

TrygFondens Tryghedsmåling 2025



Tryghed og demokrati i Danmark 2025

Af Jacob Andersen, Jørgen Goul Andersen, Anders Hede,
Sophie Danneris og Peter G.H.Madsen

TrygFondens Tryghedsmåling 2025

Tryghed og demokrati i Danmark 2025

Af Jacob Andersen, Jørgen Goul Andersen, Anders Hede,
Sophie Danneris og Peter G.H. Madsen

© Copyright TrygFonden smba

Redaktion: Dansk Kommunikation ApS.

Illustration: Camilla Thyrring Ludvigsen

Design: Morten Petersen, ReflektDesign

Foto: Forside: Shutterstock

Del 1: Henning Bagger/Ritzau Scanpix

Del 2: Mads Claus Rasmussen/Ritzau Scanpix

Del 3: Juanmonino/iStock

Del 4: Shutterstock

Del 5: Nils Mogensen Svalebøg/JFM

Udgiver: TrygFonden smba

ISBN: 978-87-93652-20-0

TrygFonden smba

(TryghedsGruppen smba)

Hummeltoftevej 49

DK-2830 Virum

www.trygfonden.dk

Forord

Det er med stor glæde, vi sender Tryghedsmåling 2025 ud i verden.

Den bygger på undersøgelser, som TrygFonden har gennemført i 2025, men trækker også på et stort materiale, der er indsamlet over godt og vel 20 år, og som sætter de nye resultater i perspektiv.

Blandt Tryghedsmålingens gode nyheder er, at andelen af utrygge unge er faldet betydeligt. Utryghedskurven er ellers gået opad for de unge siden 2013, men nu er de unges utryghed omtrent på linje med det, vi ser for hele befolkningen. Forklaringen er på den ene side, at færre unge er utrygge. På den anden side er trygheden faldet blandt nogle dem, der før var mest trygge. Udviklingen i verden omkring os, har skabt nye risici.

Tryghedsmålingen behandler traditionen tro en række temaer, der har betydning for trygheden.

Denne gang dykker den dybt i utrygheden for stress, som er en af de store *folkeutrygheder*. Resultatet er delvist nyt billede af, hvad der stresser os i Danmark. Stress kommer ofte til at handle om vores arbejds- eller familieliv, men undersøgelsen viser, at det for langt de fleste er økonomien, der stresser. For andre, især mange unge, er det i mindre grad ydre krav, og i højere grad de krav, man kan stille til sig selv, der får dem til at frygte for at blive ramt af alvorlig stress.

Siden 2011 har Tryghedsmålingen undersøgt om bestemte personlighedstræk bliver mere eller mindre udbredt i Danmark. Det har betydning for hvordan tryghed og utryghed opleves. Befolkningens svar tyder på, at særlig mange unge

og yngre kvinder er blevet mindre stabile rent følelsesmæssigt end for 15 år siden. Øjensynlig er det ikke længere noget, der forsvinder med alderen. Det ser også ud til at unge i gennemsnit er blevet lidt mindre samvittighedsfulde og lidt mere indadvendte. Det sidste er set i udenlandske undersøgelser, men ikke i Danmark.

Et af tidens store emner er vores stigende forbrug – og afhængighed – af smartphones og sociale medier. Tryghedsmåling 2025 viser, at disse spørgsmål virkelig optager befolkningen, og at et stort flertal ønsker politiske indgreb, der hæver den "digitale lavalder" og skærper kravene til Tech-firmaerne.

De sidste tre kapitler undersøger forskellige sider af befolkningens syn på dansk demokrati anno 2025. I disse år går det tilbage med demokratiet på globalt plan, også i lande, som har indflydelse på vores tilværelse. Hvor mange spor af sådan en udvikling kan vi se i Danmark? Hvordan går det med vores tillid til, at vi kan ændre samfundsforhold ad demokratisk vej? Er tilliden til de valgte politikere på vej ned i dybet, som vi ser i andre demokratiske lande? Og hvor glade er befolkningen når det kommer til stykket for den demokratiske samfundsorden?

Alt i alt er her masser af stof til eftertanke og debat, som vi håber at mange vil gøre brug af.

Laila Walther

Underdirektør, TrygFonden

Hvad fortæller en survey?

En survey gør det muligt at hæve sig op over både den private hverdagserfaring og de billeder af verden, vi typisk møder i medierne.

Man kan fx få det indtryk, at tilliden til demokratiet og politikere rasler ned i Danmark, og at mistilliden især er udbredt yderst i provinsen. Når man spørger befolkningen, er der ikke rigtig hold i påstandene.

Surveys er øjebliksbilleder. De siger, hvordan befolkningen svarer på et bestemt tidspunkt. De siger derimod ikke hvorfor – og de inviterer gerne til uddybende spørgsmål, som ikke altid kan besvares.

Sommetider kan svarene dog indkredses ved at undersøge, hvordan svarene fordeles sig i befolkningen: Er svarene nogenlunde ens i alle grupper eller er der skel mellem mænd og kvinder, unge og gamle, by og land osv. Man kan også se, om svarene hænger sammen i bredere holdningsmønstre. Det gør det muligt at skyde hurtige konklusioner ned, og skyde sig ind på nogle bedre.

Samtidig kan vi sammenligne svarene over tid, og det er den mest pålidelige metode til at afgøre hvornår en ændring af tal ligefrem afspejler en tendens i den virkelige verden, og ikke bare en mere tilfældig stemning. I Tryghedsmålingerne kan svarmønstre i nogle tilfælde følges 21 år bagud. Undersøgelserne bygger på analyseinstituttets YouGovs faste panel af svarpersoner, og der arbejdes på at sikre, at halvdelen er gengangere fra tidligere undersøgelser. Dermed bliver det også muligt at undersøge, om det især er bestemte grupper der svarer anderledes end i den sidste undersøgelse.

Det er de store billeder, vi tegner (og løbende reviderer) med tryghedsmålingerne. Det er også grove billeder, hvor mange nuancer i samfundets levede liv knap nok kan anes. Der er også nogle mere generelle forbehold for denne måde at "tegne" samfund på, der i nogle sammenhænge kan være vigtige. Se nærmere i bilag 1 (side 167) om, hvordan Tryghedsmålingen 2025 er lavet.

