

Ensomme ældre mennesker – hvor er de, og hvordan hjælper vi bedst?



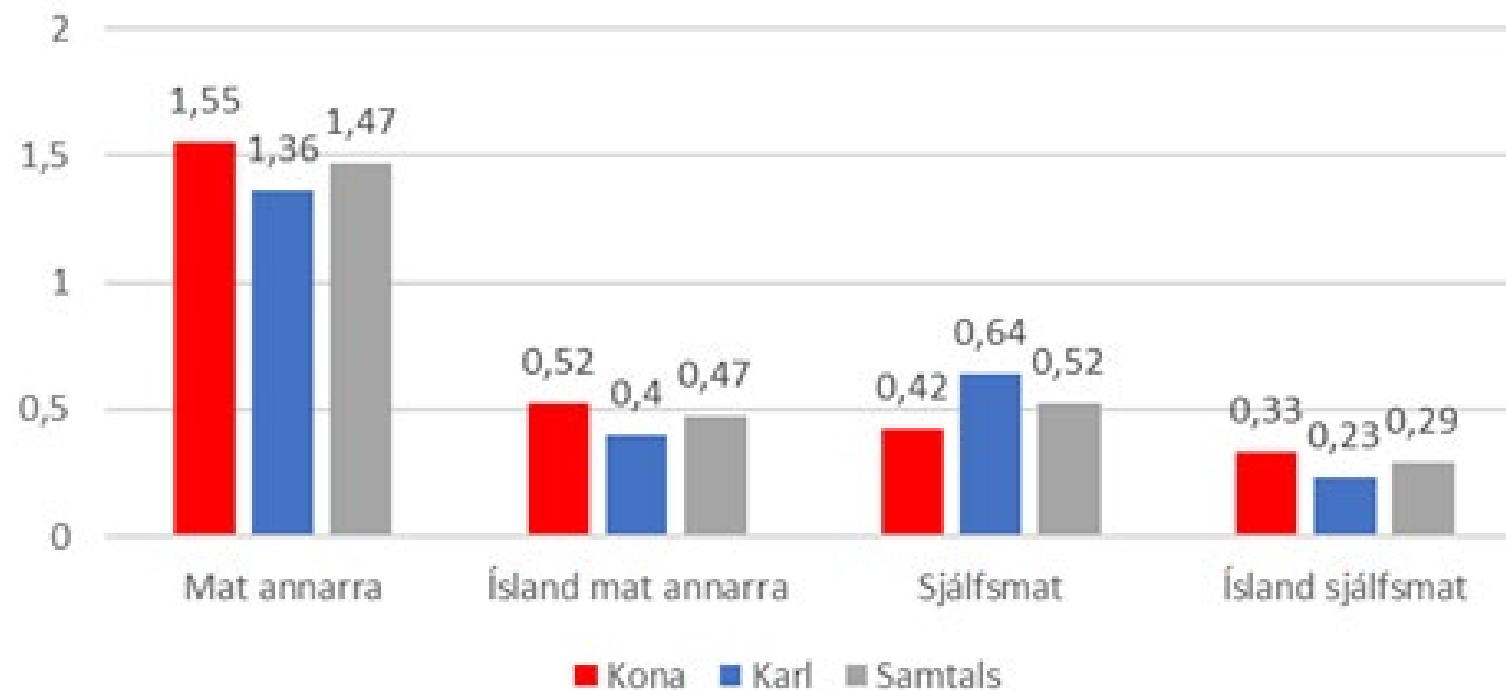
Andreas Nikolajsen
psykolog Ph.d.-stud.
Fonden Ensomme Gamles Værn/
Aarhus Universitet

