

**Merete Platz**  
Socialforskningsinstituttet

Paper til høringen "Det aldrende samfund: Sundhed, omsorg og forebyggelse. Kan indsatsen forbedres?". Fredag den 19. april 2002. Christiansborg

## **Hvilken rolle spiller ældres sociale netværk og familien?**

Mit indlæg handler "kun" om det store flertal af ældre, som ikke bor på plejehjem eller anden form for døgnbemandet plejebolig. Med denne begrænsning kan det spørgsmål, jeg er blevet stillet, faktisk besvares hurtigt og kort. Ældre, der er aktiv udadvendte og integreret i tætte sociale relationer, klarer sig både psykisk og fysisk bedre i dagligdagen. Desuden reducerer gode sociale relationer dødeligheden og øger chancen for at blive rask efter en sygdom.

### **Familien lever stadig**

I begyndelsen af 1960'erne udgav Kirsten Auken m.fl. en undersøgelse af unge familier, som de kaldte "Familien lever". Nu 40 år efter, hvor det er de gamle, der er på programmet, kunne jeg med en lettere omskrivning kalde mit indlæg "*Familien lever stadig*".

Det er lidt i modstrid med det billede, vi ofte får fremstillet af den moderne familie: Familien er gået i opløsning, ingen føler sig ansvarlige for hinanden mere i modsætning til de gode gamle dage, hvor den stod på solidaritet, fællesskab, ægte nærvær, tryghed og indhold.

Synspunktet er for så vidt velkendt. Bekymringen for familiens opløsning er en tankefigur, der har forfulgt os siden befolkningen vandrede fra by til land for mere end 100 år siden. Men den nostalgiske forståelse af familiens udvikling er mest af alt udtryk for et stykke social mytologi.

Det er naturligvis uomgængeligt rigtigt, at familien har ændret form. Den traditionelle kernefamilie, der var baseret på ægteskabeligt samliv mellem forældrene, og som var mest udbredt i en kort, men glørværdig periode i 1950'erne, er blevet afsvækket. Der er sket en pluralisering af familiemønstret. I dag er folk ikke kun gift, de kan også være sam- eller særboere, de bliver skilt, og de etablerer sig i nye sammenbragte familier, og for hver generation er den enkelte kernefamilie ganske rigtig blevet mindre og mindre. Men at familieformerne ændrer sig, er ikke nødvendigvis ensbetydende med, at de pligtige følelser og de følelsesmæssige forpligtelser mellem familiemedlemmer er gået fløjten.

Faktisk tyder det på, at der måske ikke er så stor anledning til bekymring, når man ser på, hvad familiemedlemmer gør for hinanden, og hvor tit de er sammen.

Så sent som i 1960'erne var det ikke ualmindeligt, at ældre mennesker boede sammen med deres børn. Det er der næsten ingen, som gør mere. Det er ikke udtryk for svækkede familiære relationer. Tværtimod. Man boede sammen af nød – bolignød.

Der er i dag, som det har været i generationer, 10 pct., som aldrig får egne børn. Men vi, som har børn, der er fløjet fra reden, har dem boende inden for ganske kort afstand og vi ser dem ganske ofte. 80 pct. ser et eller flere af deres børn mindst en gang om ugen. Ud over at være sammen, tale sammen og tie sammen kommunikerer vi også via telefon og E-mail, men den moderne teknologi har ikke medført, at vi i dag ser hinanden mindre hyppigt end tidligere. Det ugentlige samvær mellem ældre og deres børn har været uændret de seneste 20 år.

Børnene fylder mest i vores sociale liv, men de fleste voksne mennesker har også god kontakt til venner, børnebørn og anden familie. En undersøgelse af personer i alderen fra 52 år til 77 år viser, at det kun er 10 pct., som ikke har været sammen med familie eller venner den forgangne uge.

Kontakthypighed siger ganske vist ikke noget om kontakternes kvalitet, men følgende peger på, at kontakterne er præget af både fællesskab og ansvar: 90 pct. af den voksne befolkning har nogle i det private netværk, de kan tale med om personlige problemer. Er der ikke en ægtefælle, er det børnene, der står øverst på listen. Børnene er også en vigtig hjælpekilde for gamle forældre. Hvis der er brug for det, er det dem der foretager henvendelse til offentlige myndigheder og de hjælper med at ordne pengesager (ikke at forveksle med, at de giver økonomisk støtte til forældrene – for det gør de ikke). Børnene hjælper også til med at ordne haven, vaske tøjet og foretage dagligvareindkøb. De områder, hvor børnene yder hjælp, er nogle, der kan passes ind i deres eget aktivitetsmønster, og som kan ordnes, når man alligevel er på besøg. Når det drejer sig om tunge og tilbagevendende aktiviteter så som rengøring eller hjælp til personlig pleje, er det dog hjemmehjælperen, der er den vigtigste hjælpekilde, når aktiviteterne ikke kan klares af husstanden selv. Og de ældre foretrækker det på den måde. De opfatter hjemmehjælpen, som en ret de har. De behøver ikke at være taknemmelige eller stå i gæld til nogle. Det giver dem et mere ligeværdigt forhold til børnene, hvor man er sammen for at være sammen – på næsten lige fod – ikke som en belastning.

