

A magányosság és a társadalmi kapcsolatok újabb uniós felmérésének eredményei

Francesco Berlingieri – Marco Colagrossi – Caterina Mauri: Loneliness and social connectedness: insights from a new EU-wide survey
Fairness policy brief, 2023. sz. 1–5. o.

URL: <https://publications.jrc.ec.europa.eu/repository/handle/JRC133351>

Standard mutatósorozatok mérik a magányosságérzés összefüggéseit a személyes és társadalmi tényezőkkel. A társadalmi kapcsolat minősége, tartalma, rendszeressége növelheti és csökkentheti a kirekesztettség, társtalanság miatti rossz érzést. A magányosság statikus és dinamikus viszonyai a referenciahelyzethez hasonlítva, regressziós elemzéssel vizsgálhatók. A Covid19-járványból eredő magányosság oka a társadalmi kapcsolatok megszakítása a 2020. évi tavaszi zárlat idején.

TÁRGYSZAVAK: magányosságérzés, társadalmi kapcsolat, európai véleményfelmérés, személyes jellemzők, élethelyzetek, EU SILC, Covid19-járvány, regressziós számítás, nemzetközi összehasonlítás, 2016, 2018, 2020, 2022

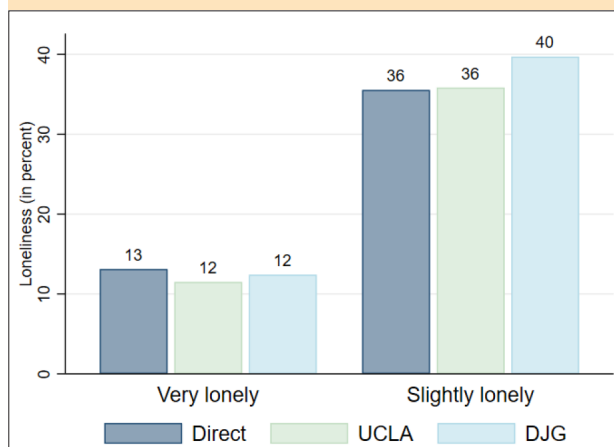
A személyes jóllét egyik meghatározója a fenn tartott társadalmi kapcsolatok tartalma, gyakorisága, stabilitása (AIHW [2023]). A tartós és kilátástalan magányosság, az elvárható társadalmi interakciók hiánya növelheti a betegség kockázatát. A magányosság érzete megnőhet a nehéz, rendkívüli élethelyzetekben, amilyen a munkahely, családtag, barát elvesztése. Globális hatású a Covid19-járvány zárlata. A magányosságérzés standard nemzetközi mértékrendszere alkalmas a térbeli, társadalmi és időbeli összehasonlításokra.

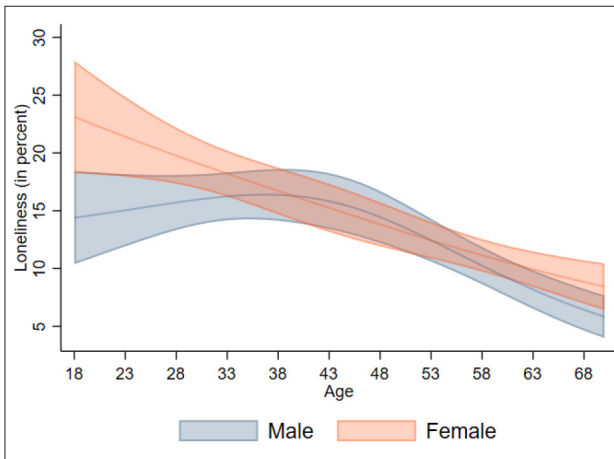
A tartós magányosság alvási zavarokkal is járhat. Magányos lehet az is, aki (időnként) beszélhet családtagjaival, barátaival, szomszédjaival, mégis társtalannak érzi magát, amikor a legnagyobb szüksége lenne ezeknek az embereknek az elvárható támogatására.

