



**HI**

FÉLAGSVÍSINDASTOFNUN



Stjórnarráð Íslands  
Félags- og vinnumarkaðsráðuneytið



# Einangrun eldra fólks

Greining á einangrun og einmanaleika eldra fólks eftir uppruna

## Framkvæmd og heimtur

- Könnun unnin að beiðni félags- og vinnumarkaðsráðuneytisins
- Gagnaöflun
  - Lagskipt slembiúrtak 3.600 einstaklinga 67 ára og eldri, búsett á Íslandi
    - 1.800 fæddir á Íslandi með íslenskt ríkisfang      Svarhlutfall = 56%
    - 1.213 með erlent ríkisfang      Svarhlutfall = 16%
    - 587 fæddir erlendis með íslenskt ríkisfang      Svarhlutfall = 36%
    - Alls bárust 1.382 svör.
  - Frá 24. apríl til 29. júní 2023
  - Net-, síma- og póstkönnun
  - Kynningarbréf og könnunin voru á fjórum tungumálum: íslensku, ensku, pólsku og spænsku og voru símaviðtöl sömuleiðis í boði á öllum þessum málum.

## Efnistöð spurningalista

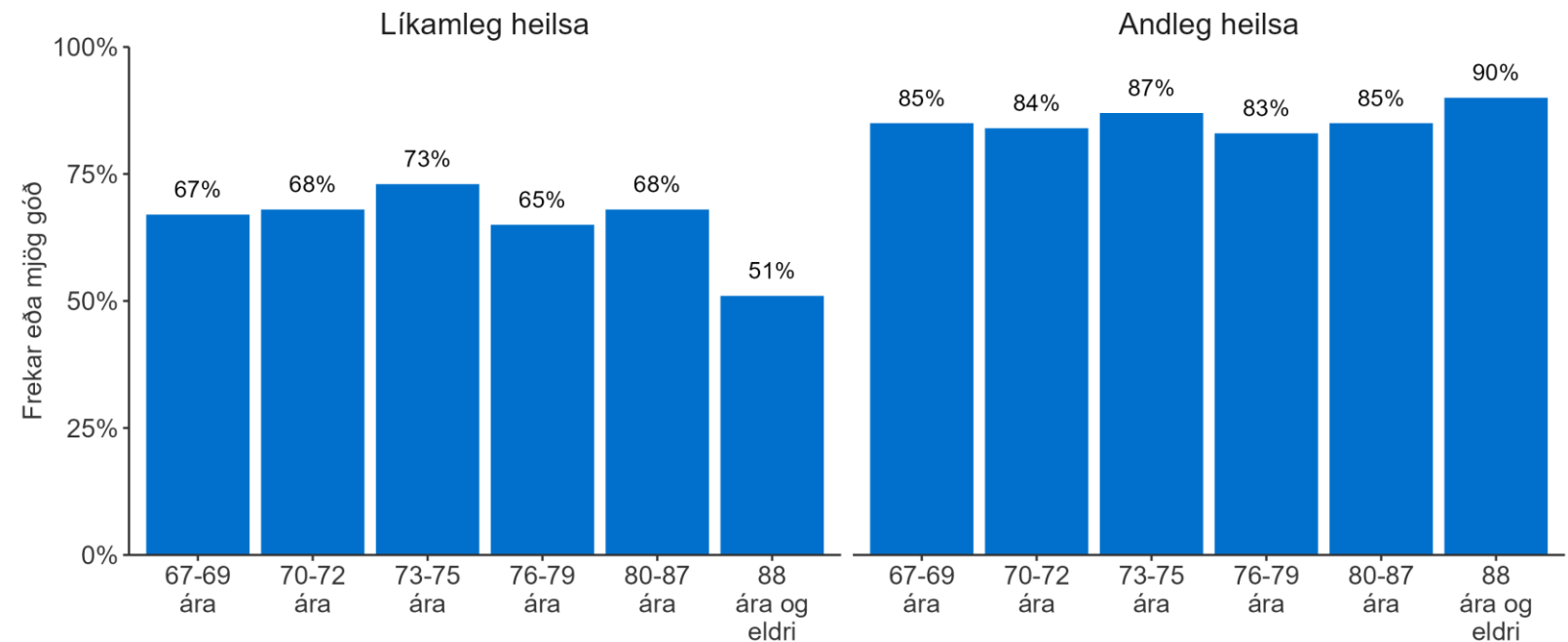
- Almennt heilbrigði
- Einmanaleiki
- Félagsleg virkni og einangrun
- Aðstoð í daglega lífinu
- Tölvur og tækni
- Búsetuhagir
- Atvinnuhagir
- Fjárhagur
- Áföll

# NIÐURSTÖÐUR

# Almennt heilbrigði



- 67% telja líkamlega heilsu sína frekar eða mjög góða.
  - Nánast óháð aldri, einungis á meðal 88 ára og eldri þar sem helmingur telur líkamlega heilsu frekar eða mjög góða.
- 87% áttu ekki erfitt með að komast að heiman og milli staða vegna færniskerðingar
  - Á bilinu 8-12% 67-80 ára átti erfitt með þetta
  - 61% 88 ára og eldri átti erfitt með þetta
- 85% telja andlega heilsu frekar eða mjög góða og töldu allir aldurshópar andlega heilsu sína góða

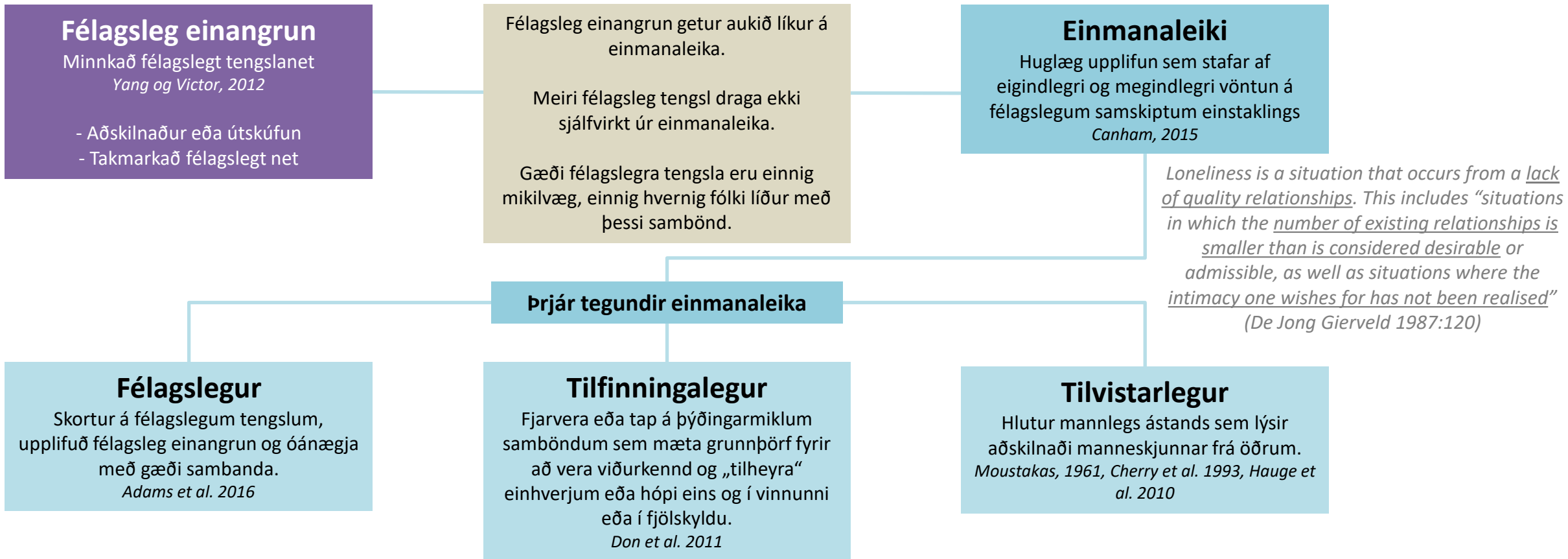


# Einmanaleiki



● Hlutlæg (áþreifanleg) mæling

● Huglæg mæling



Aðlagð frá: Haroon D. (2019). Understanding Loneliness: what does it mean? How to we experience it across the lifecourse? What Works Wellbeing.

# Mæling okkar á einmanaleika

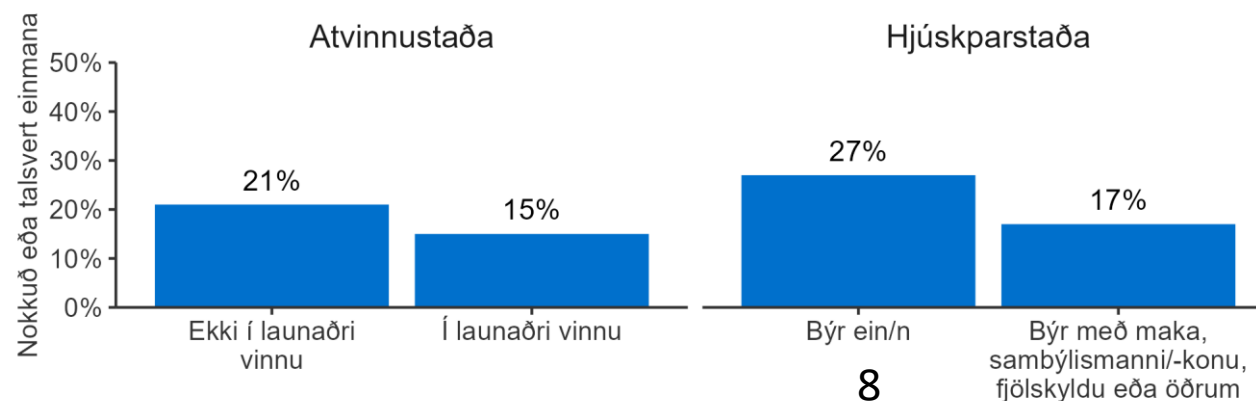
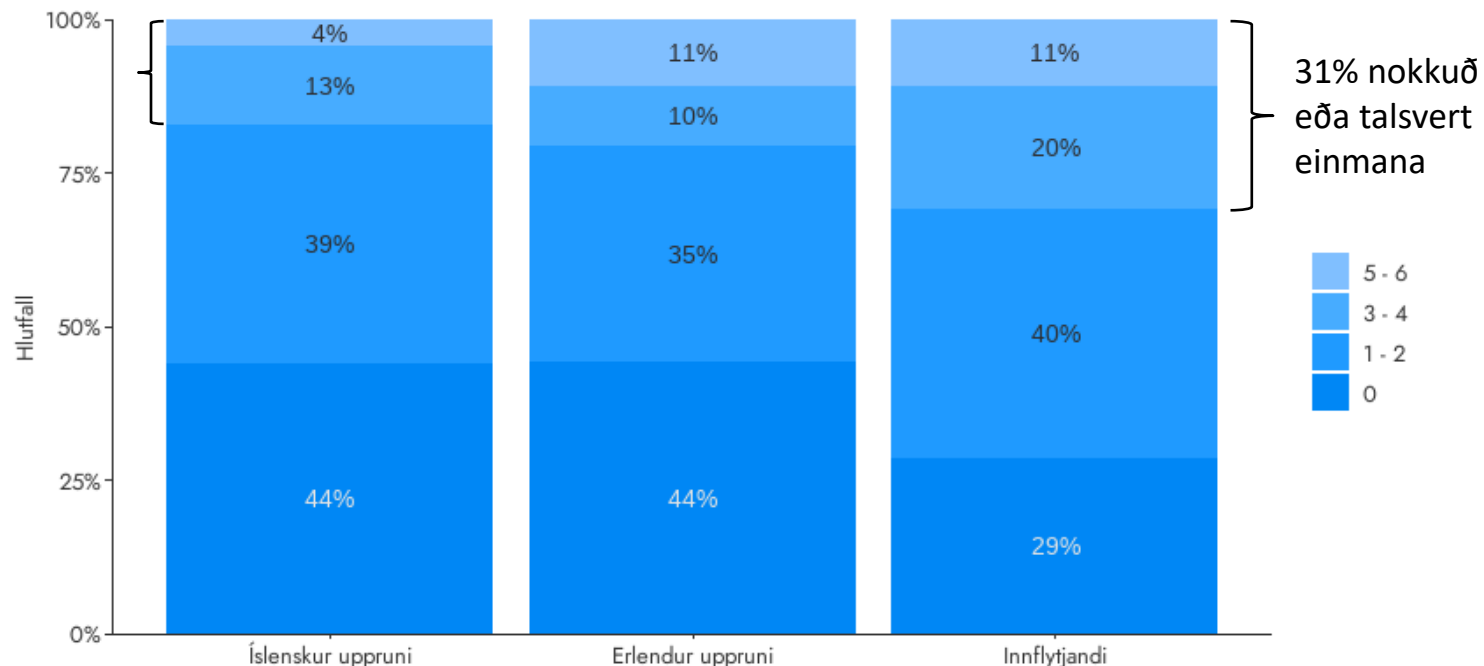


- Við notuðum mælitæki sem nefnist The Loneliness Scale (*Gierveld og Tilburg, 2006*)
- **Tilfinningalegur einmanaleiki**
  - Ég finn fyrir tómleika
  - Ég sakna þess að hafa fólk í kringum mig
  - Mér finnst oft að mér sé hafnað
- **Félagslegur einmanaleiki**
  - Það eru margir sem ég get leitað til ef ég lendi í erfiðleikum
  - Það eru margir sem ég get algjörlega treyst á
  - Það eru nægilega margir sem mér finnst ég nán/n