Indholdsfortegnelse

Del 1	Det, der holder os vågne	
Kapitel 1	Tryghed og utryghed i Danmark 2025	9
	Unge er blevet mindre utrygge. Til gengæld er færre rigtigt trygge	
Tekstboks	Vold og trusler	
Tekstboks	Sådan måler vi trygheden	
Kapitel 2	Gamle og nye trusler mod den økonomiske tryghed	25
	Inflationsfrygten lever og får ny næring i en handelskrigstid	
Tekstboks	En teori om tryghed	
Del 2	Samfundsbekymringer	
Kapitel 3	Befolkningens bekymringspunkter	37
	Kriminalitet, klima og fremtidens velfærd bekymrer flertallet	
Kapitel 4	Verden under Trump	44
	Massiv støtte til oprustning og Ukraine. Er USA virkelig en allieret?	
Del 3	Stress og utryghed	
Kapitel 5	Hvad stresser vi over?	56
	Svar: Økonomi, helbred og krav til os selv	
Tekstboks	Mobilafhængighed og stress	
Kapitel 6	Har vi ændret personlighed?	77
	Lettere at slå ud og knap så udadvendte	
Tekstboks	Fem-faktormodellen	

Del 4 Digitale utrygheder

Kapitel 7	De allestedsnærværende mobiltelefoner	87
	Folkekrav: Unges adgang til smartphones og sociale medier skal begrænses	
Tekstboks	Koncentrationsevnen	
Kapitel 8	Vi bliver snydt – og skammer os	99
	Internetsvindel blomstrer som aldrig før	

Del 3 Hvor godt har demokratiet det?

Kapitel 9	Den demokratiske selvtillid	107
	Vi tror mindre på vores evne til at påvirke politiske beslutninger	
Tekstboks	Udenfor samfundet	
Kapitel 10	Tilliden til de folkevalgte	126
	Hvor dybt stikker mistilliden til politikerne egentlig?	
Tekstboks	Tillid i to generationer	
Kapitel 11	Demokratiske idealer og realiteter	156
	Ønsket om en "stærk mand" og demokratiske reformer	
Tekstboks	Sådan har vi lavet Tryghedsmåling 2025	

Bilag

Bilag 1	Sådan har vi lavet tryghedsmåling 2025	167
Bilag 2	Tabeller	169

Del 1

Det, der holder os vågne



Kapitel 1

Tryghed og utryghed i Danmark 2025

Vi lever i urolige tider, men hvornår gjorde vi ikke det? De seneste årtier har haft hver deres *mega-disruptions*. I nullerne var angrebet på New Yorks tvillingetårne en definerende begivenhed, der bl.a. endte med at gøre Danmark til krigsførende nation. I de år blev klimatruslen også for alvor synlig. 10'erne blev formet af finanskrisen og den syriske borgerkrig udløste en europæisk flygtningekrise.

Dette årti begyndte med en pandemi, der kostede ca. 20 millioner døde på globalt plan og flere tusinde leveår her. Kort efter er vi endt i et dybt modsætningsforhold til Rusland samtidig med at alliancen med USA er i opbrud. I en højhastighedsbane ved siden af buldrer nye teknologier som AI frem i en sky af fantastiske løfter, investeringsbobler og eksistentielle trusler.

Og alligevel lever og dør vi almindeligvis fredeligt i Danmark, som vi har gjort i mange generationer. Så spørgsmålet er, hvordan al denne uro påvirker trygheden i dagligdagen.

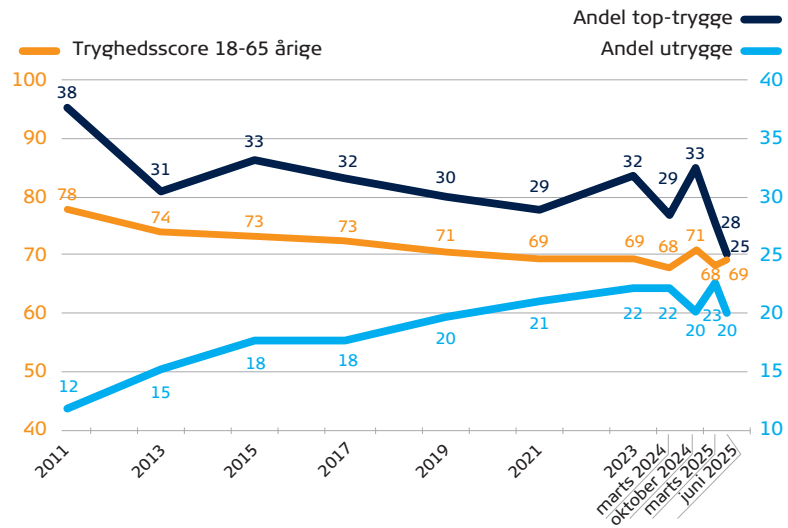
Vi kan følge den overordnede udvikling siden 2004, da Tryghedsmålingen første gang stillede spørgsmålet om, hvor trygge folk i Danmark oplever sig i hverdagen på en skala mellem 1 og 7. Svarene blev regnet sammen til en samlet *tryghedsscore* for hele befolkningen, der nåede op på 88 ud af 100 mulige point. Folk i Danmark var med andre ord meget trygge.

Siden er det gået ned ad bakke med den samlede tryghed, men i de seneste år har vi ramt nogenlunde de samme gennemsnitstal. Siden 2020 har niveauet skulpet omkring 70 af 100 mulige point. Vi er med andre ord stadig overvejende hverdagstrygge her i landet, men niveauet er faldet markant i løbet af de seneste tyve år.

I figur 1.1 – den orange streg – er udviklingen vist siden 2011, det år finanskrisen for alvor slog igennem i den fælles bevidsthed.

Figur 1.1
– Tryghed - 2011-2025

Der er færre meget trygge og færre utrygge, så tryghedsscoren for hele befolkningen har ikke flyttet sig i det seneste år.