A magányosságérzés és a társadalmi kapcsolatok tényezőire összpontosító 2022. évi felmérés európai képviselői mintája 20 000 főt tartalmaz. A kutatók az országoként 1000 fős minta társadalmi, demográfiai jellemzői szerint csoportosít-

1. ÁBRA: A válaszok rátája a magányosságérzés fokozatai és a mérés skálái* szerint az európai mintában, 2022., százalék (minta = 100)

* Az európai minta (20 ezer fő) online válasza szerint a „nagyon” és a „kissé” magányos csoportok számarányai a közvetlen válaszok, az UCLA és a DJG skálák szerint. Az európai kérdőív két lehetséges válasza: „gyakran vagy mindig”, valamint „időnként” magányosnak érzi magát.





2. ÁBRA: A magányosság érzésének valószínűsége nemek és életkor* szerint az európai mintában, 2022., százalék (minta = 100)

* A grafikonok a férfiak és nők válaszainak modusa, az árnyékolás az eloszlás 95%-os szignifikanciasávja.

va értékelték a magányosságérzés és a társadalmi kapcsolatok közötti összefüggéseket. A panel tagjai online kérdőívre válaszoltak a 27 tagállamban. (1. ábra)

A magányosságérzés mérésének egyik módszere a 6 fokozatú De Jong-Gierveld (DJG) skálára épül. A két szélső értéke a teljes elszigeteltség érzése (general sense of emptiness) és a kellő számú közeli társ (there are enough people I feel close to). A kérdőívek válasza „helytálló”, „többé-kevésbé” és „nem helytálló” lehet. A 4 és 5 pontszámú csoportba sorolják a „kissé magányos”, a maximálisan 6 pontszámúba a „nagyon magányos” válaszolókat (Kenny-Hyland-Cloitre-Shevlin [2023]).

Az UCLA (University of California Los Angeles) eljárása 3 alapkérdésre alapozva csoportosítja (I) a társaság hiányának (lack of companionship), (II) a kirekesztettség érzésének (left out) és (III) a másoktól való elszigeteltségnek (isolated from others) az érzését. A kérdőívek válasza lehet (pontszámokkal) „mindig” (1), „néha” (2) vagy „gyakran” (3). Az összegek szerint a 6 és 7 pontszámú a „kissé magányos”, a 8 és 9 pontszámú a „nagyon magányos” válaszoló. Az értékelt pontszámok (UCLA Loneliness Scale) nem tartalmazzák a nem válaszolókat. (N. Z.)

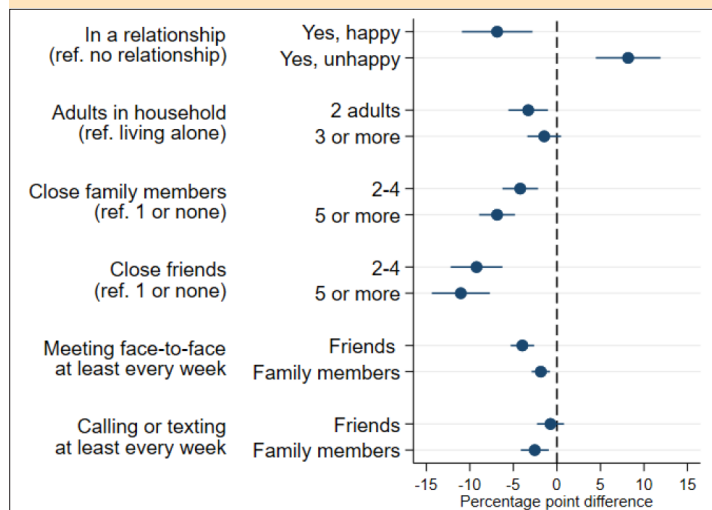
A közvetlen válasz megfelel a 2018. évi EU SILC (Survey on Income and Living Conditions) felmérés alkalmi kérdőíve (ad hoc module on material deprivation, well-being and housing difficulties) kérdésének: „Az utóbbi 4 hétben hány alkalommal érezte magát magányosnak?” A 27 uniós tagállam válaszolóinak