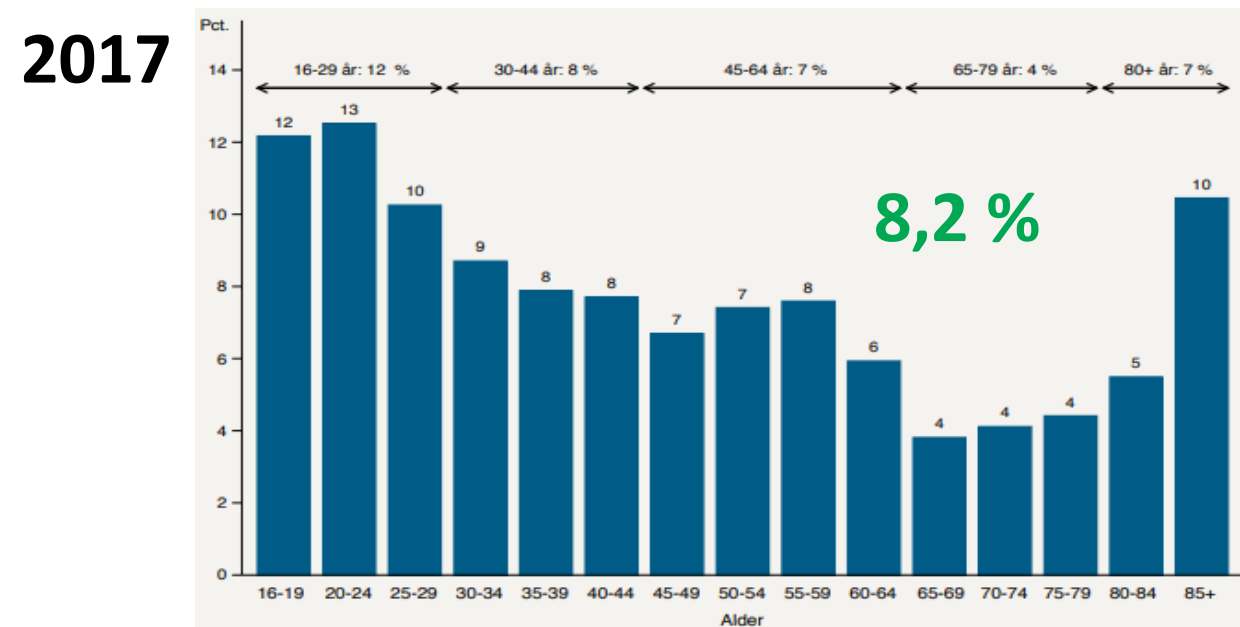
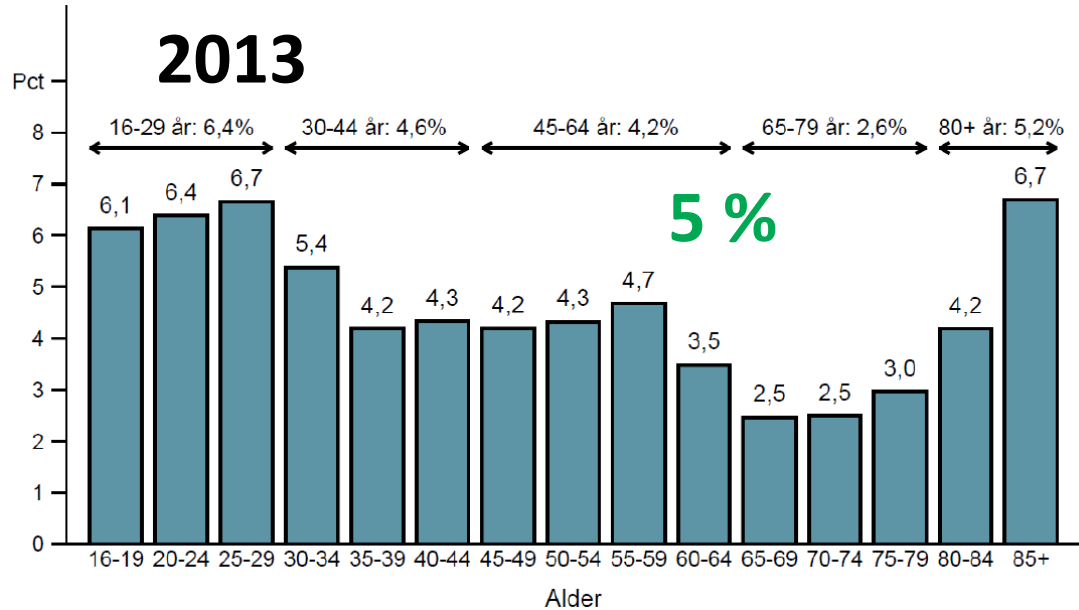
an@egv.dk – www.egv.dk