Spørgeformulering: Her kommer først nogle spørgsmål der, handler om hvor tryk eller utryk du føler dig. På en skala fra 1 til 7, hvor 1 er "Jeg føler mig grundlæggende tryk i min hverdag", og hvor 7 er "Jeg føler mig grundlæggende utryk i min hverdag", hvor tryk føler du dig så? Spørgsmålet er stillet til 5666 i 2023. Andelen er utrygge er faldet. Det er andelen af meget trygge også. Andelen af utrygge er dem, der har valgt svarmulighederne 5, 6 og 7 på skalaen. Toptrygge har valgt svarmulighed 1. Om beregningen af tryghedsscoren, se boks side 24.

Kilde: Tryghedsmålingerne.

Ét er de store gennemsnit, noget andet, hvordan trygheden udvikler sig under den statistiske overflade. Som det ses, skyldes faldet i tryghedsscoren i høj grad, at andelen af utrygge i Danmark er vokset temmelig markant siden niveauet 2011 (den blå streg) – i dag er ca. hver femte utryk, hvor det dengang var ca. en ud af ti – og for tyve år siden ca. en ud af 12.

På det allerseneste er der også sket en voldsom nedgang i andelen af meget trygge (den sorte streg). Hvor det almindelige niveau har været, at omtrent hver tredje svarperson gav deres egen tryghed topkarakter, er det nu ca. hver fjerde. Vi så fænomenet første gang i tryghedsmålingen i foråret, men frem til sommeren 2025, som det seneste tal i målingen kommer fra, er andelen af top-trygge faldet yderligere.

Nærmere analyser af forårets tal tydede på, at det navnlig var Trump-administrationen, der tog toppen af trygheden. Ikke på grund af kravet om Grønland eller udsigten til at USA vil svigte NATO og Ukraine,

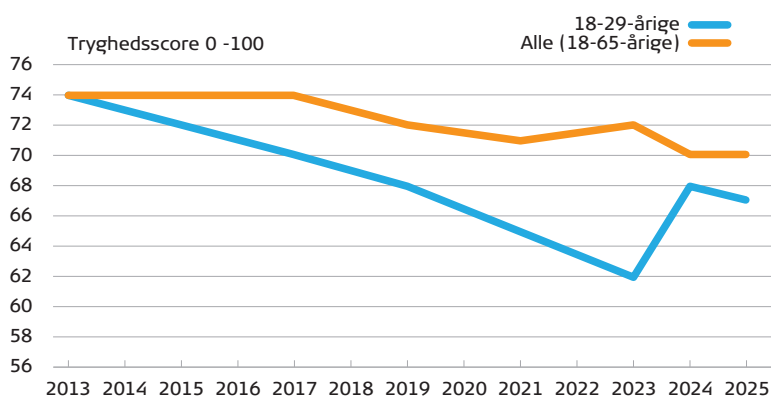
og slet ikke på grund af den lange stribe af bizarre indfald og udfald fra den nye administration. De gjorde danskerne vrede og skuffede og gav mange lyst til at protestere, men de skabte ikke utryghed. Det gjorde derimod den økonomiske usikkerhed, der fulgte i kølvandet på Trumps trusler om toldsatter, og amerikansk protektionisme, der efterlod en generel stemning af usikkerhed og krise under opsejling.

Denne situation ændrede sig ikke frem til dataindsamlingen mellem 23. maj og 9. juli. Handelskrigen blev ganske vist midlertidigt sat på pause, og af nogle udlagt som et aggressivt udspil til forhandling, men der var hverken udsigt til genoprettelse af den gamle orden eller konturerne af en ny.

Udviklingen ville naturligvis få tryghedsscoren til at falde, hvis der ikke samtidig havde været en bevægelse den modsatte vej: Der er færre utrygge sammenlignet med foråret. Man ser en antydning af det i den blå kurve i figur 1.1, så der er til en vis grad tale om, at de lidt færre meget trygge og de lidt flere knap så utrygge opvejer hinanden.

Unge utryghedskurve er vendt

Den vigtigste ændring viser sig, når vi ser på udviklingen i forskellige aldersgrupper. I perioden fra 2013 til 2023 var det navnlig gruppen i tyverne, der blev stadig mindre trygge fra måling til måling. For unge først i tyverne faldt tryghedsscoren med ikke mindre end 13,7 point. og for 25-29-årige med 8,2 point.



Figur 1.2
– Mere trygge unge

I de sidste par år er udviklingen i de unges tryghed vendt.

Spørgeformulering mv. Se figur 1.1

Resultatet var, at 18-29-årige i 2023 havde en tryghedsscore på bare 62 point (mod et gennemsnit for alle 18-65-årige på 72 point). Så man på alle svarpersoner over 60 var tryghedsscoren på hele 82 point. De unge mænd lå lavt, men kvinderne endnu lavere.

Den udvikling vendte i 2024 og det bekræftes i 2025 (den minimale tilbagegang fra 2024 i afrundede tal er uden betydning). De unge under 30 (inkl. 18-19-årige) har øget deres tryghedsscore fra 62 til 67, altså tæt på gennemsnittet for alle. De 60-årige ligger stadig højest, men ikke længere tårnhøjt over de yngre, med en score på 73 for de 60-69-årige og 75 point for gruppen 70+.

Det svarer til, at andelen af toptrygge er skrumpet ind, som vi så ovenfor, og måske også med en antagelse om, at det er usikkerheden om pensionsopsparinger mv. i den Trumpske verdens-uorden, der ligger bag.

Tilnærmelsen skyldes delvis, at de unges tryghed ser ud til at blive mindre påvirket af krigen i Ukraine og det man samlet kan kalde for "Trump-effekter" end vi ser hos de ældre aldersgrupper.

Men samtidig er de yngste – bredt set – blevet væsentligt tryggere. De 18-19-årige i undersøgelsen ligger ligefrem over befolkningsgennemsnittet og på højde med de – nu knap så trygge – 60-65-årige.

Vi har testet en række hypoteser, der kan forklare tendensen i tallene.

En af dem er, at stikprøverne ikke er helt repræsentative for ungdomsgruppen, og måske har overvurderet utrygheden i 2023 eller evt. undervurderer den nu. Det er ofte set i surveyundersøgelser at resultaterne for de unge svinger meget fra undersøgelse til undersøgelse, navnlig for de unge mænd. Vores undersøgelser af stikprøven i 2023, hvoraf en hel del er gengangere i 2025 tyder på, at det kunne være en del af forklaringen.