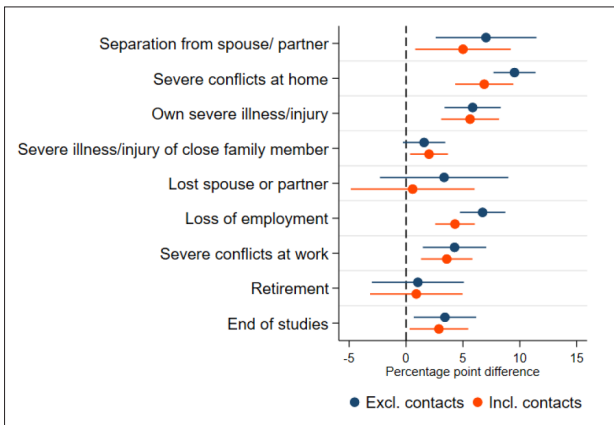
12–13%-a érzi magát *nagyon magányosnak*. A felmérés eredményei alapján mérhető a válaszolók társadalmi, demográfiai, egészséggel kapcsolatos stb. jellemzőinek hatása a magányosságérzésre. Meghatározható a magányosság egyéni érzésének valószínűsége és a válaszolók neme, életkora közötti kapcsolat (Maes-Qualter-Vanhalst-Vanden Noortgate-Goossens [2019]). (2. ábra)

3. ÁBRA: A magányossági érzés mértékeinek különbsége a társadalmi kapcsolat fontosabb jellemzői* szerint az európai mintában, 2022., százalékpont (a referencialhelyzet = 100)

* A magányossági ráták százalékos (előjeles) különbségeinek referencia esetei és változói, a szakaszok jelzik a válaszok 95%-os szignifikanciahatárát. A referencia szint az első válaszlehetőség (felülről)

- » a kapcsolat minősége („nincs”, „boldog”, „nem boldog”);
- » a háztartásban élő felnőtt („egyedülálló”, „2 fő”, „3 és több”);
- » a közeli családtagjai („legfeljebb 1”, „2-4”, „5 és több”);
- » a közeli barátai („legfeljebb 1”, „2-4”, „5 és több”);
- » a rendszeres heti személyes találkozás („legalább egy alkalom” „baráttal”, „családtaggal”);
- » a rendszeres heti hívás, üzenetváltás („legalább egy alkalom” „baráttal”, „családtaggal”).





4. ÁBRA: A magányosságérzés mértékeinek különbsége élethelyzetek és a társadalmi kapcsolat változatai* szerint az európai mintában, 2022., százalékpont (a referencialhelyzet = 100)

* A magányossági ráták százalékos (előjeles) különbségeinek esetei (balról) kapcsolatok nélkül és kapcsolattal. A szakaszok a válaszok 95%-os szignifikanciahatárát jelzik. A fontosabb élethelyzetek (felülről):

- » a házastárstól, partnertől elválás;
- » súlyos otthoni konfliktusok;
- » súlyos saját sérülés, betegség;
- » közeli családtag súlyos sérülése, betegsége;
- » házastárs, partner elvesztése;
- » súlyos munkahelyi konfliktusok;
- » nyugdíjazás;
- » a tanulmányok befejezése.

A nők magányosságérzése gyakoribb, mint a válaszoló férfiaké, csökken a válaszok szórása és valószínűsége a magasabb korcsoportok felé haladva. A magányosságérzés összefügg a válaszolók társadalmi kapcsolataival.

Az Európai Parlament felkérésére végzett 2022. évi véleményfelmérés fő célja a társadalmi kapcsolatok és az érzékelt magányosság közötti összefüggések vizsgálata a 27 tagállam képvisleti mintáin. A *társadalmi kapcsolat* tényezőinek regressziós együtthatói a kérdőív referenciaszintjeihez mért különbségekkel mérik a magányosságérzés változásának irányát, mértékét. (3. ábra)

A forrásmű ábraszorozatán pontok jelölik a felmért tényezők átlagos marginális hatását (coefficients with average marginal effects), azok a változók számított különbségei a referenciaszint regressziós együtthatójához mérten. A társadalmi és demográfiai rétegek nemzeti súlyrendszerét utólag állították össze, a felmérés eredményét validálva.