Halldór S. Guðmundsson University of Iceland

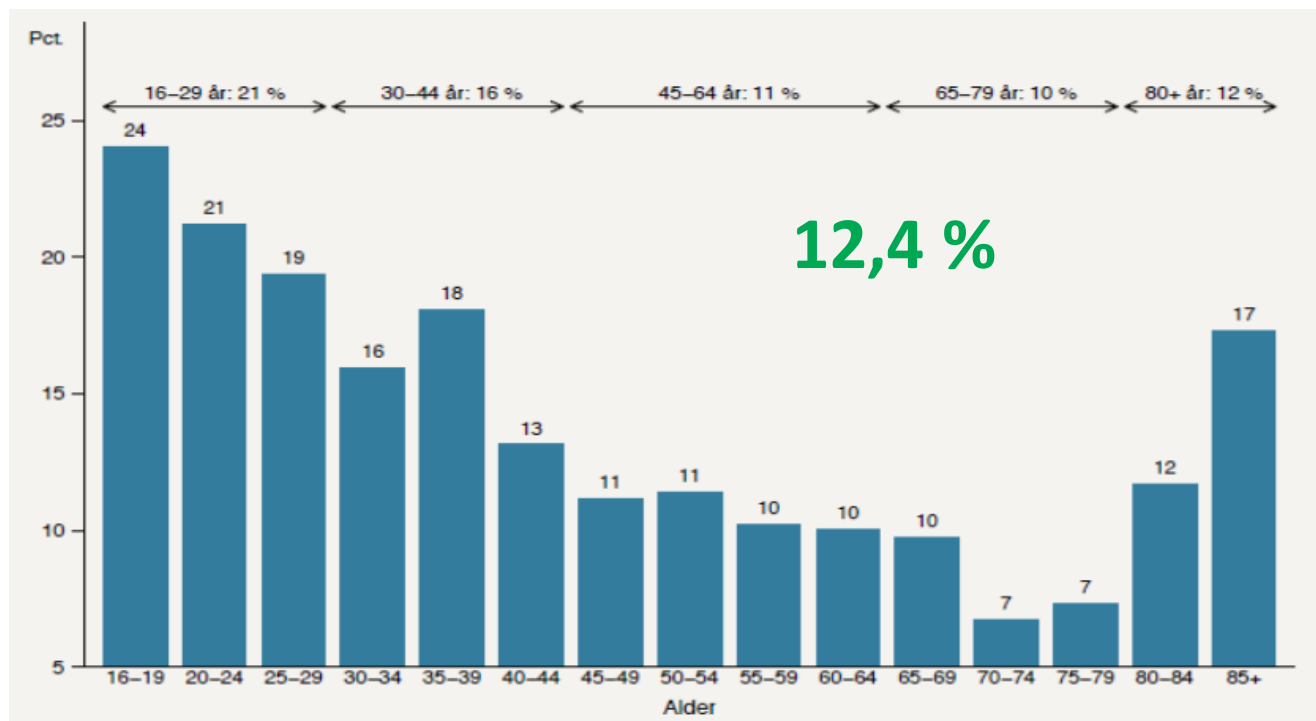
Meðaltal stiga við sp. 11

Virðist einmana/Mér finnst ég einmana





2021



Ensomhed

- Ensomhed: en ubehagelig følelse som følge af uoverensstemmelse mellem ønskede og faktiske sociale relationer
 - Subjektivt
 - Sammen med andre
 - Afhænger af sociale behov og forventninger
 - Forbundet med men ikke afhængig af social isolation
 - Måles med T-ILS



27. Hvor ofte føler du dig isoleret fra andre?

Sjældent	☐
En gang i mellem	☐
Ofte	☐

28. Hvor ofte føler du, at du savner nogen at være sammen med

Sjældent	☐
En gang i mellem	☐
Ofte	☐

29. Hvor ofte føler du dig udenfor?

Sjældent	☐
En gang i mellem	☐
Ofte	☐

Teorien bag ensomhedsforståelsen

- Mennesket som fundamentalt socialt væsen
- Ensomhed har en adaptiv funktion
- Ligesom fysisk smerte påvirker ensomhed vores adfærd



