41%	68%	41%	23%	18%	9%
30-39 ára	52%	75%	37%	19%	12%	6%
40-49 ára	62%	83%	28%	14%	10%	4%
50-59 ára	78%	91%	17%	8%	6%	1%
60-69 ára	83%	93%	13%	6%	4%	1%
70 ára og eldri	89%	95%	13%	5%	0%	0%
Menntun						
Grunnmenntun	66%	84%	29%	12%	6%	4%
Framhaldsmenntun	72%	87%	19%	11%	9%	3%
Háskólamenntun	78%	84%	17%	12%	5%	3%
Hjúskaparstaða						
Gift(ur)/í sambúð	74%	86%	20%	11%	7%	2%
Ekki gift(ur)/í sambúð	67%	81%	24%	14%	9%	5%
Hversu auðvelt/ erfitt að ná endum saman						
Mjög auðvelt	91%	92%	9%	6%	0%	2%
Frekar auðvelt	84%	87%	12%	11%	4%	2%
Hvorki auðvelt né erfitt	70%	84%	23%	13%	8%	3%
Frekar erfitt	63%	69%	28%	24%	10%	7%
Mjög erfitt	43%	56%	35%	31%	22%	12%
Heild	72%	85%	20%	12%	7%	3%

Prósentur eru reiknaðar innan hvers hóps (t.d. eru 73% svarenda sem eru karlkyns bændur með kvíðaeinkenni sem falla undir flokkinn „eðlileg“).



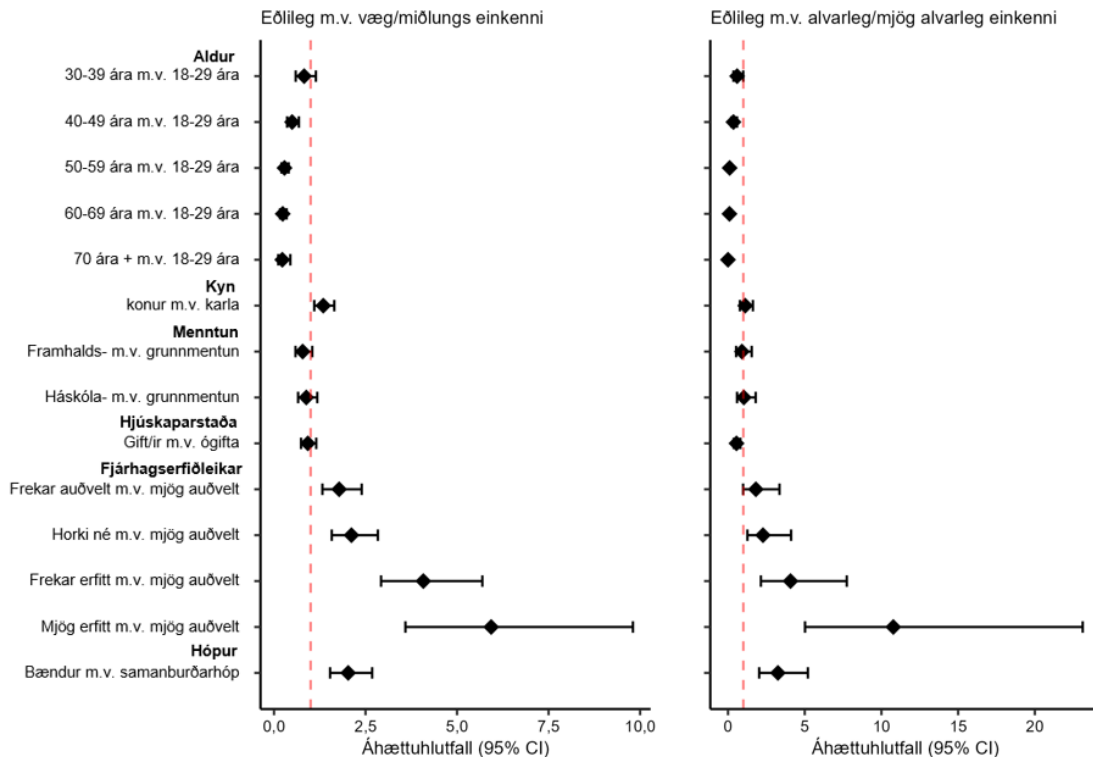
Mynd 6. Hlutfallsleg skipting bænda og samanburðarhóps í flokka eftir alvarleika streitueinkenna

Á mynd 6 er hlutfallsleg skipting bænda og samanburðarhóps í flokka eftir alvarleika streitueinkenna sett fram. Meirihlutinn í báðum hópum fellur undir flokkinn eðlileg einkenni. Bændur eru þó hlutfallslega fleiri en einstaklingar úr samanburðarhóp í flokknnum væg/miðlungseinkenni og í flokknnum alvarleg/mjög alvarleg einkenni.