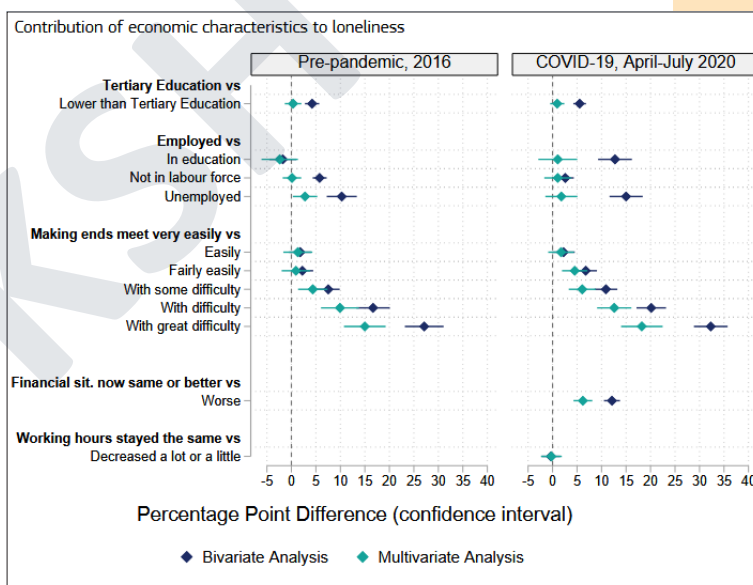
A 2022. évi európai minta felmérésének eredményei szerint kevésbé érzi magát magányosnak az, akinek van társadalmi kapcsolata az élet változó helyzetekben. Erősíti a magányosságot, ha a válaszoló nem tarthat másokkal társas kapcsolatot (Bailey–Johnston–Kuchler–Russel–State–Stroebel [2020]). (4. ábra)

5. ÁBRA: A magányosságérzés mértékeinek különbsége, a felmért személy fontosabb jellemzői* szerint az európai mintában, 2016., 2020., százalékpont (a referenciaszint = 100)

* A magányossági ráták százalékos (előjeles) különbségeinek számításai (balról) kétváltozós és többváltozós elemzéssel.

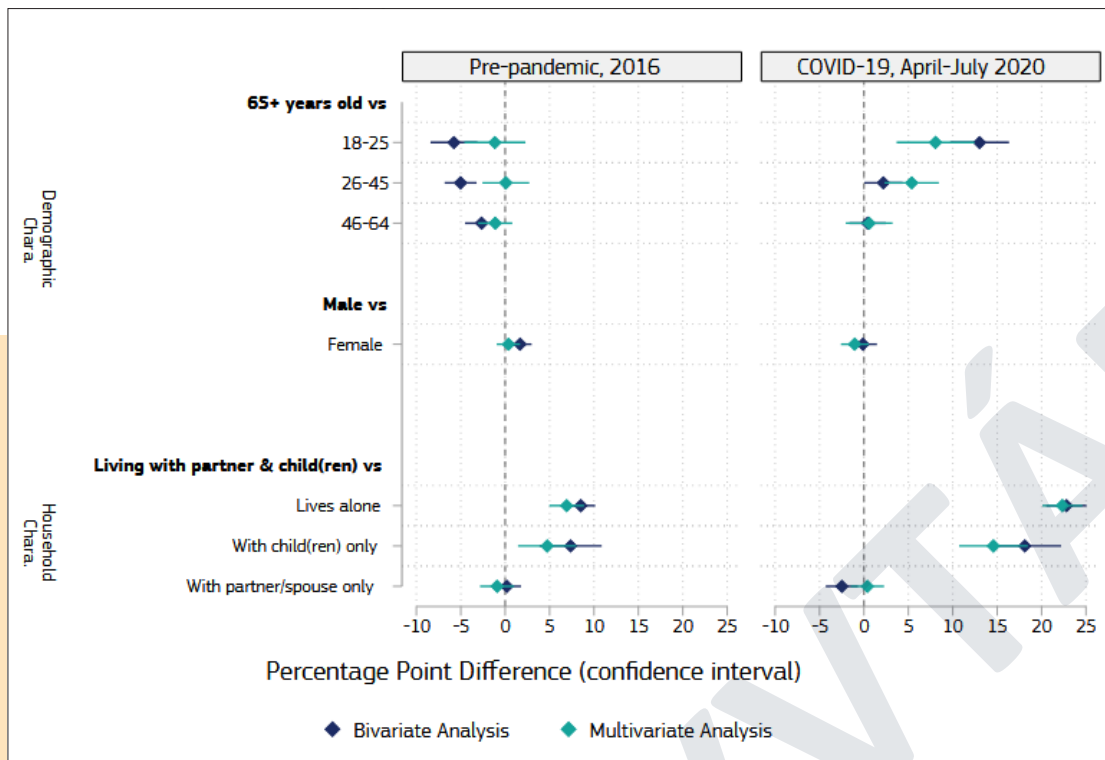
Az ábra bal oldalán a járvány előtt (2016. évi), jobb oldalán a járvány idején (2020. április–június) felmért minta mutatósorozata.

