

Ekonomikrisen

Ny forskning: "Kan leda till ensamhet, ångest och depression"

6 maj 2025 08:00

Ekonomisk oro, i såväl barndomen som i vuxenlivet, är en stor bov för din mentala ohälsa när du bli äldre. Det visar ny forskning från Hälsöhögskolan i Jönköping.

– Det skapar förvånande långvariga konsekvenser, menar Deborah Finkel.



Isak Lundberg
Text



Deborah Finkel, forskare på Hälsöhögskolan vid Jönköping University.
Bild: Privat

Olika ekonomiska förhållanden under både barndomen och i vuxenlivet spelar en stor roll för den psykiska hälsan när du blir äldre. Det visar ny forskning som gjorts på Hälsöhögskolan i Jönköping. Forskningen syftar till att undersöka hur ekonomisk oro och utsatthet påverkar den emotionella hälsan.

Deborah Finkel, en av forskarna bakom projektet, menar att de, istället för att undersöka hur och när den ekonomiska stressen uppstår, har de undersökt hur den lagras och växer över tid.

– Vi har sett att ekonomisk oro i både barndomen och vuxenlivet påverkar dig i ett senare skede i livet. Personer som upplever ekonomisk oro löper risk för problem som ensamhet, ångest och depression, säger Deborah Finkel.

Personer som har upplevt att de levt i ekonomisk oro under sin barndom och fortsatt upp i vuxenlivet löper större risk att drabbas av problemen redan från 50 års ålder.

– Det skapar förvånande långvariga konsekvenser. Även om det skulle bli bättre i vuxen ålder så försvinner inte oron helt.



Forskningsprojektet på Hälsöhögskolan i Jönköping om hur ekonomisk oro påverkar den mentala hälsan.

Bild: Elin Elderud

Forskningen har gjorts genom att studera tvillingar i åldrarna 45-98, med en uppföljningstid på 25 år. Studien utgår från fler socioekonomiska faktorer, så som utbildning, yrke och inkomst.

Deborah Finkel menar att den ekonomiska oron grundar sig i huruvida personen upplever att de har tillräckligt med kapital för att täcka grundläggande behov, som hyra, mat och en mindre krisbuffert. De negativa effekterna på den mentala hälsan kan kopplas till den långvariga stress som de ekonomiska problemen medför.

I studien har man kunnat se att personer som haft en ekonomiskt trygg barndom inte visar samma nivåer av ångest och ensamhet som personer med en otrygg barndom förrän vid 70 års ålder.

– Ekonomisk säkerhet i barndomen fungerar som en buffert som skapar stöd för den psykiska hälsan, och som kan fördröja problem som till exempel ensamhet och depression.

Det man också har kunnat se är att personer som upplever att de har vuxit upp i en ekonomiskt otrygg miljö, men som i vuxen ålder fått en stabilare ekonomi, upplever en bättre emotionell hälsa senare i livet. Deborah Finkel menar att det visar att det aldrig är försent att påverka sin hälsa positivt genom en förbättrad ekonomi.

Deborah Finkel poängterar därför vikten av att i ett tidigt skede möta och ge stöd till personer som lever i ekonomisk utsatthet.

– Det är viktigt att samhället och våra sociala skyddsnät arbetar för att människor ska kunna känna sig trygga i sin ekonomi, så att de kan vara sitt bästa jag och leva sitt bästa liv.

Studien är en del av ett fortlöpande projekt som studerar olika faktorer som kan orsaka stress och dess samband med ensamhet och psykisk ohälsa.

 Dela artikeln



Isak Lundberg

isak.lundberg@bonniernews.se

Följ

Ekonomikrisen

Följ

Nästa artikel under annonsen

