Flere aleneboende, men færre venneløse

Stadig flere bor alene, og færre har besøkskontakt med mange naboer. Det mest påfallende utviklingstrekket i det sosiale kontaktmønsteret er imidlertid at flere oppgir å ha en fortrolig venn utenom egen familie. Flest sosialt isolerte og ensomme finner en blant de eldste kvinnene. Andre grupper som oftere enn andre oppgir at de føler seg ensomme er aleneboende, enslige og ikke-yrkesaktive.

Anders Barstad

Går vi mot et samfunn preget av større ensomhet og mindre solidaritet og fellesskap, slik det ofte hevdes? "Oppløsning av sosiale nettverk" er en standardforklaring på økningen av en rekke sosiale problemer, blant annet selvmord og kriminalitet. Hvilken støtte kan en hente for slike antakelser i levekårsundersøkelsene?

Gode familie-, vennskaps- og naborelasjoner representerer viktige ressurser i mange sammenhenger. Mange undersøkelser viser betydningen av sosial støtte for fysisk og psykisk helse. Studier av subjektiv livskvalitet tyder på at sosiale relasjoner er blant de sidene ved levekårene som betyr mest for livskvaliteten. Kvaliteten på ektefelle- eller samboerrelasjonen synes å bety spesielt mye. Hvilke sosiale relasjoner som er de viktigste vil imidlertid variere med hvilken livsfase en er i. For ungdom betyr foreldre og venner spesielt mye, mens et godt naboskap kan være viktig for eldre og andre ikke-yrkesaktive, som mer enn andre er avhengig av et godt nærmiljø (Barstad 1993).

Før vi går videre til å se på utviklingen i de sosiale relasjonene, må det nevnes at levekårsundersøkelsene har visse begrensninger som kilde til forståelse av de sosiale relasjonenes utvikling. For det første er hovedvekten lagt på de rent kvantitative sidene ved de sosiale kontaktene. Blant annet blir det spurt om hvor ofte den enkelte "treffer" foreldre, søsken, venner og naboer (brev- og telefonkontakter inngår ikke). Vi vet med andre ord langt mindre om utviklingen i de sosiale relasjonenes innhold, om graden av konflikt og støtte. Et annet problem er at spørsmålene ikke omfatter all familiekontakt, for eksempel ikke kontakten med tanter, onkler eller besteforeldre. Spørsmålene om vennskap gjelder vennskap utenom ens egen familie. Et tredje problem er at noen kan ha vanskelig for å innrømme at de har liten sosial kontakt i en intervjusituasjon. Spesielt kan det være vanskelig å innrømme at en ikke har fortrolige venner utenom familien, eller at en føler seg ensom. En må derfor regne med en viss underrapportering i svaret på

Viktige begreper

Bor alene: Personer i enpersonhusholdninger. Flerpersonhusholdninger er definert ved at flere personer er fast bosatt i samme bolig og har minst ett daglig måltid felles.

Enslig: Personer som ikke er gift eller samboende. Det store flertallet av disse bor alene.

Sjelden kontakt med eller helt uten gode venner: Personer som, bortsett fra medlemmer av egen familie, ikke har noen gode venner på stedet, eller som er sammen med disse sjeldnere enn hver måned.

Ingen fortrolig venn: Personer som, bortsett fra medlemmer av egen familie, ikke har noen som står dem nær, og som de kan snakke fortrolig med.

Sosialt isolert: Personer som bor alene, og som verken har kontakt med nære familiemedlemmer (foreldre, søsken eller voksne barn), gode venner (på bostedet eller andre steder) eller naboer så ofte som ukentlig.

slike spørsmål. Det er vanskelig å si om underrapporteringen øker eller minsker over tid, men med tanke på den økte åpenhet og debatt om slike spørsmål, er det kanskje mest sannsynlig at underrapporteringen blir noe mindre over tid.

Flere aleneboende og enslige

Det blir stadig mer vanlig å bo alene. Ifølge levekårsundersøkelsen i 1980 bodde 12 prosent av den voksne befolkningen alene. Denne andelen hadde økt til 17 prosent i 1995 (figur 1). Dette er i samsvar med det vi vet fra andre kilder: Folke- og boligtellingene viste en fordobling av andelen enpersonhusholdninger fra 1970 til 1990 (Noack og Keilman 1993). Levekårsundersøkelsen i 1973 viste at 9 prosent av befolkningen (17 år og eldre) bodde alene.