A szakaszok jelzik a válaszok 95%-os szignifikanciahatárát.



A regressziós elemzés a változók csoportjainak magányossági mértékét az első sor szerinti referenciákhoz viszonyítja (felülről):

- » iskolai végzettség („felsőfokú”, „alacsonyabb szintű”);
- » a munkaerőpiaci státus („foglalkoztatott”, „tanuló”, „inaktív”, „munkanélküli”);
- » a korábbi kapcsolat befejezése („nagyon könnyen”, „könnyen”, „viszonylag könnyen”, „esetenként nehezen”, „nehezen”, „nagyon nehezen”);
- » a pénzügyi helyzet („nem romlik, javul”, „romlik”);
- » a teljesített munkaórák száma („változatlan”, „kissé vagy nagyon csökken”).



6. ábra: A magányosságérzés mértékeinek különbsége, a fontosabb demográfiai változók és a háztartás típusa* szerint az európai mintában, 2016., 2020., százalékpont (a referenciaszint = 100)

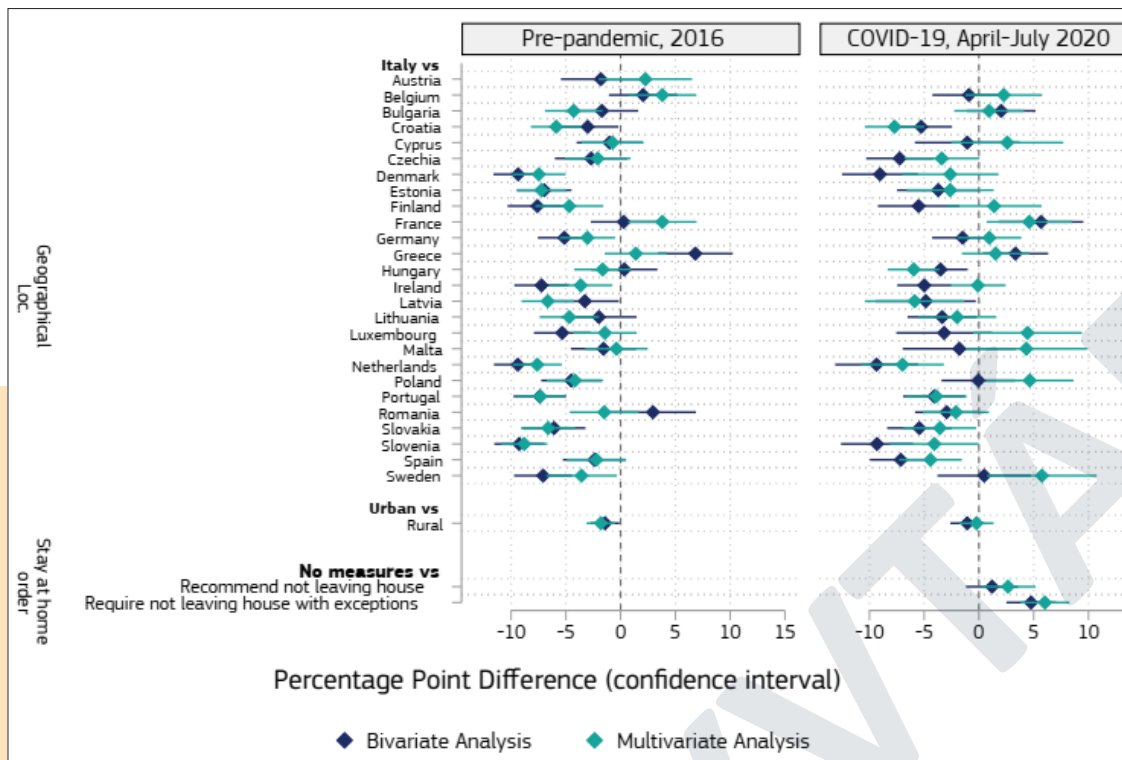
* A magányossági ráták százalékos (előjeles) különbségeinek számításai (balról) kétváltozós és többváltozós elemzéssel. Az ábra bal oldalán a járvány előtt (2016. évi), jobb oldalán a járvány idején (2020. április–június) felmért minta mutatósorozata. A szakaszok a válaszok 95%-os szignifikanciahatárát jelzik. A regressziós elemzés a változók csoportjainak magányossági mértékét az első sor szerinti referenciákhoz viszonyítja (felülről):