## Einmanaleiki

- Innflytjendur voru meira einmana en þau sem skilgreindu sig af íslenskum uppruna
  - 29% innflytjenda var ekki einmana
  - 44% fólks af íslenskum uppruna var ekki einmana
  - 31% innflytjenda var nokkuð eða talsvert einmana (3-6 á kvarðanum)
  - 17% fólks af íslenskum uppruna var nokkuð eða talsvert einmana
- Þeir sem voru ekki í launaðri vinnu eða bjuggu einir voru meira einmana

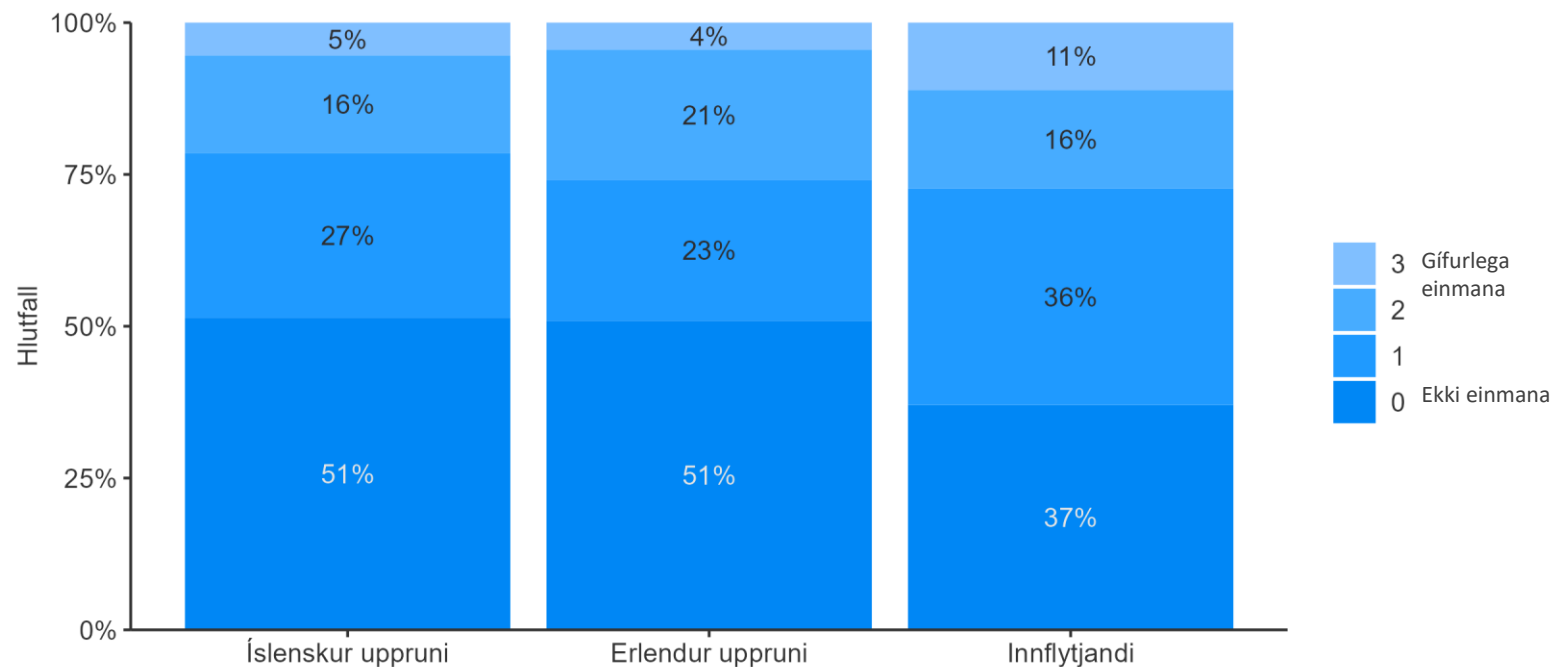
17% nokkuð eða talsvert einmana





## Tilfinningalegur einmanaleiki

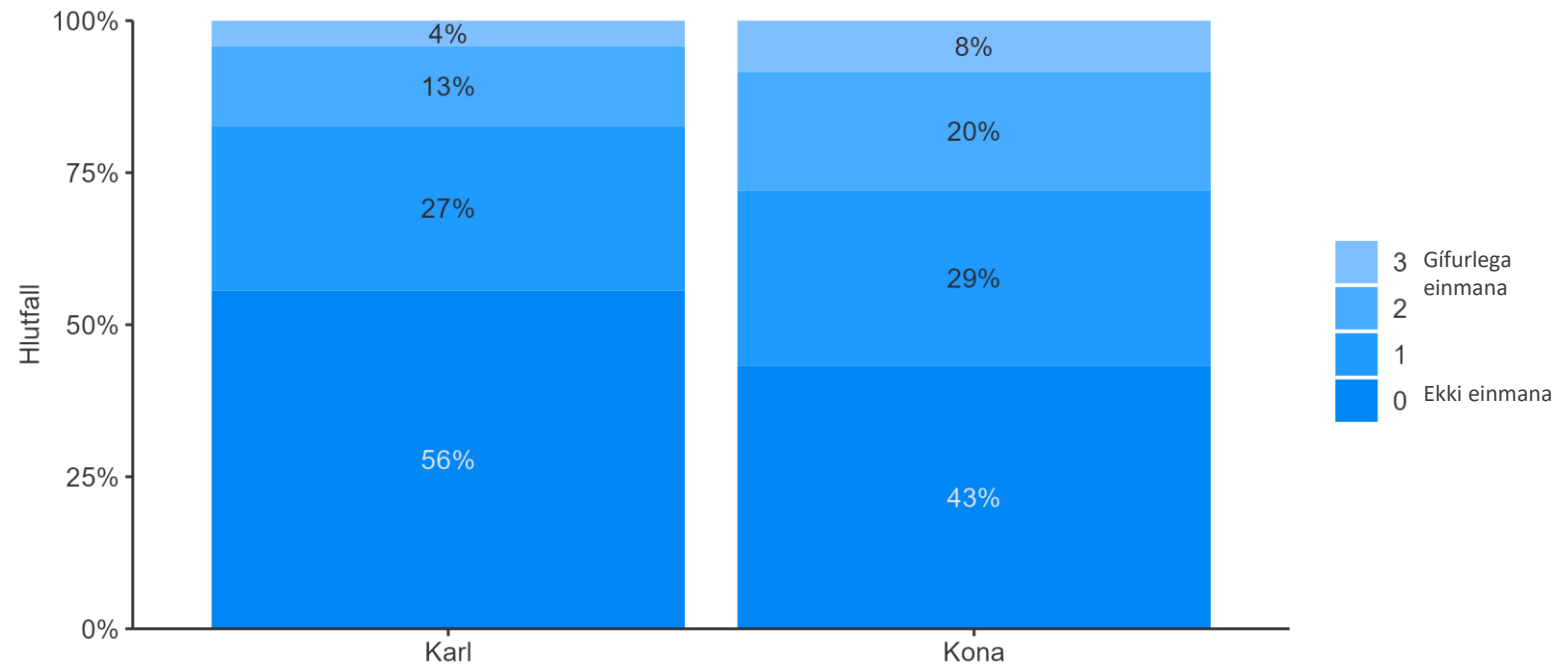
- Hærra hlutfall **innflytjenda** var með gífurlegan tilfinningalegan einmanaleika heldur en þau sem skilgreindu sig af íslenskum uppruna
- **Konur** voru líklegri til að finna fyrir tilfinningalegum einmanaleika
- Þeir sem **þjuggu einir** fundu frekar fyrir tilfinningalegum einmanaleika
- Þeir sem höfðu **lokið minni menntun** fundu frekar fyrir tilfinningalegum einmanaleika
- Tilfinningalegur einmanaleiki tengist nánum samböndum og maki er verndandi þáttur. Að missa maka hefur mikil áhrif.



Ég finn fyrir tómleika  
 Ég sakna þess að hafa fólk í kringum mig  
 Mér finnst oft að mér sé hafnað

## Tilfinningalegur einmanaleiki

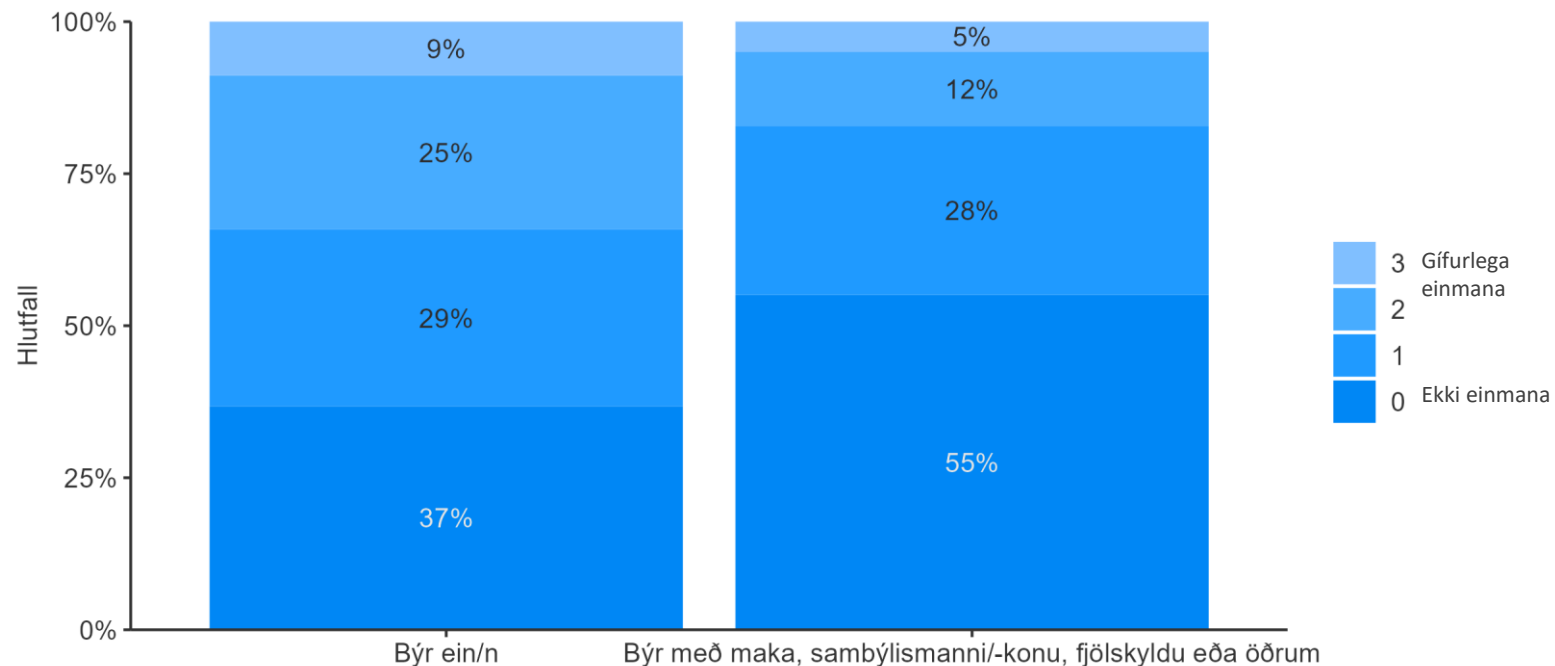
- Hærra hlutfall **innflytjenda** var með gífurlegan tilfinningalegan einmanaleika heldur en þau sem skilgreindu sig af íslenskum uppruna
- **Konur** voru líklegri til að finna fyrir tilfinningalegum einmanaleika
- Þeir sem **þjuggu einir** fundu frekar fyrir tilfinningalegum einmanaleika
- Þeir sem höfðu **lokið minni menntun** fundu frekar fyrir tilfinningalegum einmanaleika
- Tilfinningalegur einmanaleiki tengist nánum samböndum og maki er verndandi þáttur. Að missa maka hefur mikil áhrif.