Men vi ser samtidig en række parallelle tendenser i nogle af de spørgsmål, som hænger tæt sammen med den generelle tryghed i hverdagen:

Utrygheden for vold er mindsket blandt unge fra 2023 til 2025. I 23 angav 27 pct. af kvinderne mellem 18 og 29 at de var utrygge for at blive "overfaldet eller slået", som spørgsmålsformuleringen lyder. Andelen af volds-utrygge unge mænd faldt fra 24 pct. til 16 pct. Vi ser helt samme tendens når det gælder utrygheden ved at gå rundt i hjemområdet, når det er mørkt: 39 pct. af de unge kvinder var utrygge i 2023 mod 29 pct. i 2025. Andelen af mænd faldt fra 22 til 18

pct. Udviklingen ser også ud til at korrespondere med de fakta, vi kan hente i anmeldelsesstatistikken, hvor man netop skulle forvente at ulyktheden toppede i 2023 – jf. boksen Vold og trusler side 20.

Den **økonomiske ulykthed** blandt unge er blevet mindre fra højinflationsåret 2023 til 2025. Tendensen ses på tværs af deres placering på arbejdsmarkedet. I alle de store grupper i 20-erne – faglærte, ufaglærte, funktionærer, lærlinge og studerende – er den økonomiske tryghed gået frem. Anderledes ser det – igen, igen – ud for grupperne uden for arbejdsmarkedet.

Utrygheden for at blive ramt af **stress** er aftaget blandt de 18-29-årige i undersøgelsen. I 2023 svarede 33 pct. at de var bange for at få en uoverskuelig opgave på arbejdet, mod 23 pct. i 2025. 40 pct. frygtede at gå ned med stress mod 38 pct. i 2025.

Utrygheden for at ikke at have **helbred til at arbejde** er også blevet mindre blandt unge mellem 2023 og 2025. I 2023 var 33 pct. af de unge kvinder og 32 pct. af de unge mænd utrygge her. Nu gælder det 26 pct. af kvinderne og 29 pct. af mændene.

Det er også muligt at den generelle bekymring i samfundet for ikke mindst de unges psykiske helbred har smittet af på de unges egen oplevelse. I 2023, efter corona-nedlukningerne, var emnet konstant på dagsordenen i medierne, det politiske liv og på uddannelsesinstitutioner mv. Det er naturligvis ikke muligt at gøre tidsånden op i procenter, men meget store offentlige debatter og beslutninger i 2023 drejede sig om unges trivsel.

Et omdrejningspunkt var 10-årsplanen for at løfte psykiatrien og den mentale sundhed, som regeringen enedes med et bredt flertal om i september 2022. Et andet var den vedvarende stigning i antallet af unge (18-39 år), der fik tilkendt førtidspension, primært grundet psykiske lidelser. Tendensen blev offentligt kendt i begyndelsen af 2023 og udløste en bølge af debatter og forslag. Hvordan det har påvirket trygheden hos unge i risikogruppen kan vi ikke vide, men det påvirkede helt sikkert playlisten for baggrundsmusikken.

I øvrigt er der andre tegn på, at der frem til 2023 er indtrådt en afmatning eller stabilisering af den tendens til stigende mistrivsel, der er set over de senere år. I den Den Nationale Sundhedsprofils måling i 2023 var procentandelen af 16-24-årige med "dårligt mentalt helbred" faldet fra 27,8 til 25,5 sammenlignet med samme måling i 2021. For de unge kvinder var der dog stadig tale om en stigning, om end svag, fra 34,4 til 34,8 pct.¹

I det følgende ser vi på utryghedstendenserne i hele befolkningen.

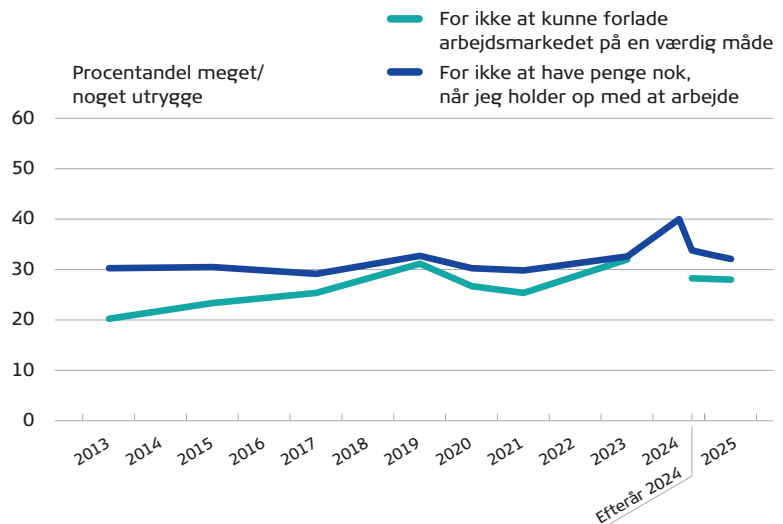
Exit fra arbejdsmarkedet

En af de mest diskuterende årsager til utryghed i mange år har handlet om afgang fra arbejdsmarkedet. I 2012 (i forlængelse af finanskrisen) blev der gennemført en såkaldt tilbagetrækningsreform, der begrænsede efterlønnen og gjorde det svært for mange at fastsætte deres egen afgang fra arbejdsmarkedet. I de seneste år er der igen opstået politisk diskussion om forholdene for dem, der ønsker at trække sig før pensionsalderen, ligesom den fremtidige pensionsalder selv er blevet et stridspunkt.

Utrygheden steg markant i årene efter efterlønsindgrebet i 2012. Hvor det i 2013 bare var hver femte, der frygtede for at ryge ud af arbejdsmarkedet på en uværdig måde, har det i de seneste år været tæt på hver tredje. Dog er lidt færre utrygge i de seneste målinger.

Figur 1.3
– Utrygt exit

Utrygheden for at opsparingen ikke rækker til ens otium er i det sidste år stabiliseret efter et kortvarigt hop i 2023 og 24 – måske som følge af den negative forrentning af pensionsformuerne i 2022.