Margkosta línuleg aðhvarfsgreining var gerð til þess að athuga hvort líkurnar á því að falla í hvern einkennaflokk fyrir streitu væru misjafnar fyrir bændur og samanburðarflokk, að teknu tilliti til lýðfræðilegra þátta.

Hallastuðullinn fyrir hópabreytuna, þ.e. bændur/samanburðarhópur, fyrir væg eða miðlungs á móti eðlilegum þunglyndiseinkennum var tölfræðilega marktækur $p < 0,001$ og áhættuhlutfallið var 2,03 (95% öryggisbil=[1,53;2,68]). Hlutfallslíkurnar á að flokkast með væg/miðlungs einkenni streitu samanborið við eðlileg einkenni eru því um 103% hærri fyrir bændur samanborið við aðra Íslendinga á vinnumarkaði, að teknu tilliti til lýðfræðilegra þátta. Öryggisbil fyrir áhættuhlutfallið bendir til þess að hlutfallslíkurnar séu á bilinu 53% til 168% hærri fyrir bændur, miðað við 95% öryggi.

Hallastuðullinn fyrir hópabreytuna, þ.e. bændur eða samanburðarhópur, fyrir alvarleg/mjög alvarleg á móti eðlilegum þunglyndiseinkennum var tölfræðilega marktækur $p < 0,001$, með áhættuhlutfallið 3,25 (95% öryggisbil = [2,03;5,21]). Hlutfallslíkurnar á að flokkast með alvarleg/mjög alvarleg einkenni þunglyndis á móti eðlilegum einkennum eru því rúmlega þrefalt hærri fyrir bændur miðað við samanburðarhópinn, að teknu tilliti til lýðfræðilegu þáttanna í líkaninu. Samkvæmt 95% öryggisbili eru hlutfallslíkurnar á bilinu tvöfalt til fimmfalt hærri fyrir bændur.



Mynd 7. Áhættuhlutföll og 95% öryggisbil fyrir skýribreytur í margkosta aðhvarfsgreiningarlíkani fyrir streitu

Á mynd 5 eru áhættuhlutföllin og öryggisbil þeirra fyrir allar breytur í líkaninu fyrir streitu. Rauð punktalína er dregin í gegnum gildið 1 á x-ás en ef áhættuhlutföllin og öryggisbil þeirra eru vinstra megin við punktalínuna bendir það til þess að áhættan á að falla í væg/miðlungs eða alvarleg/mjög alvarleg einkennaflokkinn samanborið við eðlileg einkenni sé *minni* fyrir viðkomandi hóp miðað við viðmiðunarhópinn. Ef áhættuhlutföll og öryggisbil eru hægra megin við punktalínuna bendir það til þess að áhættan sé *meiri* fyrir viðkomandi hóp samanborið við viðmiðunarhópinn.

3.2.3. Áform bænda um flutninga og atvinnuskipti

Nær allir svarendur svöruðu spurningum um flutninga og atvinnuskipti, þ.e. 552 (97%).

Af þeim sem svöruðu spurningu um áform um atvinnuskipti voru 71 (13,5%) óvissir, þ.e. völdu svarkostinn „veit ekki.“ Meirihlutinn, 408 (77,8%) svarendur, höfðu ekki áform um að skipta um atvinnu, 24 (4,6%) höfðu áform um að skipta um atvinnu eftir meira en 12 mánuði og 14 (2,7%) höfðu áform um að skipta um atvinnu á næstu 12 mánuðum.

Af þeim sem svöruðu spurningu um áform um flutninga voru 56 (5,7%) óvissir. Meirihluti svarenda, þ.e. 426 (81,3%) svarendur, höfðu ekki áform um flutninga, 30 (5,7%) höfðu áform um flutninga eftir meira en 12 mánuði og 8 (1,5%) höfðu áform um flutninga á næstu 12 mánuðum.