Ég finn fyrir tótleika  
 Ég sakna þess að hafa fólk í kringum mig  
 Mér finnst oft að mér sé hafnað

## Tilfinningalegur einmanaleiki

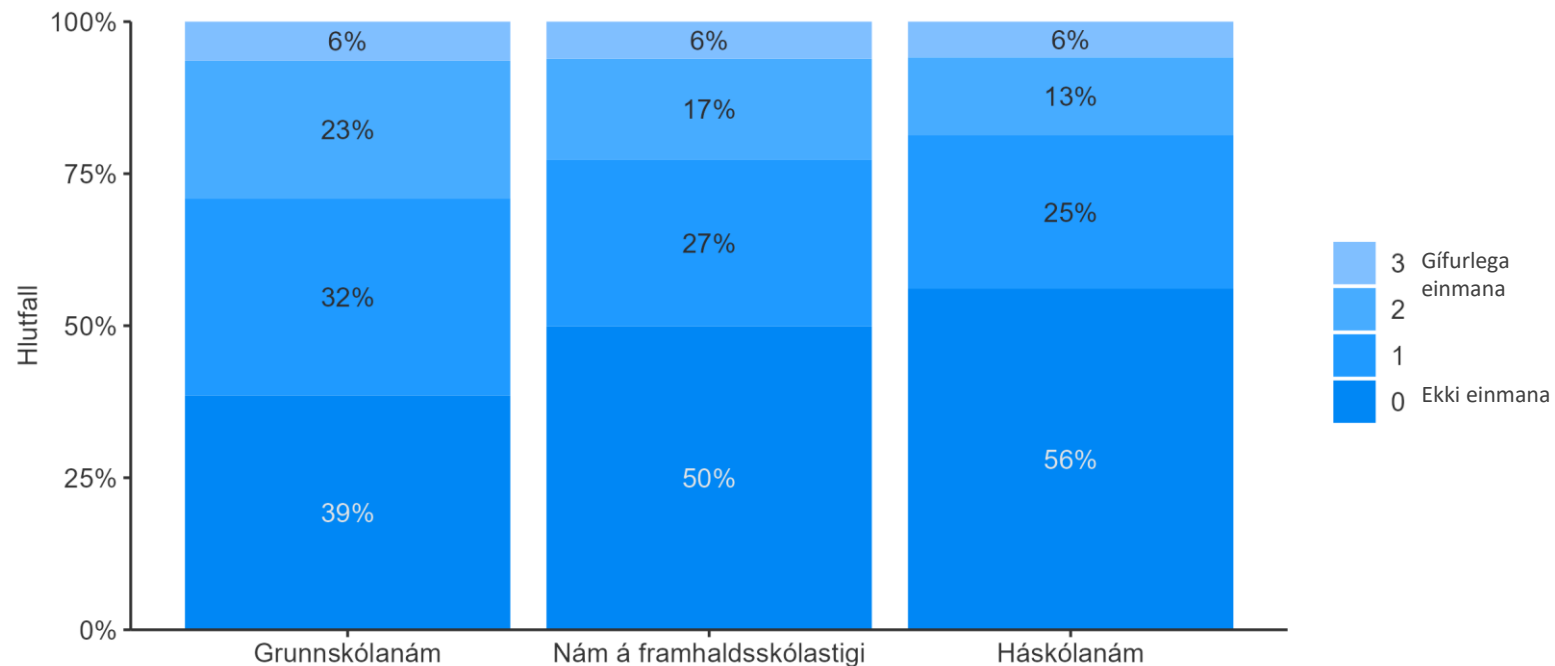
- Hærra hlutfall **innflytjenda** var með gífurlegan tilfinningalegan einmanaleika heldur en þau sem skilgreindu sig af íslenskum uppruna
- **Konur** voru líklegri til að finna fyrir tilfinningalegum einmanaleika
- Þeir sem **þjuggu einir** fundu frekar fyrir tilfinningalegum einmanaleika
- Þeir sem höfðu **lokið minni menntun** fundu frekar fyrir tilfinningalegum einmanaleika
- Tilfinningalegur einmanaleiki tengist nánum samböndum og maki er verndandi þáttur. Að missa maka hefur mikil áhrif.



Ég finn fyrir tómleika  
 Ég sakna þess að hafa fólk í kringum mig  
 Mér finnst oft að mér sé hafnað

## Tilfinningalegur einmanaleiki

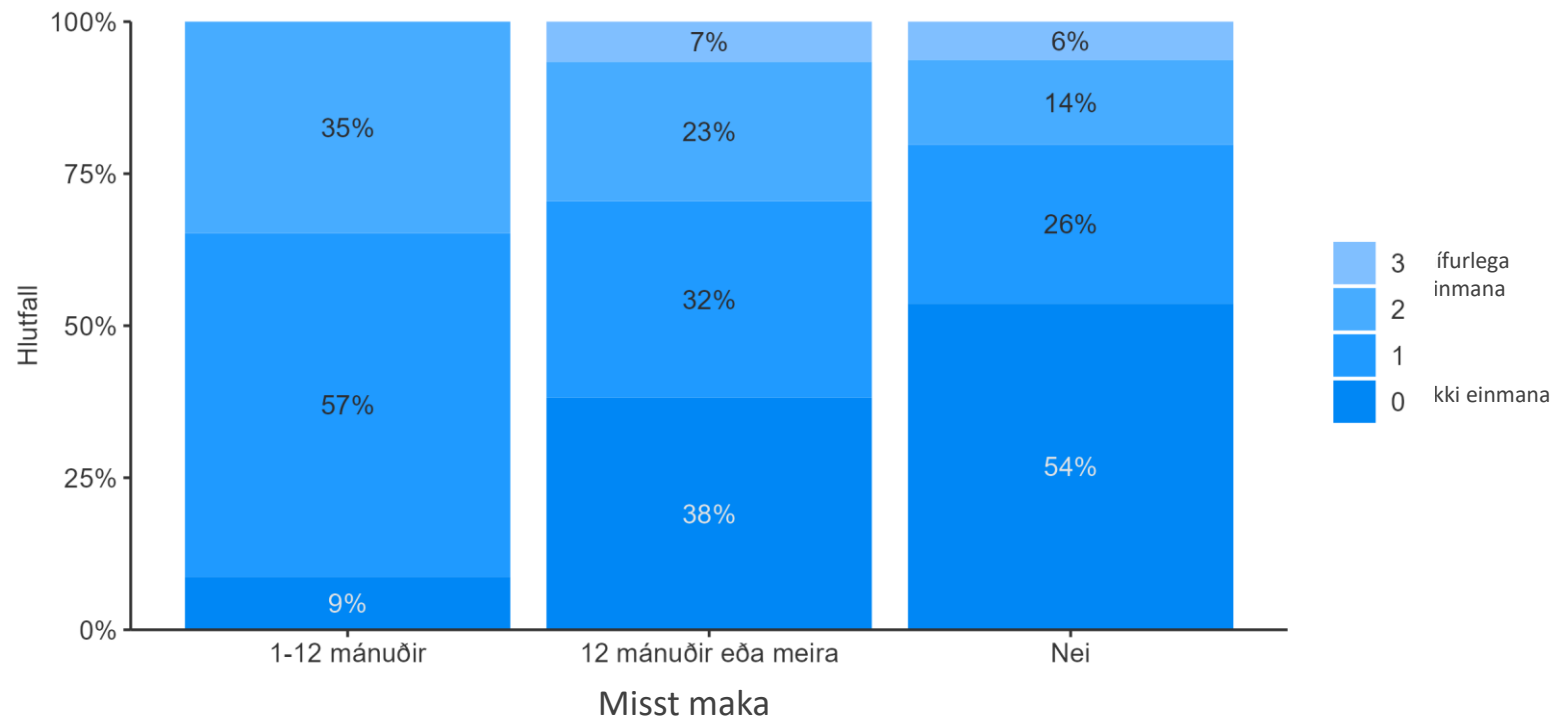
- Hærra hlutfall **innflytjenda** var með gífurlegan tilfinningalegan einmanaleika heldur en þau sem skilgreindu sig af íslenskum uppruna
- **Konur** voru líklegri til að finna fyrir tilfinningalegum einmanaleika
- Þeir sem **þjuggu einir** fundu frekar fyrir tilfinningalegum einmanaleika
- Þeir sem höfðu **lokið minni menntun** fundu frekar fyrir tilfinningalegum einmanaleika
- Tilfinningalegur einmanaleiki tengist nánum samböndum og maki er verndandi þáttur. Að missa maka hefur mikil áhrif.



Ég finn fyrir tómleika  
 Ég sakna þess að hafa fólk í kringum mig  
 Mér finnst oft að mér sé hafnað

## Tilfinningalegur einmanaleiki

- Hærra hlutfall **innflytjenda** var með gífurlegan tilfinningalegan einmanaleika heldur en þau sem skilgreindu sig af íslenskum uppruna
- **Konur** voru líklegri til að finna fyrir tilfinningalegum einmanaleika
- Þeir sem **þjuggu einir** fundu frekar fyrir tilfinningalegum einmanaleika
- Þeir sem höfðu **lokið minni menntun** fundu frekar fyrir tilfinningalegum einmanaleika
- Tilfinningalegur einmanaleiki tengist nánum samböndum og maki er verndandi þáttur. Að missa maka hefur mikil áhrif.



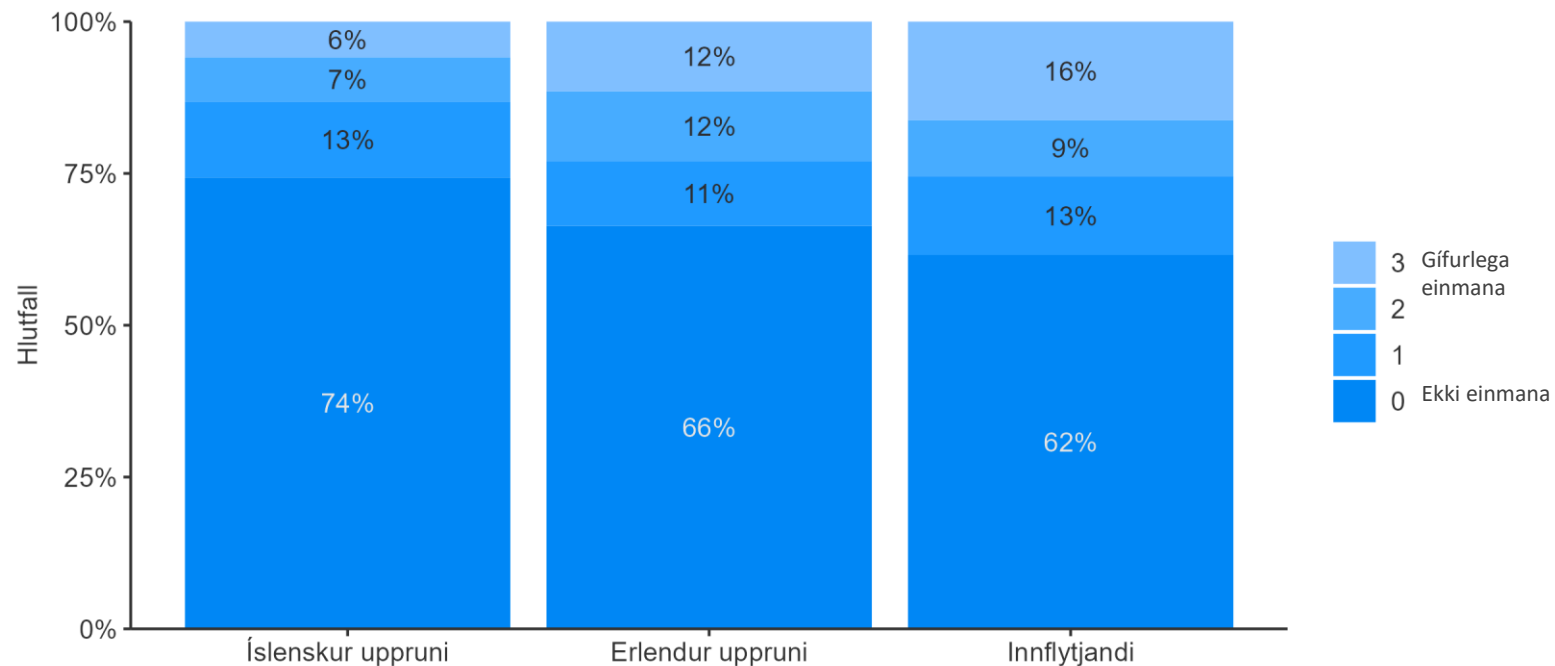
Ég finn fyrir tótleika

Ég sakna þess að hafa fólk í kringum mig

Mér finnst oft að mér sé hafnað

## Félagslegur einmanaleiki

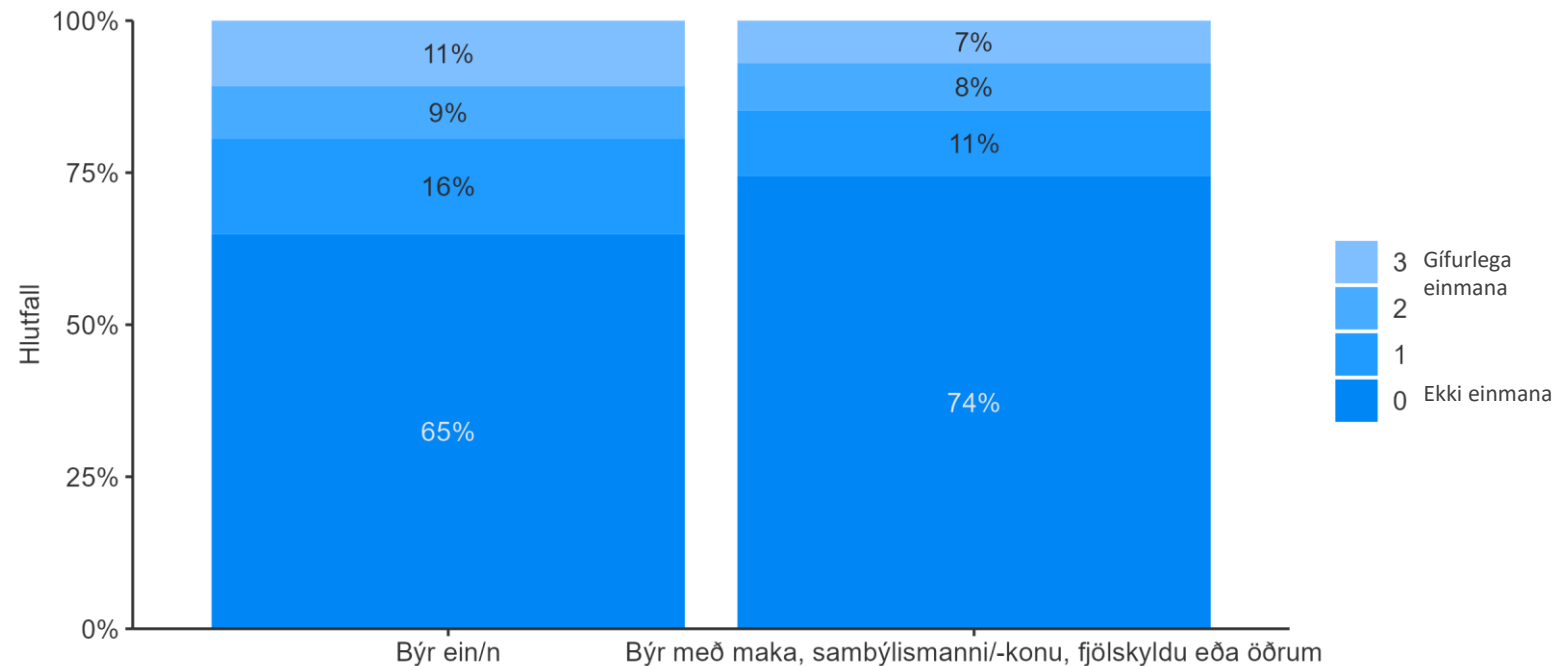
- Hærra hlutfall **innflytjenda** var með gífurlegan félagslegan einmanaleika heldur en þau sem skilgreindu sig af íslenskum uppruna
- Ekki var munur eftir kyni
- Þeir sem **bjuggu einir** fundu frekar fyrir félagslegum einmanaleika
- Ekki var munur eftir menntun



