

Svekket helse – mindre sosial kontakt

De aller fleste har hyppig kontakt med venner og familie. Vi har noen å snakke fortrolig med, og vi stoler på at noen stiller opp for oss når vi trenger det som mest. Det finnes likevel unntak. Menn mangler oftere enn kvinner en fortrolig venn, og eldre har mindre kontakt med venner enn yngre. Det mest gjennomgående trekket er likevel at når helsen svekkes, øker sannsynligheten for å falle utenfor på den sosiale arenaen. De som har lite sosial kontakt, er også mer plaget av ensomhet, men også blant dem med et sosialt nettverk er det mange som er ensomme. Spesielt de yngste og eldste opplever dette.

Tor Morten Normann

Datakilde

Data om sosial kontakt og ensomhet er hentet fra Levekårsundersøkelsen 2008, Statistisk sentralbyrå. I denne undersøkelsen ble 6 465 personer i alderen 16 år og over intervjuet, se Wilhelmsen (2009) for dokumentasjon.

Levekårsundersøkelsen EU-SILC

Survey on Income and Living Conditions (EU-SILC) er en årlig europeisk utvalgsundersøkelse om inntekt og levekår. Undersøkelsen er samordnet av EUs statistikkorgan Eurostat. Undersøkelsen gir opplysninger om husholdning, økonomi, boforhold og boligøkonomi, samt opplysninger om arbeidssituasjon og arbeid siste kalenderår. Til undersøkelsen knyttes også en rekke opplysninger fra registre, blant annet om inntekt og utdanning. For nærmere beskrivelse av undersøkelsen, se Andersen mfl. (2006) eller Eurostat (2008).



Tor Morten Normann er statsviter og seniorrådgiver i Statistisk sentralbyrå, Seksjon for levekårsstatistikk. (tor.morten.normann@ssb.no)

Nordmenn flest lever et sosialt liv, og har hyppig kontakt med familie og venner. Men for noen er ikke dette hverdagen – de har sjelden kontakt med familien, kanskje mangler de gode venner, eller de har lite omgang med vennene sine. I denne artikkelen skal vi se på ulike former for sosial kontakt (se tekstboks), og da vil vi også peke på grupper som har lite kontakt med familie og venner, eller som helt mangler venner. I tillegg skal vi prøve å grave litt dypere i tallene for å finne ut mer om hvordan ulike kjennetegn som kjønn, alder, utdanning, helse og inntekt henger sammen med sosial kontakt. Peker noen forhold seg ut som spesielt uheldige for det sosiale livet?

De eldste bor oftest alene

I analyser av sosial kontakt er det ofte vanlig å ha et spesielt øye til dem som bor alene. En kan anta at manglende kontakt med familie og venner oppleves sterkere blant dem som ikke bor sammen med noen. Andelen som bor alene, har økt i alle aldersgrupper hvis vi ser de siste 20-25 årene samlet. Etter årtusenskiftet ser det imidlertid ut til at andelen aleneboende i befolkningen har stabilisert seg. I 2009 bodde 22 prosent av alle voksne alene ifølge levekårsundersøkelsen EU-SILC (se tekstboks). Veksten i andel aleneboende skjedde først og fremst blant de unge, hvor tidlig utflytting fra foreldrehjemmet, men sen familieetablering, var forhold som bidro til en nokså sterk økning på 1980 og -1990 tallet (Andersen 2006).

Det er omtrent like store andeler blant kvinner som blant menn som bor alene, men dette faktumet dekker over at det likevel er betydelige kjønnsforskjeller, som først blir synlige når vi også deler opp etter alder (se figur 1). Blant de aller yngste (16-24 år) er det en noe høyere andel aleneboende blant menn enn blant kvinner. Blant de litt eldre, fra 25 til 44 år, øker denne kjønnsforskjellen ganske kraftig. I denne aldersgruppen bor en av fire menn alene, mens det gjelder knapt en av åtte kvinner. Blant de eldste er forholdet mellom kjønnene motsatt. Blant kvinner i alderen 67-79 år bor drøyt fire av ti alene. Blant menn i samme alder er det knapt to av ti.

Kvinner lever dessuten lenger enn menn, og dette er en av de viktigste årsakene til at nesten tre av fire kvinner på 80 år eller mer bor alene. Blant menn som er 80 år eller mer, er andelen betydelig lavere, drøyt en av tre.

Noe mindre familiekontakt enn tidligere

Hvem har ikke hørt at «blod er tykkere enn vann»? Familie har vært og er et viktig holdepunkt i tilværelsen for svært mange. Selve ordtaket handler kanskje først og fremst om lojalitet, men i familien kan den enkelte også få et sosi-

alt nettverk som bidrar til velferd. Familien kan dessuten være en god kilde til sosiale ressurser som praktisk hjelp og omsorg. Denne utvekslingen av ubetalt arbeid og sosial omsorg innad i familien er ikke bare positivt for hver og en av oss, men er også en styrke for velferdssamfunnet (Murphy 2008). Geografisk avstand kan selvfølgelig være en utfordring for kontaktyppigheten, men selv om en del har familien bosatt langt unna, har de aller fleste i Norge foreldre og/eller barn boende i rimelig avstand slik at det er praktisk mulig å treffe hverandre (Lappegård 2009).

