

Sociale relationer

Sociale relationer handler om måden, hvorpå mennesker indgår i fællesskaber med hinanden. Sociale relationer er vigtige for menneskers trivsel, men også for vores helbred. Gode relationer kan medvirke til øget levealder^(1,2), mens dårlige relationer kan være forbundet med mentale problemer og øget risiko for fx astma, migræne og leddegigt⁽³⁾.

I dette tema indgår ensomhed blandt nordjyderne og i hvilket omfang man har nogen at tale med, når man har behov for det. Begge dele er vigtige pejlemærker på kvaliteten af de sociale relationer. Sociale relationer er desuden en faktor i hvert enkelt tema, da samlivsstatus indgår som baggrundsvariabel i standardtabellen.

Grundet indsamlingstidspunktet for undersøgelsen, der som tidligere nævnt foregik mens der var omfattende national nedlukning grundet COVID-19, kan det være særligt vigtigt at tolke resultaterne omkring udvikling i de sociale relationer med forsigtighed. For eksempel lyder et af spørgsmålene, som indgår i ensomhedsindikatoren: 'Hvor ofte føler du dig isoleret fra andre?'. Det kan ikke udelukkes, at svarene på dette spørgsmål er påvirket af restriktionerne på indsamlingstidspunktet.

Definitioner og afgrænsning

Ensomhed, begrænset social støtte og begrænset social kontakt

Ensomhed er belyst ved hjælp af en standardiseret og valideret skala for ensomhed kaldet T-ILS (Three Item Loneliness Scale). Skalaen består af tre spørgsmål (Bilag A, spørgsmål 68). De tre spørgsmål danner tilsammen en endimensionel skala, der rangerer fra 3-9, hvor en høj score indikerer en høj grad af ensomhed. En score på 7 eller derover anvendes til at karakterisere gruppen af ensomme⁽⁴⁾. Skalaen indgik første gang i undersøgelsen i 2017.

Begrænset social støtte er defineret som dem, der har svaret 'Nej, aldrig eller næsten aldrig' på spørgsmål 67: 'Har du nogen at tale med, hvis du har problemer eller brug for støtte?'

Begrænset social kontakt er baseret på spørgsmål 65 og defineres som kontakt med andre sjældnere end en gang om måneden.

Opsummering af resultater – sociale relationer

Ensomhed og begrænset social støtte – køn, alder og sociale forhold

12% af danskerne kan karakteriseres som ensomme, jævnfør ensomhedsskalaen. Det er samme andel, der ses blandt nordjyderne, hvilket fremgår af figur 3.1. I 2017 var andelen 8%. Det ses også i figuren, at det især er de unge i alderen 16-24 år, der er ensomme. Det gælder for hhv. 20% af mændene og 24% af kvinderne i denne aldersgruppe. Sammenlignet med Region Nordjylland er der en signifikant større andel ensomme i følgende grupper:

- Mænd i alderen 16-24 år, kvinder i alderen 16-24 år samt 25-44 år
- Borgere der er under uddannelse, har grundskole eller gymnasial uddannelse som højest fuldførte uddannelsesniveau
- Borgere der er arbejdsløse, førtidspensionister samt øvrige ikke-erhvervsaktive
- Borgere der bor alene (ikke-samlevende)

Andelen af borgere med begrænset social støtte er nogenlunde stabilt over perioden. Der ses dog en lille signifikant stigning fra 4% i 2010 til 5% i 2021. Som den eneste aldersgruppe blandt mænd og kvinder ses det, at andelen af mænd i alderen 16-24 år, der har begrænset social støtte, er signifikant større end gennemsnittet for Region Nordjylland. Der ses en signifikant større andel af borgere med begrænset social støtte i disse grupper:

- Mænd i aldersgruppen 16-24 år og mænd samlet set
- Borgere der har grundskole som højest fuldførte uddannelsesniveau
- Borgere der er førtidspensionister samt øvrige ikke-erhvervsaktive
- Borgere der bor alene (ikke-samlevende)

Udviklingen i ensomhed fra 2017 til 2021

Figur 3.2 viser, at for kvinderne er der sket en signifikant stigning i andelen af ensomme fra 2017 til 2021 uanset aldersgruppe. For kvinder i alderen 25-44 år er andelen steget fra 10% i 2017 til 18% i 2021. For mændene er der sket en stigning i andelen af ensomme i aldersgrupperne 16-24 år og 25-44 år – særligt for de 16-24-årige, hvor andelen er steget fra 11% i 2017 til 20% i 2021.