Í töflu 7 má sjá meðalskor og staðalfrávik undirvarða DASS-21 fyrir bændur eftir því hvort þeir hafa áform um atvinnuskipti eða ekki.

Þrjú *t*-próf Welch voru framkvæmd til þess að athuga hvort munur sé á þunglyndis-, kvíða- og streitueinkennum íslenskra bænda eftir því hvort þeir hafi áform um að skipta um atvinnu eða ekki (sjá *p*-gildi í töflu 7).

Tafla 6. Meðalskor og staðalfrávik (M(sf)) undirvarða DASS-21 eftir því hvort bændur hafi áform um atvinnuskipti (já: n=38, nei: n=408)

Undirvarði DASS-21	Áætluð atvinnuskipti		munur	95% öb.	<i>p</i> -gildi
	já	nei			
<i>Þunglyndi</i>	11,9 (11,5)	7,2 (7,9)	4,7	[0,8;8,5]	0,018
<i>Kvíði</i>	6,6 (7,9)	3,4 (5,2)	3,2	[0,4;5,8]	0,022
<i>Streita</i>	13,5 (9,7)	9,9 (7,9)	3,6	[0,4;6,9]	0,031

Niðurstöður benda til þess að bændur sem hafa áform um að skipta um atvinnu skori að jafnaði hærra á öllum undirvörðum DASS-21. Öryggisbil fyrir muninn á meðalskorum eru þó í öllum tilvikum mjög breið og neðri mörk bilanna eru nálægt 0, eins og sjá má í töflu 7. Raunverulegur munur gæti því verið svo lítil að hann skipti í raun ekki máli, eða mjög mikill (eða einhvers staðar þar á milli).

Í töflu 8 má sjá meðalskor og staðalfrávik undirvarða DASS-21 fyrir bændur, eftir því hvort þeir hafi áform um flutninga eða ekki. Í töflunni má einnig sjá *p*-gildi *t*-prófa og 95% öryggisbil fyrir mun á milli hópanna tveggja.

Tafla 7. Meðalskor og staðalfrávik (M(sf)) undirvarða DASS-21 eftir því hvort bændur hafi áform um flutninga (já: n=38, nei: n=426)

Undirvarði DASS-21	Áætlaðir flutningar		munur	95% öb.	<i>p</i> -gildi
	já	nei			
<i>Þunglyndi</i>	13,8 (11,7)	7,3 (7,8)	6,5	[2,5;10,3]	0,002
<i>Kvíði</i>	8,6 (9,9)	3,4 (5,2)	5,2	[1,9;8,5]	0,003
<i>Streita</i>	15,4 (9,4)	10,1 (7,9)	5,3	[2,2;8,5]	0,001

Niðurstöður *t*-prófanna benda til þess að þeir bændur sem hafi áform um flutninga upplifi meiri einkenni þunglyndis, kvíða og streitu en þeir bændur sem hafa ekki áform um flutninga. Öryggisbil fyrir meðalmuninn eru breið, en jafnvel neðri mörk bilanna benda til þess að hann sé sennilega nokkur og efri mörk benda til þess að hann gæti verið mjög mikill.

3.3. Seigla

Í töflu 6 má sjá meðaltöl og staðalfrávik skora bænda á CD-RISC seiglukvarðanum eftir bakgrunnsbreytum auk p -gilda úr marktektarprófum fyrir mun á milli lýðfræðilegra hópa.

Tafla 8. Seigluskor bænda á CD-RISC seiglukvarðanum eftir bakgrunnsbreytum.

	Meðaltal	Staðalfrávik	p -gildi*
Kyn			0,463
Karl	68,6	14,9	
Kona	67,6	13,6	
Aldursflokkur			0,757
18-29 ára	66,8	12,2	
30-39 ára	67,3	12,4	
40-49 ára	70,5	12,2	
50-59 ára	67,9	16,8	
60-69 ára	68,1	14,0	
70 ára og eldri	67,9	15,9	
Menntun			0,002
Grunnmenntun	65,2	14,9	
Framhaldsmenntun	67,4	14,2	
Háskólamenntun	71,4	13,6	
Hjúskaparstaða			< 0,001
Gift(ur)/í sambúð	69,1	14,1	
Ekki gift(ur)/í sambúð	62,2	14,8	
Hversu auðvelt/ erfitt að ná endum saman			< 0,001
Mjög auðvelt	70,6	13,2	
Frekar auðvelt	69,6	13,0	
Hvorki auðvelt né erfitt	66,6	14,2	
Frekar erfitt	69,6	15,4	
Mjög erfitt	61,7	15,5	
Heild	68,0	14,4	