Når vi her omtaler kontakt med familie, mener vi at man treffer foreldre, søsken eller voksne barn som har flyttet hjemmefra, altså familiemedlemmer man ikke bor sammen med. Kontakten med familie har, som mange andre forhold, sammenheng med både alder og livsfase. I alt 17 prosent av alle voksne hadde ikke kontakt med familie minst en gang i måneden i 2008 (se figur 2). Dette er en liten økning sammenlignet med i 2002, da andelen var 14 prosent. I hele perioden fra 1980 til 2002 har andelen ligget mellom 12 og 14 prosent.

Mindre kontakt med familien når man runder 25

De yngste (16-24 år) har bare i liten grad etablert seg med eget hjem og egen familie. Kontakten her er for det meste med det vi kan kalle oppvekstfamilien, og den er hyppig. Bare en av ti 16-24-åringene har ikke månedlig kontakt med familien, mot om lag en av seks i befolkningen totalt (se figur 2). Kontakten med familie blir mindre hyppig når man blir noe eldre, og både blant kvinner og menn har 25-44-åringene minst familiekontakt. Etter fylte 45 år øker kontakten noe igjen, da mer blant kvinner enn blant menn.

Det å sammenligne hvor mange som mangler kontakt med familien etter ulike kjennetegn, sier oss noe om hvem som er utsatt. De kjennetegnene vi har valgt å se på her, er kjønn, alder, utdanning, om man bor alene eller ikke, helse og inntekt. Vi skal forsøke å avdekke hvilke av disse som henger sammen med manglende kontakt med familien, selv om vi ikke kan avdekke selve årsaksforholdet. Et forhold vi dessverre ikke har opplysninger om, er bosted, selv om det er åpenbart at lang fysisk avstand er et betydelig hinder for å møtes ofte.

Når vi skal kontrollere for flere kjennetegn samtidig, må vi benytte andre metoder enn rene sammenligninger av andeler (bivariate fordelinger). Vi benytter multivariate analyser der vi ser hvordan ulike kjennetegn påvirker et forhold samtidig. I dette tilfellet har vi brukt logistisk regresjon (se tekstboks).

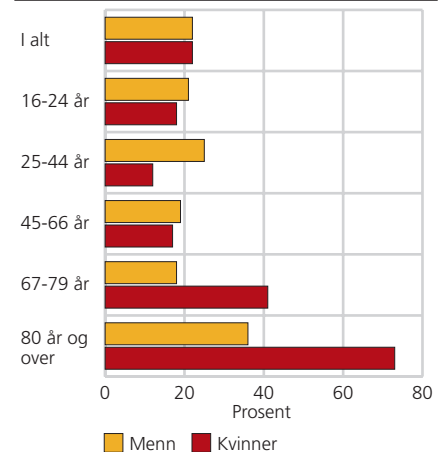
Logistisk regresjon

Logistisk regresjon er en multivariat analysemetode som benyttes for å studere den unike effekten av flere forklaringsvariabler på en avhengig variabel. Metoden er velegnet når den avhengige variabelen er dikotom, altså har to uavhengige verdier, og vi har flere mulige årsaksvariabler.

I denne artikkelen brukes analysemetoden for å se på om man har mangel på en eller annen form for sosial kontakt eller ikke, og vi har brukt variabler som kjønn, alder, utdanning, om man bor alene eller ikke, helse og lavinntekt som forklaringsvariabler (uavhengige variabler). Resultatene fra regresjonsanalysene er ikke presentert i tabeller, men refereres kun til i teksten.

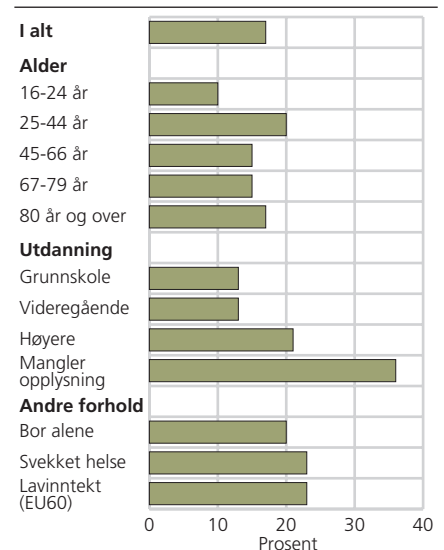
For mer om logistisk regresjon, se for eksempel Ringdal (2001).

Figur 1. Personer 16 år og over som bor alene, etter alder og kjønn. 2009. Prosent



Kilde: Levekårsundersøkelsen EU-SILC, Statistisk sentralbyrå.

Figur 2. Personer 16 år og over som ikke har kontakt med familie minst en gang i måneden, etter ulike kjennetegn. 2008. Prosent



Kilde: Levekårsundersøkelsen 2008, Statistisk sentralbyrå.