Denne utviklingen skyldes flere forhold: Hyppigheten av samlivsoppløsninger har økt (flere skilsmisser, flere i relativt ustabile samboerforhold). Andelen i aldersgruppen 16-79 år som ikke lever i parforhold, økte fra 29 prosent i 1980 til 34 prosent i 1995. Samtidig bor de som ikke lever i parforhold oftere alene enn før. Tar vi for oss yngre enslige (aldersgruppen 25-44 år), økte andelen som bor alene i denne gruppen fra 56 prosent i 1980 til 74 prosent i 1995. Endelig er det blitt flere eldre i befolkningen, og eldre bor oftere alene enn yngre (se nedenfor).

Litt mindre nabokontakt

Antallet personer som ikke har besøkskontakt med andre familier eller husstander i nabolaget, har utgjort omkring en fjerdedel av befolkningen i hele perioden fra 1980 til 1995. Men det er blitt færre som har god kontakt med *mange* naboer; andelen i befolkningen som hadde besøkskontakt med fem eller flere familier/husstander ble redusert fra 28 til 18 prosent fra 1980 til 1995.

Liten familiekontakt like vanlig som før

Familie regnes her som foreldre, søsken og egne barn over 15 år som er flyttet hjemmefra. 13 prosent av befolkningen hadde i 1995 sjelden eller ingen kontakt med slike nære familiemedlemmer, og denne andelen har vært stabil i 1980-årene. "Sjelden kontakt" innebærer at en "treffer" foreldre, søsken og barn sjeldnere enn månedlig. Som nevnt er ikke alle former for familiekontakt (f.eks. tanter, onkler og besteforeldre) tatt med, heller ikke telefon- og brevkontakt.

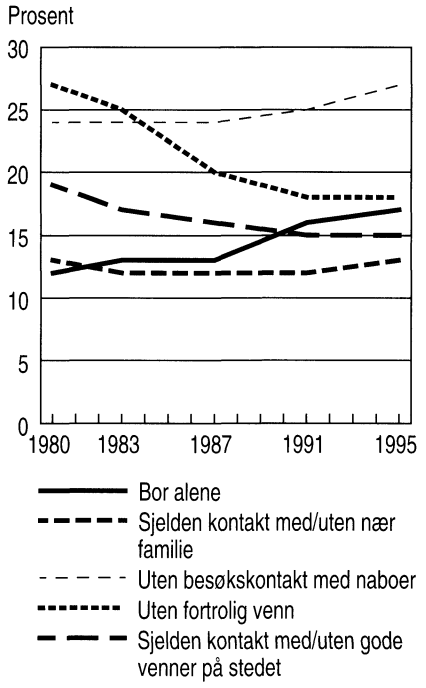
Lavere dødelighet medfører at det er blitt gradvis flere som har foreldre i live. I 1973 hadde fire av ti i den voksne befolkningen ingen foreldre i live, i 1995 vel tre av ti. Kontakten med barn som er flyttet hjemmefra, er blitt litt hyppigere i denne 20-årsperioden, mens søskenkontakten har vært så godt som uforandret (se også Noack og Barstad 1994).

Flere har kontakt med gode og fortrolige venner

Det mest påfallende trekk ved utviklingen av de sosiale relasjonene de siste 15 årene er økningen i andelen av den voksne befolkningen som har fortrolige venner utenom familien. Fortrolig venn er definert som "noen som står deg nær og som du kan snakke fortrolig med". Knapt en av fem hadde ingen fortrolig venn utenom familien i 1995, sammenlignet med omkring en av fire på begynnelsen av 1980-tallet (figur 1).

I tillegg har det vært en svak, men jevn nedgang i andelen som sier at de sjelden har kontakt med eller er helt uten "gode venner" på bostedet (utenom familien). "Sjelden kontakt" vil si at en er "sammen med" venner sjeldnere enn hver måned. Denne nedgangen skyldes nesten utelukkende en økning i kontakthyppigheten med de vennene en har, andelen som ikke har gode venner på bostedet har vært omtrent uendret (11 prosent i 1980 og 10 prosent i 1995).

