

FORSKNINGSPROGRAMMET

Åldrande, ensamhet och psykisk hälsa

- att förstå sambanden och möjliggöra förändring

Ensamhet innebär en förhöjd risk att drabbas av hälsoproblem och avlida i förtid. Idag finns dock inga entydiga svar på hur orsakssambanden ser ut. Det saknas också evidensbaserade arbetsmetoder för att identifiera och förebygga ensamhet i befolkningen.

Syften med programmet är

- Att öka kunskapen om vilka grupper som har en hög risk för ensamhet, samt kunskapen om livsvillkoren för personer som upplever ensamhet
- Att fastställa hur ensamhet, psykisk hälsa och användandet av vård och omsorg hänger samman
- Att öka förståelsen för vad förlusten av en partner kan betyda för den psykiska hälsan
- Att utforska individuella upplevelser av ensamhet och psykisk hälsa ur ett livsloppsperspektiv
- Att utveckla ett screeninginstrument som kan användas inom äldreomsorgen för att bedöma ensamhet
- Att skapa en kurs om ensamhet för omsorgspersonal, så att de får bättre möjligheter att möta behov relaterade till ensamhet



Foto: Linn Fryk

Ensamhet

Ensamhet är en negativ känsla som uppstår när det finns en skillnad mellan den önskade och faktiska nivån av sociala relationer.

Dimensioner av ensamhet

- *Emotionell ensamhet*: upplevelsen att inte ha någon nära förtrogen vän.
- *Social ensamhet*: en upplevd avsaknad av sociala relationer i vidare bemärkelse, att inte höra till en grupp eller ett sammanhang.
- *Existentiell ensamhet*: att känna sig avskärmad från andra och världen.

Delprojekt

Forskningsprogrammet består av fyra delprojekt. Två referensgrupper är knutna till programmet: en bestående av internationella forskare och en bestående av representanter för svenska civilsamhällesorganisationer, kommuner och myndigheter.

I delprojekt 1 kommer vi att analysera data från longitudinella studier (t.ex. SWEOLD) och register för att identifiera riskfaktorer för ensamhet och kartlägga orsakssambanden mellan ensamhet, psykisk ohälsa, samt vård- och omsorgsanvändning.



Foto: Elias Lauronen

I delprojekt 2 kommer vi intervjuva äldre personer om deras erfarenheter av ensamhet och psykisk ohälsa. Kunskapen från dessa intervjuer kommer att användas för att utveckla ett screeninginstrument för att identifiera och bedöma ensamhet inom äldreomsorgen samt bättre kunna möta behov hos personer som upplever ensamhet.

I delprojekt 3 kommer vi intervjuva omsorgspersonal. Baserat på intervjuerna och resultat från tidigare forskning kommer forskargruppen i samråd med omsorgspersonal att utveckla en kurs om ensamhet för att stärka personalens kompetens att identifiera och hantera ensamhet hos äldre personer.

I delprojekt 4 kommer vi att arbeta med att integrera forskning från alla delprojekten, förankra resultaten i praktiken och främja spridningen av resultat. I workshops med den svenska referensgruppen kommer vi att utforska hur vi tillsammans kan förbättra omsorgspersonalens hantering av ensamhet.

Forskargrupp

Projektet är ett samarbete mellan Aging Research Center (ARC) vid Karolinska Institutet och Stockholms universitet, samt Högskolan Dalarna (HDa).

Projektledare: Lena Dahlberg, HDa & ARC (email: ldh@du.se).

Ledare för delprojekt: Stefan Fors, ARC; Carin Lennartsson, ARC; Kevin J McKee, HDa; Josefin Wängdahl, ARC.

Projektperiod och finansiering

År 2023-2029, Forskningsrådet för hälsa, arbetsliv och välfärd (Forte).