

Lunds universitet  
Statsvetenskapliga institutionen

STVK02  
VT22  
Handledare: Maria Hedlund

# Ett ensamt problem

Hur Storbritannien gjorde ensamhet politiskt.

Oskar Andreasson

# Abstract

In January 2018 the British government made a commitment to tackle the growing issue of loneliness. This thesis investigates how the problem of loneliness is represented within the British strategy to counteract this issue. This is done with help from Carol Bacchis' theoretical and methodological WPR or "What's the problem represented to be?" approach. The approach proposes analysing policy as an exercise in problem construction rather than problem solving. Using this approach, the study is guided by theoretical approaches on the issue of loneliness and the causes and effects it may have through a medical, social, and political perspective. It also uses works on the increased importance of happiness and wellbeing in modern societies to explain the governments interest in its citizens wellbeing. By analysing several published documents by the British government this thesis finds that the dominating problem representation of loneliness is as a public health and wellbeing issue. This problem representation in turn relies heavily on an approach to loneliness as an individual issue. In turn this means that the structural and societal causes for loneliness are neglected. The policy implemented by the British government is therefore limited by its problem representation of loneliness.

*Keywords: Loneliness, problem representation, WPR-method, wellbeing, individualism*

*Antal ord: 9990*

# Innehållsförteckning

<b>1. ENSAMHETENS ÅRHUNDRADE.....</b>	<b>4</b>
1.1. ENSAMHET SOM ETT POLITISKT PROBLEM.....	5
<b>2. DET NUVARANDE KUNSKAPSLÄGET .....</b>	<b>6</b>
<b>3. DEN TEORETISKA GRUNDEN .....</b>	<b>8</b>
3.1. TEORETISKA KONCEPTUALISERINGAR AV ENSAMHET.....	8
3.2. PROBLEMATISK ENSAMHET.....	8
3.3. STATERS INTRESSE AV VÄLMÅENDE? .....	10
<b>4. DET METODOLOGISKA RAMVERKET.....</b>	<b>11</b>
4.1. PROBLEMET SOM EN LÖSNING .....	11
4.2. WHAT’S THE PROBLEM REPRESENTED TO BE?.....	12
4.2.1. <i>What is the problem represented to be in a specific policy?</i> .....	13
4.2.2. <i>What presuppositions or assumptions underlie this representation of the problem?</i> .....	13
4.2.3. <i>What is left unproblematic in this problem representation? Where are the silences? Can the problem be thought about differently?</i> .....	13
4.3. REFLEKTIONER KRING METOD OCH MATERIAL .....	14
<b>5. ANALYS.....</b>	<b>15</b>
5.1. BRITTISK ENSAMHET.....	15
5.2. VAR KOMMER ENSAMHET IFRÅN? .....	19
5.2.1. <i>Hälsa och välmående</i> .....	19
5.2.2. <i>Ensamhet vs. produktivitet</i> .....	21
5.2.3. <i>Mätbar ensamhet</i> .....	22
5.2.4. <i>Att “drabbas” av ensamhet?</i> .....	24
5.3. DEN OPROBLEMATISKA ENSAMHETEN .....	26
5.3.1. <i>Kulturell ensamhet</i> .....	26
<b>6. AVSLUTANDE REFLEKTIONER .....</b>	<b>29</b>
<b>7. REFERENSLISTA .....</b>	<b>31</b>

# 1. Ensamhetens århundrade

Ekonomiprofessorn Noreena Hertz har ett tydligt budskap i sin bok *Ensamhetens århundrade* (2022). Vi lever i en ensamhetskris. Samhället har blivit mer fränkopplat och människor lever idag mer avskärmade från varandra och sig själva än vad vi någonsin gjort innan (Hertz 2022, 14). Svenskar porträtteras ofta som ett särskilt ensamt folk och ensamheten har således länge varit föremål för debatt i Sverige (Nyhetsmorgon, 2016). Syftet med Hertz bok är däremot inte bara att skildra ensamhetskrisen, utan hennes bok är även en maning till handling för politiker som hon menar måste agera nu för att stoppa denna kris (Hertz 2022, 23).

I Sverige finns det idag inte någon uttalad nationell strategi för att motverka ensamhet, vilket har medfört att flera svenska politiker har börjat vända blickarna mot Storbritannien och menat att Sverige borde följa deras exempel (Forssmed 2021, Lagercrantz 2018). Januari år 2018 valde nämligen den före detta brittiska premiärministern Theresa May att implementera en nationell strategi mot ensamhet i unionen, vilket även inkluderade tillsättandet av en ensamhetsminister (Prime Minister's Office, 10 Downing Street 2018). Detta sågs av många som ett positivt besked och ett sätt att visa för världen att Storbritannien tog sin utbredda ensamhet i landet på allvar.

Denna form av politik mot ensamhet har däremot inte mötts av positiv entusiasm från alla håll. Ledarskribenten Tove Lifvendahl menar till exempel att tillsättandet av en ensamhetsminister och implementerandet av en nationell strategi bara är ett sätt att erkänna bristande omdöme i politikens begränsningar. Lifvendahl förklarar att ensamhetsfrågan är viktig, men inte politikens uppgift att lösa (Lifvendahl 2020). Lifvendahls artikel visar en syn på policy som någonting som åsyftar till att lösa problem. Statsvetaren Carol Bacchi beskriver däremot policy som det motsatta. I hennes mening är policy en metod för att konstruera samhällsproblem (Bacchi 2009, ix-x). Alltså hade Bacchi argumenterat att policy som skapas med ett uttalat syfte att motverka ensamhet snarare konstruerar ensamheten till ett specifikt problem. Storbritanniens policy för att motverka ensamhet borde därför ses som mycket intressant eftersom det utefter Bacchis teorier visar en ny form av politisk problematisering av ensamhet. Bacchi förklarar att när vi analyserar policy som problemkonstruktion snarare än problemlösning får vi även en djupare inblick i vilka antaganden och premisser som en policys problemkonstruktion baseras på. Denna inblick kan även användas för att belysa hur politiska representationer av problem kan förstås som begränsande (Bacchi 2009, xv).

## **1.1. Ensamhet som ett politiskt problem**

Storbritanniens beslut att implementera en nationell strategi för att motverka ensamhet blev historisk och visade hur en stat kunde problematisera ensamhet, något som ofta förstås som ett personligt problem, politiskt. Den policy som Storbritannien framför för att motverka ensamhet förstås i denna uppsats som en form av problemkonstruktion. Utifrån detta syftar uppsatsen till att uppmärksamma hur ensamhet representeras som ett problem i Storbritanniens ensamhetsstrategi och förklara hur och om dessa representationer begränsar den brittiska regeringens åtgärder mot ensamhet.

*På vilka sätt kan den brittiska regeringens problemrepresentation av ensamhet förstås som begränsande?*

## 2. Det nuvarande kunskapsläget

Tidigare studier om ensamhet utförs ofta med syftet att bevisa den negativa inverkan som upplevd ensamhet kan medföra på människors generella hälsa och välmående. Därför har ensamhet ofta varit föremål för medicinska studier. John Cacioppo et.al. antar ett evolutionärt perspektiv och menar att den psykiska och fysiska smärtan vi upplever när vi är ensamma finns till eftersom människor en gång behövde skapa sociala relationer och dela förnödenheter för att överleva (Cacioppo et.al 2006, 1056). Konsekvensen av detta synsätt på ensamhet som en biologisk process som riskerar att leda till fysiska och psykiska sjukdomar har resulterat i att en stor mängd akademisk litteratur har fokuserat på att hitta medicinska åtgärder för att kunna motverka ensamhet. Exempelvis John Cacioppo och Stephanie Cacioppo studie kring hur den antidepressiva medicinen *allopregnanolone* kan motverka ensamhet (Cacioppo & Cacioppo 2015, 947).

Något som talar emot att ensamhet endast är en biologisk process är att den upplevda ensamheten i samhället tycks vara mer utbredd än någonsin trots att människor kanske inte är själva lika ofta. Att se ensamhet endast som en medicinsk fråga anser därmed en stor mängd forskare vara otillräckligt. Wilkinson menar exempelvis att den utbredda upplevda ensamheten snarare beror på olika strukturer i samhället. I sin studie för Wilkinson därför en diskussion kring hur ensamhet kan förstås som något politiskt snarare än personligt genom att tillämpa ett feministiskt perspektiv (Wilkinson 2022, 24). Samhällsvetenskapliga forskare tycks på flera håll ha presenterat hur sociala strukturer skapar olika förutsättningar för upplevd ensamhet. Sam Fardghassemi och Héléne Joffe har i sin studie studerat ungdomar, en grupp som upplever en förvånansvärt hög ensamhet, i Londons mest utsatta områden. Deras resultat visar att socioekonomisk status kan skapa olika förutsättningar för upplevd ensamhet och att katalysatorn för detta ofta var att ungdomar jämförde sig med andra på sociala medier (Fardghassemi & Joffe 2022, 3). Likväl tycks även seniorer löpa en stor risk för att drabbas av ensamhetskänslor. Äldre män verkar ofta uppleva känslor av ensamhet, vilket John Ratcliffe et.al påstår kan bero på vissa maskulina strukturer. Ensamhetsupplevelser är dessutom ofta förenade med en underordnad social roll och som något icke-maskulint inom maskulinitetsideologin. Därför blir ofta ensamhet stigmatiserat (Ratcliffe et.al 2019, 795). Ensamhet verkar inte bara variera beroende på kön och socioekonomisk status utan även kulturellt. Gražina Rapolienė och Marja Aartsen förklarar att det finns tydliga skillnader i förekomsten av ensamhet mellan de europeiska öst- och väststaterna. Med sin studie förklarar

de hur den utbredda och höga nivån av ensamhet i öststaterna kan förklaras som ett symptom av att det tidigare styrdes av totalitära regimer. Detta har resulterat i en stor andel änkor, stora materiella ojämlikheter och låga nivåer av tillit till samhället (Aartsen & Rapoliené 2021, 1–2). Däremot tycks det även finnas kulturella skillnader som skapar olika förutsättningar för ensamhet inom länder. Vanessa Burholt et.al belyser detta väl i sin genomgång av hur ensamhet skiljer sig mellan olika minoritetsgrupper i Storbritannien. Deras resultat visar inte bara att ensamhet bland äldre minoriteter skiljer sig gentemot varandra, utan även att ensamheten hos äldre minoriteter är mycket mer utbredd än ensamheten hos den inhemska befolkningen i Storbritannien (Burholt et.al 2012, 65).

