Videnscenter på Ældreområdet

Fra to til en – livet efter den andens død

Eva Bonde Nielsen & Merete Platz

Spørgeskemaundersøgelse

- 4.600 interviewet både i 1997 og 2002
- Alder i 2002 57 - 82 år
- 65 mænd og 144 kvinder har mistet ægtefælle/samlever mellem 1997 og 2002
- Boede med ægtefælle/samlever i 1997
- Boede alene i 2002

Kvalitative interviews

- 12 enker og 5 enkemænd
- 71- 82 år
- Trekantsområdet
- Storkøbenhavnske område

Livet efter den andens død

- Bolig
- Sociale kontakter
- Fritidsaktiviteter
- Helbred og velbefindende
- Ensomhed

Grunde til at flytte

- Mindre bolig
- Fri for besværlige trapper
- Slippe for havearbejde

Grunde til at flytte

- Mindre bolig
- Skilsmisse eller dødsfald
- Fri for besværlige trapper
- Slippe for havearbejde

Birgit: *”huset var stort, og der var langt ned til stuen, men så satte jeg en alarm på, og det gav mig en tryghed med en alarm… der var en stor have til også… og så syntes jeg ikke, jeg havde lyst til at blive der mere – min mand var der ikke –*
…det var for svært for mig at blive boende…
det er så svært at bo i et hus med alle de dejlige minder, men man ved det ikke, før man har prøvet det.
…og da jeg flyttede herned, var jeg moden til det”.

Margit: "Lige fra starten vidste jeg, at jeg ikke ville blive boende i vores hus… Huset var for stort, jeg vil ikke sige, at jeg følte mig utryg, men der var også en stor have til, og eftersom at min mand var havemand, så ville jeg gerne bevare den have i den stand, han havde gjort, og det gjorde jeg sådan nogenlunde, men det var svært at klare…

Jeg var også bange for, at noget skulle gå i stykker i huset og så have håndværkere, for de er jo dyre… sådan noget ordnede min mand jo, han kunne lave alt…"

Anton: *”Sommerhuset har jeg solgt her i foråret. Jeg beholdt det sidste sommer for at se, om jeg ville bruge det til noget, men nej, jeg tog ud for at slå græsset, men det havde ikke noget formål for mig”*

Marie: *”Jeg kunne slet ikke overkomme at holde kolonihaven med min ryg , så derfor blev den solgt. Men det har været et stort savn her i sommer”*

Maren: *”Det hus vi havde i udlandet, beholdt jeg ca. et år efter Min mands død, men valgte så at sælge ... Det var for meget arbejde”*

Karen: *”Jeg har ikke været deroppe siden salget. Man skal ikke plage sig selv”*

Familie

Ugentlig kontakt med

Børn	80%
Børnebørn	45%
Anden familie	20%

Venner

Har ingen venner

78 år 5%
82 år 9%

Maren fortæller: *”Min mand var ikke særlig udadvendt. Han ville ikke ud og i kontakt med nogen. Han ville helst være herhjemme. Det er noget, der er et meget stort savn for mig nu, fordi vi har egentlig ikke haft nogle venner her. Det har vi slet ikke. … Det har været et problem for mig ikke at have nogle venner, for man får ikke så let sociale kontakter, når man er så gammel, som jeg er. De fleste har jo deres kontakter”.*

Gudrun fortæller: ”*Jeg har selv været glad for at have mine gamle veninder. Dem har jeg meget glæde af. Ægtepar søger sammen. Det har jeg set på Højskolen, og det er lidt det samme i ens venskabskreds. Fx et ægtepar, vi har kendt, de kontakter mig ikke så meget mere.*
Par har nok i hinanden og tænker ikke så meget på singler”.

Ugentlig kontakt med venner

Mænd	45%
Kvinder	48%

Ugentlig kontakt med venner

Mænd	45%
Kvinder	48%

Aleneblevne	61%
Andre	46%

Socialt stærke har ugentlig kontakt med børn og andre

Socialt stærke har ugentlig kontakt med børn og andre

- Mænd er ikke så ofte (50%) som kvinder (56%) socialt stærke

Socialt stærke har ugentlig kontakt med børn og andre

- Mænd er ikke så ofte (50%) som kvinder (56%) socialt stærke
- Når mænd bliver alene har de fleste samme kontaktflade som før (50%)

Socialt stærke har ugentlig kontakt med børn og andre

- Mænd er ikke så ofte (50%) som kvinder (56%) socialt stærke
- Når mænd bliver alene har de fleste samme kontaktflade som før (50%)
- Når kvinder bliver alene, er der flere, som får et stærkt socialt netværk (66%)