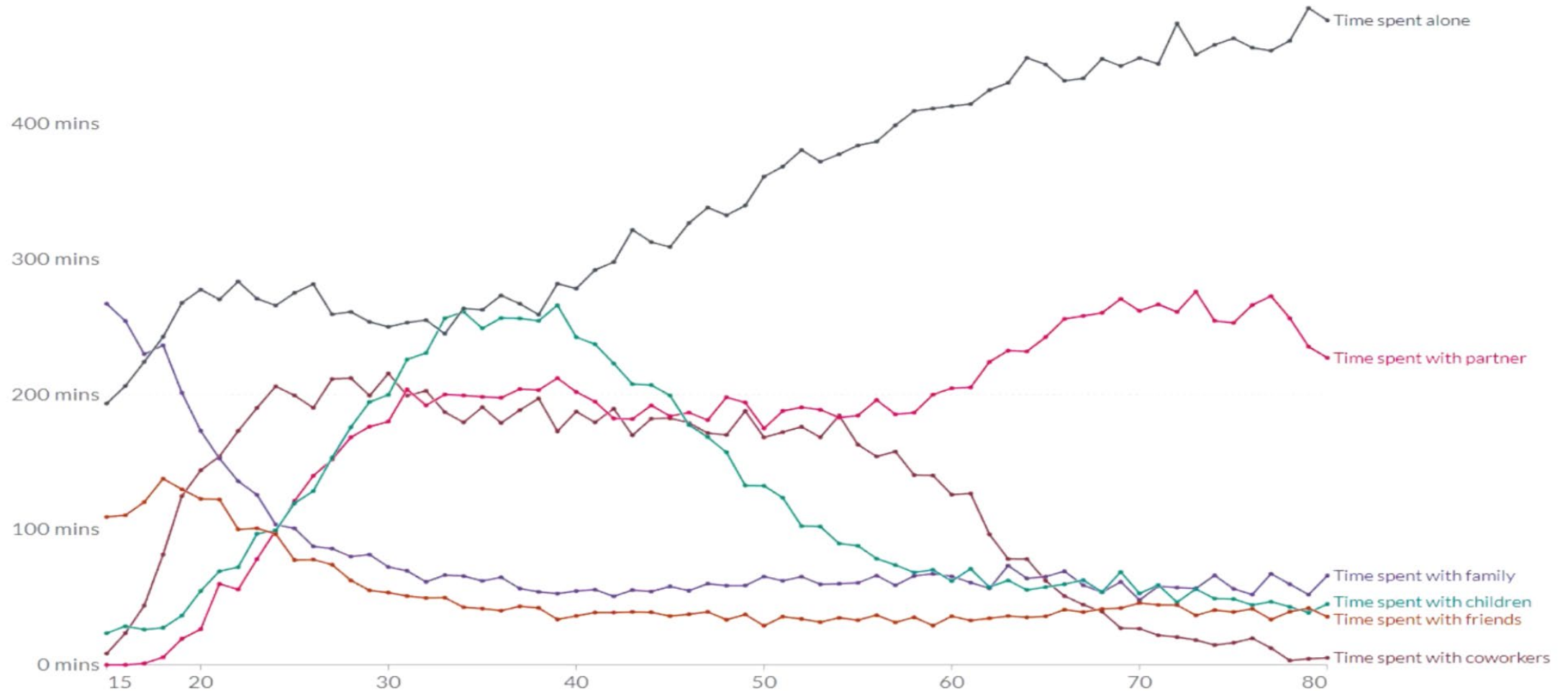
Ensomhed eller social isolation?

- Social isolation: Et generelt ikke intenderet fravær af kontakt og tilstedeværelse af andre mennesker
 - Objektivt
 - Kan måles i tid
 - Forbundet med men ikke nødvendig for ensomhed



Who Americans spend their time with, by age

Average time spent with others is measured in minutes per day, and recorded by the age of the respondent. This is based on averages from surveys spanning 2009 to 2019.



(American Time Use Survey 2009-2017)

Tabel 2.4.3 Tegn på social isolation. 2021.