Figur 1: **Utviklingen i andelen aleneboende og i ulike former for svak sosial kontakt. Personer 16-79 år. Prosent. 1980-1995**



Kilde: Levekårsundersøkelsene

Varige vennskap?

De fortrolige vennskapene synes å ha en betydelig grad av varighet. Vel 60 prosent av de som hadde fortrolige venner, oppgav i 1995 at ett eller flere (inntil tre kunne oppgis) av disse vennskapene hadde vart i 10 år eller mer. Fire av ti hadde fortrolige venner som de hadde kjent siden barndommen. De middelaldrende 45-66-åringene har færrest barndomsvenner (34 prosent) og unge 16-24 år har flest (48 prosent). Det er mer vanlig blant bosatte i spredtbygde strøk enn i de store byene å ha en barndomsvenn. Snaut halvparten av bosatte i spredtbygde strøk telte en eller flere

barndomsvenner blant sine nærmeste fortrolige venner, sammenlignet med vel en av tre i de store byene.

Organisasjonsdeltakelse: Mer idrett, mindre politikk

En viktig form for sosial deltakelse er aktiviteten i frivillige organisasjoner. Dels gir denne aktiviteten mulighet for å utvide bekjentskapskretsen og få gode venner, dels gir den mulighet for å delta i beslutninger som både angår lokalmiljøet og den større samfunnsutviklingen. Det siste gjelder spesielt fag- og yrkesorganisasjoner og politiske partier.

Organisasjonsaktiviteten har vært omtrent uforandret fra 1980 til 1995, i overkant av halvparten av befolkningen er aktive i en eller flere organisasjoner. Utviklingen har imidlertid vært nokså ulik for forskjellige organisasjonstyper. Mens andelen i befolkningen som er aktive medlemmer i idrettslag, har økt litt i perioden (fra 15 til 18 prosent), har det vært en påfallende nedgang i den politiske deltakelsen. I løpet av et tidsrom på 15 år har den aktive deltakelsen i politiske partier blitt halvert i Norge, fra 6 prosent av befolkningen i 1980 til 3 prosent i 1995. I samme tidsrom ble andelen som er medlem av et politisk parti, redusert fra 17 til 10 prosent.

De organisasjonstypene som hadde flest aktive medlemmer i 1995, var idrettslag og fag- og yrkesorganisasjoner.

Forskyvning i kontaktmønsteret

De beskrevne endringene fra 1980 til 1995 peker i retning av en viss forskyvning i det sosiale kontaktmønsteret. De sosiale relasjonene innen husholdningen er blitt mindre stabile og omfattende, mens nære, fortrolige relasjoner utenfor husholdet er blitt mer vanlig. Tidsnyttingsundersøkelser viser en lignende forskyvning, vi tilbringer mindre tid i boligen enn tidligere. Også tiden som tilbringes i nærmiljøet, området i gangavstand til boligen, er redusert (Haraldsen og Kitterød 1992, Andersen 1993).

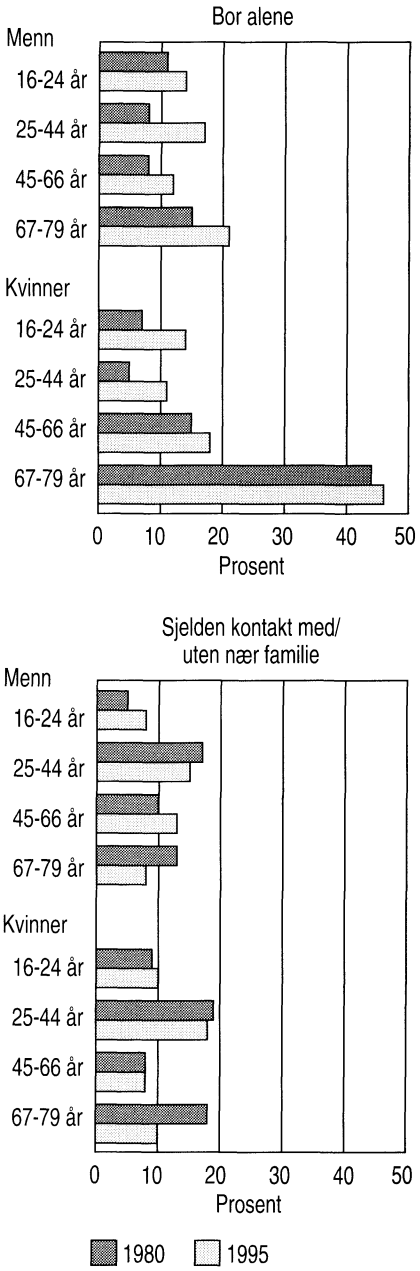
Denne utviklingen har mange årsaker. Når flere bor alene, vil flere søke sine kontakter utenfor husholdet. Det kan se ut til at en mer "kontinental" fritidskultur har fått innpass i Norge, ved at flere enn tidligere går på dans og oppsøker restauranter og kafeer (Barstad 1993). At yrkesdeltakelsen, og dermed den sosiale kontaktflaten, har økt blant kvinner, kan være en av forklaringene på at andelen med fortrolige venner har økt spesielt mye blant kvinner (se nedenfor). Det er også mulig at normene har endret seg, slik at det i større grad er blitt tillatt å være fortrolig og åpen i forhold til mennesker utenfor familiekretsen.