Ensomhed i de nordjyske kommuner

I figur 3.3 præsenteres andelen af ensomme i de nordjyske kommuner. Andelen varierer fra 8% i Mariagerfjord til 13% i Aalborg og Frederikshavn. Som den eneste kommune afviger Mariagerfjord signifikant fra gennemsnittet for hele regionen med en markant lavere andel af ensomme.

Fra 2017 til 2021 ses en signifikant udvikling i andelen af ensomme i følgende kommuner:

- Frederikshavn
- Rebild
- Thisted
- Vesthimmerland
- Aalborg

Sammenhæng mellem begrænset social kontakt og ensomhed

Figur 3.4 viser, at der er sammenhæng mellem begrænsede sociale kontakter og ensomhed. Blandt de borgere, der sjældnere end en gang om måneden har kontakt med venner, familie eller partner, som de ikke bor sammen med, er mellem 21% og 27% ensomme. Omvendt fremgår det, at ud af de borgere, der oftere har kontakt med andre, er der en signifikant mindre andel, der er ensomme, sammenlignet med gennemsnittet for befolkningen i Nordjylland.

Bonusinfo (data er ikke vist)

- Hhv. 8% af mændene og 9% af kvinderne har følt sig en del eller meget belastet af forholdet til venner eller familie inden for de seneste 12 måneder. Det gælder for 15% af mændene og 18% af kvinderne i aldersgruppen 16-24 år.
- 61% af nordjyderne defineres som samlevende. 13% af nordjyderne har en ægtefælle eller kæreste, som de ikke bor sammen med.
- Andelen, der er meget enig i, at man kan stole på de fleste mennesker, er steget signifikant fra 12% i 2010 til 16% i 2021.

Litteratur:

1. Holm I, Lund R, Jespersen A P: "Det gode seniorliv", Strandberg Publishing 2014
2. <https://sundaldring.ku.dk/sund-aldring-for-alle/gode-raad/hold-hjernen-skarpt/gode-sociale-relationer-oeger-levealderen/> (Besøgt 6.12.2021)
3. Christensen J et al: "Associations of loneliness and social isolation with physical and mental health among adolescents and young adults". Perspectives in Public Health, vol 141, issue 4 s. 126-136, 2021
4. Lasgaard M, Friis, K: "Ensomhed i befolkningen – forekomst og metodiske overvejelser". Temaanalyse, vol. 3, Hvordan har du det? CFK – Folkesundhed og Kvalitetsudvikling, 2015.