Spørgsmålsformulering: Nedenfor er anført en række problemer. Angiv, hvor utryg du for tiden er over for disse problemer (se tekst øverst i figuren). Svarskala: 1. For tiden slet ikke utryg. 2. For tiden kun lidt utryg. 3. For tiden noget utryg. 4. For tiden meget utryg. 5. For tiden ikke relevant for mig. 6. Ved ikke/ønsker ikke at svare. Af hensyn til sammenligneligheden bagud indgår kun 18-65-årige i beskæftigelse i figuren. Ved ikke/ønsker ikke at svare indgår ikke i procentberegningen.

Kilde: Tryghedsmålingerne. Tallet for 2022 er fra særmålingen "Tryghed i arbejdslivet – nu og i fremtiden", hvor data blev indsamlet november-december 2022.

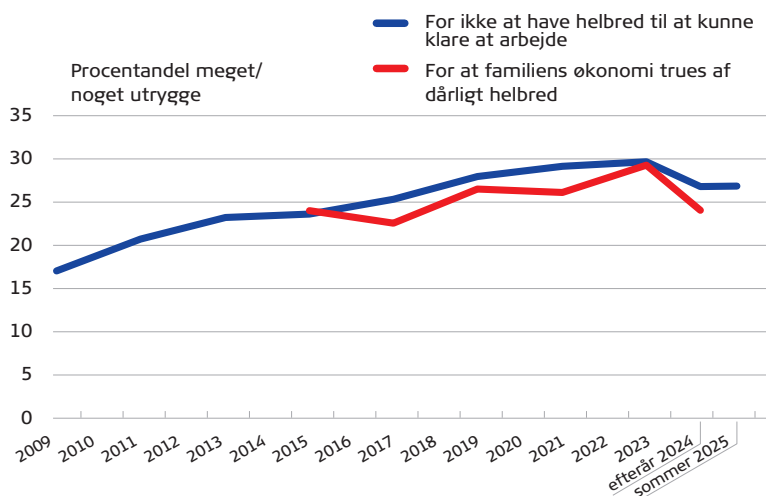
I figuren ses udviklingen fra de 40-65-årige i *beskæftigelse*, hvor utrygheden i dag er 32 pct. Tager vi dem i aldersgruppen med, der er midlertidigt ude af arbejdsmarkedet, er der 41 pct. i sommeren 2025, der giver udtryk for utryghed her.

Vi har også udeladt grupperne under 40 i figuren, da de ikke fik dette spørgsmål tidligere. Men det er ret bemærkelsesværdigt at utrygheden for at have tilstrækkelig pensionsopsparing faktisk er endnu mere udbredt hos folk i 30'erne – hele 47 pct. erklærer sig utrygge på det punkt. Også de 18-29-årige ligger over befolkningsgennemsnittet i figuren.

Om det skyldes en kortvarig uro, fx. trusler om handelskrig, eller en mere langsigtet utryghed, fx. for en meget højere pensionalder, kan vi ikke vide.

Helbredsutryghed

Utrygheden for, at helbredet svigter og gør en selv eller ægtefællen uarbejdsdygtig er faldet lidt siden toppunktet i 2023. Navnlig indvirkningen på familieøkonomien skræmmer ikke helt så mange som for et par år siden.



Figur 1.4
– Utrygt helbred

28 pct. af de beskæftigede i sommeren 2025 er utrygge for om deres helbred holder til at arbejde. I foråret svarede 24 pct. at de er utrygge for, at familieøkonomien trues af helbredsproblemer.

Spørgsmåls- og svarformulering mv. Se figur 1.3 samt teksten øverst i figuren.

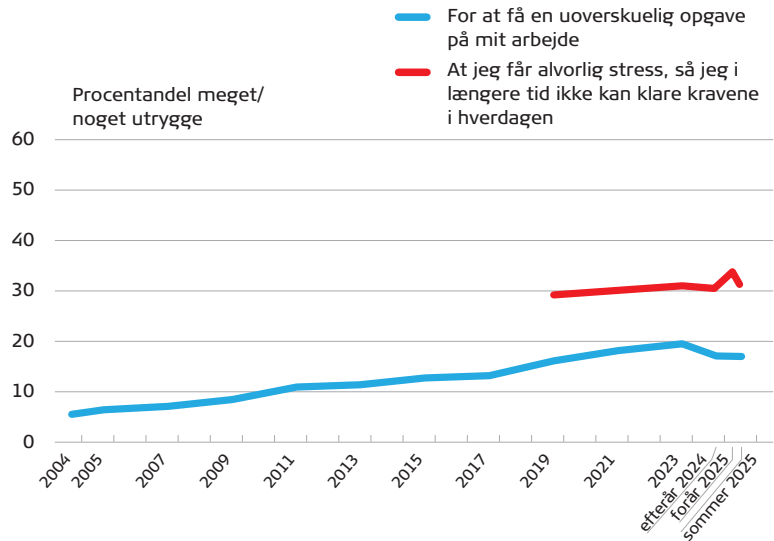
Sammenlignet med den tilsvarende utryghed 10-15 år tilbage ligger niveauet dog fortsat højt. Helbredsutrygheden er mest udbredt blandt de beskæftigede i fyrrene. Derefter falder den – bl.a. fordi stadig flere forlader arbejdsmarkedet og dermed statistikken. I mange tilfælde skyldes det, at deres bekymring for helbredet viser sig at holde stik.

Udviklingen skyldes ikke, at befolkningens helbred er blevet dårligere – flere ældre er mere friske end nogensinde – selvom udviklingen i stress måske kan forklare noget af tendensen.

Siden 2004 har vi spurgt de beskæftigede om de er utrygge for et få en uoverskuelig opgave på arbejdet – som et indirekte mål for, om de selv oplever at de er tæt på udfordringer, der kan stresse dem. Kurven gik opad i måling efter måling lige indtil 2023.

Figur 1.5
– Stresstendenser

17 pct. af svarpersoner i beskæftigelse er utrygge for at få en uoverskuelig opgave på jobbet. 31 pct. af befolkningen er utrygge for at gå ned med stress.



Spørgsmåls- og svarformulering mv. Se figur 1.3 samt teksten øverst i figuren.

Siden 2019 er alle svarpersoner blevet spurgt til utrygheden for den alvorlige stress, hvor man "i længere tid ikke kan klare udfordringer i hverdagen".