Það eru margir sem ég get leitað til ef ég lendi í erfiðleikum  
 Það eru margir sem ég get algjörlega treyst á  
 Það eru nægilega margir sem mér finnst ég náin/n

## Félagslegur einmanaleiki

- Hærra hlutfall **innflytjenda** var með gífurlegan félagslegan einmanaleika heldur en þau sem skilgreindu sig af íslenskum uppruna
- Ekki var munur eftir kyni
- Þeir sem **bjuggu einir** fundu frekar fyrir félagslegum einmanaleika
- Ekki var munur eftir menntun



Það eru margir sem ég get leitað til ef ég lendi í erfiðleikum  
 Það eru margir sem ég get algjörlega treyst á  
 Það eru nægilega margir sem mér finnst ég náin/n

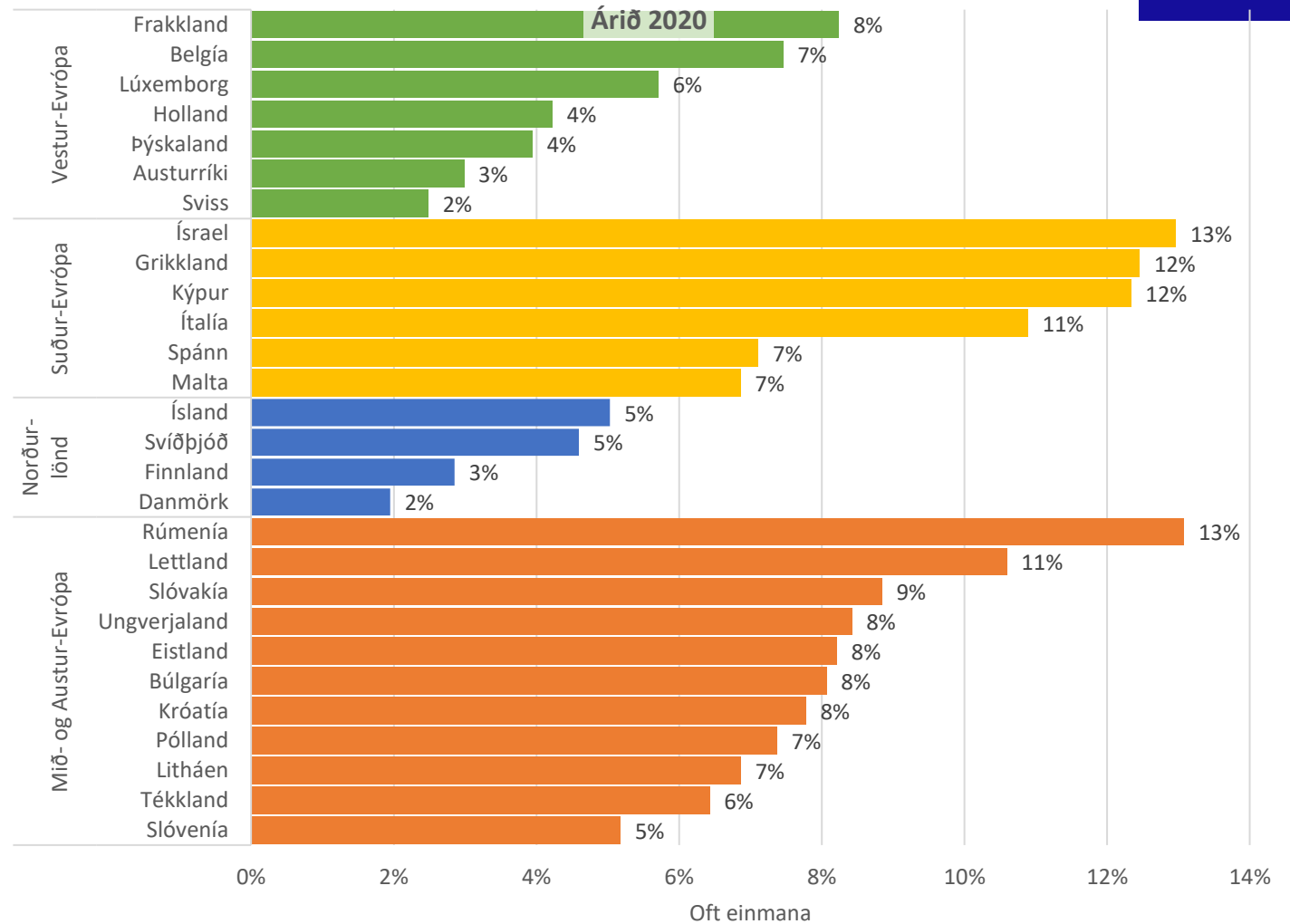
## Einmanaleiki í alþjóðlegum samanburði

- Einn kostur við að nota The Loneliness Scale er að kvarðinn hefur verið staðfærður í öðrum löndum sem gefur kost á alþjóðlegum samanburði
  - Leung, de Jong Gierveld og Lam (2008) staðfærðu mælitækið í Kína á meðal 60 ára og eldri
    - Meðaltal heildarkvarða = 1,5 (sf = 1,7) - Ísland = 1,3 (sf = 1,6)
    - Tilfinningalegur einmanaleiki = 0,6 (sf = 0,8) - Ísland = 0,8 (sf = 0,9)
    - Félagslegur einmanaleiki = 0,9 (sf = 1,2) - Ísland = 0,5 (sf = 1,0)



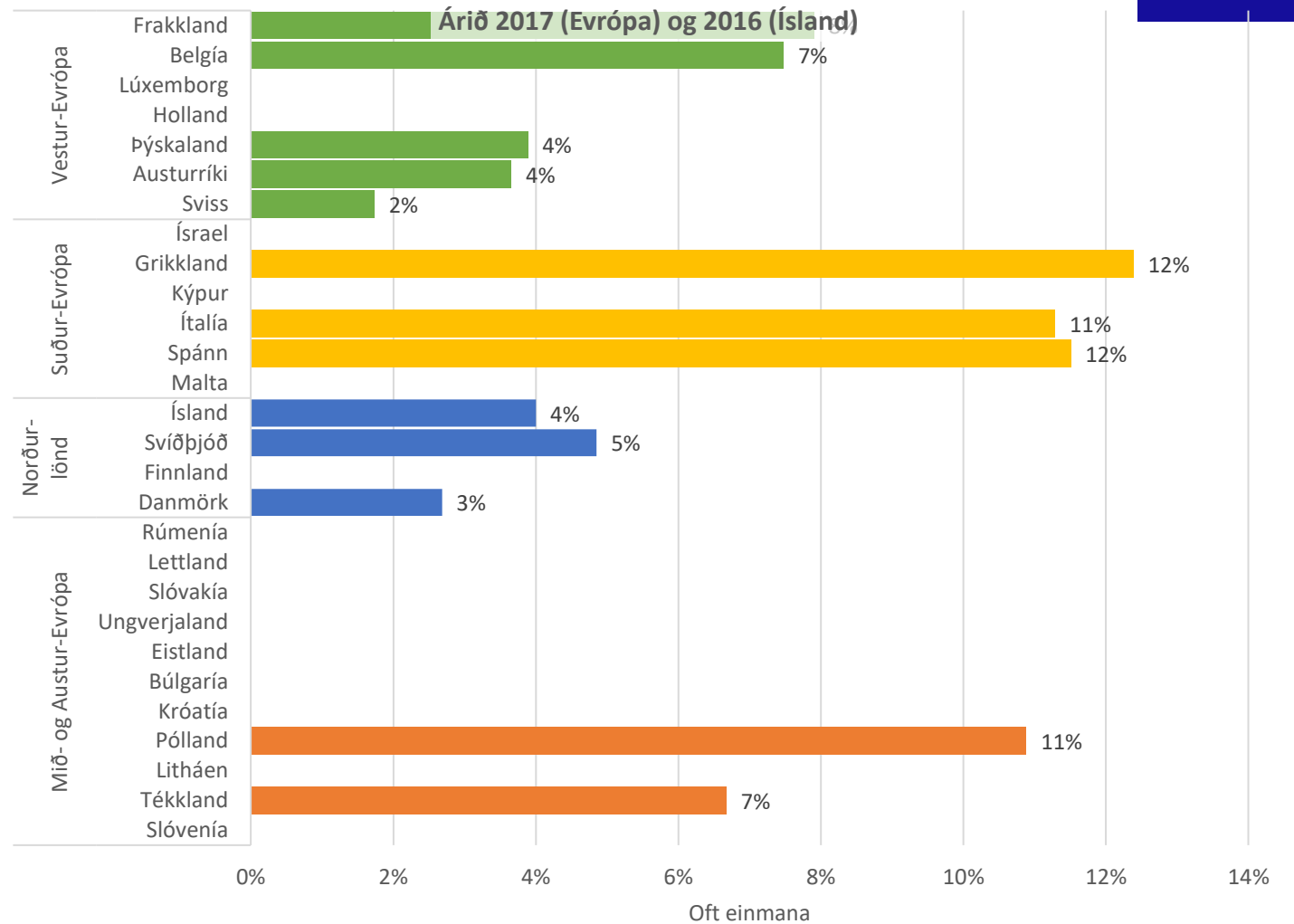
## Einmanaleiki í alþjóðlegum samanburði

- Víða í Evrópu er lagður fyrir spurningalisti þar sem 60 ára og eldri eru spurðir um líðan.
  - Árið 2020 voru þau spurð: „How much of the time do you feel lonely?“
  - Sambærileg spurning í könnuninni um Hagi og líðan aldraðra var lögð fyrir árið 2020: „Myndir þú segja að þú værir einmana mjög oft eða alltaf, frekar oft, stundum, frekar sjaldan, mjög sjaldan eða aldrei?“
- Ísland kemur vel út og fylgir hér nágrannaþjóðum og V-Evrópu