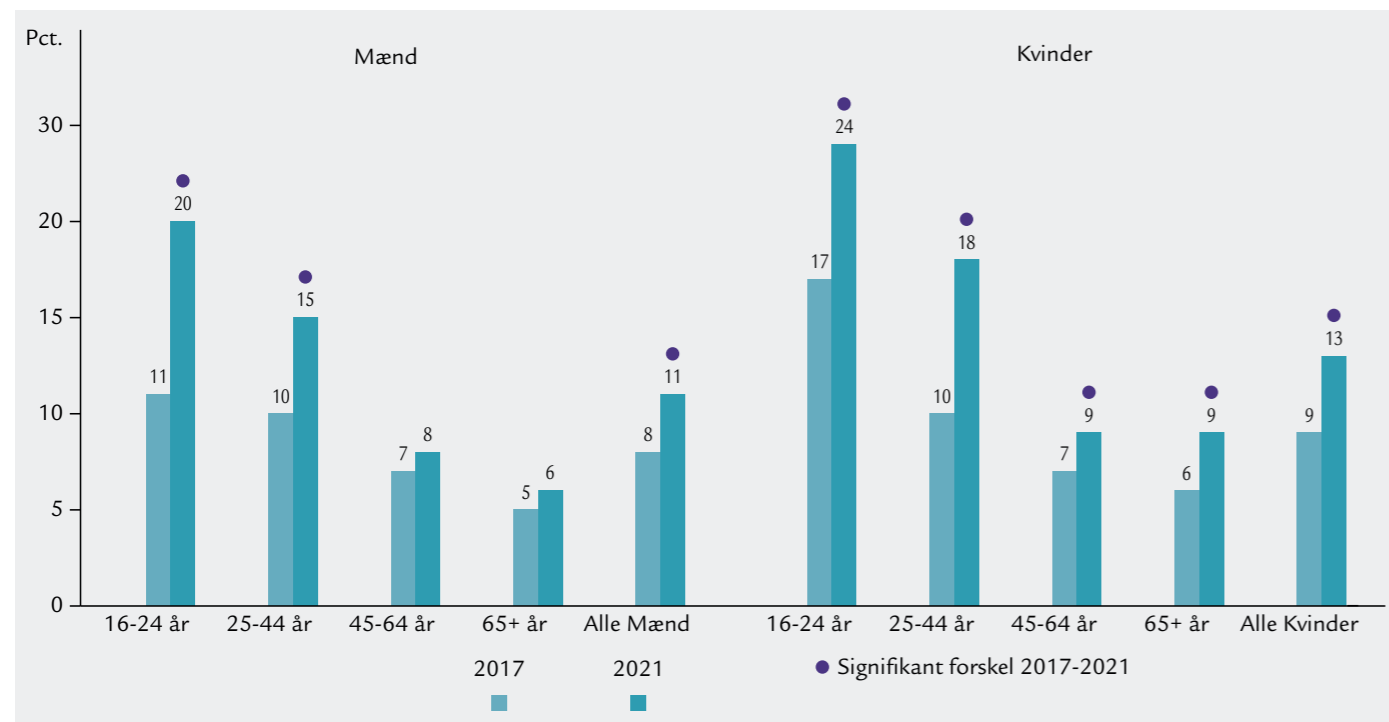
Figur 3.1: Ensomhed og begrænset social støtte – køn, alder og sociale forhold.

		Ensomhed*		Begrænset social støtte		Ensomhed	Begrænset social støtte
		Pct.		Pct.			
Alle	2010			4			16.000
	2013			4			21.000
	2017	8		4		37.000	19.000
	2021	12		5		52.000	21.000
Mænd	16-24 år	20		8		5.300	2.100
	25-44 år	15		6		8.300	3.300
	45-64 år	8		6		5.600	4.400
	65+ år	6		6		3.600	3.400
	Alle mænd	11		6		23.000	13.000
Kvinder	16-24 år	24		3		6.600	900
	25-44 år	18		4		11.000	2.500
	45-64 år	9		3		6.400	2.300
	65+ år	9		4		5.400	2.200
	Alle kvinder	13		4		29.000	7.900
Uddannelses-niveau	Under uddannelse	20		5		12.000	3.000
	Grundskole	15		7		10.000	4.800
	Gymnasial	22		5		3.300	800
	Erhvervsfaglig	9		4		12.000	5.800
	Kort videregående	9		4		2.500	1.200
	Mellemlang videregående	9		4		7.000	3.100
	Lang videregående	8		4		2.900	1.200
Erhvervsstatus	Beskæftigede	8		4		18.000	9.100
	Arbejdsløse	22		5		2.700	600
	Førtidspensionister	24		9		4.200	1.600
	Efterlønsmodtagere	7		3		200	100
	Alderspensionister	8		5		9.000	5.600
	Øvrige ikke-erhvervsaktive	34		8		7.600	1.900
Samlivsstatus	Samlevende	8		4		23.000	11.000
	Ikke-samlevende	19		7		29.000	10.000

Afviger ikke signifikant fra gennemsnittet i Region Nordjylland i 2021 Signifikant mindre Signifikant større