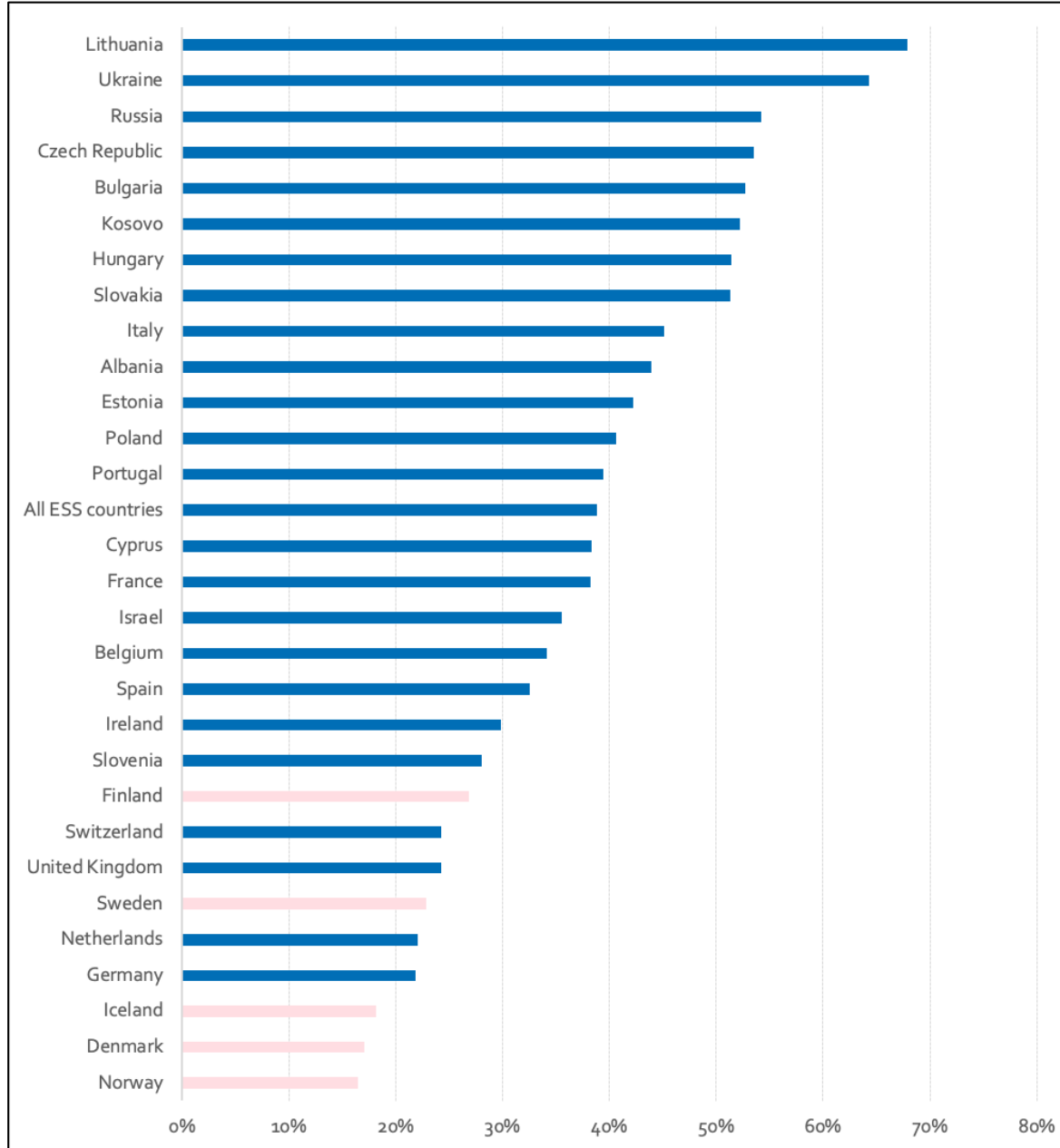
		Procent
År	2021	6,9
Mænd	16-24 år	5,4
	25-34 år	6,2
	35-44 år	5,2
	45-54 år	5,1
	55-64 år	6,8
	65-74 år	11,0
	≥75 år	14,2
	Alle mænd	7,3
Kvinder	16-24 år	3,9
	25-34 år	4,2
	35-44 år	3,5
	45-54 år	4,1
	55-64 år	6,5
	65-74 år	9,8
	≥75 år	15,7
	Alle kvinder	6,5

(Sundhedspofilen 2021)

Ensomhed og Covid

- International forskning peger på en stigning i ensomhed i forbindelse med Covid restriktioner. (social isolation = ensomhed)
- I DK ses en stigning i ensomhed, men var det virkelige problem øget social isolation?
- Afhængig af nedlukningsstrategier (ikke i Sverige)
- Det sociale reparationsarbejde vil tage lang tid





**Myte. Vi er mere
ensomme her
oppe i Norden**

Dahlberg, L., Frank, A., Lennartsson, C.,
McKee, K., Naseer, M., & Rehnberg, J.
(2020) *Ensamhet bland äldre personer i
Norden*. Copenhagen: Nordisk ministerråd.
Available at <http://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1457841/FULLTEXT01.pdf>.