Færre av de eldste kvinnene har liten familiekontakt

Hvordan har familie- og vennskapskontakten utviklet seg for menn og kvinner i ulike aldersgrupper? Tendensen til at flere bor alene har vært sterkest blant menn i alderen 25-44 år og blant kvinner under 45 år. Andelen som bor alene har endret seg minst i den gruppen hvor det er mest vanlig å bo alene, blant de eldre kvinnene. Nesten halvparten av kvinner i alderen 67-79 år bor alene, blant kvinner som er 80 år og eldre bor sju av ti alene.

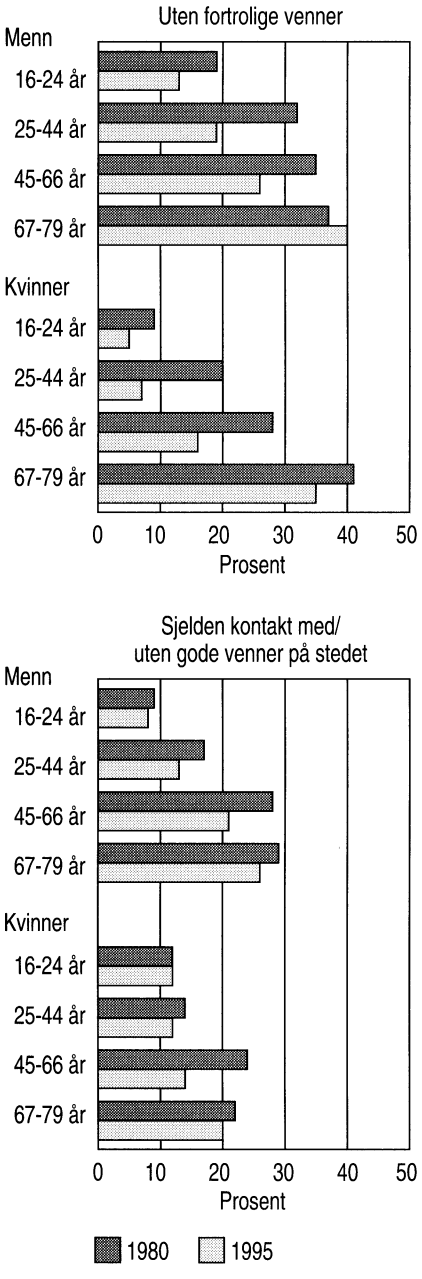
Kvinner og menn i alderen 25-44 år har dårligst familietilknytning. En må her være oppmerksom på at familietilknytning ikke omfatter ektefelle/samboer og hjemmeboende barn under 16 år. De eldre aldersgruppene har i langt større grad voksne barn som de kan ha kontakt med. I løpet av de siste 15 årene har det bare skjedd små endringer i familiekontakten for de fleste grupper. Unntaket er

Figur 2: **Andelen som bor alene, og andelen som sjelden har kontakt med eller er helt uten nære familiemedlemmer, blant menn og kvinner i ulike aldersgrupper. Prosent. 1980 og 1995**



Kilde: Levekårsundersøkelsene

Figur 3: **Andelen som mangler en fortrolig venn, og andelen som sjelden har kontakt med eller er helt uten gode venner på stedet, blant menn og kvinner i ulike aldersgrupper. Prosent. 1980 og 1995**



Kilde: Levekårsundersøkelsene

først og fremst kvinner i alderen 67-79 år, hvor det er klart færre i 1995 enn i 1980 som har liten familiekontakt.