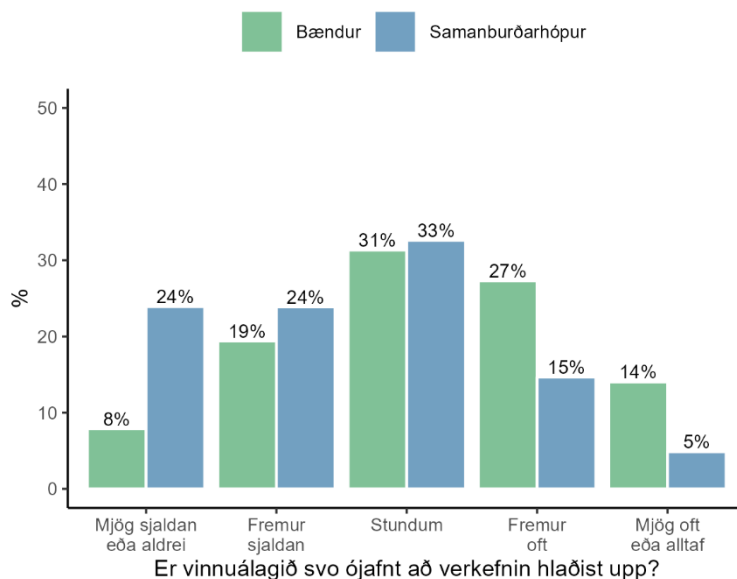
* p -gildi eru úr t -prófum fyrir tvíkostabreytur og dreifigreiningum fyrir margkosta breytur.

Að jafnaði skora þeir sem eru ekki giftir eða í sambúð lægra en giftir/í sambúð og þeir sem eiga í meiri fjárhagslegum erfiðleikum skora einnig lægra en aðrir á seiglukvarðanum.

Þar sem engin stöðluð viðmið eru til um túlkun heildarskora á CD-RISC er erfitt að draga skýra ályktun um hvað meðalseigluskor bænda (68,0 stig) gefur til kynna. Hins vegar er skorið nokkuð lægra en staðlað meðalskor úr almennu bandarísku þýði (80,7; Connor og Davidson, 2003) og virðist einnig vera nokkuð lægra en meðalskor íslenskra eldri borgara (75,9; Árún K. Sigurðardóttir o.fl., 2022) en mögulega sambærilegt meðalskori íslenskra eldri borgara sem búa á landsbyggðum (70,4; Árún K. Sigurðardóttir, 2022).

3.4. Vinnuáætæður

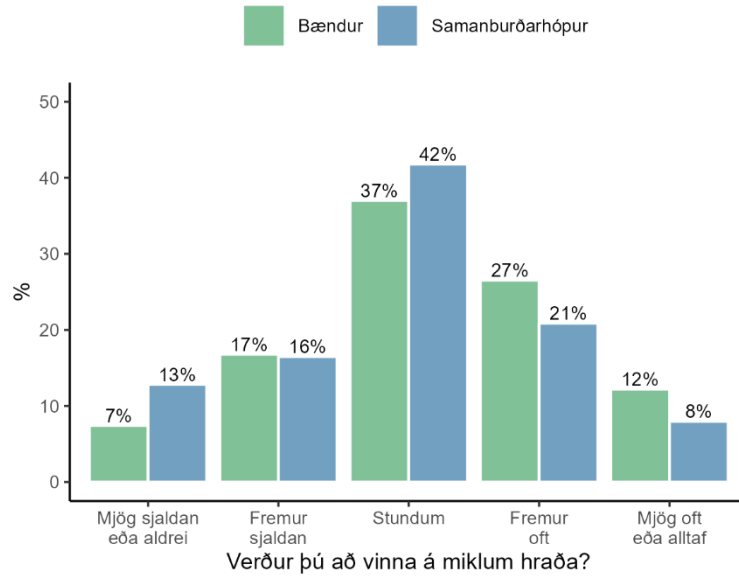
Á myndum 8-10 má sjá hlutfallslega skiptingu svara bænda og samanburðarhóps við þremur spurningum af QPS Nordic kvarðanum.