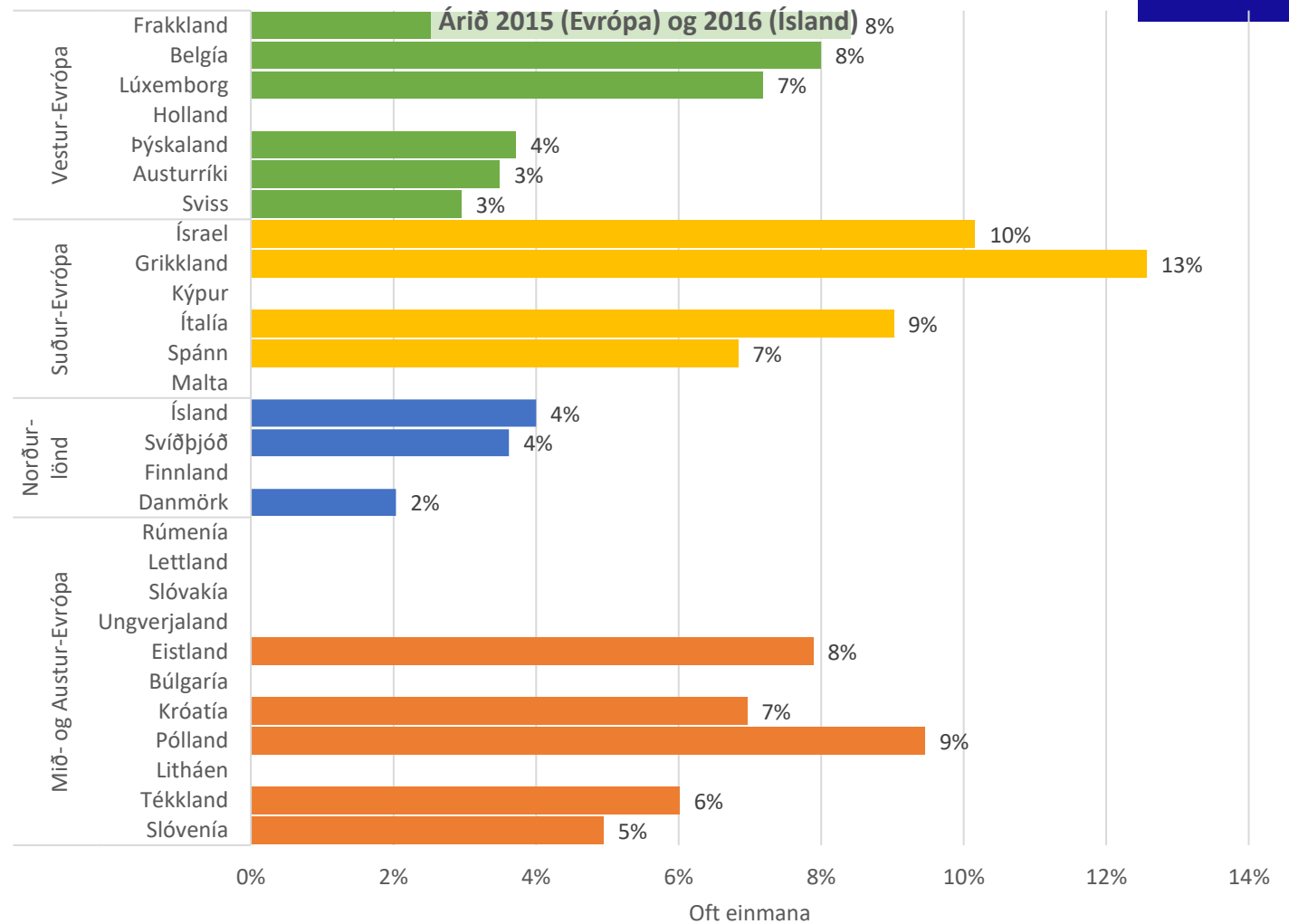
## Einmanaleiki í alþjóðlegum samanburði

- Víða í Evrópu er lagður fyrir spurningalisti þar sem 60 ára og eldri eru spurðir um líðan.
  - Árið 2020 voru þau spurð: „How much of the time do you feel lonely?“
  - Sambærileg spurning í könnuninni um Hagi og líðan aldraðra var lögð fyrir árið 2020: „Myndir þú segja að þú værir einmana mjög oft eða alltaf, frekar oft, stundum, frekar sjaldan, mjög sjaldan eða aldrei?“
- Ísland kemur vel út og fylgir hér nágrannaþjóðum og V-Evrópu



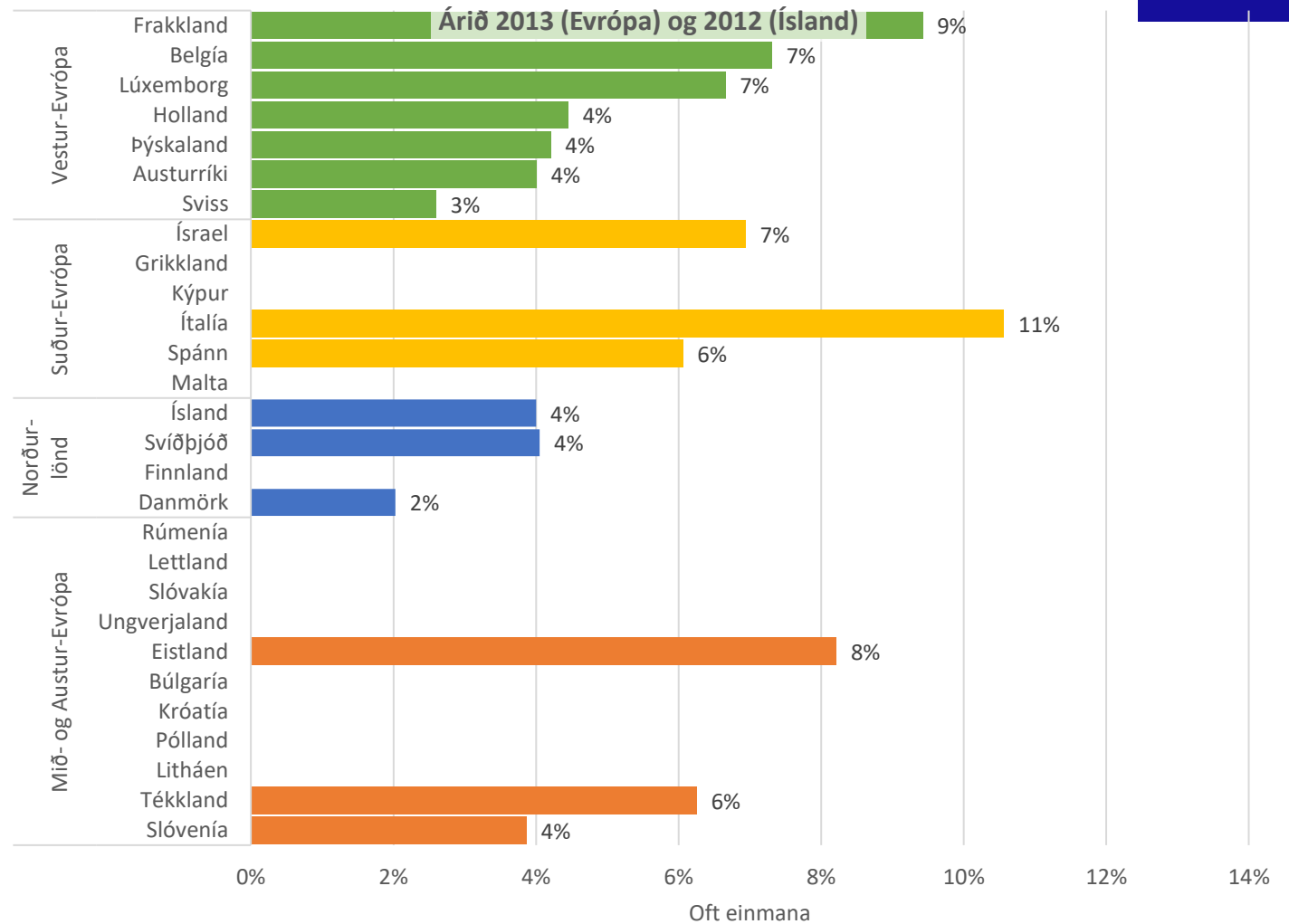
## Einmanaleiki í alþjóðlegum samanburði

- Víða í Evrópu er lagður fyrir spurningalisti þar sem 60 ára og eldri eru spurðir um líðan.
  - Árið 2020 voru þau spurð: „How much of the time do you feel lonely?“
  - Sambærileg spurning í könnuninni um Hagi og líðan aldraðra var lögð fyrir árið 2020: „Myndir þú segja að þú værir einmana mjög oft eða alltaf, frekar oft, stundum, frekar sjaldan, mjög sjaldan eða aldrei?“
- Ísland kemur vel út og fylgir hér nágrannaþjóðum og V-Evrópu



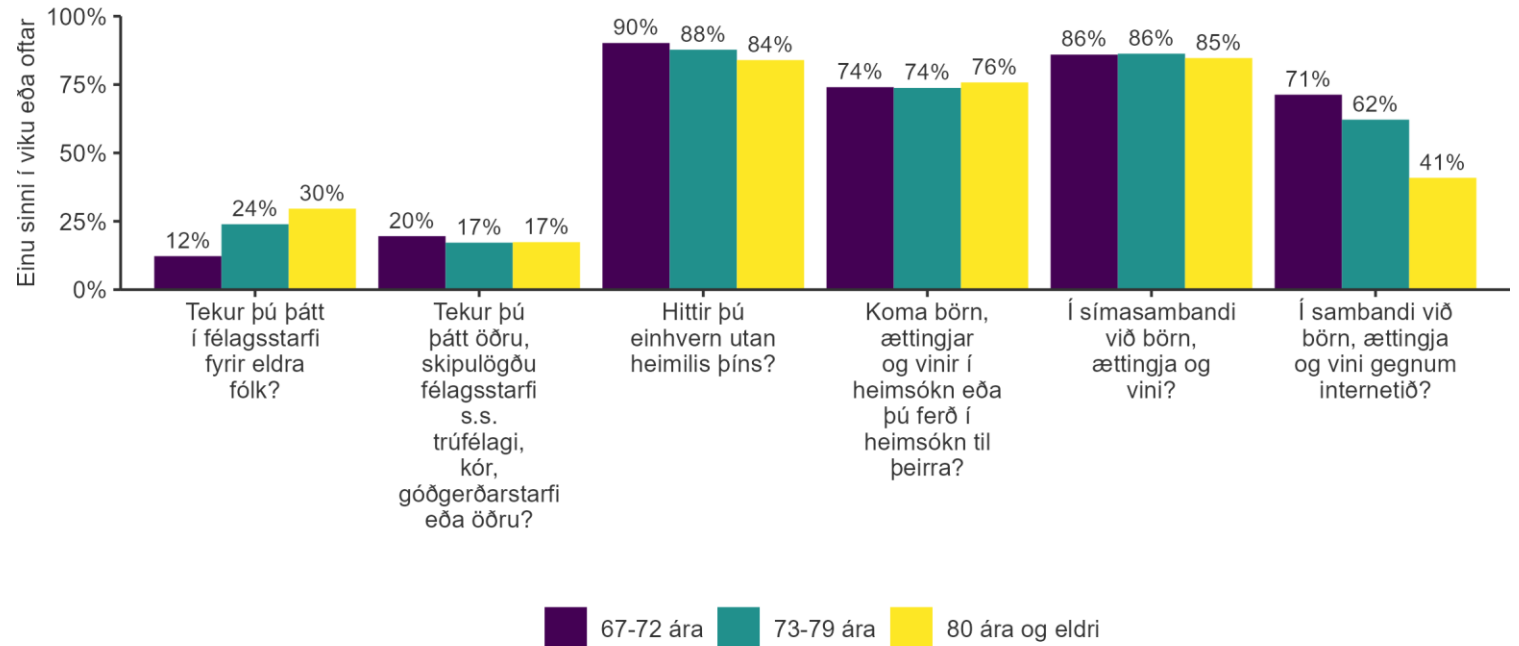
## Einmanaleiki í alþjóðlegum samanburði

- Víða í Evrópu er lagður fyrir spurningalisti þar sem 60 ára og eldri eru spurðir um líðan.
  - Árið 2020 voru þau spurð: „How much of the time do you feel lonely?“
  - Sambærileg spurning í könnuninni um Hagi og líðan aldraðra var lögð fyrir árið 2020: „Myndir þú segja að þú værir einmana mjög oft eða alltaf, frekar oft, stundum, frekar sjaldan, mjög sjaldan eða aldrei?“
- Ísland kemur vel út og fylgir hér nágrannaþjóðum og V-Evrópu



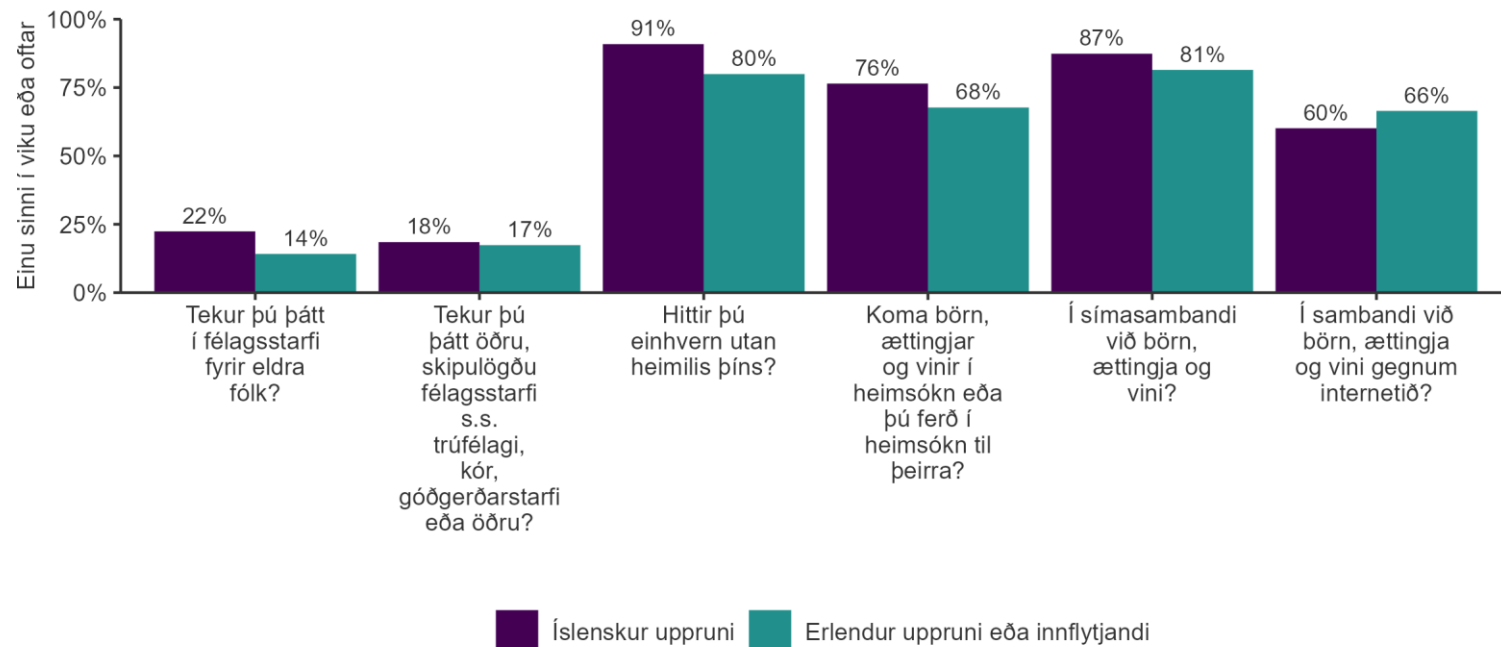
## Félagsleg virkni og einangrun

- Meiri hluti eldra fólks var ekki félagslega einangrað
- Um 90% hitti einhvern utan heimilis a.m.k. einu sinni í viku
- Um 75% fékk börn, ættingja eða vini í heimsókn eða öfugt a.m.k. einu sinni í viku
- Félagsleg virkni var örlítið minni hjá þeim sem voru eldri og hjá innflytjendum, en lítil munur var þar á.
  - Meðaltal á kvarðanum var 2,9 (meðal virkni í öllum sex atriðum þáttar vikulega til 2-3 í mánuði)
  - 80-87 ára voru örlítið hærrí: 3,0
  - 88 ára og eldri: 3,2
  - Íslenskur uppruni: 2,9
  - Innflytjendur: 3,0
- Lítil hópur (4%) var ekki virkt félagslega, þau merktu við „Aldrei“ eða „Einu sinni í mánuði“ við flest eða öll atriði.