Hvem er de ensomme ældre i Danmark?

- Bor alene
- Ingen børn
- Brud med børn
- Enkestand
- Multisygdom
- Sansesvækkelse
- Svær demenslidelse (særligt på plejehjem)
- Pårørende til syg ægtefælle



Forekomsten af ensomhed er dobbelt så høj for 65-79 årige fra ikke-vestlige lande

(Ensomhed i Danmark, 2020)



MYTE. Indvandrerfamilier i DK tager familien sig meget mere af deres gamle slægtninge



Antallet af 65+ med minoritetsetnisk baggrund stiger

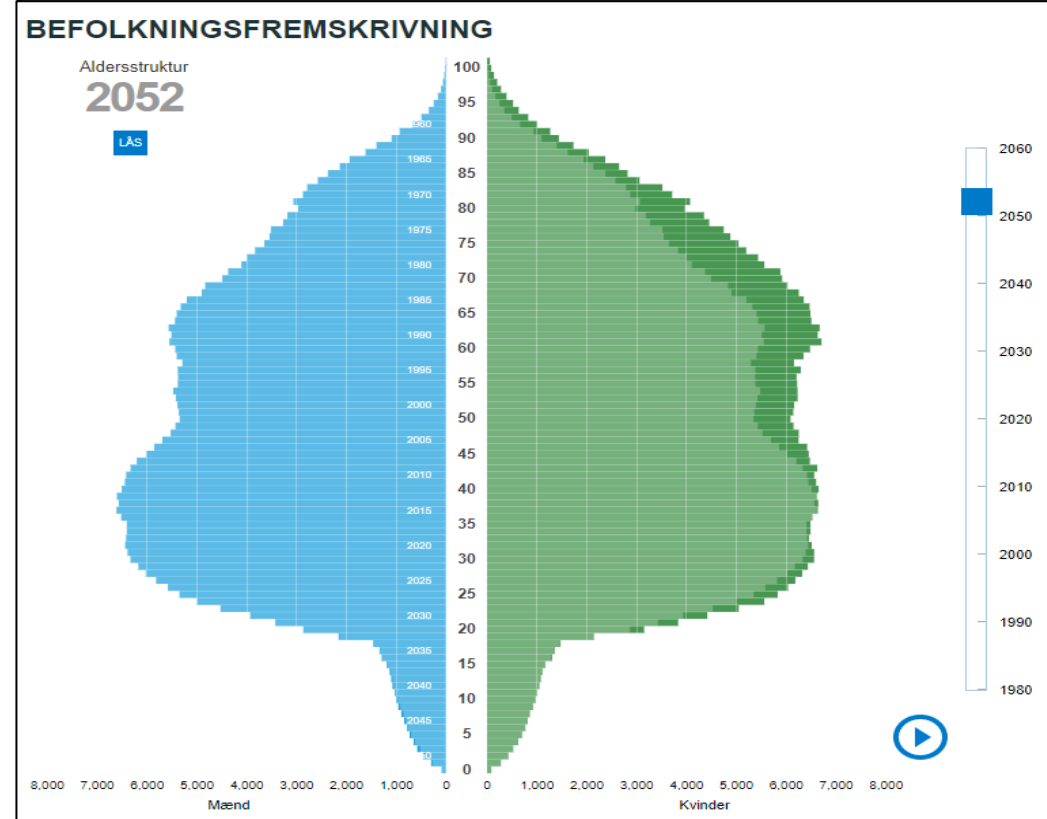
2021 – 63.000 personer

2030 – 100.000 personer

2060 – 236.000 personer

(DST May 2021, FOLK1E and FRDK121)

- Mange kom i 1960'erne og 1970'erne. De er ved at blive gamle
- Nytilkomne i en høj alder



Minoritetsetniske ældres ensomhed

Mange opholder sig næsten udelukkende i hjemmet, og gør ikke brug af de eksisterende tilbud til ældre mennesker.