Mynd 8. Hlutfallsleg skipting svara bænda ($n=520$) og samanburðarhóps ($n=3813$) við spurningunni „Er vinnuálagið svo ójafnt að verkefni hlaðist upp?“

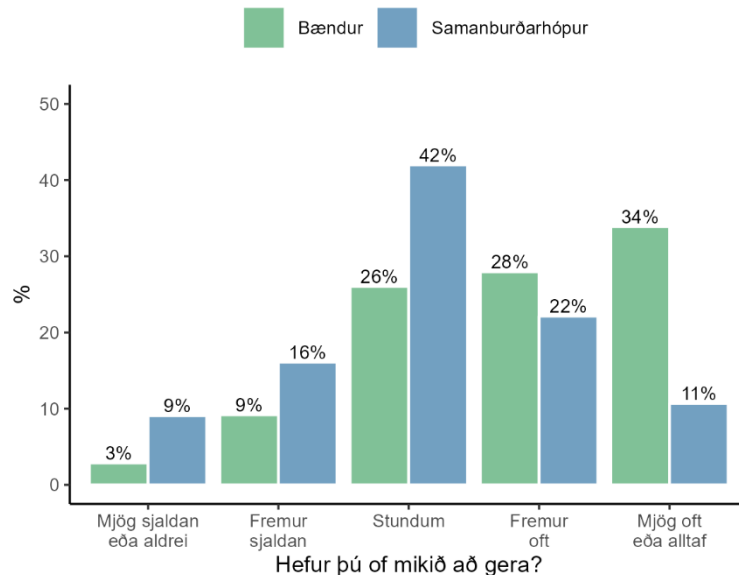
Á mynd 8 má sjá hlutfallslega skiptingu svara bænda og samanburðarhóps við spurningunni „Er vinnuálagið svo ójafnt að verkefni hlaðist upp?“ Kí-kvaðrat próf fyrir hlutfall þeirra sem velja hvern svarkost eftir hópum var tölfræðilega marktækt, $\chi^2(4)=166,86$, $p<0,001$. Þetta bendir til þess að bændur og samanburðarhópur svari spurningunni á ólíkan hátt.

Sjá má að stærstur hluti í báðum hópum sagði vinnuálagið „stundum“ vera ójafnt svo verkefni hlaðist upp. Hins vegar má sjá að töluvert hærra hlutfall bænda en samanburðarhóps taldi vinnuálagið fremur eða mjög oft ójafnt. Í samræmi við það taldi mun hærra hlutfall samanburðarhóps en bænda verkefni mjög sjaldan eða aldrei hlaðast upp.



Mynd 9. Hlutfallsleg skipting svara bænda ($n=524$) og samanburðarhóps ($n=3808$) við spurningunni „Verður þú að vinna á miklum hraða?“

Á mynd 9 má sjá hlutfallslega skiptingu svara bænda og samanburðarhóps við spurningunni „verður þú að vinna á miklum hraða?“ Niðurstöður kí-kvaðratprófs benda til þess að bændur og samanburðarhópurinn svari spurningunni á ólíkan hátt $\chi^2(4)=30,12, p<0,001$. Á myndinni má sjá að herra hlutfall bænda en samanburðarhóps taldi sig fremur/mjög oft eða alltaf þurfa að vinna á miklum hraða.



Mynd 10. Hlutfallsleg skipting svara bænda ($n=522$) og samanburðarhóps ($n=3820$) við spurningunni „Hefur þú of mikið að gera?“

Á mynd 10 má sjá skiptingu svara bænda og samanburðarhóps við spurningunni „Hefur þú of mikið að gera?“ Kí-kvaðratpróf benti til þess að bændur og samanburðarhópur svari

spurningunni á ólíkan hátt, $\chi^2(4)=255,40$, $p<0,001$. Sjá má að stærstur hluti bænda telur sig mjög oft eða alltaf hafa of mikið að gera og mikill munur er á hlutfalli bænda og samanburðarhóps sem velur þann svarkost. Aftur á móti telur stærstur hluti samanburðarhóps sig stundum hafa of mikið að gera.