Når vi kontrollerer for alle de nevnte kjennetegnene, viser resultatene at kjønn ikke har betydning for manglende månedlig kontakt med familien. Alder har, derimot, en viss betydning. Sammenlignet med referansegruppen 16-24 år har 25-66-åringene større tilbøyelighet til å mangle månedlig kontakt. For dem som er 67 år eller eldre, finner vi ingen sikre sammenhenger sammenlignet med referansegruppen (16-24 år). Det betyr at selv om andelen med lite kontakt isolert sett er høyere i de eldste aldersgruppene sammenlignet med den yngste, forklares denne forskjellen av noen av de andre kjennetegnene vi har inkludert i analysen.

Svekket helse – mindre kontakt

Da er det nærliggende å peke på helse som mulig forklaring. Blant dem med svekket helse (dårlig, meget dårlig eller verken god eller dårlig) er det 23 prosent som ikke har månedlig kontakt med familien (se figur 2). Tilsvarende andel

blant dem med god eller meget god helse er 16 prosent. Regresjonen viser også at det å vurdere sin egen helse som svekket kontra det å vurdere den som god, er forbundet med større sannsynlighet for ikke å treffe familien. Når vi da vet at helsen svekkes med alderen, kan det bidra til å forklare hvorfor høy alder isolert sett ikke henger sammen med sosial kontakt.

Lite familiekontakt varierer også noe med utdanning. Det er oftest de med høyere utdanning som ikke treffer medlemmer av familien minst en gang i måneden (21 prosent). For dem som har utdanning på lavere nivå, er andelen 13 prosent (se figur 2). Når vi bruker dem som har grunnskole som høyeste fullførte utdanning som referansegruppe i en regresjon, får vi imidlertid ingen sikre utslag for dem med høyere utdanning. Analysen viser imidlertid at videregående som høyeste fullførte utdanning gir noe *mindre* risiko for lite familiekontakt sammenlignet med referansegruppen.

Vi bør her også nevne den lille, men likevel interessante gruppen av personer vi ikke vet utdanningen til. Utdannings-

opplysningene er hentet fra register, og om lag halvparten av dem vi ikke vet noe om, er personer født i utlandet. I denne utdanningsgruppen er det mange som ikke har kontakt med familien hver måned (36 prosent), og regresjonen bekrefter at dette er en utsatt gruppe i så måte, også når vi kontrollerer for alder, helse, boforhold, kjønn og inntekt. En nærliggende forklaring er at mange i denne gruppen bor langt borte fra familien.



Et fattigdomsproblem?

Lav inntekt er også negativt for familiekontakten. Som et mål på lav inntekt har vi valgt å bruke en ettårig lavinntektsgrense, EU60 (se tekstboks). Blant personer som faller under denne grensen i 2008, mangler knapt en av fire månedlig kontakt med familie (se figur 2). Også regresjonen, der vi kontrollerer for andre forhold, viser at lavinntekt er forbundet med mindre familiekontakt sammenlignet med inntekt over denne grensen. Som et ytterligere tegn på at anstrengt økonomi er negativt for familiekontakten, kan vi nevne at tre av ti sosialhjelpsmottakere ikke har månedlig kontakt med familien.

Vi har tidligere nevnt aleneboende som en sårbar gruppe for manglende sosial kontakt. Blant aleneboende finner vi at kontakten med familie er noe sjeldnere enn for andre (se figur 2). En av fem aleneboende har ikke månedlig kontakt med familien, og denne gruppen er noe mer utsatt enn andre, også når vi kontrollerer for utdanning, alder, kjønn og så videre.

Mer viktig med venner

Hva vil det si å være en venn? Svaret kan variere fra person til person, men uavhengig av hvordan man selv tenker på vennskap, antar vi at det å omgås noen man tenker på som venner er positivt for livskvaliteten. Ser vi tilbake til 1980, svarte 14 prosent av alle voksne under 80 år at de ikke hadde kontakt med venner minst en gang i måneden, og i 2008 var andelen nede i 6 prosent. Tar vi med også dem som er 80 år eller mer, øker denne andelen til 7 prosent (se figur 3). «Kontakt» har også her betydningen at man faktisk treffer hverandre. De siste tiårenes utvikling tyder altså på at venner har blitt en viktigere del av den sosiale kontakten.

Vi har hyppigere kontakt med venner enn vi har med familien, men også her er det noen unntak. Hvem er de, og hvilke kjennetegn kan føre til lite kontakt med venner? En sammenligning av menn og kvinner viser at menn noe oftere mangler månedlig kontakt med sine venner. I seg selv er denne forskjellen liten og usikker, men en multivariat analyse hvor vi kontrollerer for flere kjennetegn samtidig (se tekstboks om logistisk regresjon), bekrefter at kvinner i mindre grad mangler kontakt med venner enn menn gjør. Kanskje er kvinner flinkere til å ta vare på og omgås sine venner?