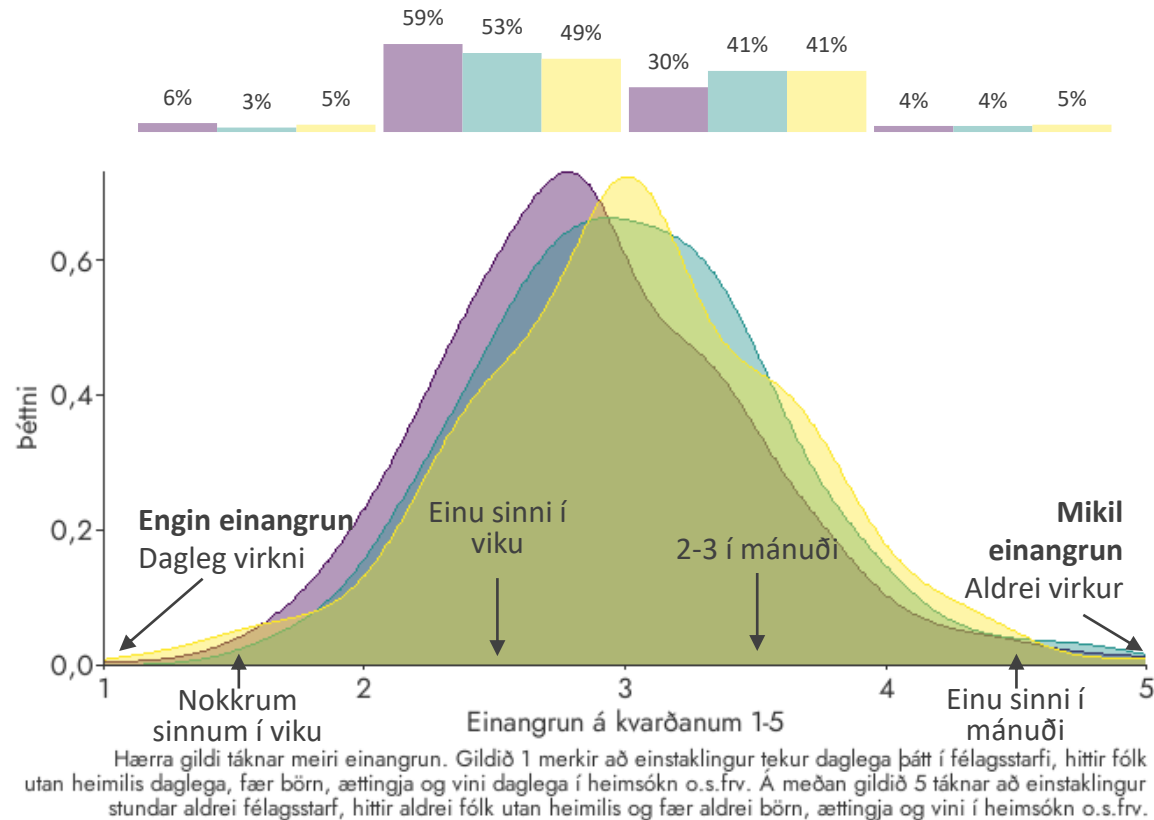
## Félagsleg virkni og einangrun

- Meiri hluti eldra fólks var ekki félagslega einangrað
- Um 90% hitti einhvern utan heimilis a.m.k. einu sinni í viku
- Um 75% fékk börn, ættingja eða vini í heimsókn eða öfugt a.m.k. einu sinni í viku
- Félagsleg virkni var örlítið minni hjá þeim sem voru eldri og hjá innflytjendum, en lítil munur var þar á.
  - Meðaltal á kvarðanum var 2,9 (meðal virkni í öllum sex atriðum þáttar vikulega til 2-3 í mánuði)
  - 80-87 ára voru örlítið hærrí: 3,0
  - 88 ára og eldri: 3,2
  - Íslenskur uppruni: 2,9
  - Innflytjendur: 3,0
- Lítil hópur (4%) var ekki virkt félagslega, þau merktu við „Aldrei“ eða „Einu sinni í mánuði“ við flest eða öll atriði.



## Félagsleg virkni og einangrun

- Meiri hluti eldra fólks var ekki félagslega einangrað
- Um 90% hitti einhvern utan heimilis a.m.k. einu sinni í viku
- Um 75% fékk börn, ættingja eða vini í heimsókn eða öfugt a.m.k. einu sinni í viku
- Félagsleg virkni var örlítið minni hjá þeim sem voru eldri og hjá innflytjendum, en lítil munur var þar á.
  - Meðaltal á kvarðanum var 2,9 (meðal virkni í öllum sex atriðum þáttar vikulega til 2-3 í mánuði)
  - 80-87 ára voru örlítið hærri: 3,0
  - 88 ára og eldri: 3,2
  - Íslenskur uppruni: 2,9
  - Innflytjendur: 3,0
- Lítil hópur (4%) var ekki virkt félagslega, þau merktu við „Aldrei“ eða „Einu sinni í mánuði“ við flest eða öll atriði.



### Hversu oft að jafnaði gerir þú eftirfarandi?

Tekur þú þátt í félagsstarfi fyrir eldra fólk?

Koma börn, ættingjar og vinir í heimsókn eða þú ferð í heimsókn til þeirra?

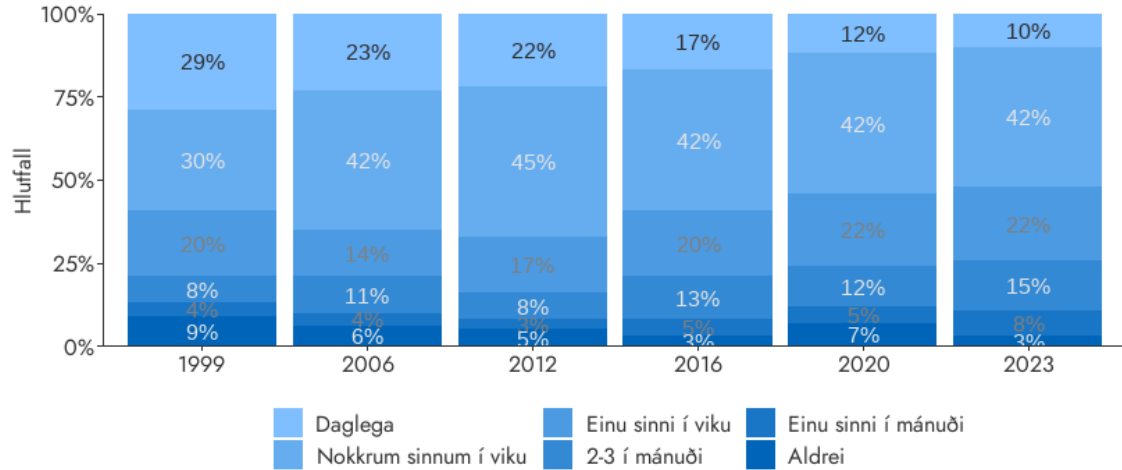
Tekur þú þátt öðru, skipulögðu félagsstarfi s.s. trúfélagi, kór, góðgerðarstarfi eða öðru?

Ertu í símasambandi við börn, ættingja og vini?

Hittir þú einhvern utan heimilis þíns?

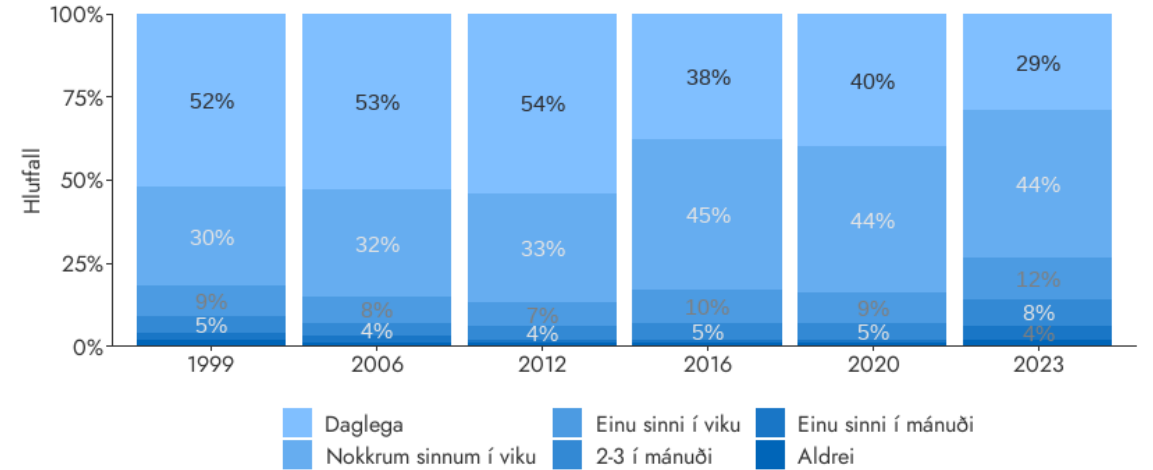
Ertu í sambandi við börn, ættingja og vini gegnum internetið?

## Hversu oft koma börn, ættingjar og vinir í heimsókn eða þú ferð í heimsókn til þeirra?



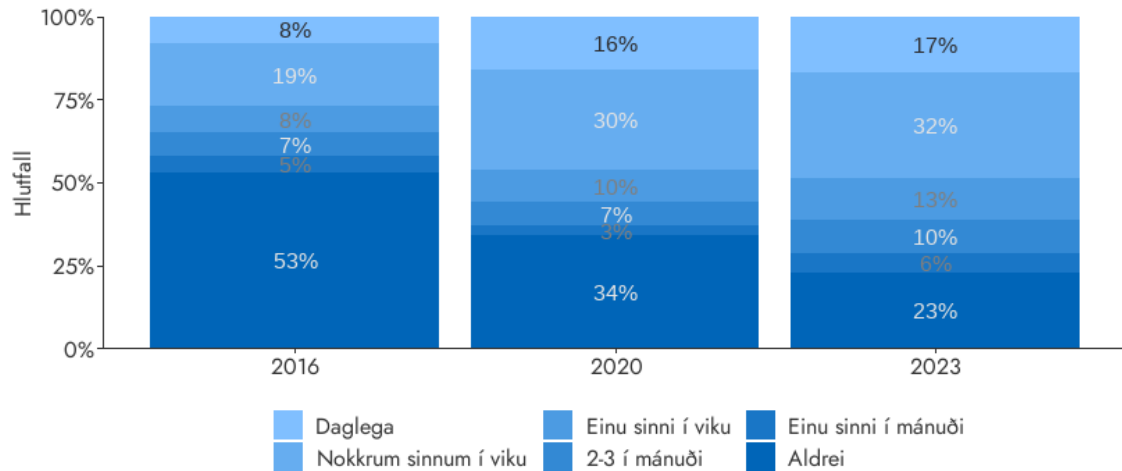
Fyrri ár var könnun einungis lögð fyrir á íslensku og hlutfall erlendra ríkisborgara í úrtakinu í ár endurspeglar ekki raunhlutfall í íslensku þýði.

## Hversu oft ertu í símasambandi við börn, ættingja og vini?



Fyrri ár var könnun einungis lögð fyrir á íslensku og hlutfall erlendra ríkisborgara í úrtakinu í ár endurspeglar ekki raunhlutfall í íslensku þýði.