Det tycks finnas många underliggande sociala, kulturella och även ekonomiska strukturer bakom ensamheten i dagens samhälle, men likt Wilkinson påstår även många författare att ensamhet kan vara politiskt. Samhällsvetenskapliga forskare har vid flera tillfällen anklagat neoliberalism för de växande upplevelserna av ensamhet i samhället. Julia Becker et.al. menar att neoliberalism som politisk filosofi påstås främja individers välmående genom att uppmuntra dem att sträva efter personlig utveckling, men i själva verket når Becker et.al en motsatt slutsats i deras studie om neoliberalisms påverkan på människors välmående. De påstår att denna filosofi snarare isolerade människor från varandra. Den inbyggda konkurrensen i filosofin bidrog till känslor av ensamhet och isolering (Becker et.al. 2021, 962). Alltså kan ensamhet ha politiska grunder, men det verkar även kunna bidra till politiska konsekvenser. Monika Malon menar i sin artikel att ensamhet inte bara har konsekvenser för människors välmående utan det har även konsekvenser för den politiska stabiliteten i demokratiska samhällen. Den utbredda upplevda ensamheten beror på en radikal individualisering som har resulterat i att människor saknar en gemensam världsbild. Detta menar Malon ger totalitära rörelser utrymme att växa genom att skapa egna sanningar och ge människor ett delat syfte (Malon 2021, 66–68).

Upplevd ensamhet är ett välstuderat ämne. Det studeras som ett hälsoproblem, som ett socialt problem, ett kulturellt problem och som ett politiskt problem. Diskussionen kring ensamhet har till och med fått utrymme på den politiska agendan, men när de flesta studierna inriktar sig på att studera ensamhetens orsaker eller konsekvenser tenderar en viktig fråga att glömmas bort. Hur skapas våra problemrepresentationer av ensamhet, vad har vi tagit för givet och hur kan detta begränsa de åtgärder som tas för att motverka ensamhet?

## 3. Den teoretiska grunden

### 3.1. Teoretiska konceptualiseringar av ensamhet

Den moderna uppgången av upplevd ensamhet har väckt ett betydande akademiskt, medialt och politiskt intresse. Men vad är denna upplevda ensamhet egentligen? Daniel Perlman & Letitia Anne Peplau beskriver ensamhet som en subjektiv känsla där vi upplever en diskrepans mellan kvantiteten och kvaliteten på de relationer som vi har eller vill ha. Upplevelsen kan beskrivas som en känsla av brist på sällskap (Perlman & Peplau 1982, 8). Hannah Arendt definierar ensamhet i de sista kapitlen av *Origins of Totalitarianism* (1951/1973). Arendt menar att människor upplever ensamhet när de saknar en gemensam värld. Detta sker när ens verklighetsuppfattning inte bekräftas av andra människor. Arendt beskriver alltså en process där självet avfolkas, vilket i hennes mening skapar en grogrund för totalitära regimer att utnyttja (Arendt 1951/1973, 477). Ensamhet är alltså inte endast tillståndet av att vara för sig själv. Människor kan uppleva ensamhet hemma med familjen, medan de är ute på en nattklubb med vänner eller på ett nöjesfält. Ensamhet är känslan av att vara socialt separerade från andra människor. En känsla av att inte bli erkänd som en konkret person. Sociologen Keming Yang förklarar att ensamhet är en universell känsla. Det är något vi alla upplever någon gång precis som lycka eller sorg, däremot kan frekvensen, intensiteten och varaktigheten av denna känsla skilja sig avsevärt (Yang 2019, 1). Ensamhet är en besvärande men naturlig känsla som många människor upplever i livet, men som naturligtvis påverkar människor på olika sätt. Idag har dock ensamhet börjat problematiseras på olika sätt inom akademisk forskning, något som väckt ett stort politiskt intresse för ensamhetskänslor. Den breda och varierande problematiseringen av ensamhet kan göra ensamhet till ett väldigt komplext problem för politiken att lösa. Det är dessutom svårt att argumentera för varför politiken ska hantera människors subjektiva upplevelser. Därför kommer den brittiska regeringens problematisering av ensamhet vara intressant att studera för att komma underfund med hur politiken hanterar denna. Det finns många olika perspektiv den brittiska regeringen kan ta. Därför behövs ett brett teoretiskt underlag för hur ensamhet kan ses som ett problem.

### 3.2. Problematisk ensamhet

I det medicinska fältet bidrar neuroforskarna John Cacioppo och William Patrick med detta och menar att ensamhet inte bara är ett smärtsamt tillstånd, utan känslor av ensamhet kan även resultera i en variation av både psykiska och fysiska sjukdomar (Cacioppo & Patrick 2009, 5).



Cacioppo och Patrick väljer alltså att formulera den växande upplevda ensamheten som ett hot för den allmänna folkhälsan och målar upp en bild av ett växande problem. De ser ensamheten som en evolutionär reaktion på att vi idag lever i ett samhälle där människor är fränkopplade från varandra (Cacioppo & Patrick 2009, 259–260). Ensamhetskänslor vill de däremot förtydliga inte är en sjukdom i sig, utan det är konsekvenserna av dessa känslor som kan resultera i sjukdomar (Cacioppo & Patrick 2009, 228–230). Yang menar att kopplingen mellan ensamhet och flera fysiska och psykiska sjukdomar är en god anledning att börja se ensamhet som ett seriöst problem, men att det går att ifrågasätta om detta samband är tillräckligt tydligt. Ensamhet menar Yang är en subjektiv upplevelse som människor reagerar på och hanterar på olika vis. Detta gör det svårare att argumentera för att ensamhet bör ses som ett allvarligt medicinskt problem (Yang 2019, 8–10). Yang tar ett sociologiskt perspektiv och ser ensamhet som ett socialt problem och menar att källan för en växande upplevd ensamhet handlar om förändringar i våra sociala relationer. Att se ensamhet som ett hälsoproblem menar Yang tenderar att resultera i ett stort individuellt fokus där målet är att bota individerna som lider av ensamhet. Det sociologiska perspektivet däremot kan dra fokus från individer och i stället studera sociala strukturer och nationella kulturer som möjligtvis bidrar till en mer utbredd ensamhet. I sin bok utvecklar Yang forskningen på ensamhet utifrån detta perspektiv (Yang 2019, 39–40). Detta liknar statsvetaren Robert Putnams verk *Bowling Alone* (2000) där Putnam studerar urholkningen av det offentliga livet i USA sedan 1950-talet. Även om Putnam inte uttryckligen skyller denna urholkning på en utbredd ensamhet talar han också om ett fränkopplat samhälle som lider av en avsaknad av socialt kapital. Det sociala kapitalet är ett begrepp som Putnam använder för att uppmärksamma den viktiga roll som sociala interaktioner och relationer har i att skapa ett samhälle med hög tillit, och genom denna tillit ett medborgerligt engagemang. Det sociala kapitalet är således inte bara viktigt för våra sociala liv utan det är en nyckeldel av en fungerande demokrati (Putnam 2000, 16).

De teoretiska perspektiven som presenteras i detta kapitel kommer användas för att belysa hur den brittiska regeringens problemrepresentation av ensamhet kan ses som ett ställningstagande i en lång akademisk debatt. Vissa perspektiv kanske inte får plats, vilket säger en del om vilka antaganden den brittiska problemrepresentationen av ensamhet gör.