Flere menn enn kvinner er uten fortrolige venner

Menn har i nesten like stor grad som kvinner kontakt med gode venner på bostedet, og økningen i denne formen for vennskapskontakt har vært omtrent den samme for begge kjønn. Derimot har kvinner i større grad enn menn fortrolige venner, og denne forskjellen har økt de siste 15 årene. Mens 22 prosent av mennene ikke hadde noen fortrolig venn utenfor familien i 1995, var tilsvarende andel for kvinner 13 prosent.

Kontakten med gode venner på stedet har økt mest i den "godt voksne" aldersgruppen 45-66 år. Andelen som mangler en fortrolig venn, er sterkest redusert i aldersgruppene 25-44 og 45-66 år, særlig blant kvinner. Det er bare blant de eldste mennene at antallet som mangler fortrolige venner har vært uendret.

Hvor utbredt er sosial isolasjon og ensomhet?

Levekårsundersøkelsene gir et bilde av et samfunn hvor den sosiale kontakthyppigheten er meget stor, og hvor antallet sosialt isolerte er svært lite. To tredjedeler av den voksne befolkningen er minst ukentlig sammen med gode venner. Litt mer enn halvparten av de som har foreldre de ikke bor sammen med, treffer foreldrene omtrent daglig eller ukentlig. Hyppig søsken- og nabokontakt er litt mindre vanlig. Litt over en tredjedel er minst ukentlig sammen med naboer, omtrent den samme andelen treffer søsken en ikke bor sammen med daglig eller ukentlig.

Under 2 prosent av befolkningen har ingen gode venner utenom familien, verken på bostedet eller andre steder. Andelen som verken har gode eller fortrolige venner, og som i tillegg bor alene, utgjør en forsvinnende liten del av befolkningen, godt under 1 prosent i 1995. Vel 1 prosent av befolkningen kan defineres som sosialt isolerte: De bor alene og treffer verken nære familiemedlemmer, venner eller naboer så ofte som ukentlig.

Hyppige sosiale kontakter er likevel ingen garanti mot ensomhet og savn av fortrolighet. Det viktige er ikke nødvendigvis omfanget av kontakten, men hvor nær og fortrolig denne kontakten er. I Levekårsundersøkelsen 1995 er det stilt et spørsmål om hvor ofte den enkelte opplever ensomhet. Som en kunne forvente er antallet ensomme større enn antallet sosialt isolerte. 4 prosent av den voksne befolkningen oppgir at de ofte føler seg ensomme, 18 prosent oppgir at det hender av og til (tabell 1). En må regne med at disse tallene representerer en undervurdering av det reelle antallet som føler seg ensomme, siden det sannsynligvis er vanskelig for en del å innrømme slike følelser i et intervju ansikt til ansikt. Undersøkelser med bruk av selvutfylt spørreskjema har funnet høyere tall (Thorsen 1990).

Flest sosialt isolerte blant eldre kvinner

Det er et lite mindretall som er sosialt isolerte i alle aldersgrupper. Gruppen eldre over 66 år har imidlertid en litt større andel isolerte enn de yngre. Særlig gjelder dette de eldre kvinnene. 4 prosent av kvinner 67-79 år og 9 prosent av kvinner 80 år og eldre bor alene og har sjeldnere enn ukentlig kontakt med nær familie, venner og naboer. Siden nær familie ikke omfatter barnebarn og nevøer/nieser, kan tallet på sosialt isolerte i denne gruppen være overvurdert. Det er også de eldre kvinnene som i størst grad oppgir at de er ensomme (tabell 1).

Aleneboende og enslige mer ensomme enn andre

Tre ganger så mange aleneboende som i befolkningen som helhet er ofte ensomme. Enslige opplever oftere ensomhet enn gifte eller samboende, først og fremst enslige som tidligere har bodd sammen med en partner. Som en kunne forvente, er det en meget sterk sammenheng mellom sosial isolasjon og ensomhet. Snaut to tredjedeler av de som er sosialt isolerte, dvs. bor alene og har sjeldnere enn ukentlig kontakt med nær familie, venner og naboer, er ofte eller av og til ensomme.