Også her er andelen vokset lidt fra måling til måling – med et lille skvulp i foråret 2025. Om her er stagnation eller om tendensen omsider er ved at vende, er ikke til at sige. I hvert fald ligger niveauet for svarpersoner under 40 et par procentpoint under niveauet i 2023.

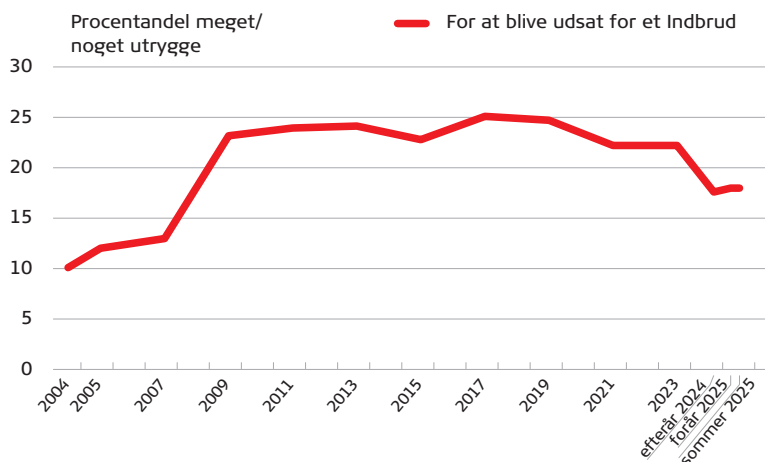
Niveauet blandt de yngre er dog fortsat ret ekstremt. Blandt grupperne under 40 er knap 40 pct. utrygge for at gå ned med stress. Lidt flere end halvt så mange (af de beskæftigede) frygter at blive mødt med uoverskuelige forventninger på arbejdet.

Efter de fyre aftager begge dele med tiden. Blandt 50-59-årige er andelen af utrygge halvt så stor som i aldersgrupperne under 40. Efter de 60 er kun 14 pct., utrygge for den alvorlige stress.

Stress er i øvrigt emnet for kapitel 5.

Fysisk utryghed

18 pct. af befolkningen er utrygge for indbrud – mod 25 pct., da utrygheden toppede i 2017. Selvom de yngste har mindst at miste, er utrygheden også her større end blandt de ældre, og den er stærkest blandt kvinderne.



Figur 1.6
– Utryg for indbrud

Utrygheden for indbrud er stærkest blandt kvinderne – 20 pct. mod 15 pct. af mændene.

Spørgsmåls- og svarformulering mv. Se figur 1.3 samt teksten øverst i figuren.

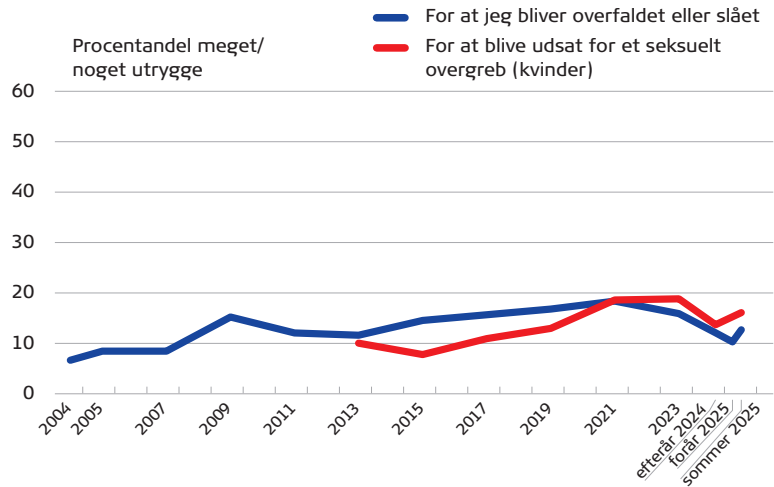
Kurven tyder på, at befolkningens utryghed tilpasser sig virkeligheden med en vis forsinkelse. Fra 2005 til 2009 voksede antallet af indbrud voldsomt og senere er det faldet støt år for år.

Ifølge Danmarks Statistik var antallet af anmeldelser i 2024 knap det halve af antallet 2005, da indbrudsbølgen for alvor tog ved (14.895 anmeldelser i 2024 i alt). Utrygheden er faldet betydeligt, men ligger stadig betydeligt over 2005-niveauet.

Utrygheden for at blive **overfaldet eller slået** er skrumpet markant fra 2021, dog med et nøk opad igen fra forår til sommer 2025. Udviklingslinjen ligner meget den, der tegner sig når det gælder seksuelle overgreb. Gennemsnittet for alle kvinder er vist i figur 1.7.

Figur 1.7
– Bange for vold

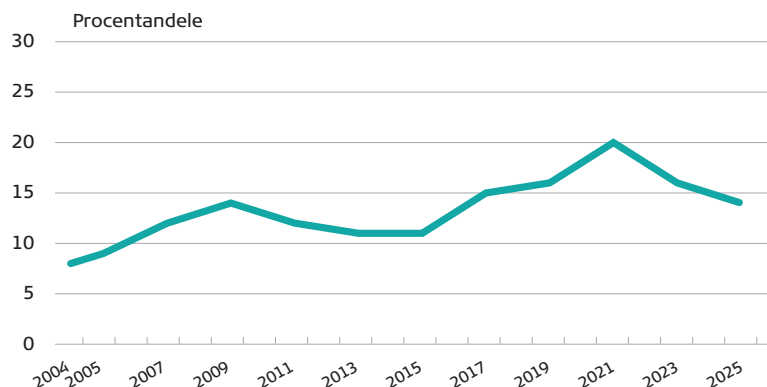
Utrygheden for overfald og seksuelle overgreb er mindre end i starten af årtiet - med foråret 2025 laveste niveau i mange år.



Spørgsmåls- og svarformulering mv. Se figur 1.3 samt teksten øverst i figuren.

De fysiske utrygheder er i det hele taget markant højere hos kvinder end mænd. Når det gælder utrygheden for overfald og vold generelt, er 14. pct. af kvinderne utrygge mod 8 pct. blandt mændene.