### 3.3. Staters intresse av välmående?

En fråga vi får ställa oss utöver hur ensamhet representeras är hur frågan om ensamhet har blivit intressant för den brittiska staten att försöka åtgärda. Edgar Cabanas och Eva Illouz verk *Manufacturing Happy Citizens: How the Science and Industry of Happiness Control Our Lives* (2009) kan förhoppningsvis ge oss några svar på denna fråga. Författarna kritiserar dagens besatthet och längtan efter lycka och välmående i samhället. De menar att detta är endast ett sätt för neoliberalism att befästa individualism på ett naturligt vis. Lycka har gått från att vara en subjektiv känsla eller upplevelse till att bli ett politiskt koncept (Cabanas & Illouz 2019, 52). Lycka och välmående ses idag som något som går att konstruera genom att ge individer möjlighet till självförverkligande. Genom detta är lycka inte längre ett oklart koncept utan det har blivit ett universellt mål, ett mål som vissa psykologer menar går att uppnå genom att forma vissa karaktärsdrag (Cabanas & Illouz 2019, 2–7). Lycka är däremot inte bara något som individer vill nå upp till, utan även stater och arbetsplatser arbetar utefter mätningar av lycka och välmående. Detta menar författarna beror på att bilden av en lycklig och välmående person i dagens samhälle är lika med bilden av en god och produktiv person (Cabanas & Illouz 2019, 3). Självförverkligande, välmående och lycka tycks alltså ha fått en förhöjd position i dagens samhälle. Enligt Cabanas och Illouz kan denna besatthet av lycka ses som någonting som har fränkopplat människor från varandra och lockat dem in i en ensam tillvaro (Cabanas & Illouz 2019, 69). Denna kritik är intressant, vi kan dessutom anta att en utbredd upplevelse av ensamhet i det brittiska samhället kan ha haft en påverkan på människors allmänna lycka och välmående. Något som Cabanas och Illouz antyder att stater mäter och arbetar utefter. Lycka och välmående kan därför ses som intressanta koncept att analysera i anknytning till den brittiska strategin mot ensamhet. För att se om dessa koncept får plats i policydokumenten och hur den brittiska regeringen då tar ansvar för befolkningens lycka och välmående. Negativa känslor såsom ensamhet menar Cabanas & Illouz trots allt kan medföra vissa insikter såsom att uppmärksamma oss på orättvisa samhällsliga strukturer, vilket kan uppmana till förändring (Cabanas & Illouz 2019, 182).

## 4. Det metodologiska ramverket

Denna uppsats vilar på en poststrukturalistisk grund. Detta innebär att det görs ett epistemologiskt antagande att det är genom språket som vi skapar representationer av verkligheten. Dessa representationer är inte bara speglingar av en existerande verklighet utan de bidrar till att skapa den (Winther Jørgensen & Philips 1999, 15). Alltså går det att studera världen eller verkligheten genom att studera den språkliga praktiken som ger dessa dess mening. På detta sätt kan även makt och kunskap förstås som sammanvävda. Hur språkliga beskrivningar producerar en särskild förståelse blir intressanta eftersom de formar människors uppföranden och handelsvillkor (Ekholm & Vesterberg 2020, 159). I kontexten av denna uppsats innebär detta att någonting som bedöms som ett problem, såsom ensamhet, endast blir det genom hur det beskrivs, samt vilka åtgärder som appliceras för att eliminera problemet. Syftet med denna uppsats är inte att förneka att ensamhet är ett besvärande tillstånd som många lider av. Det handlar snarare om att ifrågasätta varför ensamhet problematiseras på ett visst sätt, och varför just ensamhet har blivit föremål för politisk problematisering när det finns andra besvärande tillstånd som inte har problematiserats av politiken (Bacchi 2009, ix-xi).

### 4.1. Problemet som en lösning

Uppsatsen är utformad som en diskursanalys. Detta är en användbar metod när konstruktionen av socialpolitiska problem ska studeras, något som är väsentligt när vi vill utöka vår förståelse för hur socialpolitiken utformas (Ekholm & Vesterberg 2020, 157). Michel Foucault menar att vi kan vinna insikter om rådande maktstrukturer i samhället genom att analysera hur dessa konstruerar och presenterar olika problem. Konstruktionen av problem borde därför vara fokus för vetenskapliga analyser (Foucault 2001, 171–172). Bacchis förståelse för problematiseringar tar fasta på detta. Bacchi menar att staten styr oss genom problematiseringar. Likt Foucault förklarar Bacchi att vetenskapliga analyser bör fokusera på att studera hur ett problem inom politiken representeras, snarare än att fokusera på hur det ska lösas. Avsikten med Bacchis förslag är att vetenskapliga studier hädanefter ska undvika att befästa de föreställningar av ett problem som läggs fram inom politiken, och i stället ifrågasätta de premisser som problematiseringarna innehåller, samt vilka konsekvenser de kan medföra (Bacchi 2009, 25–26). I denna uppsats utgår jag från Bacchis förståelse av problematiseringar och ifrågasätter vilka premisser och antaganden som ligger bakom konstruktionen av ensamhet som ett politiskt problem i Storbritannien. Detta görs genom att analysera brittiska policydokument,

pressmeddelanden, vägledningsdokument och rapporter publicerade av Department of Culture, Media and Sports (hädanefter DCMS). Ett dokument med förslag på åtgärder som skapades av The Jo Cox Commission of Loneliness åt den brittiska regeringens vägnar analyseras också då detta dokument var betydelsefullt för skapandet av den brittiska ensamhetsstrategin. Analysen görs med hjälp av Bacchis analysverktyg *Whats the problem represented to be?* eller *WPR*.

## 4.2. What's the problem represented to be?

*Whats the problem represented to be?* eller *WPR*, är ett analysverktyg som går ut på att ställa sex sammanhängande frågor till ett policydokument med syftet att förstå vilka premisser och antaganden som ligger bakom en viss problemrepresentation och vad för effekter denna representation orsaka. Bacchi menar att problem kan representeras olika, men hur ett problem representeras kommer alltid att medföra efterverkningar och påverka vissa grupper i samhällets förutsättningar (Bacchi 2009, 1). *WPR* grundar sig i det poststrukturalistiska perspektivet genom att föreslå att det finns en mängd olika sätt att representera ett problem på. Dessutom menar Bacchi att staten har en privilegierad ställning, eftersom de problemrepresentationer som de antar eller skapar ofta konstitueras genom att de återkommer i lagar och policyförslag, således får dessa en normerande roll. Att studera hur detta sker ger oss värdefulla insikter om vilka värderingar som ett styrande organ vill ska befastas (Bacchi 2009, 33–34). För att uppnå syftet med denna uppsats har jag valt att avgränsa analysen till tre av Bacchis sex föreslagna frågor. De frågor som inte besvaras är de som jag bedömer inte tjäna uppsatsens syfte. Den ena, *How has this representation of the problem come about?*, behandlar historiken för en problemrepresentation, alltså den politiska utveckling som resulterade i att denna representation förekommer i policy. Uppsatsen intresserar sig inte i första hand av historien bakom de antaganden som görs i policydokumenten, utan snarare vad dessa antaganden är. De andra frågorna *What effects are produced by this representation of the problem?* och *How/Where is this representation of the problem produced, disseminated, and defended? How could it be questioned, disrupted, and replaced?* exkluderas eftersom de främst fokuserar på effekterna som problemrepresentationerna bidrar med i praktiken, och hur dessa problemrepresentationer kan ifrågasättas eller ersättas. En ansats till att diskutera de diskursiva effekterna för denna problemrepresentation görs i uppsatsens analys och diskussion. De praktiska effekterna och den kulturella reproduktionen av problemrepresentationen är däremot inte aktuell att analysera dels för uppsatsens syfte, dels på grund av det empiriska materialets begränsningar. De tre frågorna som anses tjäna till syftet och som besvaras presenteras nedan.

#### **4.2.1. What is the problem represented to be in a specific policy?**

Denna fråga har en förtydligande funktion och går ut på att studera själva konstruktionen av ett problem. Problemkonstruktionen kan ske explicit, genom att problemet förklaras eller tolkas på ett särskilt sätt i policydokumenten, men det kan även ske implicit, till exempel genom de förändringar eller förbättringar som lyfts fram i dokumenten (Bacchi 2009, 2–4). Jag kommer därför att analysera både de explicita förklaringarna av ensamhet, samt de strategier som Storbritannien ämnar sätta för att motverka ensamhetens utbredning i samhället. Ensamhet är ett komplext problem, vilket kan förebåda att de brittiska policydokumenten även kommer att vara komplexa. Bacchi förklarar att det är vanligt med fler olika problemrepresentationer i ett policydokument. Dessa representationer kan dessutom hamna i strid med eller motsäga varandra (Bacchi 2009, 4). Jag kommer därför att eftersträva att återge en nyanserad bild av hur ensamhet representeras som ett problem i de brittiska policydokumenten, men jag kommer sedan att utnämna en dominerande problemrepresentation.

#### **4.2.2. What presuppositions or assumptions underlie this representation of the problem?**

Denna fråga fokuserar på problemets *kontingens*, alltså de antaganden och premisser som har möjliggjort för denna problemrepresentation. Problemrepresentationer uppstår inte ur ett vakuum. Genom att besvara denna fråga kan jag genomskåda problemrepresentationens föregivettagna representationer av verkligheten som möjliggör för problemet att förstås på ett visst sätt (Ekholm & Vesterberg 2020, 160–162). Detta görs genom att uppmärksamma återkommande nyckelbegrepp i policydokumenten och förklara dess innebörd i kontexten. Bacchi menar att vi på detta sätt även kan identifiera hur andra möjliga problemrepresentationer förbises (Bacchi 2009, 9). Detta leder oss in på nästa analysfråga.

#### **4.2.3. What is left unproblematic in this problem representation? Where are the silences? Can the problem be thought about differently?**

Denna fråga betonar WPR metodens potential som granskande metod genom att ta hänsyn till metodens funktion att belysa vilka begränsningar antagandet av en problemrepresentation medför. Syftet med detta är att bevisa att det politiska arbetet begränsas av valet av problemrepresentation, vilket på sikt kan skada genom att vissa orsaker för problemet förbises (Bacchi 2009, 12–13). För att besvara denna fråga behöver jag veta vilka antaganden policydokumentens problemrepresentation bygger på. Jag behöver även jämföra dokumenten

med den teoretiska litteraturen för att granska vilka perspektiv och representationer av ensamhet som hindras av policydokumentens valda representation.