4. SAMANTEKT

Niðurstöður benda til þess að bændur upplifi að jafnaði meiri einkenni þunglyndis og streitu en aðrir Íslendingar á vinnumarkaði. Áhrifastærðir fyrir muninn benda í báðum tilfellum til áhrifa sem eru á milli þess að vera lítil og miðlungsmikil.

Hlutfallslíkur (*odds*) bænda á að flokkast með væg/miðlungs eða alvarleg/mjög alvarleg einkenni þunglyndis og streitu, samanborið við eðlileg einkenni, eru einnig hærri en samanburðarhópsins, að teknu tilliti til lýðfræðilegra þátta.

Ekki er hægt að draga ályktun um hvort munur er á kvíðaeinkennum eða flokkunar þeirra eftir alvarleika einkenna milli bænda og annarra Íslendinga á vinnumarkaði út frá niðurstöðum þessarar rannsóknar.

Niðurstöður gefa einnig vísbendingar um að þeir bændur sem hafa áform um atvinnuskipti upplifi meiri einkenni þunglyndis, streitu og kvíða. Vegna fárra svarenda í hópnum sem höfðu áform um atvinnuskipti er þó mikil óvissa um hve mikill munurinn er. Hann gæti verið allt frá því að vera svo lítil að hann skipti ekki máli til þess að vera mjög mikill. Sömuleiðis bentu niðurstöður til þess að bændur sem hafa áform um flutninga upplifi meiri einkenni þunglyndis, streitu og kvíða en þó er einnig mikil tölfræðileg óvissa um hve mikill sá munur raunverulega er.

Meðalskor bænda á CD-RISC seiglukvarðanum var 68,0. Þar sem engin stöðluð viðmið eru til um túlkun skora á CD-RISC og engum samanburðargögnum fyrir seiglu var aflað er erfitt að draga ályktanir um hvort seigla bænda sé meiri eða minni en annarra út frá þessum niðurstöðum. Hins vegar virðist meðalskorið vera heldur lágt í samanburði við meðalskor sem komið hafa fram í öðrum rannsóknum þar sem kvarðinn er notaður (Árún K. Sigurðardóttir o.fl., 2022; Connor og Davidson, 2003).

Stór hluti bænda telur sig mjög oft eða alltaf hafa of mikið að gera og hlutfallið sem taldi það var töluvert hærra hjá bændum en í samanburðarhópnum. Samanburður á svörum bænda og samanburðarhóps bendir einnig til þess að bændur telji vinnuálagið ójafnara og telji sig frekar þurfa að vinna á miklum hraða.

Þar sem rannsóknin felur í sér samanburð á gögnum sem aflað var árið 2023 (gögn um bændur) annars vegar og árið 2022 (gögn úr *Heilsa og líðan Íslendinga*, samanburðarhópur) hins vegar, er ekki hægt að útiloka að breytingar í þjóðfélaginu á tímanum sem leið milli kannananna hafi mögulega haft áhrif á svör bænda en ekki samanburðarhóps. Þar að auki voru mun fleiri einstaklingar í samanburðarhópnum ($n=3967$) heldur en í bændahópnum ($n=527$). Loks var

könnunin send á alla félagsmenn BÍ og því er mögulegt að hluti svara sé frá einstaklingum sem sinna einhvers konar bústörfum meðfram annarri vinnu.