- » az életkorcsoportok (65+, 18–25, 26–45, 46–64 életév);
- » nemek (férfi, nő);
- » a háztartás típusa (gyerekes házaspár, egyedülálló, egyedülálló gyerekekkel, házaspár gyerek nélkül).

A felmért mutatósorozatok alapján számították az egyes tényezők átlagos regressziós együtthatóit, azok különbségét a válaszok referenciaszintjéhez viszonyítva. A tagállamok 1000 fős képviselői mintái összesen 23,1 ezer értékelhető választ szolgáltattak 2022. novemberben és decemberben. Az Eurostat adatbázisából választották a 27 tagállam mintáit, a lakóhely földrajzi térsége (NUTS) szerinti rétegekkel. A regressziós számítások demográfiai tényezői a válaszoló neme, életkora és iskolai végzettsége. A logisztikus regresszió a minta életkoradatainak köbével határozta meg az eredményváltozókat, az alsó korhatár a 16. életév. A magányosságérzés egyéb hajtóerői több tárgyév mintavételes európai felmérésének eredményei alapján azonos módszerrel elemezhetők (Baarck–Balahur–Cassio–d’Hombres–Pásztor–Tintori [2021]).

A Covid19-járvány sokkhatása változásokkal járt a magányosságérzésben a 4 évvel korábbi válaszokhoz mérten. A hatásvizsgálat a 2016. és 2020. évi európai minta rátáit hasonlítta össze, korcsoport és más demográfiai jellemzők szerint. A magányosságérzés valószínűsége és változása kisebb a minta felső jövedelmi deciliseiben, és viszonylag nagyobb az alacsony képzettségűek, a tanuló, a munkanélküliek, az inaktív csoportjaiban (Baarck–Balahur–Cassio–d’Hombres–Pásztor–Tintori [2021]). (5. ábra)

Az egyik referenciahelyzet a 65+ éves korcsoportok magányosságérzése 2016-ban és 2020 tavaszán, a Covid19-járvány hatására. A válaszoló 18–25 évesek magányosságérzésének relatív szintje a 4 évvel korábbi kétszeresére nőtt a járvány miatt elrendelt globális zárlat hatására 2020 tavaszán (Barreto–



7. ábra: A magányosságérzés mértékeinek különbsége, a válaszoló lakóhelye és a járvány globális zárlatának esetei* szerint az európai mintában, 2016., 2020., százalékpont (a referenciaszint = 100)

* A magányossági ráták százalékos (előjeles) különbségeinek számításai (balról) kétváltozós és többváltozós elemzéssel. Az ábra bal oldalán a járvány előtt (2016. évi), jobb oldalán a járvány idején (2020. április–június) felmért minta mutatósorozata.