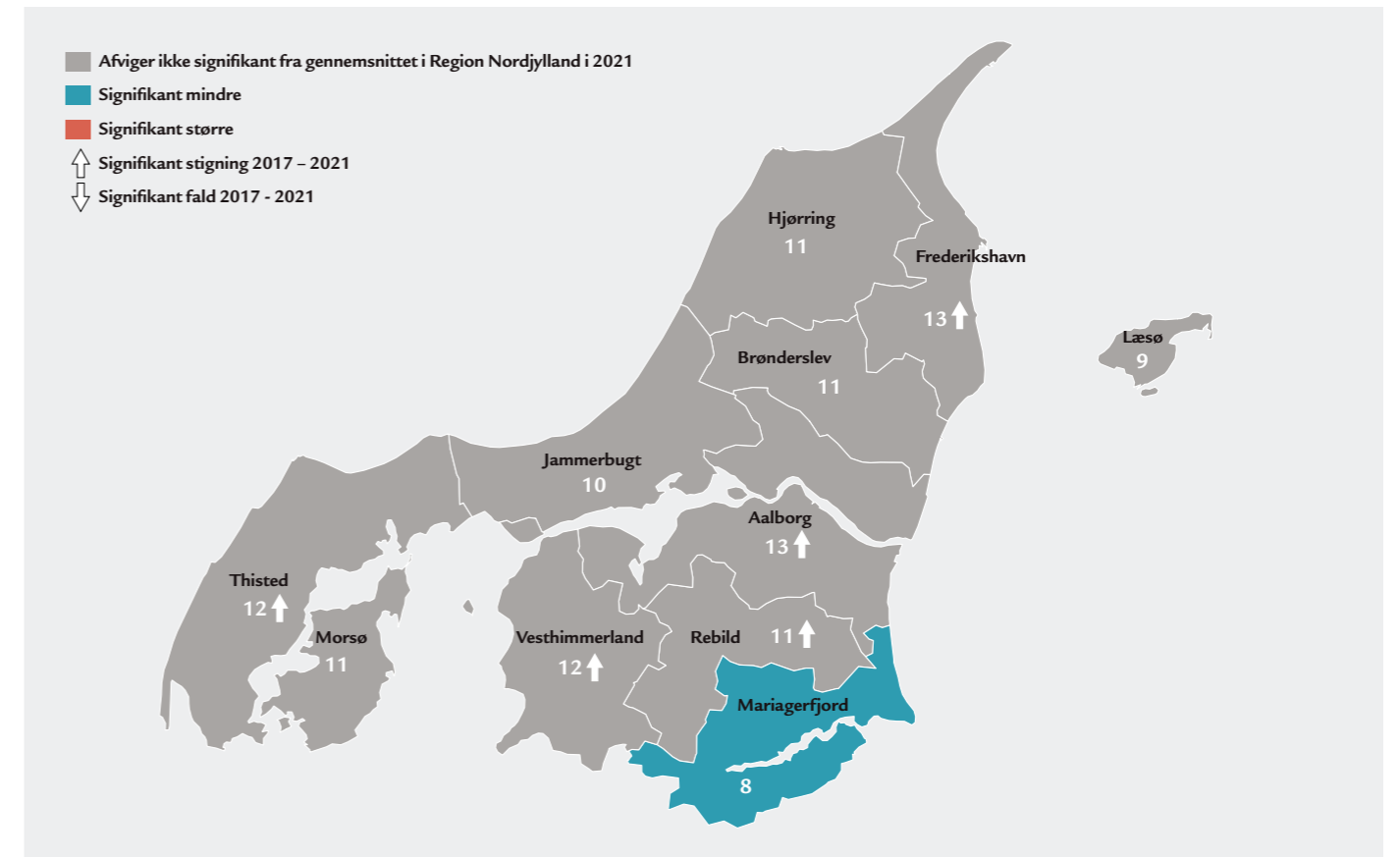
*Ensomhed indgik ikke i undersøgelserne i 2010 og 2013, hvorfor der ikke er data for disse år.

Figur 3.2: Ensomhed. Udviklingen fra 2017-2021. Procent.



Sociale relationer

Figur 3.3: Ensomhed i de nordjyske kommuner. Procent.



Figur 3.4: Sammenhæng mellem social kontakt og ensomhed.

		Pct.	Personer
Føler sig ensom	2021	12	52.000
Kontakt med familie	Mindre end en gang om måneden	25	8.100
	Mindst en gang om måneden	11	44.000
Kontakt med partner	Mindre end en gang om måneden	22	22.000
	Mindst en gang om måneden	9	29.000
Kontakt med venner	Mindre end en gang om måneden	27	12.000
	Mindst en gang om måneden	10	39.000

Afviger ikke signifikant fra gennemsnittet i Region Nordjylland i 2021 Signifikant mindre Signifikant større

Sociale relationer