Tendensen til at utrygheden falder på dette område ses også i det klassiske spørgsmål om tryghed i mørke. Figur 1.8 viser udviklingen i, hvor mange der er ret eller meget utrygge for at gå alene i deres boligområde, når det er mørkt.

**Figur 1.8****- Bange i mørke**

Andelen der utryg for at gå rundt i mørke i deres hjemområde er faldet fra 20 pct. i 2022 til 14 pct. i 2025.

Spørgeformulering: Hvor tryk føler du dig ved at gå alene i det område, du bor i, efter mørkets frembrud? 1. Meget tryk. 2. Ret tryk. 3. Ret utryk. 4. Meget utryk. 5. Ved ikke/ønsker ikke at svare. 18-65 årige.

Kilde: Tryghedsmålingerne.

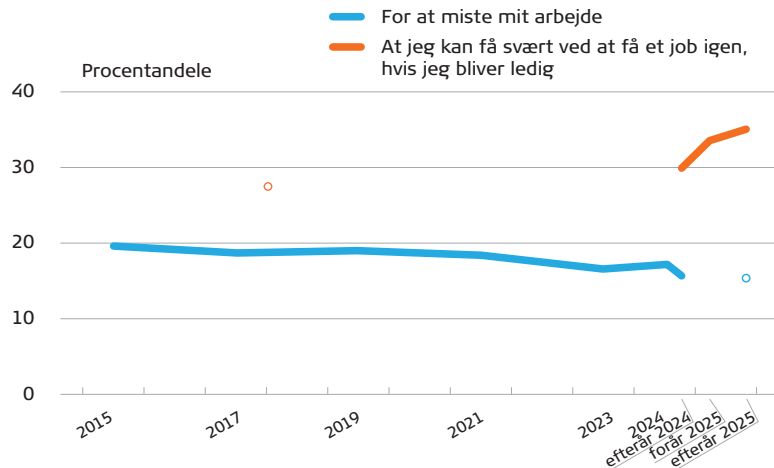
Det økonomiske grundlag

Uregelmæssige indkomster giver mere utryghed, end man umiddelbart skulle tro. Vi er nu på 25 procent – lidt mindre end i foråret, men stadig højt.

Frygten for ledighed, der red tidligere generationer som en mare, har ikke været udbredt siden finanskrisen, og der er ikke spurgt systematisk til den i de senere tryghedsmålinger. I sommeren 2025 er den faldet yderligere lidt. Derimod er en anden form for jobutryghed taget til: Flere er bange for at de ikke kan få job igen, hvis de mister deres nuværende, som det ses på den røde kurve i figur 1.9.

Figur 1.9
– Jobutryghed

15 pct. af de beskæftigede i sommeren 2025 var bange for at miste jobbet.

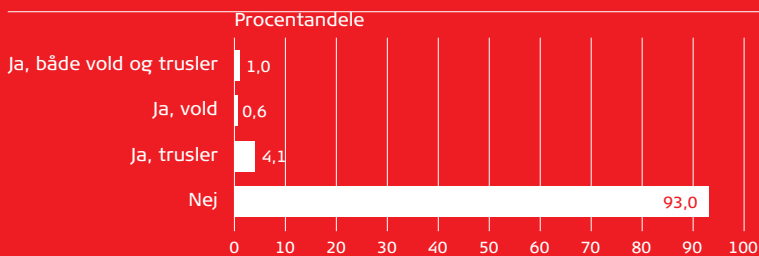


Spørgsmåls- og svarformulering mv. Se figur 1.3 samt teksten øverst i figuren.

Vold og trusler

Tryghedsmålingen har spurgt 5005 svarpersoner om de inden for de seneste 12 måneder har været udsat for vold eller trusler, som var

så alvorlige, "at du blev bange". Svarmulighederne er nævnt i figuren, bortset fra "Ønsker ikke at svare", som 1,4 pct. har benyttet.



Figur 1.A

Færre oplyser om vold og trusler i sommeren 2025 end i 2023, hvor tendensen pegede opad.

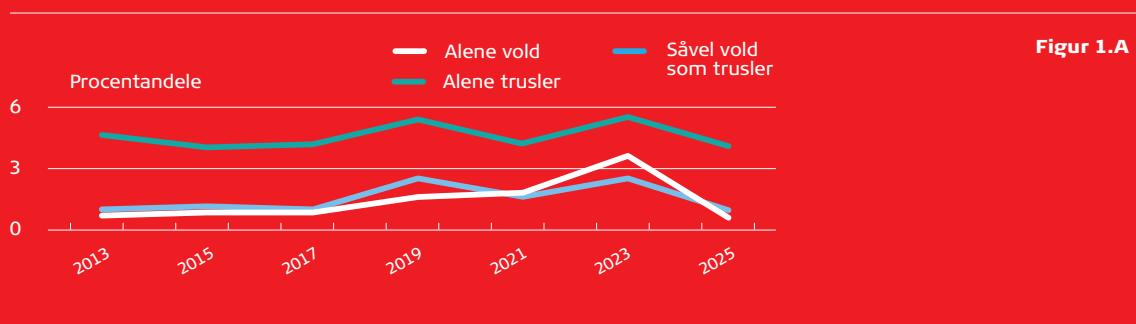
Der er også tale om små tal, hvor mindre forskydninger hurtigt kommer til at se store ud.

35 pct. er utrygge for om der vil være job til dem igen, og det er bemærkelsesværdigt nok *ikke* "det grå guld" på 60 og opefter, der giver udtryk for denne form for job usikkerhed. Det er derimod de unge under 40, hvor denne utryghed er omtrent dobbelt så udbredt som blandt svarpersoner i 60'erne.

Igen ser vi måske et udslag af nye tider, hvor der er svært at vide, hvad der lurar bag næste hjørne.

Vi ser også rekorder i 2025, når det gælder utryghed for uventede udgifter. Det er efter al sandsynlighed de høje fødevarepriser, der slår igennem i dette tal.

Bankkunder i Danmark havde *sammenlagt* flere penge stående i banken end nogensinde før – 1.246 mia. kr. på almindelige bankkonti i juni 2025. Mere end 200.000 kr. pr. dansker fra vugge til grav! Men hos 40 pct. er der ikke desto mindre utryghed for uventede regninger, som det ses i figur 1.10.