Udadvendte fritidsaktiviteter

- Kultur (teater, film, musik, museum mv)
- Gudstjeneste, møder i menighed
- Spiller kort
- Uddannelse (foredrag, studiekreds)
- Hobbyklub
- Ældreklub

Marie fortæller: *”… der sker meget derovre, og vi er mange ældre, der kommer der. Mine veninder og jeg skal til julefrokost derovre med underholdning, dans osv…. Hvis jeg bliver budt op til dans til julefrokosten, så vil jeg da sige ja tak. Vi bliver cirka 80 mennesker, og jeg kender langt fra dem alle sammen, men det kan jo komme”.*

Fra to til en

- Aleneblevne dropper ikke så ofte tidligere aktiviteter

Fra to til en

- Aleneblevne dropper ikke så ofte tidligere aktiviteter
- Aleneblevne dyrker flere aktiviteter end tidligere

Fra to til en

- Aleneblevne dropper ikke så ofte tidligere aktiviteter
- Aleneblevne dyrker flere aktiviteter end tidligere
- Aleneblevne mænd er lige så ofte som kvinderne begyndt at dyrke flere aktiviteter

Helbred

- Aleneblevne har ikke større risiko for at blive ramt af somatisk sygdom eller have sygdomsgener i hverdagen

Helbred

- Aleneblevne har ikke større risiko for at blive ramt af somatisk sygdom eller have sygdomsgener i hverdagen
- Aleneblevne synes ikke selv, at de har fået et dårligere helbred

Helbred

- Aleneblevne har ikke større risiko for at blive ramt af somatisk sygdom eller have sygdomsgener i hverdagen
- Aleneblevne synes ikke selv, at de har fået et dårligere helbred
- Aleneblevne mænd har oftere depression

Anton: *Det var nok cirka et halvt år efter min kones død, at reaktionerne kom… Jeg var ikke nedtrykt hele tiden – det kunne jeg være et par dage, og så kunne det gå over igen, og sådan har jeg det stadigvæk… men depressionspillerne hjælper mig….*
Nu får jeg også piller for forhøjet blodtryk og forstørret prostata. Det er piller, som jeg først har fået efter min kones død. Prostataproblemer har jeg haft i mange år, men det er først efter min kones død, jeg har fået gjort noget ved det. Inden syntes jeg ikke, problemerne var så store…
Maveproblemer er også kommet efter min kones død".

Selvhjulpenhed

- Aleneblevne bliver ikke mindre selvhjulpne med personlige gøremål

Selvhjulpenhed

- Aleneblevne bliver ikke mindre selvhjulpne med personlige gøremål
- Aleneblevne mænd bliver mere selvhjulpne med huslige gøremål

Preben: *”Min kone var så syg til sidst, at hun ikke kunne klare husholdningen … så måtte jeg tage over …det var da en stor omvæltning, men når jeg lavede mad, så sad hun her i køkkenet og fortalte mig, hvordan jeg skulle lave frikadeller og sovs og meget mere. Så det har været en stor hjælp for mig bagefter…. Jeg laver stadig mad, men mit problem er at lave mad til kun en, det er ikke nemt”.*

Velbefindende

	Mænd	Kvinder
Uoplagt	5%	6%
Nedtrykt	14%	22%
Bange	8%	16%
Bekymret	26%	44%

Velbefindende

	Mænd	Kvinder
Uoplagt	5% / 8%	6% / 12%
Nedtrykt	14% / 25%	22% / 23%
Bange	8% / 9%	16% / 20%
Bekymret	26% / 23%	44% / 38%

Marie mistede sin mand for godt og vel et år siden, Hun fortæller:

”Jeg havde det ikke så godt lige efter …lidt nedtrykt…
Det går bedre nu, hvor det er kommet lidt på afstand…
Livet skal jo gå videre – det kan jo ikke nytte noget. Jeg synes, jeg har taget det pænt. Vi kan jo ikke få ham tilbage…
Jeg går ikke sådan og er nedtrykt”.

Maren: "Efter jeg blev ene, så var der så mange ting, der skulle ske… der går jo mange måneder, inden alle papirsager og andet er kommet i orden… men så pludselig en dag, går det op for en, at man sidder her alene, og der er ingen at snakke med… men det der hul, det der savn, det går jo ikke væk… der er da tidspunkter, hvor man næsten ikke kan få ind i sit hoved, at han ikke er her… Jo, jeg får det bedre i forhold til savnet… Jeg prøver bevidst at indleve mig i, at nu er jeg alene, og det kan jeg ikke gøre ret meget ved. Jeg kan nok ikke finde mig en ny kæreste. Det er ellers så moderne, men det kan jeg ikke forestille mig".