### **4.3. Reflektioner kring metod och material**

Det empiriska materialet har begränsats till tryckta och publicerade dokument av DCMS, eller i ett fall The Jo Cox Commission of Loneliness, från samlingen *Government's work on tackling loneliness*. Detta innebär att materialet består av dokument från december 2017 tills idag (maj år 2022). Mitt empiriska material har främst valts ut på grund av dess föreskrivande karaktär, alltså att det förstås som någon form av handlingsplan (Bacchi & Goodwin 2016, 18). Från materialet exkluderas exempelvis olika uttalanden i media och parlamentariska debatter kring ämnet från mitt urval. Denna avgränsning har gjorts för att på ett effektivt sätt tjäna syftet med uppsatsen och anpassa materialet efter de tre utvalda frågorna. I en uppsats där fler av Bacchis frågor används hade jag till exempel kunnat använda mig av lagstiftande material för att tolka problemrepresentationens effekter och eventuella parlamentariska eller mediala debatter som föranledde policyförslaget för att förklara representationens historik. Det är, menar Bacchi, viktigt att belysa att urvalet av texter bör ses som en tolkande praktik. Valet av texter reflekterar nämligen vad jag anser är intressant och lämpligt material för just denna studie, något som kan ha effekter på studiens resultat (Bacchi 2009, 20). Detta medför vissa krav på mig som forskare.

Bacchi föreslår att forskare bör ägna tid åt att vara själv-reflexiva och granska sina beslut då det är högst sannolikt att dessa också är en effekt av den kontexten de själva lever i (Bacchi 2009, 19). Winther Jörgensen och Philips menar däremot att reflexivitetens problematik ligger djupare än forskarens roll. Den vetenskapsteoretiska grunden som min metod är baserad på förhindrar analysresultaten från att vara replikerbara eller generaliserande. Representationen som presenteras är bara en av många möjliga representationer (Winther Jörgensen & Philips 1999, 28). Syftet med uppsatsen är inte att generalisera, det är att kritisera, vilket min vetenskapsteoretiska grund inte hindrar mig från att göra (Winther Jörgensen & Philips 1999, 29). Att de inte är replikerbara ställer högre krav på mig som forskare att vara transparent i analysen genom att exempelvis presentera det empiriska materialet som jag understödjer min tolkning med. Därför uppvisar jag citaten från materialet som jag har baserat mina resonemang på. Ibland visas även flera citat för att framhäva frekvensen av vissa budskap.

# 5. Analys

## 5.1. Brittisk ensamhet

Upplevd ensamhet har problematiserats av akademiker på olika sätt, men hur representerar den brittiska regeringen ensamhet som ett problem? För att besvara denna fråga ställs Bacchis inledande fråga, *What's the problem represented to be in a specific policy or policies?*, till policydokumenten. Syftet med denna fråga blir således att demonstrera vilken problemrepresentation av ensamhet som används i policydokumenten. Nedan ser vi flera exempel på hur ensamhet explicit introduceras som ett problem:

So Jo Cox was absolutely right to highlight the critical importance of this growing social injustice which sits alongside childhood obesity and mental wellbeing as one of the greatest public health challenges of our time (Prime Minister Theresa May i DCMS 2018, 2)

Loneliness is not new but we do increasingly recognise it as one of our most pressing public health issues. Feeling lonely often is linked to early deaths – on a par with smoking or obesity. It's also linked to increased risk of coronary heart disease and stroke; depression, cognitive decline and an increased risk of Alzheimer's (DCMS 2018, 6).

Citaten ovan visar ett flertal tillfällen där ensamhet representeras som ett hälsoproblem av DCMS. Dåvarande premiärminister Theresa May beskriver den utbredda ensamheten som en av de största folkhälsoutmaningarna i modern tid. Cacioppo & Patrick ser också den utbredda ensamheten som ett hälsoproblem, men de är väldigt tydliga med att de inte ser ensamhet i sig som en sjukdom. Ensamhet är en naturlig del av livet. Inte ens kronisk ensamhet menar de är en sjukdom. Utan ensamhet är snarare en upplevelse eller känsla som de menar kan öka risken för att en person utvecklar psykiska eller fysiska sjukdomar (Cacioppo & Patrick 2009, 228-230). Detta är en länk som även DCMS gör en tydlig ansats till att etablera genom att de presenterar ensamhet som något skadligt för både vår hälsa och vårt välmående, vilket visas i citaten ovan. Däremot är distinktionen mellan ensamhet och sjukdomar inte lika tydlig i vissa citat:

Feeling lonely frequently is linked to early deaths. Its health impact is thought to be on a par with other public health priorities like obesity or smoking (DCMS 2018, 18).

Citatet ovan kan tänkas motsäga den poäng som Cacioppo och Patrick vill förmedla. Att det finns negativa hälsoaspekter med ensamhet är någonting som Yang menar har varit skälet till att ensamhet idag har erkänts som ett seriöst samhällsproblem. Yang förklarar att detta är positivt, men att representationen av ensamhet som endast ett hälsoproblem är otillräckligt, eftersom det även kan finnas sociala strukturer eller omständigheter som skapar ensamhet (Yang 2019, 29). Alberti skriver att den utbredda ensamheten ofta representeras som en sjukdom eller en epidemi, men även om detta är en politiskt slagkraftig representation får vi inte glömma att ensamhet inte uppstår ur ett vakuum (Alberti 2019, 4–5). Policydokumenten tar upp en del sociala omständigheter bakom ensamhet såsom i citatet nedan:

Some of the trigger events highlighted in the literature include migration, becoming a carer, moving home or job, a bereavement, a new baby or children leaving home. In our call for evidence, people told us that starting university, getting divorced and moving to a new area can also be triggers for loneliness (DCMS 2018, 18).

Dessa omständigheter ses däremot snarare som orsaker till ensamhet, i stället för att ses som symptom på vissa sociala strukturer såsom socioekonomisk status, konflikter i sitt hemland och diskriminering, vilket vi kan tänka oss att Yang kanske hade argumenterat för. Att visa upp dessa sociala omständigheter kan möjligtvis även ha en annan funktion. Wilkinson beskriver att samhället brukade se ensamma människor som tragiska enslingar, men att det nya narrativet kring ensamhet målar upp ensamhet som något som kan drabba vem som helst. Porträtteringen av den utbredda ensamheten som någon form av epidemi menar Wilkinson resulterar i att den ses som ett konstant utvecklande problem som samhället saknar kontroll över och som kan medföra oåterkalleliga efterverkningar. Wilkinson hittade exempel på detta i sin analys av den brittiska mediala diskussionen kring ensamhet. På flera håll menar Wilkinson att det antyddes att ensamhet var något smittsamt, vilket gav icke-ensamma människor en anledning till att vara vaksamma (Wilkinson 2022, 25-28). Några liknande påståenden om ensamhetens smittbarhet finns inte i policydokumenten. Men den utbredda ensamheten målas däremot upp som ett problem även för de som själva inte upplever ensamhet. Till exempel kan det handla om att ensamheten ökar trycket på samhällets resurser såsom sjukvård eller subventionerade boenden, vilket tas upp i dessa citat:

“If nothing is done loneliness will inevitably take its toll on the entire healthcare system.” Helen Stokes Lampard, Chair Royal College of GPs (Jo Cox Commission on Loneliness 2017, 10).



Feeling lonely frequently has a direct impact on individuals and can also have wider effects for society. For example, lonely people are more likely to be readmitted to hospital or have a longer stay. There is also evidence that lonely people are more likely to visit a GP or A&E and more likely to enter local authority funded residential care (DCMS 2018, 19).

Policydokumenten mÅlar upp ensamheten som ett hÅlsoproblem med allvarliga konsekvenser fr hela samhÅllets resurser. Detta gÅller inte endast sjukvÅrden utan det finns exempel dÅr ensamheten ses som nÅgot negativt fr ekonomin, vilket följande citat visar:

Disconnected communities could be costing the UK economy £32 billion every year (Jo Cox Commission on Loneliness 2017, 10).

Att den brittiska regeringen breddar konsekvenserna för ensamhet kan Åven förstÅs som att de breddar ansvaret för problemet till flera delar av samhÅllet. I kommande citat ser vi exempel i dokumenten pÅ hur arbetsplatser och företag kan pÅverkas av anstÅllda som lider av ensamhetskÅnslor:

Loneliness costs UK employers £2.5 billion per year (Jo Cox Commission on Loneliness 2017, 10).

At work, higher loneliness among employees is associated with poorer performance on tasks and in a team, while social interaction at work has been linked to increased productivity (DCMS 2018, 19).

I citaten ovan ser vi exempel pÅ hur företag förlorar pengar pÅ grund av ensamhet och att arbetare som lider av ensamhet ofta producerar sÅmre resultat för sina arbetsgivare. Bland listan av dokument publicerade av DCMS kring ensamhet förekommer Åven dokumentet *Employers and loneliness* (2021c). En guide för hur arbetsgivare bör hantera ensamhet pÅ sin arbetsplats. I detta dokument kan vi se citat dÅr ansvar för att förhindra ensamhet pÅ arbetsplatserna lÅggs pÅ arbetsgivare:

A manager should be prepared for a team member to come and talk to them about loneliness and feeling disconnected in the workplace. These feelings may be due to poor quality relationships which can lead to work related stress and reduced wellbeing (DCMS 2021c, 6).