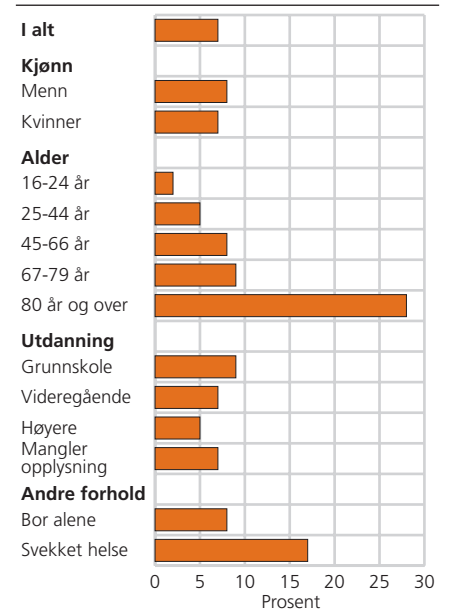
Alder er imidlertid viktigere enn kjønn. Som vi ser av figur 3, er det først og fremst de unge som har hyppig kontakt med venner, og det er først og fremst de eldste som mangler denne sosiale omgangen. Blant de yngste (16-24 år) er det kun 2 prosent som mangler månedlig kontakt. Denne andelen øker jevnt i eldre aldersgrupper, 9 prosent av 67-79-åringene mangler månedlig kontakt med venner. Høyest andel er det likevel blant de aller eldste, de på 80 år eller mer, hvor 28 prosent sjelden treffer venner. Nå kan dette ses fra motsatt synsvinkel også – et overveiende flertall av dem på 80 år eller mer treffer venner minst en gang i måneden. Det kan selvfølgelig være mange naturlige forklaringer på hvorfor økende alder fører til mindre kontakt med venner; mange vil tenke på svekket helse. Men også når vi kontrollerer for dette i en multivariat analyse, slår alder negativt ut. Det betyr at selv når helsen vurderes likt, mangler de eldste oftere vennekontakt enn de yngre. Det kan selvfølgelig ha sammenheng med at mange av de jevngamle vennene enten har svekket helse, eller har gått bort.

Lavinntektsgrense – EU60

Dette er den definisjonen av lavinntekt som er vanlig å benytte i EU, der alle personer som har en ekvivalentinntekt under 60 prosent av medianinntekten i befolkningen, defineres som å tilhøre lavinntektsgruppen.

Inntekt er vektet for stordriftsfordeler i husholdningene. Første voksne får vekt lik 1,0, neste voksne får vekt lik 0,5, mens barn får en vekt lik 0,3 hver. I 2008 var denne inntektsgrensen om lag 170 000 kroner. Dette tilsvarer en husholdningsinntekt etter skatt på 357 000 kroner for en husholdning med to voksne og to barn.

Figur 3. Personer 16 år og over som ikke har kontakt med venner minst en gang i måneden, etter ulike kjennetegn. 2008. Prosent



Kilde: Levekårsundersøkelsen 2008, Statistisk sentralbyrå.

Svekket helse gjør det vanskeligere å treffe venner

Men det betyr slett ikke at egen helse ikke betyr noe for hvor ofte man treffer venner – for det gjør det. Figur 3 viser at så mange som 17 prosent av dem som rapporterer svekket helse, mangler månedelig kontakt med venner. Tilsvarende andel blant dem med god helse er 7 prosent. Svekket helse gir også klart større sannsynlighet for lite vennekontakt enn god helse. Uavhengig av alder, kjønn, utdanning, inntekt og om man bor alene eller ikke, er det slik at de som rapporterer svekket helse, i mindre grad har kontakt med venner.

Knappe en av ti blant dem som har grunnskole som høyeste fullførte utdanning, har sjelden kontakt med venner. Blant dem som har fullført høyere utdanning, gjelder det drøyt en av tjue. Det ser altså ut til at lang utdanning også gjør at man har mer kontakt med venner. Her kan det selvfølgelig ligge andre forhold bak, men også når vi kontrollerer for andre kjennetegn, står vi igjen med en positiv effekt av utdanning. Om vi skal tillate oss å spekulere litt, kan dette ha sammenheng med at man treffer mange personer og danner nye vennskap gjennom en lang utdanning. Også det at utdanning gir en annen posisjon i arbeidslivet, med bedre muligheter til for eksempel å knytte nye nettverk, kan ha noe å si.

Aleneboende – mer aktive som venner

Når vi ofte trekker fram aleneboende i analyser av sosial kontakt, er det fordi dette blir sett på som en utsatt gruppe der konsekvensene av manglende sosial kontakt kan være verre enn for dem som bor sammen med andre. Det å bo alene gir imidlertid ikke større sannsynlighet for å mangle kontakt med venner, snarere tvert imot.



Når vi kontrollerer for en rekke andre kjennetegn, er faktisk det å bo alene forbundet med større sannsynlighet for å ha månedlig kontakt med venner enn det å bo sammen med andre. Dette er et eksempel på at multivariate analyser kan avdekke forhold som ikke er synlige ved første blikk. Blant aleneboende er det nemlig 8 prosent som mangler månedlig kontakt, mot 7 prosent blant dem som ikke bor alene. Denne forskjellen kan forklares ved andre og bakenforliggende faktorer som påvirker både det å bo alene og kontakten med venner, som for eksempel alder og helse.

Når det gjaldt familiekontakt, tillot vi oss også å stille spørsmålet om det var en side av fattigdomsproblematikk med i bildet. Det ser ikke ut til å være tilfellet når det gjelder kontakt med venner. Personer som faller under grensen for årlig lavinntekt, har like hyppig kontakt med venner som andre. Også den multivariate analysen bekrefter dette.