- **Sproglige udfordringer**
- **Kulturelle forskelle**
- **Fragmenterede sociale netværk**
- **Manglende kendskab til det danske system og tilbud**
- **Dårligere mentalt og fysisk helbred**
- **Fattigdom**

MYTE. fællesskaber nedsætter ensomhed



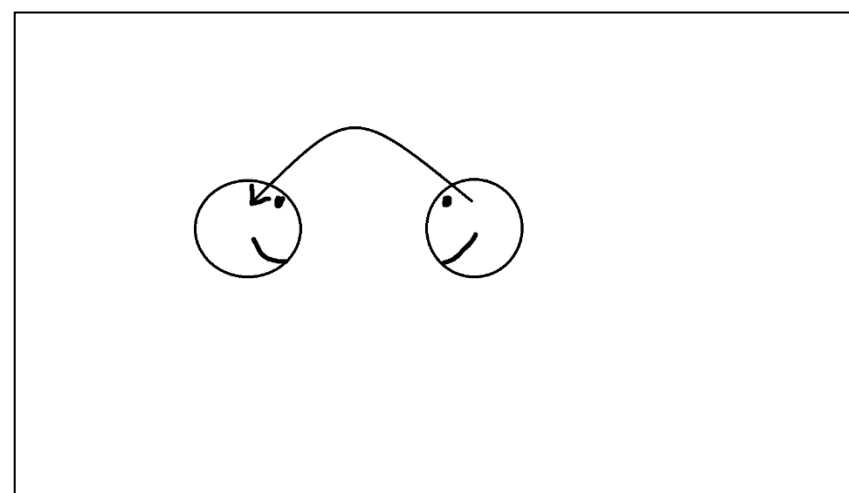
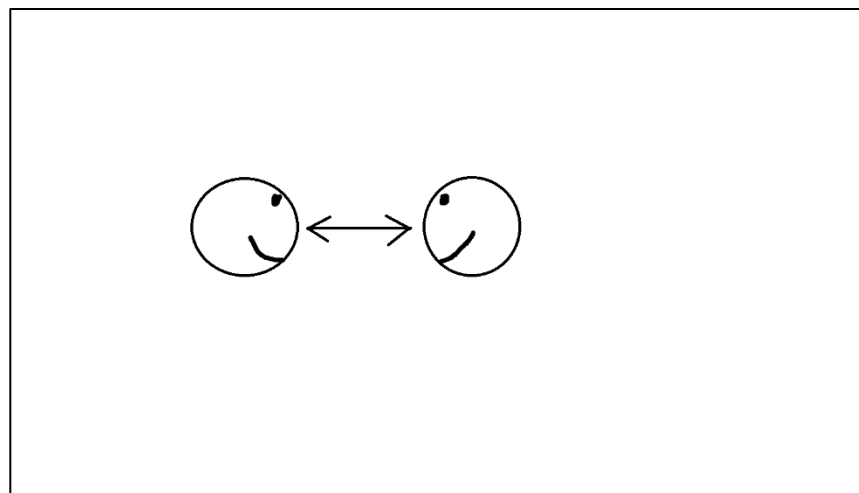
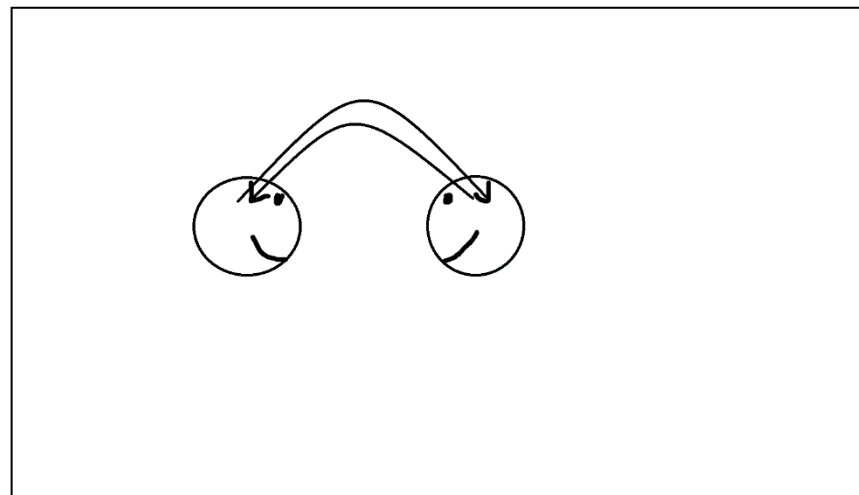
MEN HVAD GØR SÅ?



We've been friends for so long
I can't remember which one is
the bad influence

DJ Hinton

The Crone's Grove



Ny forskning:

Intergenerationelle brud i alderdommen

Hvordan påvirkes gamle forældre af brud til deres børn?