Dokumentet förklarar att chefer till exempel borde vara förberedda pÅ att hantera ensamma kollegor som kommer till dem och sker stöd. Att ansvaret för att hantera ensamhet fördelas ut till olika delar av samhÅllet menar Yang År positivt. Yang förklarar att arbetsplatser År en plats

där ensamhet ofta uppstår. Detta kan bero på att det finns för lite tid för medarbetare att bilda meningsfulla sociala relationer. Det kan även bero på att utfrysning och diskriminering är vanligt på vissa arbetsplatser där det finns hög konkurrens mellan medarbetare. Arbetet för att motverka ensamhet menar Yang behöver spridas ut i alla delar av samhället genom att vi först och främst talat om det (Yang 2019, 213). Detta kan tyckas vara det som DCMS försöker åstadkomma genom att publicera detta och liknande guidedokument. Det är däremot inte bara arbetsplatsen som ska arbeta för att motverka ensamheten i samhället. I dokumentet *A connected society: a strategy for tackling loneliness* (2018) ser vi exempel på hur arbetet för att motverka ensamhet sprids ut till olika delar av samhället genom att ministrar för olika statsdepartement förklarar hur deras departement ska motverka ensamhet. Av brottsdepartementet representeras en utbredd ensamhet som någonting som kan medföra en större risk för kriminella handlingar i samhället:

Loneliness can cause people to feel detached from their neighbours and neighbourhoods, which may increase their vulnerability to becoming victims of crime. By enabling people to build and maintain strong social networks, and increasing their awareness of fraudulent activity in particular, we can help them to protect themselves from this risk. This strategy sets out how the Home Office will support innovative ways to tackle loneliness and reduce the risk of crime amongst older people (Victoria Atkins MP, Parliamentary Under Secretary of State for Crime, Safeguarding and Vulnerability i DCMS 2018, 29).

Detta liknar Putnams utläggning kring att ett område med ett lågt socialt kapital, vilket kan tolkas som en låg samhällelig tillit gentemot varandra, har en större sannolikhet av att drabbas av brott eller våldshandlingar än ett område med högt socialt kapital (Putnam 2000, 332). Detta kan liknas vid det som förslås i policydokumentet. Att motverka ensamhet genom att skapa starkare sociala nätverk menar DCMS får effekter på både ensamheten och kriminaliteten. Transportdepartementet presenterar även sin representation av ensamhet, men där ses det snarare som en fråga om dåligt utvecklat infrastruktur:

Transport is vital for our social relationships. Whether it's looking after our families, seeing friends, going to work or school, transport brings people together. But we recognise that for some people, a lack of suitable transport can act as a barrier to having the social connections that they want. In this strategy we set out some of our steps for addressing this (Nusrat Ghani MP, Parliamentary Under Secretary of State for Transport i DCMS 2018, 41).

Detta bevisar återigen hur varierande representationen av ensamhet kan vara i de olika policydokumenten. Storbritannien ser helt enkelt ensamheten i samhället som ett komplext problem som kräver svar från många olika delar av samhället. Trots detta tycks den dominerande representationen vara att presentera ensamheten som ett problem för människors hälsa och välmående.

## **5.2. Var kommer ensamhet ifrån?**

Genom att ensamhet framför allt representeras som ett hälsoproblem görs det även vissa antaganden kring vad ensamhet är och varför Storbritannien behöver motverka den. Detta leder oss in på Bacchis frågeställning *What presuppositions or assumptions underlie this representation of the problem?* Denna fråga besvaras genom att återkommande nyckelbegrepp och grundtankar i policydokumenten har uppmärksamats och analyserats.

### **5.2.1. Hälsa och välmående**

Ett återkommande begrepp i policydokumenten är begreppet *wellbeing* eller välmående. Välmående används ofta som ett sätt för att förklara människors tillfredsställelse eller generella välbehag. I dokumenten talas det både om medborgarnas generella välmående, och något de kallar för *social wellbeing*, socialt välmående. Socialt välmående är ett begrepp som syftar till att belysa hur vårt välmående kan påverkas av kvantiteten och kvaliteten på våra sociala relationer. Välmående och hälsa är ofta tätt sammanlänkade i policydokumenten och det verkar finnas ett stort intresse av att motverka den negativa påverkan som DCMS menar att ensamheten har på vårt välmående, inte olik den påverkan som de anser att den har på vår hälsa. Detta synsätt visas det exempel på i följande citat:

This commitment recognises that people's social wellbeing and connections are integral to their physical health (DCMS 2018, 26).

We know the negative impact that loneliness can have on a whole host of aspects of our lives, including our health, wellbeing, productivity, and self-esteem (DCMS 2020, 3).

Emotional, practical and social issues, not least loneliness and isolation, seriously affect our wellbeing (DCMS 2021a, 11)

Ibland kan det nästan verka som om välmående ses som något som är synonymt med god hälsa, eller åtminstone någonting som är tätt anslutet och medför en stor påverkan på ens hälsa. I *Manufacturing happy citizens* (2019) skriver författarna Cabanas och Illouz att stater runtom i världen besitter ett intresse av att mäta sina medborgares nivåer av lycka och välmående. Detta menar författarna blev populärt efter finanskrisen år 2008 då flera stater önskade att få veta hur särskilda nedskärningar eller åtstramningar av resurser påverkade medborgares generella mående. Staterna skapade således en form av affektiv termometer. Genom att mäta nivåer av lycka och välmående kunde de förstå hur medborgarna kände, reagerade och värderade olika aspekter av sina liv och i längden även lära sig hur de kunde påverka medborgarnas känslor, reaktioner och värderingar. Mätningarna av välmående fick således en viktig roll i den politiska beslutsprocessen (Cabanas & Illouz 2019, 34–40). Genom detta kan vi anta att medborgarnas generella välmående är mycket viktig för den brittiska regeringen att mäta och följa. Den negativa inverkan som ensamhet har på välmående kan dels vara viktig för den brittiska regeringen på grund av den koppling som finns mellan välmående och hälsa, dels på grund av att det redan finns en praxis inom den brittiska regeringen att ta beslut och utföra arbeten med syftet att upprätthålla ett gott välmående i landet. Ett gott välmående i landet ses som viktigt ur flera olika aspekter. Cabanas och Illouz menar exempelvis att bilden av en god och produktiv medborgare i det moderna samhället ofta är densamma som bilden av en välmående och lycklig medborgare (Cabanas & Illouz 2019, 3). Ensamhet, som då utgör ett hot mot en människas välmående, skulle därför kunna ses som något som skapar ”sämre” medborgare, vilket dessutom ofta behandlas i policydokumenten. I följande citat ser vi exempel på hur människor som lider av ensamhet målas upp som mindre produktiva:

People who are struggling with loneliness often can't play their full part in society or in their working lives (DCMS 2018, 49).

Att välmående ständigt återkommer som begrepp i policydokumenten indikerar att ensamhetens påverkan på välmående anses vara av vikt för DCMS. Detta kan bero på att det finns ett antagande att en människas välmående även kan påverka dess hälsotillstånd. Det kan även kopplas till att den brittiska regeringen ser nationens generella välmående som något de kan styra och ansvara över. Välmående och bilden av den goda, produktiva medborgaren hänger dessutom ihop. Alltså kan ett sämre välmående på grund av ensamhet även innebära en sämre produktivitet i Storbritannien.

### 5.2.2. Ensamhet vs. produktivitet

Ensamhetens påverkan på produktiviteten i samhället är någonting som ofta förekommer framför allt i guidepappret för arbetsgivare. I pappret förklarar DCMS hur meningsfulla sociala relationer på arbetsplatsen inte bara resulterar i ett bättre välmående, utan även ett bättre engagemang på arbetsplatsen, något de menar att ensamhet motverkar:

Having good quality meaningful connections is associated with better outcomes in terms of quality of work, higher wellbeing and greater engagement in work. Across work roles, a lack of social connection and loneliness can lead to less commitment, productivity, greater absenteeism, staff turnover, and employees who feel lonely appear less approachable to their colleagues (DCMS 2021c, 3).

Arbetsgivarens roll i motverkandet av ensamheten i samhället har redan behandlats i föregående kapitel. Hur detta ska ske däremot, är intressant att analysera vidare eftersom det visar en rad antaganden som DCMS gör kring vikten av arbete i dagens samhälle. Cabanas och Illouz skriver att arbetsgivare på senare tid har blivit ansvariga för att hantera sina arbetares prestationer och psyken. Detta menar de beror på att det idag finns en väldig mängd litteratur om just sambandet mellan arbetsglädje och arbetsprestation. Författarna menar att en hög arbetsglädje på arbetsplatsen ofta påstås resultera i en mer produktiv arbetsplats, och det kan även skapa en mer hårdig arbetskraft (Cabanas & Illouz 2019, 91). I citat från guidedokumentet ser vi exempel på just detta påstående. Hur meningsfulla sociala relationer och en tydlig organisationsidentitet målas upp som något som kan motverka ensamhet och skapa en hårdig och produktiv arbetskraft:

By tackling loneliness and supporting employees to build social connections, employers can ensure a more productive and resilient workforce. Workplaces where employees have a strong sense of organisational identity are more able to withstand the effects of recession and maintain performance (DCMS 2021c, 3).