A szakaszok a válaszok 95%-os szignifikanciahatárát jelzik. A regressziós elemzés a változók csoportjainak magányossági mértékét az első sor szerinti referenciákhoz viszonyítja (felülről).

Olaszország (referencia) és 26 tagállam betűrendben, angol megnevezéssel; hatósági zárlat 2020 tavaszán („nem rendelték el”, „ajánlott az otthonmaradás”, „elrendelt zárlat, kivételes az otthon elhagyása”).

Victor–Hammond–Eccles–Richins–Qualter [2021], Baarck–Balahur–Cassio–d’Hombres–Pásztor–Tintori [2021], Ernst [2022]). (6. ábra)

A magányosságérzés hajtóerői eltérők földrajzi térségek szerint, összehasonlítható tagállamok szerint a globális Covid19-járvány átlagos hatása a magányosságérzésre (Barreto–Victor–Hammond–Eccles–Richins–Qualter [2021]) (7. ábra).

A magányosságérzés korábban nem tapasztalt mértékben nőtt 2020 tavaszán a globális járvány és zárlat sokkhatásai következtében. A kutatók ajánlásokat állítottak össze a megnövekedett magányosságérzés csökkentésére.

Az egyik szakpolitikai feladat a nemzedékek együttélésének elősegítése, a rendszeres személyes kapcsolat a közeli lakóhellyel is összefügg (Akapedjou et al. [2023]).

A világháló lehetőséget kínál csatlakozásra valamely csevegő csoporthoz, kapcsolattartásra

az otthoni munkavégzés távoli partnereivel. Fejleszthető a krízishelyzet segélykérő szolgáltatása, például okos informatikai eszközökkel.

A magányos emberek társadalmi kapcsolatai csoportos tevékenységekkel javíthatók, bővíthetők. A kezdeményező intézmények, személyek kapcsolatot létesíthetnek rászoruló, sérülékeny csoportokkal, érzelmi támogatást kínálva a környezetükben élő idős, munkanélküli, egyedülálló, társkereső, a máshonnan érkezett stb. magányosoknak.

A kirekesztés, a megbélyegzés elleni társadalmi fellépés ajánlott a tömegtájékoztatásban, közösségi oldalakon, ezzel mérsékelhető a magányosságérzés.

Nagy szükség van az ingyenes telefonos segélyszolgálatra, amely szakpszichológusok részvételével teremt kapcsolatot a magányos személyekkel, megelőzve a valószínű rossz döntést a szokásos lelki válságokban (Barreto–Victor–Hammond–Eccles–Richins–Qualter [2021]).

A 27 uniós tagállam képviseleti mintája 2022. évi válaszolójának legalább 12%-a nagyon magányos, tartósan nélkülözi a tartalmas társas kapcsolatot. A felmért magányosságérzés összefügg a társadalmi kapcsolatok alakulásával. A regressziós számítás mérhetővé teszi a fontosabb gazdasági és demográfiai tényezők hatásait, összehasonlíthatók a magányosságérzés fokozatai a vizsgált élethelyzetekben. A referenciahelyzethez mért magányosságérzés kevésbé valószínű az idősebb nemzedékek, a magasabb iskolai végzettségűek és a nagyobb jövedelműek mintáiban.

A magányosságérzés mérséklése személyes találkozásokkal, telefonon vagy a világhálón tartott kapcsolattal lehetséges. Lényeges a kapcsolatok minősége, megbízhatósága, gyakorisága is. A lelki segítség különösen az egyedülállók, az idősek, a betegek, a hátrányos helyzetűek számára nélkülözhetetlen (Beckers–Buecker–Casabianca–Nurminen [2022], Casabianca–Kovacic [2022]).

A 2016. és 2020. évi felmérések eredményeinek összehasonlítása jelzi a globális Covid19-járvány differenciált hatását a magányosságérzésre az európai népesség csoportjaiban, azok demográfiai jellemzői és a 27 uniós tagállam szerint. A magányosság felmérési eredményei összekapcsolhatók az egészség, idősödés és nyugdíj uniós mutatósorozataival (Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe – SHARE) (Hajek–König [2020]).