Ikke-yrkesaktive er oftere ensomme enn yrkesaktive, også når en tar hensyn til at gruppen ikke-yrkesaktive er eldre og har en større andel kvinner enn de yrkesaktive. Dette har blant annet sammenheng med at det er flere blant de ikke-yrkesaktive som er enslige.

Tabell 1: **Andel som føler seg ensom, etter kjønn, alder og om en bor alene. Prosent. 1995**

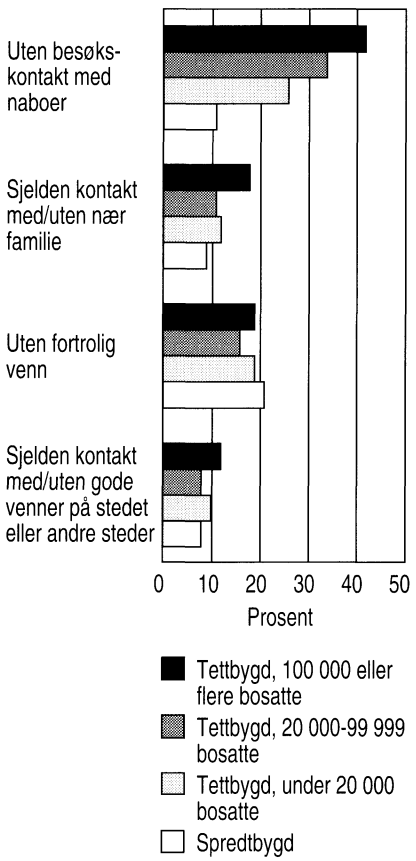
	Alle		Aleneboende	
	Ofte ensom	Av og til ensom	Ofte ensom	Av og til ensom
Alle	4	18	13	32
Menn	3	14	11	31
16-24 år	3	12	2	24
25-44 år	3	13	14	28
45-66 år	2	16	10	43
67-79 år	5	13	15	33
80- år	5	21	:[1]	:[1]
Kvinner	5	22	15	33
16-24 år	1	24	3	35
25-44 år	4	19	10	30
45-66 år	4	20	11	35
67-79 år	10	25	21	32
80- år	19	33	24	37

[1] Antallet personer som svarte er for lite til at tall kan offentliggjøres.
Kilde: Levekårsundersøkelsen

Mest nabokontakt i spredtbygde strøk

Den store forskjellen mellom de sosiale relasjonene i by og land er nabokontakten (figur 4). I de største byene er det vel fire av ti som ikke har besøkskontakt med noen av naboene. I spredtbygde strøk gjelder dette bare en av ti. Disse forskjellene har vært nokså stabile på 1980-tallet. Andre indikatorer på sosial kontakt viser imidlertid langt mindre forskjeller mellom by og land. Andelen av befolkningen som har liten familiekontakt, er høyest i de største byene, men varierer ellers lite mellom bostedsstrøkene. Vennekontakten og andelen som har en fortrolig venn, er omtrent den samme over alt. Riktignok er det flere i storbyene som har liten eller ingen kontakt med venner på stedet, men når en tar med kontakten med gode venner andre steder, forsvinner disse forskjellene. Det er en svak tendens til at litt flere i de største byene enn i de andre bostedsstrøkene er sosialt isolerte (3 prosent i de største byene og 1 prosent ellers i landet). Det var likevel ingen forskjeller mellom bostedsstrøkene i hvor mange som oppgav at de var ensomme.

Figur 4: **Andelen med ulike former for svak sosial kontakt i ulike bostedsstrøk. Prosent. 1995**



Kilde: Levekårsundersøkelsen

Det er mange årsaker til disse forskjellene mellom by og land. En av dem kan være at bosatte i de største byene har bodd på stedet i kortere tid enn bosatte på landsbygda. Utviklingen av nabo- og vennskapskontakter på stedet tar tid. I tettbygde strøk med 100 000 bosatte eller mer har en av tre bodd mindre enn fem år på stedet, i spredtbygde strøk har bare en av ti bodd på stedet i så kort tid.