Att DCMS inte bara föreslår att arbetsgivare ska arrangera fler tillfällen för sociala interaktioner utan att de även föreslår bildandet av en stark organisationsidentitet och kultur visar att det har en bredare syn på ensamhet. Ensamhet ses inte bara som en upplevelse där en människa är för sig själv, utan även som en upplevelse där en människa saknar mening och en tydlig identitet, vilket arbetsgivare kan ge med hjälp av en tydlig företagskultur och organisationsidentitet. Denna syn på ensamhet liknar det Arendt menar att ensamhet är, en upplevelse där självet avfolkas eftersom de känner sig socialt separerade från andra människor. Detta medför att

ensamma människor ofta upplever att de inte blir bekräftade av andra, något som kan resultera i att de saknar en konkret verklighetsuppfattning. Detta menade Arendt skapar en desperation inom människor, som ofta på grund av detta söker sig till gemenskapen och den gemensamma världsbilden som utlovas av totalitarism (Arendt 1951/1973, 475–477). DCMS föreslår däremot inte att några totalitära regimer ska upprättas för att motverka denna upplevelse, utan i stället ser de på upprättandet av en stark organisationsidentitet och kultur. Arbetet ses därmed även som ett viktigt utrymme för identitetsskapandet, något som illustreras i följande citat:

As well as a source of income, work provides a life routine structuring the use of time, a source of personal status and identity, a context for social interaction and a meaningful experience that can provide a sense of accomplishment (DCMS 2021c, 4).

Cabanas och Illouz menar att en tydlig företagskultur och organisationsidentitet ofta kan användas som ett instrument för att arbetsplatsen ska vara en meningsskapande källa. Likt citatet ovan menar författarna att vårt arbete ofta framställs som en viktig del av vilka vi är. Individuer ses ofta som tillfredsställda när de har ett arbete som de ser som sin livsuppgift, något de älskar att göra snarare än något som de måste göra. Detta är vad en tydlig organisationsidentitet och företagskultur kan bidra med (Cabanas & Illouz 2019, 97–99). Detta framställer alltså arbetet som en meningsskapande källa och någonting som kan bidra med en gemensam världsbild på arbetsplatsen, något Arendt menade att ensamma saknade. Detta fokus på att motverka ensamhet genom att använda sig av arbetsgivare kan möjligtvis ses som positivt, eftersom det tar hänsyn till att ensamhet som en komplex, subjektiv upplevelse. Cabanas och Illouz ifrågasätter dock tendensen att måla upp arbetsplatsen som en viktig del av människors självförverkligande. De menar att det är svårt att se hur människor som arbetar som ett pizzabud eller en McDonalds-medarbetare kan se det som sin livsuppgift, utan menar att det i stället blir ett sätt att påtvinga arbetarklassen att leva upp till idealen för medelklassen (Cabanas & Illouz 2019, 91–100). Alltså kan arbetsplatsen förmodligen ses som en meningsskapande källa som kan motverka ensamhet, men det kan finnas vissa sociala strukturer som avgör när det är fallet. Utöver detta visar detta kapitel att DCMS har en bred syn på ensamhet som en inre subjektiv upplevelse. Hur går det då till när ensamhet ska mätas?

### **5.2.3. Mätbar ensamhet**

Tidigare kapitel och diskussioner visar att policydokumenten har metodologiskt antagit en position där ensamhet och välmående går att mäta. I pressmeddelandet där den brittiska

regeringen meddelade att den skulle införa strategin förklarade regeringen att mer än nio miljoner människor i landet kände sig alltid eller ofta ensamma och att upp till 85% av unga funktionsvarierade vuxna upplever att de är ensamma (Prime Minister's Office, 10 Downing Street 2018). Att mäta ensamhet, en subjektiv upplevelse, innebär däremot vissa metodologiska problem. Cabanas och Illouz behandlar liknande problem när de förklarar hur välmående, också en subjektiv upplevelse, mäts. Kvantitativa mätningar som utförs på människors subjektiva upplevelser är ofta svåra att jämföra eftersom dessa upplevelser ofta varierar från individ till individ. Exempelvis, hur vet vi att en person från Kent som svarar att de ligger på en 7/10 i en välmåendeskala upplever samma tillfredställelse, lycka och välbehag som en person från London som också svarar 7/10 (Cabanas & Illouz 2019, 43). Denna fråga kan likväl ställas till de olika statistiska bevisen som presenteras i ensamhetsstrategin och belyser problemet med att mäta subjektiva upplevelser. Bland policydokumenten för ensamhetsstrategin finns även en oberoende rapport beställd av den brittiska regeringen, författad av akademiker med expertis i frågan om ensamhet där detta metodologiska problem diskuteras på flera ställen, bland annat i följande citat:

In addition, loneliness, because it is a subjective experience, is typically measured by asking people how they feel about their social relationships. For instance, the UCLA Loneliness Scale features items such as “How often do you feel that you lack companionship?” and “How often do you feel isolated from others?”. This presupposes that all respondents have the same degree of psychological mindedness, which is the insight and vocabulary required to articulate their inner states and their causes. However, this assumption may not always hold true. Individuals may differ in their beliefs about what it means to be “lonely” or “isolated” (DCMS 2022b, 11).

Citatet visar svårigheten med att utföra dessa typer av mätningar såsom upplevelsen av ensamhet. Genom detta citat menar de oberoende forskarna bakom denna rapport att svaren som uppges i dessa undersökningar kan helt bero på respondenternas självmedvetenhet kring sin situation. Ett annat antagande i den brittiska strategin som lider av liknande problem är att det finns ett samband mellan ensamhet och ett försämrat hälsotillstånd. Yang ifrågasätter hur detta samband egentligen mäts och menar att ensamhet ofta används i medicinsk forskning utan att det finns några tydliga kvalifikationer på definitionen av ensamhet och vad det innebär att uppleva ensamhet. Yang medger att det verkar finnas ett samband mellan ensamhet och ett försämrat hälsotillstånd, men riktar sin kritik mot att det inte finns ett svar på hur ensam en människa måste vara eller hur länge en människa måste vara ensam för att denna ska utsättas för en risk att insjukna i någon fysisk eller psykisk sjukdom. När dessa frågor inte besvaras,

eller det inte tydliggörs hur ensamhet klassificeras, antyds det i stället att alla former av ensamhet är skadligt mot ens hälsa, vilket inte behöver vara fallet (Yang 2019, 205–206). I de brittiska policydokumenten finns det däremot flera tillfällen där ensamhet porträtteras som skadligt för hälsan och jämförs med andra hälsorisker såsom rökning, vilket visas i detta citat:

Weak social connection is as harmful to health as smoking 15 cigarettes a day (Jo Cox Commission on Loneliness 2017, 10).

Vad vi däremot sällan ser besvaras är hur intensiv den upplevda ensamheten behöver vara eller hur varaktig den behöver vara för att ensamhet och rökning ska vara jämförbart. Cabanas och Illouz menar att det inte bara finns metodologiska bekymmer i att mäta individuella och subjektiva upplevelser. De förklarar att det är rimligt att ifrågasätta policy som riktas mot att förbättra välmående och lycka i ett samhälle eftersom det i deras mening kan ses som ett sätt att förblinda medborgare från strukturella eller ekonomiska brister i samhället (Cabanas & Illouz 2019, 44).

#### **5.2.4. Att “drabbas” av ensamhet?**

Cabanas och Illouz beskriver hur stater tenderar att strategiskt samla ihop kvantitativa mätningar på välmående och lycka hos individer om de vill undvika att uppmärksamheten riktas mot större mer komplexa anledningar till en försämrat välmående, såsom materiella ojämlikheter i samhället, ojämlikheter mellan kön, social segregering, demokratisk hälsa och arbetslöshet. Författarna tar upp flera stater som är exempel på detta, bland annat Storbritannien. År 2010 deklarerade dåvarande premiärminister David Cameron att Storbritannien skulle införa lycka i sitt nationella framstegsindex och fokusera på att höja välmåendet i landet, samtidigt som de precis hade meddelat en av de största ekonomiska nedskärningarna i landets historia (Cabanas & Illouz 2019, 44). De brittiska policydokumenten tenderar också att fokusera på att diskutera ensamhet på individnivå snarare än att lägga något större fokus på strukturella anledningar för den utbredda ensamheten. I dessa citat visar DCMS till exempel att de vill motverka ensamhet genom att sätta individen i fokus:

At the heart of this work is the knowledge that our response needs to be varied, but must always keep the individual person at the centre (DCMS 2021b, 4).

DCMS will use the Tackling Loneliness Hub to gather insights on people’s individual experiences of loneliness and what they feel will make the most difference to them (DCMS 2021b, 6).



Ensamhet målas således upp som ett individuellt problem. Det är individer som upplever ensamhet därför menar policydokumenten att det är individerna som ensamhetsstrategin ska fokusera på. Det individuella fokuset blir uppenbart i citat som de ovanstående, men även på andra ställen i policydokumenten till exempel när det används anekdoter ur personers liv för att framhäva hur besvärande ensamheten kan vara, såsom i citaten nedan:

Lolita is 76 and lives in Neath, in Wales. In 2016 she had her third stroke and was left with limited mobility. Discharged from hospital without a care and support package she was unable to get out of the house. Loneliness began to grind her down (Jo Cox Commission on Loneliness 2017, 12).

Courtney was a nurse and was surprised how lonely she felt after having a baby. She says, "I mean I'd go to Sainsbury's every day, all the time, just to get out of the house (DCMS 2018, 4).