A magányosságérzés mutatói elérhetők több nemzetközi projekt mintáiban, amilyen a Generations and Gender Survey (GGS) felmérés (Hansen–Slagsvold [2016], Spéder et al. [2007]).

NÁDUDVARI ZOLTÁN

IRODALOM

- AIHW [2023]: Social isolation, loneliness and wellbeing. In *Australia's welfare 2023: data insights*. Canberra, Australian Institute of Health and Welfare. 26–42. https://www.aihw.gov.au/getmedia/c47cb232-4f6f-4eb0-853e-d6018f6ee01c/aihw-aus-246_chapter_2.pdf
- AKAPEDJOU, R. et al. [2023]: Effectiveness of interventions to address different types of vulnerabilities in community-dwelling older adults: An umbrella review. *Campbell Systematic Reviews*, 2. sz. 1–34. <https://doi.org/10.1002/cl2.1323>
- BAARCK, J. – BALAHUR, A. – CASSIO, L. – D’HOMBRES, B. – PÁSZTOR, ZS. – TINTORI, G. [2021]: *Loneliness in the EU. Insights from surveys and online media data*. Luxembourg, Publications Office of the European Union. <https://doi.org/10.2760/46553>
- BAILEY, M. – JOHNSTON, D. – KUCHLER, T. – RUSSEL, D. – STATE, B. – STROEBEL, J. [2020]: The Determinants of Social Connectedness in Europe. In Aref, S. et al (szerk.): *Social Informatics*. Springer International Publishing. 1–14. https://doi.org/10.1007/978-3-030-60975-7_1
- BARRETO, M. – VICTOR, C. – HAMMOND, C. – ECCLES, A. – RICHINS, M. T. – QUALTER, P. [2021]: Loneliness around the world: Age, gender, and cultural differences in loneliness. *Personality and Individual Differences*, 110066. sz. 1–6. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110066>
- BECKERS, A. – BUECKER, S. – CASABIANCA, E.J. – NURMINEN, M. [2022]: *Effectiveness of interventions tackling loneliness*. Luxembourg, Publications Office of the European Union. <https://doi.org/10.2760/277109>
- CASABIANCA, E. J. – KOVACIC, M. [2022]: *Loneliness and health of older adults: The role of cultural heritage and relationship quality*. Ispra, European Commission. https://joint-research-centre.ec.europa.eu/publications/loneliness-and-health-older-adults-role-cultural-heritage-and-relationship-quality_en
- ERNST, M. et al. [2022]: Loneliness Before and During the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review With Meta-Analysis. *American Psychologist*, 5. sz. 660–677. <https://doi.org/10.1037/amp0001005>
- HAJEK, A. – KÖNIG, H. H. [2020]: Which factors contribute to loneliness among older Europeans? Findings from the Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe: Determinants of loneliness. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 104080. sz. 1–4. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2020.104080>
- HANSEN, T. – SLAGSVOLD, B. [2016]: Late-Life Loneliness in 11 European Countries: Results from the Generations and Gender Survey. *Social Indicators Research*, 1. sz. 445–464. <http://link.springer.com/10.1007/s11205-015-1111-6>
- KENNY, L. – HYLAND, P. – CLOITRE, M. – SHEVLIN, M. [2023]: Factor structure of the de Jong Gierveld scale for loneliness: shortened 6-item version (DGJLS-6). A systematic review. *European Journal of Mental Health*, e0001. 1–12. <https://doi.org/10.5708/EJMH.18.2023.0001>
- MAES, M. – QUALTER, P. – VANHALST, J. – VAN DEN NOORTGATE, W. – GOOSSENS, L. [2019]: *Gender Differences in Loneliness across the Lifespan: A Meta-Analysis*. *European Journal of Personality*, 6. sz. 642–654. <https://doi.org/10.1002/per.2220>
- SPÉDER, ZS. et al. [2007]: Generations and Gender Survey (GGS): Towards a better understanding of relationships and processes in the life course. *Demographic Research*, 14. sz. 389–440. <https://doi.org/10.4054/DemRes.2007.17.14>