Den gode venn

Kontakt med familie, venner og naboer er positivt og bidrar til økt livskvalitet. Men likevel kan det være grunn til å se nærmere på om man har en virkelig nær relasjon. Fortrolighet og noen man kan stole på i alvorlige situasjoner, er kanskje enda mer avgjørende. I levekårsundersøkelsen har vi siden 1980 stilt spørsmål om man har noen som står en nær, og som man kan snakke fortrolig med. Fra og med 1980 og frem til 2002 ble man bedt om ikke å regne med familiemedlemmer, og 27 prosent svarte i 1980 at de manglet en fortrolig venn. I 2002 var andelen redusert til 14 prosent.

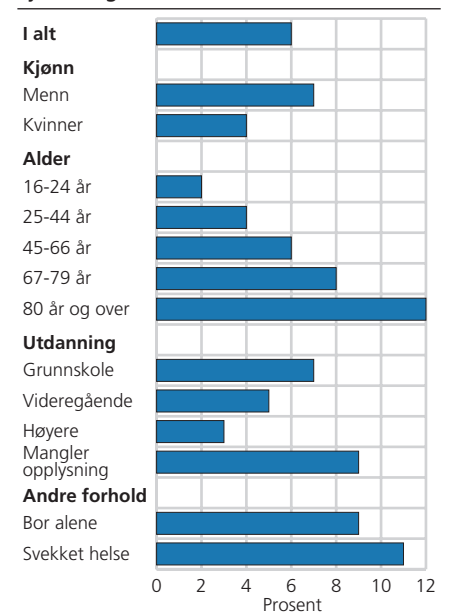
I 2008 kunne man også inkludere familiemedlemmer i svaret, og da svarte kun 5 prosent at de manglet en fortrolig venn (se figur 4). Andre undersøkelser viser at andelen som mangler en fortrolig venn utenfor familien, har fortsatt nedgangen også mellom 2002 og 2007. Dette kan neppe bare skyldes at vi har blitt mer fortrolige de siste 30 årene. Det er god grunn til å spørre om ikke noe av denne endringen kan tilskrives at vi lever i en mer «vennskapsorientert» kultur sammenlignet med tidligere (Barstad 2009).

Når vi ser på alle voksne, også de på 80 år eller mer, er det i 2008 totalt 7 prosent av alle menn og 4 prosent av alle kvinner som mangler en fortrolig venn. Kvinner har altså oftere kontakt med venner, og de mangler sjeldnere enn menn en fortrolig venn. Dette bekreftes også når vi kontrollerer for kjennetegn som alder, utdanning, om man er aleneboende, helse og inntekt. Er det da slik at kvinner er flinkere i omgang med venner, eller betyr det at de vektlegger vennskap på en annen måte? Det kan også være noe i selve begrepet «fortrolig». Legger menn og kvinner ulike ting i selve begrepet? Vi kan bare slå fast at kjønnsforskjellen er der, nøyaktig hva det skyldes kan vi ikke svare på.

Svært få unge mangler en fortrolig venn

Ulik oppfatning av fortrolighet kan også være en grunn til at eldre oftere enn yngre mangler en fortrolig venn. Knappe 2 prosent av de yngste (16-24 år) mangler en fortrolig venn (se figur 4). Andelen øker med alderen, og den er høyest blant personer på 80 år eller mer, der 15 prosent mangler en fortrolig venn. Også når vi kontrollerer for andre forhold, får vi bekreftet at alder spiller en rolle. I forhold til de yngste (referansegruppen) er det ikke sikker forskjell i faren for å mangle en fortrolig venn for dem som er 25 til 44 år, men videre opp i alder øker faren.

Figur 4. Personer 16 år og over som ikke har en fortrolig venn, etter ulike kjennetegn. 2008. Prosent



Kilde: Livekårsundersøkelsen 2008, Statistisk sentralbyrå.

Aleneboende må utenfor husholdningen for å finne en fortrolig venn. For andre kan den fortrolige selvfølgelig være en man bor sammen med. Dette gir seg utslag i at aleneboende oftere enn andre mangler en fortrolig venn. I alt 9 prosent av alle aleneboende svarer at de ikke har en fortrolig, mens det gjelder 4 prosent av dem som bor sammen med andre (se figur 4). Tar vi bort effekten av enkelte andre forhold (se tidligere tekstboks om logistisk regresjon), står vi fremdeles igjen med at det å bo alene medfører at en oftere mangler en fortrolig venn.

De som trenger det mest?

Barstad (2009) konkluderer med at mangel på vennskap først og fremst ser ut til å ramme dem som trenger det aller mest. Kan vi si at det gjelder fortrolige venner også? Nå kan ikke vi vurdere selve behovet for venner her, og strengt tatt vet vi ikke hvem som trenger det mest. Men vi kan se på enkelte kjennetegn som ofte er forbundet med svekkede levekår.