## Hversu oft ertu í sambandi við börn, ættingja og vini gegnum internetið?

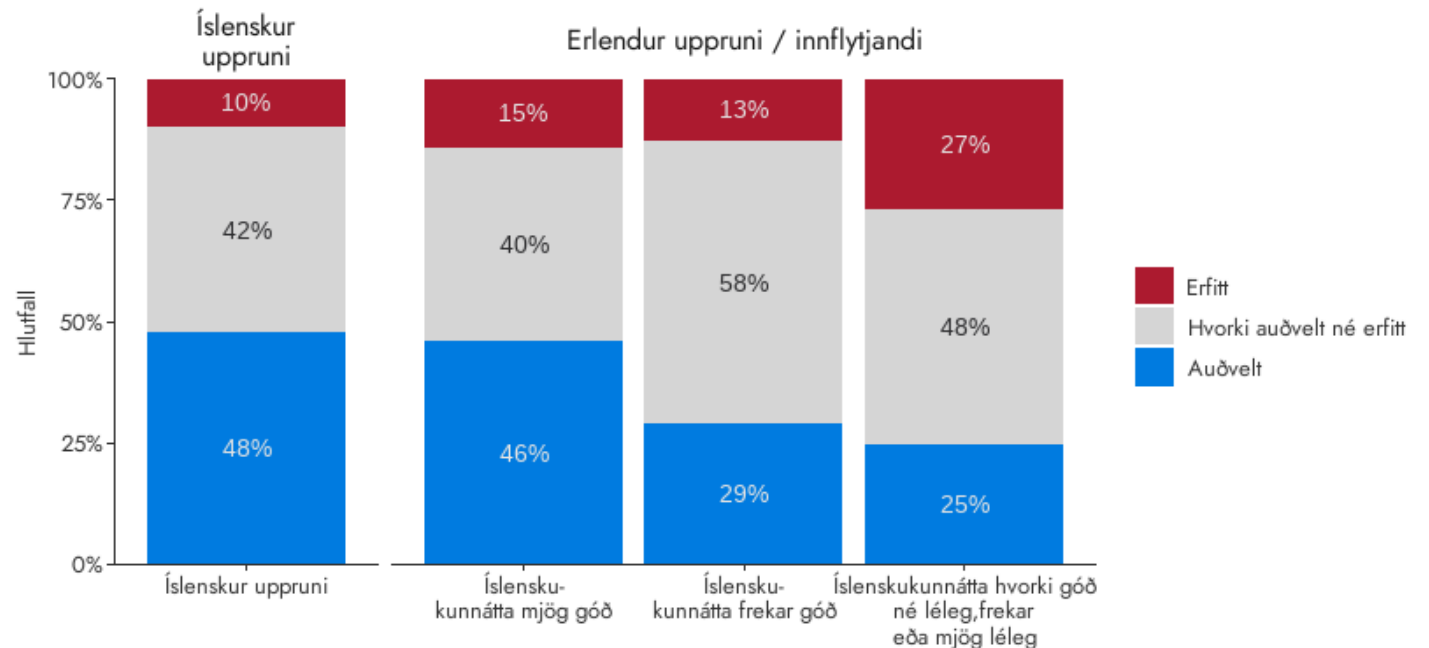


Fyrri ár var könnun einungis lögð fyrir á íslensku og hlutfall erlendra ríkisborgara í úrtakinu í ár endurspeglar ekki raunhlutfall í íslensku þýði.



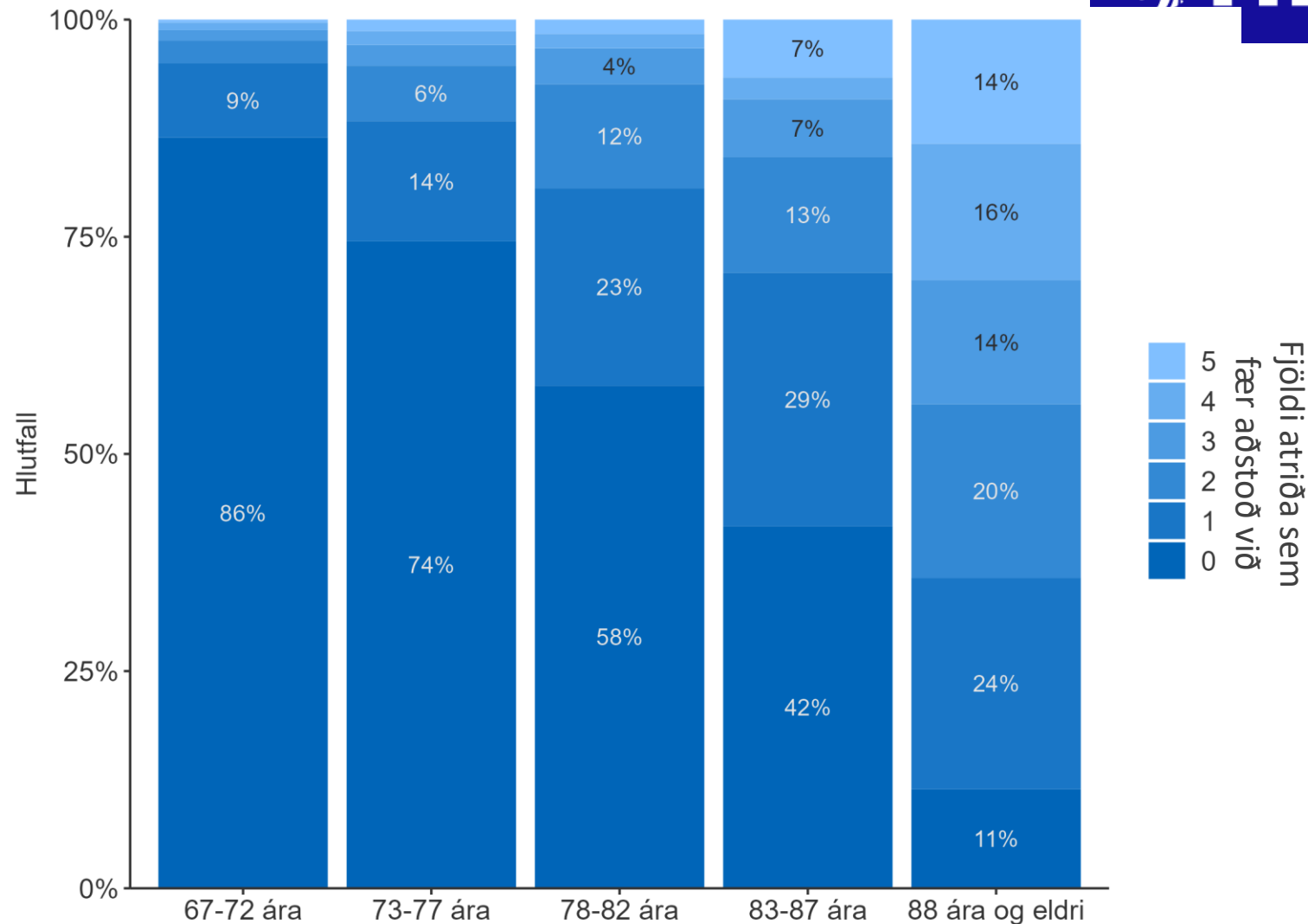
## Að nálgast upplýsingar um félagsstarf og réttindi eldra fólks

- Tæplega helming þátttakanda fannst auðvelt að nálgast upplýsingar um félagsstarf og réttindi
- Enginn munur á hópum eftir kyni, aldri, búsetu, menntun eða atvinnustöðu
- **Innflytjendur** og þau sem voru af **erlendum uppruna** töldu sig eiga erfiðara með að nálgast upplýsingar
  - Íslenskukunnátta var sá þáttur sem skýrði þennan mun



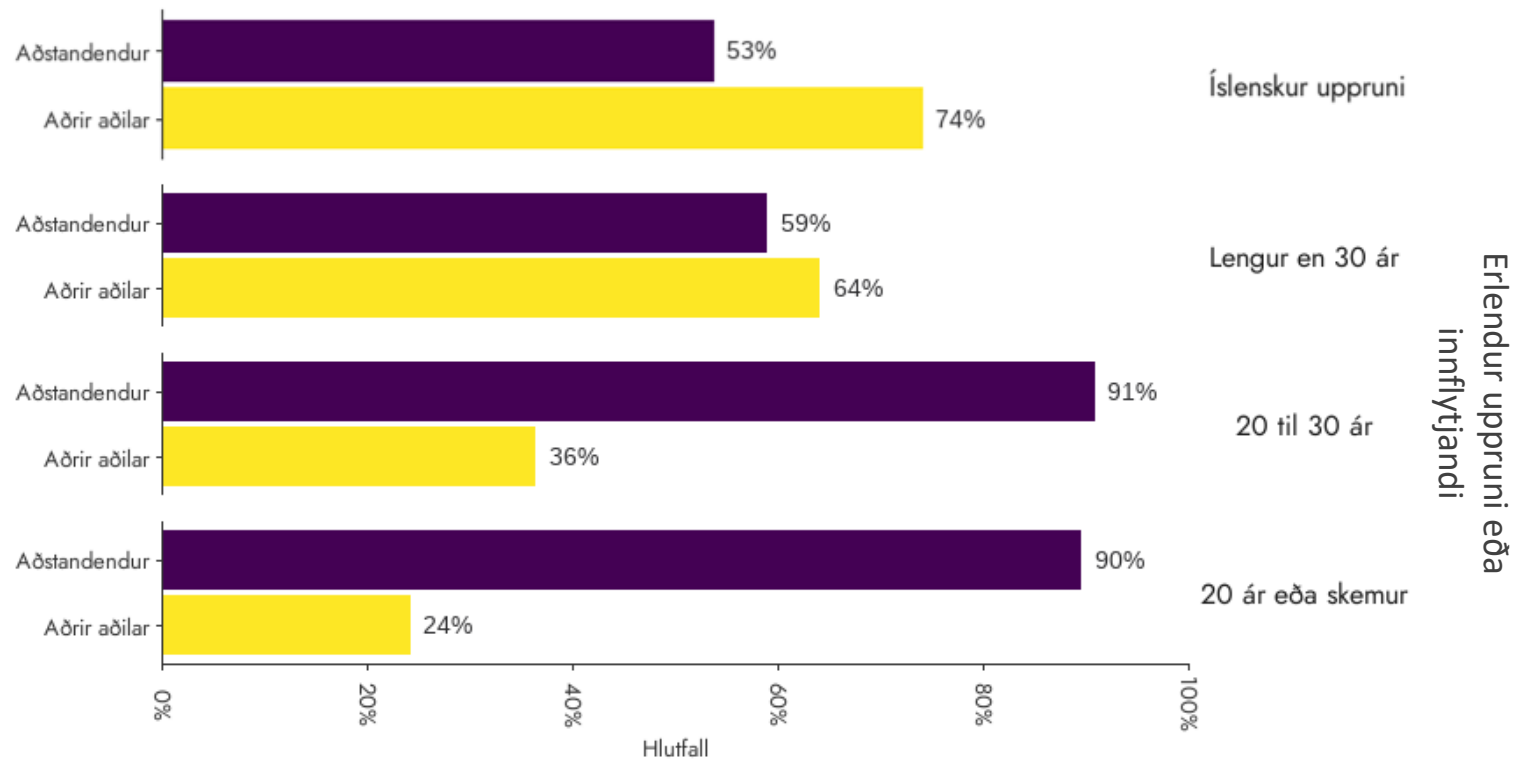
## Aðstoð í daglega lífinu

- Spurt var hvað fólk fær aðstoð við í daglega lífinu:  
þrif, matseld, lyfjagjöf, að fara í bað eða sturtu og akstur til að sinna erindum
- 70% fékk ekki aðstoð við neitt af þessum atriðum og 25% fékk aðstoð við 1-3 atriði
- Á meðal yngsta aldurshópsins var 14% sem fékk aðstoð en á meðal þeirra elstu var 11% sem fékk ekki aðstoð
- Algengast var að fá aðstoð við þrif (23%) og akstur (14%)



