**Undersøgelse om ensomhed**

***Hovedkonklusioner***

**Mere end hver femte er ensom\***

* 21 procent af de faglige seniorer er i en situation, hvor de må betragtes som værende ensomme
* Knap halvdelen (48 procent) af de faglige seniorer er moderat ensomme
* 31 procent af de faglige seniorer er ikke ensomme.

**Corona øver stor indflydelse på følelsen af ensomhed**

# For næsten hver tredje (29 procent) har Corona betydet, at de i høj grad eller i meget høj grad føler dig mere ensom i dag end tidligere.

**Corona begrænser særligt ens sædvanlige aktiviteter, kontakt til venner og deltagelse i sociale arrangementer**

* Tre ud af fire (75 procent) oplever, at de er begrænset i forhold til at deltage i deres sædvanlige aktiviteter, mens 72 procent oplever, at de har begrænset kontakt til venner som følge af Corona. 68 procent oplever, at de er begrænsede i at deltage i sociale arrangementer.

**Utryghed og ængstelse er udbredt, men særligt bekymring for smitte**

* Knap hver femte (19 procent) oplever at de er blevet mere ængstelige end tidligere som følge af Corona, mens næste hver fjerde (24 procent) føler større utryghed end tidligere.
* Mest udtalt er bekymringen for smitte dog, da næsten halvdelen (46 procent) svarer at dette er en udfordring, de oplever ift. Corona.

**Det fysiske møde er stærkt savnet**

* Næsten to ud af tre (63 procent) er meget kede af, at de ikke har kunnet mødes med andre mennesker, som de plejer?
* De sociale medier har kun i begrænset omfang været en erstatning for det fysiske møde. Det er således kun 37 procent, der oplever at social kontakt på sociale medier har hjulpet dem under Corona-epidemien.

**Positivt syn på fremtiden på trods af Corona**

* Knap to ud af tre (63 procent) har på trods af Corona i høj eller i meget høj grad et positivt syn på fremtiden
* Dog skal det bemærkes, at 6% slet ikke eller i mindre grad deler denne optimisme.

**Sædvanlige aktiviteter, venner og familie glæder man sig særligt til**

* At kunne deltage i sædvanlige aktiviteter, være sammen med venner og være sammen med familie er top-3 ting, man glæder sig til, når livet igen bliver mere normalt
* Men også at kunne lægge bekymring for smitte (60 procent), utryghed (32 procent) og ængstelse (20 procent) fra sig, står som vigtige forhold at se frem til.

**Politikerne gør det rigtige**

* Næsten tre ud af fire (74 procent) mener, at politikernes begrænsning af borgernes frihed er tilpas i den nuværende situation.

\* Der er benyttet Three-Item Loneliness Scale (T-ILS), som indkredser følelsen af ensomhed med tre spørgsmål: Hvor ofte føler du dig isoleret fra andre? Hvor ofte føler du, at du savner du nogen at være sammen med? Hvor ofte føler du dig udenfor? Svarkategorierne er ”Ofte”, ”En gang imellem” og ”Sjældent”. De tre kategorier giver henholdsvis 3, 2 og 1 point for hvert af de tre spørgsmål. Man kan altså samlet få fra 3 (mindst ensomhedsfølelse) til 9 (størst ensomhedsfølelse) point. Svær ensomhed defineres som scorer på 7 eller derover. Scorer på 5-6 kaldes moderat ensomhed.