Att individers upplevelser ofta betonas när det talas om ensamhet menar flera forskare är ett problem. Yang kritiserar synen på ensamhet som ett individuellt problem eftersom det kan resultera i att de samhälleliga ursprungena för den växande ensamheten i samhället förbises (Yang 2019, 163). Likt Yang menar Wilkinson att det kan finnas strukturella mönster bakom vilka som upplever ensamhet. Ensamhet, förklarar Wilkinson, borde inte endast ses som ett individuellt misslyckande eller ett misslyckande av civilsamhället för den delen. I stället förespråkar Wilkinson att vi ser ensamhet som något politiskt, inte något personligt (Wilkinson 2022, 33). Strategierna för att motverka ensamhet är däremot inte riktade mot att lösa strukturella ojämlikheter utan fokuserar i stället på att bota individers ensamhet. Detta utförs med hjälp av metoder såsom *social prescribing*, ett initiativ som ger vårdpersonal möjligheten att dela ut sociala aktiviteter på recept. Andra metoder inkluderar regeringens satsning på att finansiera olika sociala initiativ i lokala samhällen (DCMS 2022a 12–14). Dessa strategier kräver däremot ett stort individuellt ansvar, ensamma individer måste exempelvis söka hjälp mot sin ensamhet medan andra icke-ensamma individer förväntas ta någon form av medborgerligt ansvar att nå ut till de ensamma människorna. Policydokumenten och ensamhetsstrategin lägger därför ett stort ansvar på de som lider av ensamhet och mindre lokala samhällen. Wilkinson menar i sin analys av ensamhetsstrategin att strategin bygger på ett romantiserat ideal av starka lokala samhällen, likt det Putnam (2000) förespråkar, samtidigt menar Wilkinson att många i dagens samhälle varken har råd eller tid att engagera sig i det samhällsarbete som krävs, på grund av vissa strukturella problem såsom nedskärningar inom

välfärden eller otryggheter på bostadsmarknaden (Wilkinson 2022, 30–32). Alltså kan vi se att problemrepresentationen av ensamhet som ett problem för människors hälsa och välmående resulterar i att problemet hamnar på individnivå. Det är individer som upplever ensamhet och det är individer som behöver botas, genom denna syn verkar vi förlora en hel del insikt i existerande strukturella mönster.

### **5.3. Den oproblematiska ensamheten**

Analysen har redan antytt att policydokumenten är begränsade av vissa antaganden eller principer som medföljer den valda representationen av ensamhetsproblematiken. Därför kan det nu vara lägligt att ingripa och ställa Bacchis sista fråga *What is left unproblematic in this problem representation? Where are the silences? Can the problem be thought about differently?* Syftet med denna fråga är att reflektera över de perspektiv som tystas av den givna problemrepresentationen.

#### **5.3.1. Kulturell ensamhet**

Att ensamhet representeras som ett problem för den allmänna hälsan och välmåendet har gett frågan en individualistisk prägel. Fokuset har riktats ifrån att studera eventuella strukturella mönster som kan bidra till utbredd ensamhet. Denna kritik återfinns i den oberoende rapporten som forskare framställde åt DCMS där de skriver detta om den individualistiska prägel:

This restricts our understanding of loneliness to factors that operate more at the individual level of analysis, to the detriment of understanding more structural factors. In addition, this means that we know a lot less about the loneliness experiences of people who stem from other cultures (DCMS 2022b 14).

Det finns en stor mängd forskning på ensamhet som menar att strukturella mönster såsom socioekonomisk klass kan öka riskerna för att uppleva ensamhet. Detta presenterar Fardghassemi och Joffe i sin studie på ensamhet bland ungdomar i Londons mest utsatta områden. Ensamhet förekom ofta bland dessa ungdomar och förstärktes genom att de jämförde sig själva med andra ungdomar, ur en annan socioekonomisk klass, på sociala medier (Fardghassemi & Joffe 2022, 14–15). Sociala medier tas i flera fall upp i policydokumenten som en anledning för den utbredda ensamheten framför allt bland ungdomar:

Social media is often highlighted as a cause of loneliness, particularly among young people, but research implies that the picture is more nuanced. The extent to which it increases or reduces loneliness could

depend on which platform is used, and whether it is used as a substitute for real life interaction or as a complement to it (DCMS 2018, 20).

Vad vi däremot exempelvis ser i detta citat är att det är själva användningen av sociala medier som policydokumenten anser kan vara problematisk. Detta kan förvisso vara fallet, Turkle skriver exempelvis att våra relationer på sociala medier inte bör ses som något som binder oss samman med andra utan snarare som något som uppehåller oss (Turkle 2011, 280). Betoningen hamnar därmed på den individuella användningen snarare än större mer komplexa anledningar, såsom de materiella ojämlikheterna som plattformarna påminde ungdomarna om. Utöver detta talar Malon om hur besattheten med självförverkligande och prioriteringen av jaget, något sociala medier ofta anklagas för att ge utlopp för, också är en faktor som kan bidra till att människor känner sig mer fränkopplade från varandra och upplever en desillusion från världen (Malon 2021, 53). Detta kan ses som en kulturell faktor för den utbredda ensamheten. En faktor som skulle kunna anses vara typiskt för ett västerländskt neo-liberalistiskt samhälle. Däremot kan fler kulturella faktorer påverka ensamhet såsom emigration. Studier på äldre människor ur olika minoritetsgrupper i Storbritannien visade att dessa upplevde mer ensamhet än inhemska seniorer (Burholt et.al 2012, 65–66). Att emigrera tas ofta upp som en form av social omständighet som kan resultera i att människor upplever ensamhet. Däremot tenderar de strukturella faktorerna för detta att förbises, och i stället läggs allra störst fokus på hur invandrare ska kunna bilda sociala relationer såsom i citaten:

The British Red Cross supports refugees to settle into life in a new country and form new friendships and connections (DCMS 2018, 56).

In some parts of the UK, the British Red Cross runs ESOL (English for Speakers of Other Languages) classes specifically for women, bringing refugees and asylum seekers together to improve their English and also help build social networks (DCMS 2018, 56).

Återigen ligger fokuset på hur individer ska lära sig språket eller bilda meningsfulla sociala relationer. Potentiella kulturella barriärer diskuteras inte heller. Aartsen och Rapoliené har till exempel analyserat ensamhet bland äldre i post-totalitära östeuropeiska stater och menar att en stor del av deras ensamhet beror på en brist på tillit till staten. Likt Putnam (2000) menar författaren att detta i sin tur skapar en motvilja att socialt engagera sig i sitt samhälle. Därför menar de att ensamhetsstrategier bör vara kurerade för att passa just den staten där den ska implementeras (Aartsen & Rapoliené 2021, 8). I den brittiska strategin saknas däremot en

diskussion kring hur människor som emigrerar till Storbritannien kan skilja sig kulturellt, och således ha olika anledningar till att de upplever ensamhet. Alltså kan vi se att den individualistiska prägeln på problemrepresentationen av ensamhet i policydokumenten bidrar till att strukturella mönster och problem, som också skulle kunna ses som bidragande faktorer till en utbredd ensamhet, tystas. Att ensamhet talas om som ett individuellt problem menar Wilkinson positionerar ensamhet som ett individuellt misslyckande snarare än något som beror på strukturella omständigheter. Wilkinson menar att trots att ensamhet idag förstås som utbredd så finns det inte särskilt många anledningar för en människa att komma ut och erkänna sina ensamhetskänslor, eftersom det antyder att något är fel på dem och att de behöver botas (Wilkinson 2022, 33). Detta stigma över att erkänna sin upplevda ensamhet är tydlig främst bland män. Äldre män tenderar att ha svårare för att söka hjälp för sin ensamhet till exempel eftersom ensamhet ses som oförenlig med den traditionella maskulina identiteten. I sin studie visar Ratcliffe et.al. att ensamhet inte förstods som en subjektiv upplevelse bland män, utan snarare som en social roll (Ratcliffe et.al 2019, 808–809). Att män upplever det svårare att söka hjälp för sin upplevda ensamhet tar DCMS hänsyn till i sina policydokument, exempelvis här:

There is some anecdotal evidence that men typically find it more difficult to build social connections than women, and older men often lack networks of friends and rarely share concerns about health and personal worries (DCMS 2018, 54).

Det talas dessutom ofta om stigmat kring ensamhet eftersom en av DCMS främsta mål är att bryta stigmat kring ensamhet. Detta antyder däremot Wilkinson kan vara svårt att göra när hela ansvaret för ensamhetskänslorna läggs på individen själva och målas upp som en form av misslyckande för dem. Genomgående går det att se exempel på att DCMS har i sina policydokument porträtterat ensamhet som ett personligt eller individuellt problem. Detta gör att strukturella problem förbises trots att det finns goda mängder forskning som bevisar det motsatta.

## 6. Avslutande reflektioner

De tre frågorna som besvaras i analysen åsyftar till att förmedla hur de antaganden som görs om den upplevda ensamheten i den brittiska ensamhetsstrategin medför seriösa implikationer för vilken problemrepresentation av ensamhet som får synas. De visar även att flera andra möjliga problemrepresentationer tystas. Den dominerande problemrepresentationen av ensamhet i de brittiska policydokumenten tycks vara att representera den utbredda upplevda ensamheten i landet som en fråga om den allmänna folkhälsan. Ensamhet porträtteras som någonting som är skadligt för människor psykiska och fysiska hälsa. Trots detta ses ensamhet inte som en sjukdom. Ensamhet porträtteras snarare som en subjektiv upplevelse som kan påverka människors hälsa och välmående negativt. På detta vis visade den brittiska ensamhetsstrategins problemrepresentation av ensamhet en bred syn på fenomenet som något mer än bara upplevelsen av att vara för sig själv. Representationen av ensamhet i de brittiska policydokumenten kan således knytas till tidigare samhällsvetares nästintill existentiella syn på ensamhet såsom den som Arendt presenterar i *Origins of Totalitarianism* (1951/1973) där ensamhet är en urholkning av självet (1951/1973, 477). Det liknar även det flera klassiska texters beskrivningar av ensamhet såsom Asplunds antydning att upplevelser av ensamhet kan likställas leda till att människor inte längre upplever sig sedda som konkreta varelser (Asplund 1987, 172–173). Durkheim beskriver en liknande process när han introducerar sitt anomibegrepp, vilket grundar sig i samhällets otillräckliga närvaro i en människa (Durkheim 1952/2005, 219).