Lav utdanning er et av disse kjennetegnene. Vi så tidligere at kontakten med venner øker med utdanningen. Slik er det også for fortrolige. I alt 5 prosent av dem som har videregående skole som høyeste utdanning, mangler en fortrolig (se figur 4). For dem med høgskole-/universitetsutdanning er det 3 prosent. De mangler dermed en fortrolig venn sjeldnere enn personer som har kun grunnskole, der andelen er 7 prosent. Også når vi kontrollerer for andre kjennetegn, står vi igjen med en positiv effekt av økt utdanning. Vi har tidligere også omtalt gruppen som vi ikke kjenner utdanningen til, hvor halvparten er født i utlandet. Personer i denne gruppen har enda større fare for å mangle en fortrolig venn enn de med grunnskole som høyeste fullførte utdanning.

Et annet kjennetegn forbundet med svekkede levekår er å falle under grensen for lavinntekt. Selv om andelen som mangler en fortrolig venn, er litt høyere i denne gruppen enn blant dem som kommer over denne inntektsgrensen, gir ikke dette utslag i en multivariat analyse. Det gjør derimot svekket helse. Når helsen svekkes, øker også faren for at man mangler en fortrolig venn – og det er kanskje akkurat da man helst skulle hatt en? Figur 4 støtter resultatet fra den multivariate analysen, og i alt 11 prosent av dem som sier at de opplever svekket helse, sier også at de ikke har noen de kan snakke fortrolig med.

Hva med samboer og ektefelle?

Analysen av hvem som mangler en fortrolig venn, kan være påvirket av hva ulike personer legger i svaret på om de har noen de kan snakke fortrolig med. Kan det være slik at noen «glemmer» de aller nærmeste når de svarer? En samboer eller ektefelle vil i de aller fleste tilfeller være en fortrolig som man kan støtte seg på i vanskelige situasjoner, selv om ikke alle har tatt det med i betraktningen når de svarer på spørsmålet. Knappe 3 prosent mangler både en ektefelle eller samboer og en fortrolig venn.

Forskjellen mellom kvinner og menn blir så godt som borte, og aldersforskjellene reduseres også betraktelig når vi tar med samlivsstatus i tillegg til fortrolig venn. I en multivariat analyse finner vi likevel at menn er noe mer utsatt for å mangle både partner og fortrolig venn, mens alderseffekten er knapt merkbar. Eneste sikre utslag er at de eldste (80 år og over) er noe mer utsatt for dette enn de yngste (16-24 år). Den positive effekten av utdanning svekkes også noe når vi ser på både partner og fortrolig venn. Andelen synker fortsatt med økende utdanning, men den multivariate analysen viser at effekten først

og fremst slår inn når vi sammenligner de med høyere utdanning med dem som bare har grunnskole.

Helse er viktig

Også når vi kombinerer mangel på partner og fortrolig venn, viser det seg at det å ha svekket helse er uheldig. Blant dem som har svekket helse, er det knappe 6 prosent som mangler partner og fortrolig venn, og også når vi kontrollerer for andre forhold, finner vi at de med svekket helse har større sannsynlighet for å mangle en slik relasjon. For alle forhold vi har sett på til nå er det dermed gjennomgående negativt å oppleve svekket helse – og kanskje er det akkurat da man trenger noen?

Da vi kun så på mangel på fortrolig venn, fant vi ikke særlig sammenheng med lavinntekt. Kombinerer vi partner og fortrolig venn, kan vi derimot slå fast at de som faller under lavinntektsgrensen, er mer utsatt for å mangle dette enn andre. Noe av dette kan nok skyldes at aleneboende er overrepresentert i lavinntektgruppen.

Hjelp fra venner er ulikt fordelt

Alle kan komme opp i problemer av ulik art. Da er det greit å kunne stole på at noen kan stille opp for oss og bidra med hjelp i en vanskelig situasjon. Dette er en del av det vi kaller sosial kapital – at vi har ressurser blant familie og venner som vi kan trekke veksler på.

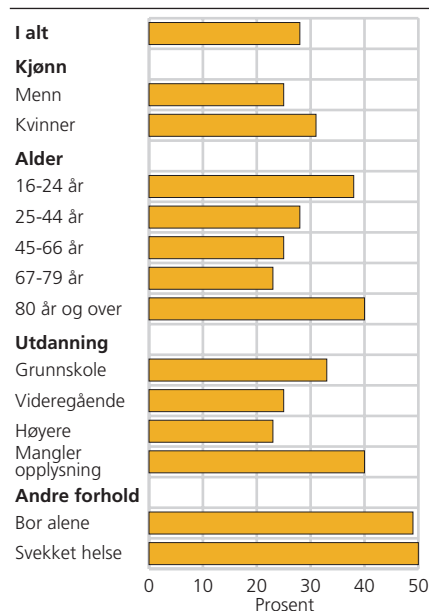
Bare 2 prosent i den voksne befolkningen mangler noen de kan regne med, og 77 prosent har flere enn to personer som de stoler på stiller opp dersom de skulle få store personlige problemer.