Agnes: "Selvfølgelig er man dybt ked af det… det er meget, meget hårdt… Man siger, at tiden læger alle sår, men det gør den altså bare ikke. Det synes jeg ikke, tværtimod… Nogle dage er man noget nede, det er man, hvis man fx hører en melodi. Der er ikke noget som melodier, der minder om så mange ting. … Jeg kom igennem ved at sige til mig selv, at det kunne ikke være anderledes…
Jeg græder stadig indimellem, men slet ikke hver dag".

Birgit: ”Helt ærligt, så ville jeg ønske, at jeg kunne dø det første år efter… Et år efter havde jeg det faktisk værre end lige efter min mands død… Så gik jeg til lægen… så fik jeg sådan lidt beroligende, og dem tager jeg stadigvæk… Jeg tænker på ham hver dag, og jeg hyler også næsten hver dag… Jeg har fået det bedre efter, jeg er flyttet herned … Nu kan jeg måske leve på de positive minder. Jeg ser lidt lysere på fremtiden – jeg har lyst til at leve nu, når det ikke kan blive anderledes”

Merete: ”Selvfølgelig bliver man alene… Det var faktisk en lettelse, og det var heldigt, at han kun var syg i 14 dage. Efter var der så mange praktiske ting, der skulle ordnes… Psykisk har der ikke været nogen nedtur over hans død – slet ikke… jeg har aldrig savnet ham efterfølgende, og jeg har været meget lidt ked af det”.

Alt i alt godt stillet helbred og velbefindende

- Flere mænd (42%) end kvinder er godt stillet (28%)

Alt i alt godt stillet helbred og velbefindende

- Flere mænd (42%) end kvinder er godt stillet (28%)
- Når mænd (28%) bliver alene er langt færre godt stillet

Alt i alt godt stillet helbred og velbefindende

- Flere mænd (42%) end kvinder (28%) er godt stillet
- Når mænd bliver alene er langt færre godt stillet (28%)
- Når kvinder bliver alene ændres andelen godt stillet stort set ikke (24%)

Ensomhed = uønsket alene

Sker det nogensinde, at De er alene, selvom De helst ville være sammen med andre?

UØNSKET ALENE OFTE ELLER AF OG TIL

- ALLE 14%

UØNSKET ALENE OFTE ELLER AF OG TIL

- ALLE 14%
- Aleneblevne mænd 50%

UØNSKET ALENE OFTE ELLER AF OG TIL

- ALLE 14%
- Aleneblevne mænd 50%
- Aleneblevne kvinder 37%

Anton:"Jeg mangler min kone at snakke fortroligt med… Det forhold kan ikke erstattes… Jeg har haft mine børn og gode venner at snakke med, men der er grænser for, hvor meget man siger. Det kan jo også blive en belastning for vores venskab, hvis de hele tiden skal tage hensyn til mig og det, at jeg har det dårligt".

Preben fortæller: *”Jeg er aldrig uønsket alene, det er ikke mig… min kone har en tvillingesøster, som er enke… Når jeg har været nede i et ’hul’ efter min kones død, så har jeg ringet til hende… Hun er en rigtig god støtte… Jeg har det fint med at leve som single, og jeg leder ikke efter en anden kone, nej det gør jeg ikke. Jeg har haft et dejligt og lykkeligt ægteskab, og det skal ikke ødelægges af en anden kone”.*

Konklusion: Fra to til en

- Tab af ægtefælle medfører ikke væsentlige ændringer i den daglige tilværelse for flertallet

Konklusion: Fra to til en

- Tab af ægtefælle medfører ikke væsentlige ændringer i den daglige tilværelse for flertallet
- Der er et mindretal, som rammes meget hårdt

Konklusion: Fra to til en

- Gifte mænds velbefindende er bedre end de gifte kvinders

Konklusion: Fra to til en

- Gifte mænds velbefindende er bedre end de gifte kvinders
- Aleneblevne mænd oplever oftere end kvinderne, at deres tilværelse forringes

Konklusion: Fra to til en

- Gifte mænds velbefindende er bedre end de gifte kvinders
- Aleneblevne mænd oplever oftere end kvinderne, at deres tilværelse forringes
- Men der kan også være kvinder imellem