## Hver aðstoðar

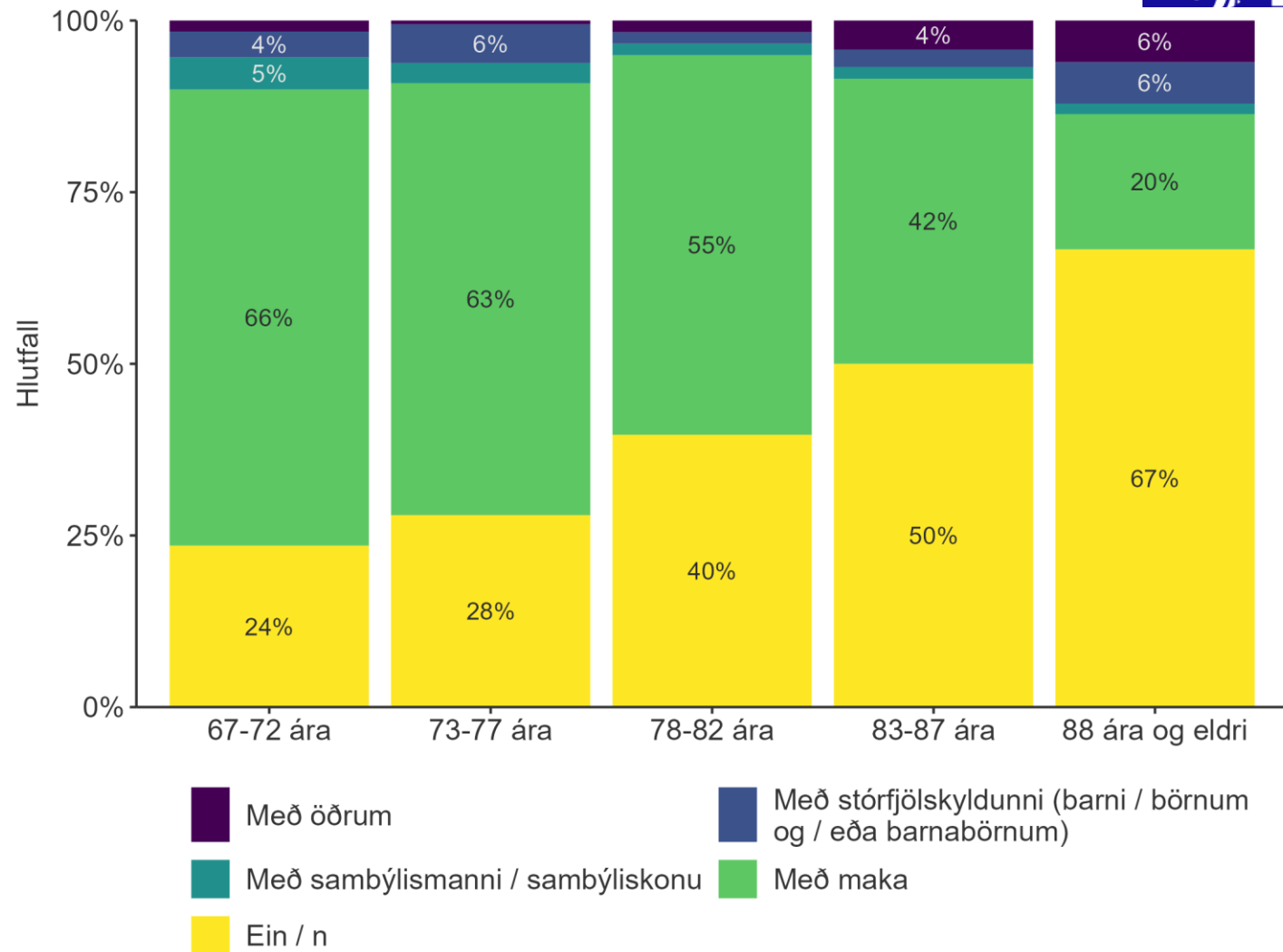
- Á meðal þeirra sem fengu aðstoð var ýmist aðstandendur eða aðrir (heimaþjónusta, heimahjúkrun, aðkeypt aðstoð eða annar) sem aðstoðuðu
- Algengara var á meðal innflytjenda og einstaklinga með erlendan bakgrunn að aðstandendur aðstoðuðu frekar en aðrir aðilar
  - Lengd dvalar á Íslandi hafði hér mikil áhrif



Athugið að einungis þeir sem skilgreindu sig sem innflytjendur og einstaklingar með erlendan uppruna fengu spurningu um lengd búsetu. Aðstandendur eru hér börn, tengdabörn og makar/ sambylismenn/ sambyliskonur. Aðrir aðilar eru hér heimaþjónusta, heimahjúkrun, aðkeypt aðstoð og annar aðili.

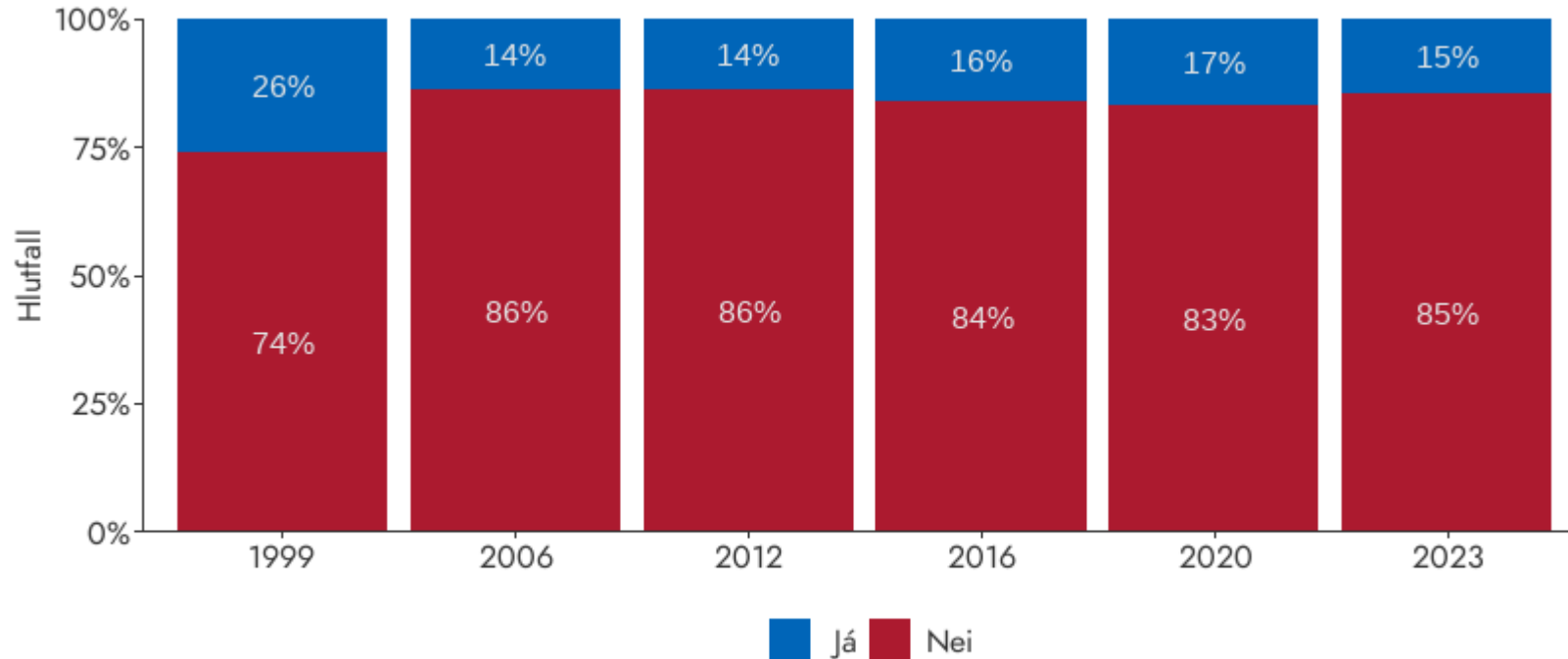
## Búsetuhagir

- Þriðjungur (32%) eldra fólks býr eitt og rúmur helmingur (59%) með maka.
- Miklar breytingar með aldri
  - Á meðal þeirra yngstu var fjórðungur sem bjó eitt en 2/3 þeirra elstu



# Atvinnuhagir

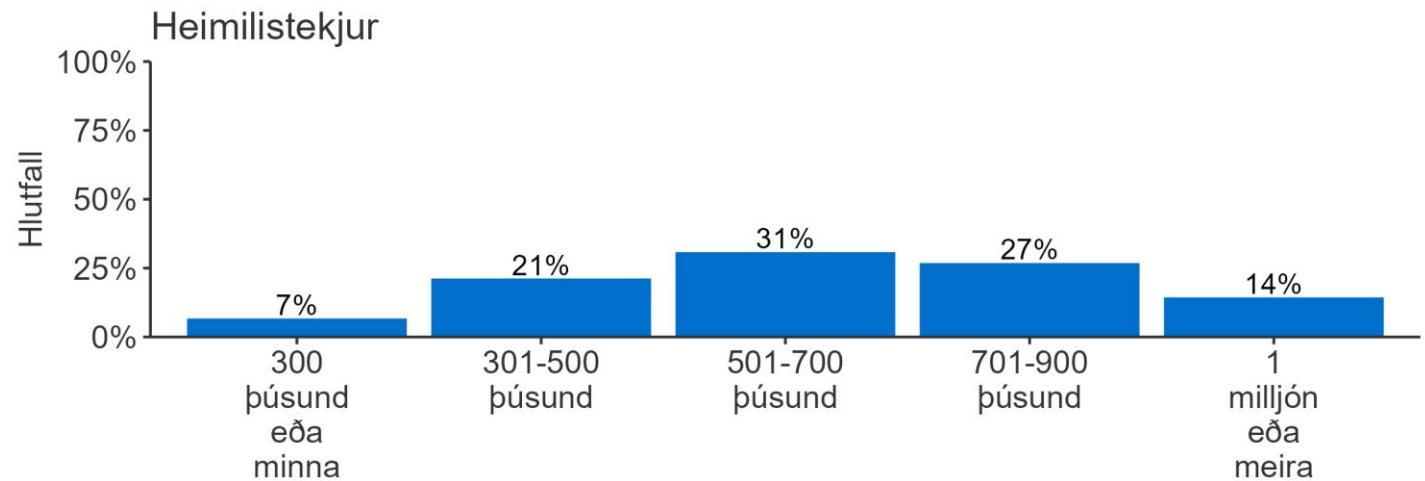
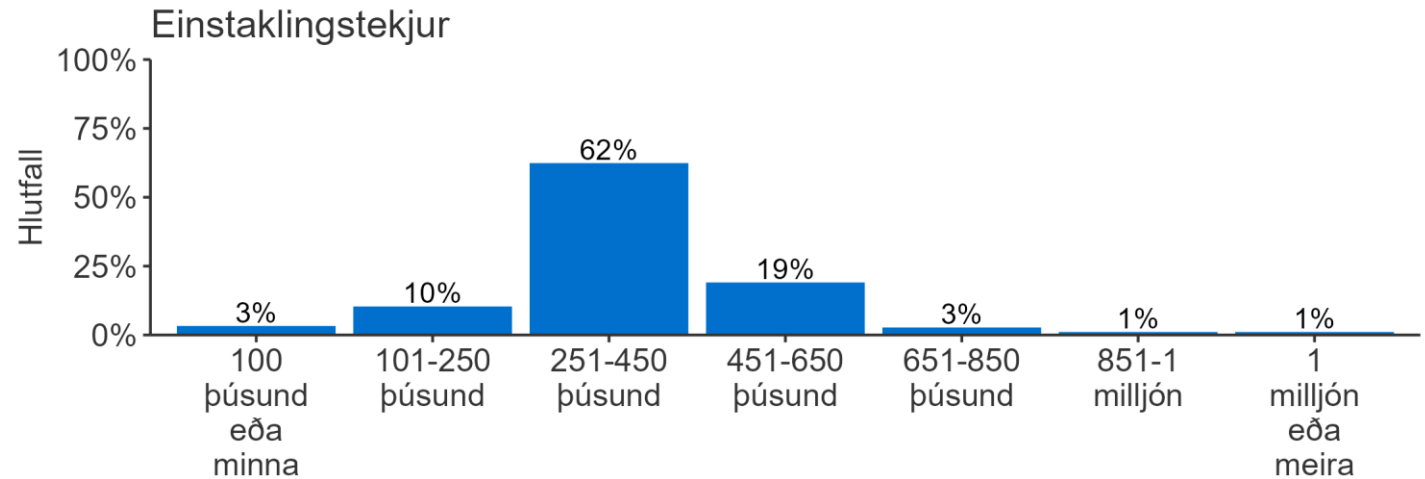
- Svipaður fjöldi einstaklinga var í launaðri vinnu og fyrri ár.
- Á meðal 67-69 ára var 37% í vinnu og um 2% þeirra sem voru 80 ára eða eldri
- Ekki var munur á hvort fólk væri í launaðri vinnu eftir uppruna.
- 20% karla voru í vinnu en 10% kvenna



Fyrri ár var könnun einungis lögð fyrir á íslensku og hlutfall erlendra ríkisborgara í úrtakinu í ár endurspeglar ekki raunhlutfall í íslensku þýði.

## Ráðstöfunartekjur

- Algengt var að þeir sem bjuggu einir væru með 251-450 þús.kr. til ráðstöfunar á mánuði
- Á meðal þeirra sem bjuggu ekki einir var breytileikinn meiri, en algengar ráðstöfunartekjur heimilis á bilinu 301-900 þús.kr.
- Þó svo ráðstöfunartekjur fóru lækkandi með hækkandi aldri þá fóru fjárhagsáhyggjur það sömuleiðis.
  - Tæp 30% þeirra sem voru á aldrinum 67-75 ára hafði stundum eða oft fjárhagsáhyggjur
  - Um 12% 80% ára og eldri hafði áhyggjur
- Fjárhagsáhyggjur voru meiri á meðal þeirra sem höfðu verri íslenskukunnáttu
  - Um 17% þeirra sem höfðu mjög góða íslenskukunnáttu
  - 32% þeirra sem höfðu hvorki góða né lélega, frekar eða mjög lélega íslenskukunnáttu
- Fáir (3%) höfðu fengið fjárhags- eða mataraðstoð
  - Einungis 1% þeirra af íslenskum uppruna
  - Um 6% af erlendum uppruna eða innflytjendur
    - 1% sem töluðu mjög góða íslensku
    - 6% sem töluðu frekar góða íslensku
    - 14% sem töluðu hvorki góða né slæma, frekar eða mjög slæma íslensku



**TAKK FYRIR**