Selv om det altså er få som mangler noen som kan bidra med hjelp og støtte, er dette alvorlig nok for dem det faktisk gjelder. Igjen kan vi også se sosiale ulikheter når det gjelder hvem som er utsatt. Kjønn og alder har lite å si her. Andelen som mangler en de stoler på, er tilnærmet lik mellom kvinner og menn. Alder betyr heller ikke mye for andelen som mangler noen å stole på. Andelen øker riktignok noe med alder, men når vi kontrollerer for andre forhold som kjønn, utdanning, inntekt, helse og aleneboende, blir alderseffekten noe endret. Holder vi alle de andre kjennetegnene konstante, er det faktisk de yngste som er mest utsatt sammenlignet med de middelaldrende (45-66 år). For andre aldersgrupper er det ikke sikre sammenhenger.

Blant dem som bor alene, finner vi oftere enn blant andre noen som mangler en de kan stole på. Andelen er ikke høyere enn 3 prosent blant de aleneboende heller. Også når vi kontrollerer for andre kjennetegn, slår dette ut i negativ retning.



Figur 5. Personer 16 år og over som har vært plaget av ensomhet de siste 14 dagene, etter ulike kjennetegn. 2008. Prosent



Kilde: Levekårsundersøkelsen 2008, Statistisk sentralbyrå.

Kilde: Levekårsundersøkelsen 2008, Statistisk sentralbyrå.

Et gjennomgående trekk til nå har vært at lav utdanning og svekket helse gir økt risiko for å mangle sosiale kontakter. Så også i dette tilfellet. Blant dem med svekket helse er andelen oppe i 6 prosent. Blant dem som har grunnskole som høyeste fullførte utdanning, mangler nesten 3 prosent en de kan stole på. I utgangspunktet er ikke det særlig forskjellig fra befolkningen totalt. Men sammenhengene mellom utdanning og helse og sosial kontakt vedvarer når vi kontrollerer for andre kjennetegn ved respondentene i en multivariat analyse. Bruker vi lav utdanning og svekket helse som sosiale indikatorer, kan vi altså igjen hevde at mangel på sosial kontakt er noe skjevfordelt. Men hvorvidt man befinner seg over eller under lavinntektsgrensen, ser ikke ut til å ha noen betydning for sosial kontakt.

Sosialt aktive, men ensomme kvinner

Lite kontakt med andre kan føre til at man føler seg ensom, men likevel er ikke ensomhet det samme som mangel på kontakt med andre. Det å oppleve ensomhet har sammenheng med hvilke ønsker man har for sosial omgang, både hvor ofte og hvor mange man har kontakt med og selve innholdet i kontakten (Thorsen og Clausen 2009). Da er det ikke nødvendigvis noen motsetning når vi kan observere at andelen som var litt, ganske eller veldig mye plaget av ensomhet de siste fjorten dagene, har økt fra 21 prosent i 2005 til 28 prosent i 2008, samtidig som utviklingen på området vi kaller sosial kontakt, i det store og hele har vært positiv. Sammenligner vi 2008 med situasjonen enda lenger tilbake, er det imidlertid ikke noen stor endring – andelen som opplevde ensomhet i 1998 og 2002 var henholdsvis 26 og 25 prosent.

Som vist i figur 5 opplever rundt en fjerdedel av alle menn ensomhet, mens det er noe vanligere blant kvinner siden det oppleves av nesten en tredjedel, dette altså til tross for at menn oftere er utsatt for å mangle kontakt med venner, og at de oftere mangler en fortrolig venn. Multivariate analyser der vi også kontrollerer for alder, utdanning, helse, inntekt og ulike former for sosial kontakt, viser da også at kvinner er mer ensomme enn menn.



Minst ensom midt i livet

Ensomhet varierer med alderen. Blant de yngste (16-24 år) opplever nesten fire av ti ensomhet (se figur 5). Blant dem som har passert 25 år, faller andelen nokså jevnt med alder, og i gruppen 67-79 år er det drøyt to av ti som i ulik grad er plaget av ensomhet. Blant dem over 80 år er ensomheten igjen mer plagsom og oppleves av fire av ti, altså nokså likt som blant de yngste. Multivariate analyser bekrefter dette inntrykket. Når vi bruker de yngste som referansegruppe, finner vi ingen sikker forskjell i forhold til de eldste. Vi finner faktisk heller ikke sikre forskjeller i forhold til gruppen 25-44 år, men 45-79 åringer har jevnt over lavere sannsynlighet for å oppleve ensomhet enn de yngste.

Hvorvidt man bor sammen med noen, er likevel viktigere enn både kjønn og alder. Nesten halvparten av alle som bor alene, er plaget av ensomhet, og også når vi tar hensyn til andre forhold, viser det seg at det å bo alene gir kraftig utslag når det gjelder ensomhet.

Den sosiale forskjellen vi tidligere har omtalt for ulike former for sosial kontakt, finner vi også igjen når det gjelder ensomhet. Ensomheten rammer sterkere blant dem som har kort utdanning. En tredjedel av dem med grunnskole som høyeste utdanning opplever ensomhet. Blant dem som har utdanning over dette nivået, gjelder det en av fire. Disse utdanningsforskjellene står seg også når vi kontrollerer for andre forhold. Også svekket helse er uheldig for ensomhet. Så mange som halvparten av alle som har svekket helse, opplever ensomhet. Selv om nesten halvparten av dem som tilhører lavinntektsgruppen, føler seg ensomme, betyr dette svært lite når vi tar hensyn til andre forhold.