HEIMILDASKRÁ

- Ahern, N. R., Kiehl, E. M., Sole, M. L., & Byers, J. (2006). A review of instruments measuring resilience. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing, 29*, 103–125.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.).
- Antony, M.M., Bieling, P.J., Cox, B.J., Enns, M.W. & Swinson, R.P. (1998). Psychometric properties of the 42-item and 21-item versions of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) in clinical groups and a community sample. *Psychological Assessment, 10*, 176-181.
- Árún K. Sigurðardóttir, Jón A. Steingrímsson, Gísli K. Kristóferson og Elín D. Gunnarsdóttir. (2022). Resilience among older adults living at home: urban-rural difference in a population-based study. *Journal of Gerontology and Geriatrics, 70*(4), 215–222
- Bezdjian, S., Schneider, K. G., Burchett, D., Baker, M. T., & Garb, H. N. (2017). Resilience in the United States Air Force: Psychometric properties of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Psychological Assessment, 29*(5), 479–485.
- Björgvin Ingimarsson (2010). *Próffræðilegt mat á DASS sjálfsmatskvarðanum: Þunglyndi, kvíði og streita* [óútgefin cand.psych. ritgerð]. Skemman.
- Brown, T.A., Korotitsch, W., Chorpita, B.F. & Barlow, D.H. (1997). Psychometric properties of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) in clinical samples. *Behaviour Research and Therapy, 35*, 79-89.
- Campbell-Sills, L., & Stein, M. B. (2007). Psychometric analysis and refinement of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-item measure of resilience. *Journal of Traumatic Stress, 20*, 1019 –1028.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd ed.)*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and anxiety, 18*(2), 76–82.
- Daghagh Yazd, S., Wheeler, S. A. og Zuo, A. (2019). Key risk factors affecting farmers' mental health: A systematic review. *International journal of environmental research and public health, 16*(23), 4849.

- Delacre, M., Lakens, D. og Leys, C. (2017). Why psychologists should by default use Welch's t-test instead of Student's t-test. *International Review of Social Psychology*, 30(1), 92–101.
- Elín Aradóttir og Kjartan Ólafsson. (2004). *Bjartsýni og búferlaflutningar*. Byggðarannsóknastofnun.
- Embætti landlæknis (e.d.). *Heilsa og líðan Íslendinga*. <https://island.is/heilsa-og-lidan>
- Herrman, H., Stewart, D. E., Diaz-Granados, N., Berger, E. L., Jackson, B. og Yuen, T. (2011). What is resilience? *The Canadian Journal of Psychiatry*, 56(5), 258–265.
- Jones-Bitton, A., Best, C., MacTavish, J., Fleming, S. og Hoy, S. (2020). Stress, anxiety, depression, and resilience in Canadian farmers. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 55, 229–236.
- Jón Stefánsson og Eiríkur Líndal. (2009). Algengi geðraskana á Stór-Reykjavíkursvæðinu. *Læknablaðið*, 95(9).
- Kallioniemi, M. K., Simola, A., Kaseva, J. og Kymaliainen, H. R. (2016). Stress and burnout among Finnish dairy farmers. *Journal of Agromedicine*, 21(3), 259–268.
- Kjartan Ólafsson og Elín Aradóttir. (2004). *Samfélagsvandi og nýsköpunarstarf: rannsókn á völdum landsbyggðarsvæðum*. (bls 128). Byggðarannsóknastofnun.
- Kristinn Tómasson & Gunnar Guðmundsson. (2009). Geðheilsa og líðan íslenskra bænda. *Læknablaðið*, 95(11).
- Lindström, K., Elo, A. L., Skogstad, A., Dallner, M., Gamberale, F., Hottinen, V., Knardahl S. og Örhede, E. (2000). *User's guide for the QPSNordic. General Nordic questionnaire for the psychological and social factors at work*.
- Lovibond, S.H. og Lovibond, P. F. (1995). *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales*. (2. útgáfa). Sydney: Psychology Foundation.
- Magnfríður Júlíusdóttir, Anna Karlsdóttir, Karl Benediktsson, Inga E. Vésteinsdóttir og Sigfús Steingrímsson. (2009). *Litróf búskapar og byggðar*. Land- og jarðfræðistofa Háskóla Íslands.
- Sara Sigurðardóttir, Thor Aspelund, Dóra G. Guðmundsdóttir, Lone Fjorback, Hannes Hrafnkelsson, Ingunn Haraldsdóttir og Lise Juul. (2023). Mental health and sociodemographic characteristics among Icelanders, data from a cross-sectional study in Iceland. *BMC psychiatry*, 23(1), 30.

Sigurður Árnason, Arnar Már Elíasson, Þorkell Stefánsson og Sigríður Elín Þórðardóttir. (2022).

Samantekt um stöðu sauðfjárræktar. Byggðastofnun.

Yaribeygi, H., Panahi, Y., Sahraei, H., Johnston, T. P. og Sahebkar, A. (2017). The impact of stress on body function: A review. *EXCLI journal*, 16, 1057.

Þóroddur Bjarnason (ritstj.). (2022). *Byggðafesta og búferlaflutningar á Íslandi*. Háskólaútgáfan.