

Replik: Jodå, ensamheten minskar

Det går enkelt att argumentera för att ensamheten bland befolkningen både ökar och minskar”, säger ett antal företrädare för omvårdnadsprofessionen och - forskningen i en kommentar till vår artikel i Palliativ Vård nr 3, 2018. Nej, så är det inte. Det finns klara belägg för att ensamheten i befolkningen minskar – se vår artikel som finns på www.nrvp.se – och vi har ännu inte sett någon trovärdiga evidens för motsatsen.

ARTIKELFÖRFATTARNA MENAR också att det är enkelt att hitta data på objektiva mått på ensamhet, och där har de lika fel. Att samla in data över tid för att kunna studera samhällsförändringar, som vi gör i Levnadsnivåundersökningarna- LNU, kräver många års arbete. LNU mäter levnadsnivån på ett objektiva sätt delvis för att ge en politiskt relevant beskrivning av välfärden [1]. För även om man kan argumentera för att subjektiva känslor – som existentiell ensamhet eller lycka – är helt centrala, är det inte främst där problem bör bekämpas, då skulle ju till exempel droger kunna vara lösningen. Istället bör målet vara att människor har resurser så att de kan styra sina liv – resurser som kan ges av offentlig vård och omsorg, liksom av släktingar, vänner med flera. Därför är det viktigt att veta hur många som saknar socialt stöd, det vill säga som är ”funktionellt ensamma” – människor som skulle kunna bli hjälpta av vård- och andra insatser.

VI HAR I LNU FRÅGAT människor om de (1) saknar någon att tala med om personliga bekymmer, (2) saknar sällskap, och (3) saknar någon som kan ställa upp om man är sjuk. Dessa indikatorer torde vara relevanta för de ”betydelsefulla relationer och meningsfulla samtal” som efterlyses och ”känslan av ensamhet” hänger mest ihop med just sådana mått – det handlar om att ha vänner, umgänge och partners [2]. Glädjande nog är det få i befolkningen som saknar socialt stöd, ca 3procent i åldrarna 18-76, och denna form av ensamhet har också minskat sedan 1981, se vår artikel. Lika glädjande är nyheten att andelen som har en nära vän ökar kraftigt mellan 2009 och 2017 bland dem som är 85 år eller äldre [3].

DET ÄR FÖRSTÅS INTE ointressant att också studera känslan av ensamhet. Det finns, såvitt vi vet, få riksrepresentativa studier av förändringen av denna känsla. Den minskade dock mellan 1985 och 2008 i befolkningen 25-79 år [2]. I en studie av SWEOLD, som är en uppföljning av LNU bland dem som blivit 77 år eller äldre, märks ingen ökning av ensamheten mellan 1992 och 2014 [4]. Internationella studier visar dessutom att den är lägre i Sverige än i de flesta andra studerade länder [5].

ENSAMHET, HUR MAN nu väljer att se på den, är förstås ett stort problem för de som är utsatta och det är viktigt att hitta vägar att

minska den – på politisk väg, genom vård- och omsorgsinsatser, eller på andra sätt. Men en grund för sådana försök måste vara att få de faktiska siffrorna rätt, både när det gäller nivå, fördelning och förändring. Att visa utvecklingen av ensamhet över tid, gärna enligt olika definitioner, är nödvändigt för att ge en så objektiv och fullständig bild som möjligt av ett komplicerat samhällsfenomen. Det är, menar vi, precis vad politiker, allmänhet samt vård- och omsorgsanställda behöver. Att påstå att detta är att ”gömma sig bakom siffror och statistik” är ett besynnerligt sätt att se på verkligheten. Frågan om ensamheten ökar eller minskar är ju precis en fråga om siffror. Alternativet är att gissa, eller att nöja sig med åsikter baserade på känslor eller anekdoter, men det är främmande för oss som forskare och knappast till någon hjälp för dem som dagligen jobbar inom vård och omsorg.

Referenser

[1] Erikson, Robert och Rune Åberg (red.). 1984: *Välfärd i förändring*. Stockholm: Prisma.

[2] Tornstam, Lars, Rydell, Mina, Vik, Ida och Elin Öberg. 2010: *Ensamheten i Sverige 1985-2008*. Sociologiska institutionen, Uppsala universitet.

[3] *Statistiknyhet från SCB 2018-04-24 9.30*: <https://www.scb.se/hitta-statistik/statistik-efter-amne/levnadsforhallanden/levnadsforhallanden/undersokningarna-av-levnadsforhallanden-ulf-silc/pong/statistiknyhet/undersokningarna-av-levnadsforhallanden-ulf-silc5/>

[4] Dahlberg, Lena, Agahi, Neda och Carin Lennartsson. 2018: *”Lonelier than ever? Loneliness of old people over two decades.” Archives of Gerontology and Geriatrics 75: 96-103.*

[5] Fokkema, Tineke, De Jong Gierveld, Jenny och Pearl A. Dykstra. 2011: *”Cross-national differences in older adult loneliness.” The Journal of Psychology 146: 201-228.*

[5] Eurostat. 2017: *Do Europeans feel lonely? Eurostat homepage*: <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/-/DDN-20170628-1>.



Carina Mood

Professor i sociologi.
Institutet för Social Forskning,
Stockholms universitet samt Institutet för Framtidsstudier.



Jan O Jonsson

Professor i sociologi.
Institutet för Social Forskning, Stockholms universitet
samt Nuffield College, Oxfords universitet.