### **Ensomhedens svøbe?**

Der tales og skrives meget om ensomhed blandt ældre, og man kan få det indtryk, at ensomhed er de ældres privilegium. Det er ikke tilfældet, og ensomheden rammer heldigvis ikke så mange. Det er kun ca. 5 pct. af de ældre, som ofte er alene selv om de helst ville være sammen med nogle andre mennesker. Og det tal har været uændret i et kvart århundrede. Det er næsten kun ældre uden en ægtefælle, der er uønsket alene, og hyppigheden af kontakt med andre har slet ikke samme afgørende betydning. Ældre med mange kontakter kan nemlig lige så ofte føle sig ensomme som de kontaktsvage, og modsat medfører få eller ingen kontakter med andre mennesker ikke nødvendigvis ensomhed. Ensomhed hører ikke den ny teknologi eller de ny familiemønstre til – den har altid eksisteret - og meget litteratur handler om den. Forfatterne der beskrev indvandringen til København og de mange ensomme, som boede på de dengang eksisterende pensionater kendte til den. Der var ingen familie til at samle op.

Selv om ensomhed heldigvis ikke plager så mange af de ældre, er ensomhed et stort problem, for dem den rammer. At være for ofte alene reducerer i sig selv livskvaliteten. Og når dertil lægges, at mange af dem tillige har psykiske gener og/eller fysiske problemer, har vi at gøre med en gruppe af ældre som er meget belastet.

### **Og hvad kan der så gøres ved det?**

Alderdommen er ikke en isoleret epoke men tvært imod et resultat af et langt livsløb. Nogle af de ældre har levet relativt isoleret det meste af deres liv. Nogle har måske ikke oplevet det sådan, fordi de har levet i "lykkelig tosomhed" indtil den dag, den ene part døde. Nogle er i stand til at overleve tabet af ægtefællen og finde en måde at mestre tilværelsen på. Andre har ikke disse evner og muligheder. Et bedre kendskab til de ældres livsløb, deres holdninger og ressourcer kan måske forebygge ensomhed og i værste fald tillige isolation blandt nogle færre af de ældre. For dem, som har passeret 75-års aldersgrænsen er det oplagt at bruge de årlige forebyggende besøg. Men denne foranstaltning kan ikke fange de problemer, som "yngre" ældre har og måske heller ikke de problemer, der akut opstår i intervallet mellem besøgene. Inddragelse af hjemmehjælperne, og opsøgende arbejde ved krisesituationer, især ved dødsfald, kan være et middel til at finde "risikogrupperne": De, der har brug for støtte og vejledning ved ægtefælles død. De, der skal hjælpes til at flytte til en anden bolig, hvor der er ligesindede at omgås med i dagligdagen og endelig dem, som har behov for bogstaveligt at blive trukket ud af deres sociale isolation og med i sociale sammenhænge.

En flytning til en ældrebolig kan være en løsning for ældre, som har svært ved at klare sig selv i deres "gamle" bolig. At blive fri for en besværlig have eller besværlige trapper letter den daglige tilværelse og en velindrettet, overkommelig bolig kan gøre nogle ældre lidt mere selvhjulpne. Disse fysiske rammer vil som regel være opfyldt i de boliger kommunerne anviser. Men ældreboligerne skal også være rammen om beboernes sociale liv, og det stiller nogle yderligere krav. Der skal være nogle andre ældre at *mødes med*. Hvis ældre skal flytte, foretrækker de fleste at bo et sted, hvor der bor andre ældre. Tanken om, at ældre skal integreres, og at generationerne skal bo dør om dør, er smuk, men det er altså ikke hvad de gamle ønsker. Der skal også være andre ældre, som man er på bølgelængde med og har fælles interesser med, således at man har noget at *mødes om*. Der må derfor ikke være for få ældre i bebyggelsen, og der må ikke være for mange, som er så svage, at de ikke kan deltage i og bidrage til det sociale liv. Opfyldelsen af disse betingelser er ligegyldige, hvis der ikke samtidig er fælles opholdsarealer, de ældre kan *mødes i*. Det behøver ikke være separate fint indrettede opholdsrum. Det vigtigste er, at lokalerne er åbne og let tilgængelige, således at man lige kan droppe ind, når man kommer forbi, uden at have lavet aftaler i forvejen. Det er påvist, at ældre, der kommer i fælles opholdsarealer, er klart mindre ensomme end andre ældre i ældrebolig bebyggelser.

### **Anvendt litteratur**

Auken, K., Christensen, V., Jørgensen, I., Krabbe, O. & Sørensen, J. (1962)  
Familien lever. En familieundersøgelse. Gad.

Hansen, Eigil Boll & Merete Platz (1995)  
80-100-åriges levekår - en interviewundersøgelse blandt ældre i 75 kommuner.  
København. AKF Forlaget.

Hansen, Eigil Boll & Merete Platz (1996)  
Gamle danskere – nogle uddybende analyser af 80-100-åriges levekår. AKF Forlaget.

Holstein, Bjørn E. (2000)  
Sociale relationer og helbred, i: Avlund, K., Dyrholm, I-L., Holstein, B.E. og Ingerslev, J.: Forebyggelse i alderdommen. Dafola.

Koch-Nielsen, I., Ottesen, M.H. & Platz, M. (2001)  
Om igen Margrethe. Kronik 10. Januar. Aktuelt.

Platz, Merete (1981)  
De ældres levevilkår 1977. Hovedresultater og udvikling 1962-1977.  
Socialforskningsinstituttet.

Platz, Merete (1987)  
Længst muligt i eget hjem... Socialforskningsinstituttet.

Platz, Merete (1989)  
Gamle i eget hjem. Bind 1: Levekår. Socialforskningsinstituttet.

Platz, Merete (1990)  
Gamle i eget hjem. Bind 2: Hvordan klarer de sig? Socialforskningsinstituttet.

Platz, M (2000)  
Danskere med Livserfaring – portrætteret i tal. Socialforskningsinstituttet.