Lite sosial kontakt øker faren for ensomhet

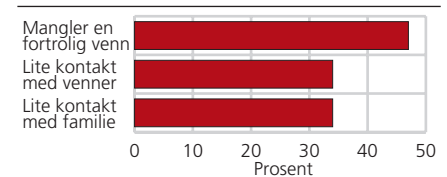
Selv om personer som har få kontakter med andre, oftere opplever ensomhet (Halvorsen 2005), har det også vært vist at ensomhet i relativt liten grad henger sammen med mangel på vennekontakt blant unge, mens det er en klarere sammenheng mellom mangel på vennekontakt og ensomhet blant eldre (Normann 2009). For å finne ut mer om sammenhengen mellom sosial kontakt og ensomhet har vi derfor brukt ulike former for sosial kontakt i multivariate analyser der vi ser på sannsynligheten for å oppleve ensomhet. Resultatene av slike analyser vil avhenge noe av hvilke kjennetegn man benytter. Vi har brukt kjønn, alder, utdanning, aleneboende og lavinntekt i tillegg til ulike indikatorer på sosial kontakt.

Alle de indikatorene på lite sosial kontakt som vi har brukt her, øker faren for ensomhet. Det gjelder dermed også lite kontakt med familie (kontakt sjeldnere enn månedlig). Tre av fire med lite kontakt med familien er plaget av ensomhet (se figur 6). Men i en multivariat analyse viser ikke lite kontakt med familien så sterk sammenheng med ensomhet som for eksempel helse, utdanning og det å bo alene. Det samme gjelder lite kontakt med venner. Selv om tre av fire som har lite kontakt med venner, er plaget av ensomhet (se figur 6), gir andre kjennetegn sterkere sammenheng i en multivariat analyse.

Det å ha en fortrolig venn ser derimot ut til å være mer avgjørende. Nær halvparten av dem som mangler en fortrolig venn, er plaget av ensomhet. I multivariate analyser finner vi også en ganske sterk sammenheng mellom det å mangle en fortrolig venn og det å oppleve ensomhet. Likevel er det faktisk mer avgjørende om man bor alene eller ikke, og om man opplever svekket helse.

Vi har også sett på i hvilken grad det å ha noen en stoler på som stiller opp i vanskelige situasjoner, påvirker ensomheten. Vi har brukt dem som mangler noen de stoler på, som referansegruppe, og da ser det faktisk ut til at det ikke spiller noen rolle om man ikke har noen, eller om man har en eller to man stoler på. Effekten ser vi først for dem som har tre eller flere de stoler på vil stille opp – det bidrar i sterk grad til å minske faren for å oppleve ensomhet.

Figur 6. **Personer 16 år og over som har vært plaget av ensomhet de siste 14 dagene, etter tegn på svekket sosial kontakt. 2008. Prosent**



Kilde: Levekårsundersøkelsen 2008, Statistisk sentralbyrå.

Artikkelen omtaler ikke organisasjonsaktivitet og politisk deltakelse. For tall om dette viser vi til de sosiale indikatorene 11.7-11.12 bak i tidskriftet, og ellers til tidligere utgaver av Samfunnsspeilet.

Referanser

- Andersen, Arne, Tor M Normann og Elisabeth Ugreninov (2006): *Intermediate Quality Report EU-SILC 2004. Norway*, Documents 2006/13, Statistisk sentralbyrå.
- Andersen, Arne (2006): «Aleneboendes demografi», i Mørk, Eiliv (red.) *Aleneboendes levekår*, Statistiske analyser 81, Statistisk sentralbyrå.
- Barstad, Anders (2009): *Gode venner – sjeldne fugler? Samfunnsspeilet 1/2009*, Statistisk sentralbyrå.
- Eurostat (2008): *Description of SILC user database variables: cross sectional and longitudinal. Version 2006.1 from 01-02-08*. European Commission, Eurostat, Directorate F, Unit F-3.
- Halvorsen, K. (2005): *Ensomhet og sosial isolasjon i vår tid*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag. Gyldendal Akademiske.
- Ugreninov, Elisabeth red. (2005): *Seniorer i Norge*, Statistiske analyser 72, Statistisk sentralbyrå.
- Lappegård, Trude (2009): *De fleste bor nær foreldre og voksne barn, Samfunnsspeilet 1/2009*, Statistisk sentralbyrå.
- Murphy, M. (2008): «Variations in kinship networks across geographical mobility», *Population and Development Review*, 34(1):19-49.
- Normann (2009): *Mest familie- og nabokontakt på bygda, Samfunnsspeilet 5-6/2009*, Statistisk sentralbyrå.
- Ringdal, Kristen (2001): *Enhet og mangfold. Samfunnsvitenskapelig metode og kvantitativ metode*, Fagbokforlaget, Bergen.
- Thorsen, Kirsten og Sten-Erik Clausen (2009): *Hvem er de ensomme? Samfunnsspeilet 1/2009*. Statistisk sentralbyrå.
- Wilhelmsen, Marit (2009): *Samordnet tverrsnittsundersøkelse 2008 – Tverrsnittsundersøkelsen. Dokumentasjonsrapport, Notater 2009/40*, Statistisk sentralbyrå.