Avslutning

De utbredte antakelser om svekkede sosiale nettverk, mindre fellesskap og større grad av sosial isolasjon får begrenset støtte i levekårsundersøkelsenes data. Antakelsene er riktige i den forstand at antallet samlivsbrudd er økende, og dermed antallet som til enhver tid er enslige og aleneboende. Det kan også konstateres en viss reduksjon i nabokontaktene, med andre ord den delen av de sosiale nettverkene som er knyttet til nærmiljøet. Som vist er det til gjengjeld flere enn tidligere som har fortrolige venner utenom egen familie, kontakten med gode venner på stedet er litt hyppigere, og det er ingen tendenser til svekkelse av kontakten med nære familiemedlemmer.

Det er mange årsaker til at utviklingen i de sosiale relasjonene ikke er fullt så negativ som en ofte får inntrykk av. Bedre kommunikasjonsforhold er sannsynligvis viktig (veiutbygging, flyforbindelser, større bilhold m.m.), det samme gjelder den økte fritiden i enkelte grupper (Noack og Barstad 1994). Det kan også være grunn til å peke på den generelle økningen i kvinners samfunnsdeltakelse, ved siden av mulige endringer i holdninger og normer.

Betyr den økte kontakthyppigheten utenfor husholdningen at det blir mindre ensomhet? At flere har fortrolige venner, skulle i seg selv bidra til å redusere følelsen av ensomhet i samfunnet. Men samtidig er det som nevnt blitt flere aleneboende, og antallet skilte og separerte øker. Dette er grupper som føler seg mer ensomme enn andre (se ovenfor og Thorsen 1990). Flere samlivsbrudd og flere aleneboende kan bety mer for utbredelsen av ensomhet enn den økte kontakthyppigheten utenfor hus-



holdet. I en undersøkelse fra Oslo var det mangelen på ektemake/partner og "å komme hjem til tom bolig" som oftest ble nevnt som årsak til ensomhet (Thorsen 1990). Ensomhetsfølelsen har sannsynligvis også sammenheng med det generelle, følelsesmessige "klima" i samfunnet: Det er blitt mer vanlig å tenke at folk tar mindre vare på hverandre og at fellesskapsfølelsen i samfunnet er svekket.

Det er få undersøkelser som kan si noe om ensomhetsfølelsen blir mer eller mindre utbredt i samfunnet. Slike undersøkelser er også vanskelige å tolke siden det er tenkelig at underrapporteringen av slike følelser blir mindre over tid. De norske "verdiundersøkelsene" tyder på en svak økning fra 1982 til 1990 i andelen av befolkningen som hadde følt seg "svært ensom eller fjern fra andre" i løpet av de siste ukene før intervjuet (fra 10 til 13 prosent, se Listhaug m.fl. 1983, Listhaug og Huseby 1990).

Litteratur

Andersen, Arne (1993): "Nærmiljø og arbeidsmiljø". I *Sosialt Utsyn 1993*. Statistiske analyser. Statistisk sentralbyrå.

Barstad, Anders (1993): "Sosial deltaking". I *Sosialt Utsyn 1993*. Statistiske analyser. Statistisk sentralbyrå.

Haraldsen, Gustav og Hege Kitterød (1992): *Døgnet rundt. Tidsbruk og tidsorganisering 1970-90*. Sosiale og økonomiske studier 76. Statistisk sentralbyrå.

Listhaug, Ola, Anders Todal Jenssen og Hans Terje Mysen (1983): Values in Norway: *Study description and codebook*. ISS-rapport nr. 11, Department of sociology, the University of Trondheim.

Listhaug, Ola og Beate Huseby (1990): Values in Norway 1990: *Study description and codebook*. ISS-rapport nr. 29, Department of sociology, the University of Trondheim.

Noack, Turid og Anders Barstad (1994): "Søskenrelasjoner: Fortsatt vanlig med mange søsken og hyppig kontakt". *Samfunnsspeilet* nr. 1/94. Statistisk sentralbyrå.

Noack, Turid og Nico Keilman (1993): "Familie og husholdning". I *Sosialt Utsyn 1993*. Statistiske analyser. Statistisk sentralbyrå.

Thorsen, Kirsten (1990): *Alene og ensom, sammen og lykkelig?* Ensomhet i ulike aldersgrupper. NGI, rapport nr. 2, 1990.

***Anders Barstad** er førstekonsulent i Statistisk sentralbyrå, Seksjon for demografi og levekårsforskning.*