I denna breda förståelse av ensamhet i de brittiska policydokumentens problemrepresentation går det även att urskilja ett tydligt statligt intresse för medborgares välmående, något Cabanas och Illouz menar har blivit viktigare för stater att inventera (Cabanas & Illouz 2019, 39). Lycka och välmående har nämligen fått en förhöjd status i det moderna samhället. Inom det individualistiska samhället hävdas det ofta att lycka och välmående grundar sig i människors frihet och möjligheter till självförverkligande och självförståelse (Cabanas & Illouz 2019, 68). Detta kan förklara den brittiska regeringens fokus på att hantera ensamhet som ett problem för individer med åtgärder riktade mot att hjälpa individer, såsom sociala aktiviteter på recept. Detta är intressant eftersom det visar att den brittiska ensamhetsstrategin har en syn på ensamhet som går i linje med många klassiska texters definitioner av ensamhet. Skillnaden är dock att dessa klassiska texter ofta representerar upplevelser av ensamhet som ett problem som beror på tillkortakommanden i samhället. Betoningen på individualismen i det neoliberala samhället

menar dessutom flera moderna forskare och författare är en förklaring för människors försämrade välmående och upplevelser av ensamhet (Cabanas & Illouz 2019, 69; Becker et.al. 2021, 962). Upplevelser av ensamhet är dock individuella och kan skilja sig mycket i uttryck beroende på vem som upplever dem. Det behöver därför inte vara fel att försöka tackla ensamhetsproblematiken på individnivå. Men att definiera ensamhet som ett individuellt problem tycks leda till att möjliga strukturella orsaker för ensamhet förbises. De politiska åtgärderna som föreslås av den brittiska regeringen verkar därför begränsas av dess problemrepresentation av ensamhet.

## 7. Referenslista

Arendt, Hannah. (1951/1973) *The origins totalitarianism*. of Harcourt Brace Jovanovich (A Harvest book; 244).

Asplund, Johan. (1987) *Det sociala livets elementära former*. Korpen.

Bacchi, Carol. L. (2009) *Analysing policy: what's the problem represented to be?* Pearson.

Bacchi Carol. L. & Goodwin Susan (2016) *Poststructural Policy Analysis: A Guide to Practice*. New York, NY: Palgrave Pivot.

Becker, Julia C., Hartwich, Lea and Haslam, S. Alexander (2021) 'Neoliberalism can reduce well-being by promoting a sense of social disconnection, competition, and loneliness', *British Journal of Social Psychology*, 60(3), pp. 947–965.

Bound Alberti, Fay. (2021) *A biography of loneliness: the history of an emotion*. Oxford University

Burholt Vanessa, Victor Christina R, Martin Wendy (2012). Loneliness and ethnic minority elders in Great Britain: an exploratory study. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*, 27(1), 65–78.

Cabanas, Edgar and Illouz, Eva (2019) *Manufacturing happy citizens: how the science and industry of happiness control our lives*. Polity Press.

Cacioppo, John T, Hawkey, Louise C, Ernst, John M., Burleson, Marie, Berntson, Gary G, Nouriani, Bitá, & Spiegel, David (2006) Loneliness within a nomological net: An evolutionary perspective. *Journal of Research in Personality*, 40(6), 1054–1085.

Cacioppo, Stephanie and Cacioppo, John T (2015) 'Why may allopregnanolone help alleviate loneliness?', *Medical Hypotheses*, 85(6), pp. 947–952.

Cacioppo, John T & Patrick, William (2009) *Loneliness human nature and the need for social connection*. New York, Norton.

Department for Digital, Culture, Media & Sport (DCMS), (2018) *A connected society: a strategy for tackling loneliness* [policy paper], 15 oktober  
<https://www.gov.uk/government/publications/a-connected-society-a-strategy-for-tackling-loneliness> (Hämtad 7 april 2022)

Department for Digital, Culture, Media & Sport (DCMS), (2020) *Loneliness Annual Report: the first year* [policy paper], 20 januari  
<https://www.gov.uk/government/publications/loneliness-annual-report-the-first-year> (Hämtad 7 april 2022)

Department for Digital, Culture, Media & Sport (DCMS), (2021a) *Loneliness Annual Report: the second year* [policy paper], 22 januari  
<https://www.gov.uk/government/publications/loneliness-annual-report-the-second-year> (Hämtad 7 april 2022)

Department for Digital, Culture, Media & Sport (DCMS), (2021b) *Emerging Together: The Tackling Loneliness Network Action Plan* [policy paper], 8 maj  
<https://www.gov.uk/government/publications/emerging-together-the-tackling-loneliness-network-action-plan> (Hämtad 7 april 2022)

Department for Digital, Culture, Media & Sport (DCMS), (2021c) *Employers and loneliness* [“guidance”], 8 maj <https://www.gov.uk/government/publications/employers-and-loneliness> (Hämtad 7 april 2022)

Department for Digital, Culture, Media & Sport (DCMS), (2022a) *Loneliness annual report: the third year* [policy paper], 15 februari  
<https://www.gov.uk/government/publications/loneliness-annual-report-the-third-year> (Hämtad 7 april 2022)

Department for Digital, Culture, Media & Sport (DCMS), (2022b) *Tackling loneliness evidence review: main report* [Independent report], 26 januari



<https://www.gov.uk/government/publications/tackling-loneliness-evidence-review> (Hämtad 7 april 2022)

Durkheim, É. (1952/2005) *Suicide: a study in sociology*. Routledge (Routledge classics).

Ekholm David & Vesterberg Viktor (2020) ”Diskursanalys” i Dahlstedt Magnus & Gruber Sabine (red.), (2020) *Metoder för forskning i socialt arbete: hur, var och varför?* Första upplagan. Gleerups.

Fardghassemi, Sam. and Joffe, Hélène. (2022) ‘The causes of loneliness: The perspective of young adults in London’s most deprived areas’, *PLoS ONE*, 17(4), pp. 1–19.

Forssmed, Jakob (2018) Därför måste vi sluta blunda för den svenska ensamheten. *Dagens Nyheter*, 10 juli. <https://www.dn.se/kultur-noje/jacob-forssmed-darfor-maste-vi-sluta-blunda-for-den-svenska-ensamheten/> (Hämtad 17 maj, 2022).

Foucault, Michel. (2001) *Fearless speech*. Semiotext(e) (Semiotext(e) foreign agents series).

Hertz, N. (2022) *Ensamhetens århundrade: så återtår vi känslan av att höra ihop i en splittrad värld*. Första utgåvan. Natur & kultur.

Jo Cox Commission on Loneliness (2017) *Combatting loneliness one conversation at a time: A call to action* [kommissions rapport], 15 december.

[https://www.jocoxfoundation.org/loneliness\\_commission](https://www.jocoxfoundation.org/loneliness_commission) (Hämtad 7 april 2022)

Lifvendahl Tove (2020) En ensamhetsminister gör ingen gemenskap. *Svenska Dagbladet*, 17 maj. <https://www.svd.se/en-ensamhetsminister-gor-ingen-gemenskap> (Hämtad 17 maj, 2022).

Lagercrantz, Agneta (2018) Sverige behöver tillsätta en ensamhetsminister. *Svenska Dagbladet*, 10 november. <https://www.svd.se/a/7lvPWB/professor-vanner-viktigare-an-traning-for-ett-langt-liv> (Hämtad 17 maj, 2022).

Malon Monika (2021) Lonely Citizen Effect: How is Democracy Influenced by the Growing Problem of Loneliness? *Polish Journal of Political Science*, 2021, vol. 7, no. 1, pp.51-73.

Nyhetsmorgon (2016) Svenskarna ensamast i världen. TV4, 4 januari.  
<https://www.youtube.com/watch?v=4orNcCHB52U> (Hämtad 17 maj, 2022).

Peplau, Letitia Anne, & Perlman, David (1982). Perspective on loneliness. i L. A. Peplau & D. Perlman (red.) (1982), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp. 1–18). New York, NY: John Wiley and Sons.

Prime Minister's Office, 10 Downing Street (2018) *PM commits to government-wide drive to tackle loneliness*. [pressmeddelande], 17 januari. <https://www.gov.uk/government/news/pm-commits-to-government-wide-drive-to-tackle-loneliness> (Hämtad 7 april 2022)

Putnam, Robert D. (2000) *Bowling alone: the collapse and revival of American community*. Simon & Schuster.

Rapoliene, Grazina. and Aartsen, Maja. (2021) ‘Lonely societies: low trust societies? Further explanations for national variations in loneliness among older Europeans’, *EUROPEAN JOURNAL OF AGEING*.

Ratcliffe, John, Wigfield, Andrea and Alden, Sarah (2021) “‘A lonely old man’”: empirical investigations of older men and loneliness, and the ramifications for policy and practice’, *Ageing & Society*, 41(4), pp. 794–814.

Turkle, S. (2010) *Alone together. why we expect more from technology and less from each other*. Basic Books.

Wilkinson, Eleanor. (2022) ‘Loneliness is a feminist issue’, *Feminist theory*, 23(1), pp. 23–38.

Winther Jørgensen, M. and Phillips, L. (2000) *Diskursanalys som teori och metod*. Studentlitteratur.

Yang, Keming. (2019). *Loneliness: A Social Problem* (1st ed.). Routledge.