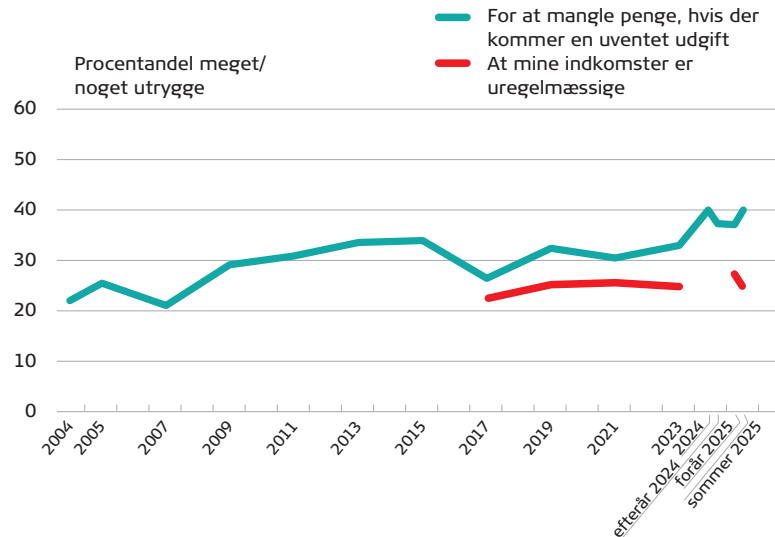
Tendensen i tallene svarer til udviklingen i antallet af ofre for anmeldt vold og trusler. Efter de fredelige corona-år steg antallet af ofre for anmeldte voldsforbrydelser i 2022 til det højeste niveau siden 1990. Det er ikke mærkeligt, hvis forholdsvis flere i 2023 oplyser, at de blev udsat vold i det forløbne år.

I 2023 gik udviklingen den modsatte vej og den fortsatte i 2024, hvor antallet af ofre for såvel vold som trusler faldt med ca. 10 pct. sammenlignet med året før.

Justitsministeriets Offerundersøgelse fra 2024 bruger en anden aldersafgrænsning (16-79-årige) end Tryghedsmålingen (18+) og skelner mellem vold mellem partnere og anden vold. Den første opgøres til 1,3 pct. i 2024 og den anden til 1,4-1,7 pct. Offerundersøgelsen finder ikke statistisk sikre udsving i disse tal fra 2014 til 2024. Tal for første del af 2025 foreligger endnu ikke.²

Figur 1.10**- Økonomiske ubalancer**

Hele 40 pct. frygter for uventede udgifter. Det tangerer rekorden i 2024 og er omtrent dobbelt så mange som i 2007, året før finanskrisen.



Spørgsmåls- og svarformulering mv. Se figur 1.3 samt teksten øverst i figuren.

Utrygheden for uventede udgifter fik et ordentligt *boost* i kølvandet på finanskrisen og nåede aldrig igen ned på niveauet 2004-07, trods en kortvarig bedring i 2017. Og så stak det helt af efter inflationskrisen, med en top på 40 procent i foråret 2024 og nu igen i sommeren 2025. Trods høj beskæftigelse og reallønsfremgang er niveauet næsten det dobbelte af 2007. Den utryghed, der kan følge af svingende indkomster, deles af omtrent hver fjerde.

Det hører med til billedet, at utryghederne typisk kommer i flok. Er man utryg for vold og overfald, er der en stor statistisk sandsynlighed for, at man også frygter for indbrud og seksuelle overgreb. Analyserne viser også, at den fysiske utryghed hænger sammen med den almindelige tryghedsfølelse, selvom der statistisk set er tale om en moderat sammenhæng – tryghed og utryghed er sammensatte størrelser.

En anden flok af utrygheder drejer sig om alderdommen. At man kan ryge ud af arbejdsmarkedet på en uværdig måde, følges ad med utrygheden for at mangle penge i alderdommen – og for øvrigt også med utrygheden for "ikke at få tilstrækkelig pleje, når jeg bliver gammel", der ikke er vist i det foregående. De tre utrygheder hænger også sammen med utrygheden for om helbredet holder arbejdslivet ud. Det giver god intuitiv mening, og bekræftes altså af den statisti-

ske analyse. Også denne flok af utrygheder påvirker tryghedsscoren moderat.

Den største flok af utrygheder i vores spørgebatteri består af de økonomiske utrygheder, der blev vist ovenfor om job, indkomster og uventede regninger samt – lidt svagere – for at miste penge på ens bolig.

Utrygheden for at ryge ud af arbejdsmarkedet, evt. fordi helbredet svigter, indgår også her, og det samme gør utryghederne for stress.

De forskellige utrygheder virker hver især ind på den generelle tryghed, men økonomisk utryghed er den vigtigste fællesnævner. Når vi måler, hvor stærkt økonomisk utryghed i familien virker ind på den generelle tryghed, er effekten ganske stærk.³

Derfor er næste kapitel viet den økonomiske utryghed.

Noter

1. Se: Danskernes sundhed 2023. https://www.sdu.dk/da/sif/rapporter/2024/danskernes_sundhed_2023
2. Se Danmarks Statistik, Surveybanken og Befolkningens oplevede udsathed for vold og andre former for kriminalitet og overgreb i samfundet s. 262 ff. Offerundersøgelserne 2005-2024. Justitsministeriet, Rigspolitiet, Det Kriminalpræventive Råd og Københavns Universitet.
3. Inddelingen af utryghederne i "flokke" er baseret på en såkaldt faktoranalyse, der finder de tre nævnte dimensioner. Sammenhængen mellem de enkelte utrygheder og den generelle tryghed er baseret på en analyse, der fastlægger korrelationskoefficienten, et såkaldt Pearsonr. Svageste sammenhæng ses mellem generel tryghed og frygten for seksuelt overgreb på $r = 0,19$, mens stærkeste sammenhæng er mellem økonomisk tryghed i familien og den generelle "tryghed i hverdagen", hvor $r = 0,32$.

Sådan måler vi trygheden

Gennem hele Tryghedsmåling 2025 bruger vi især to enkle mål for trygheden, tryghedsscoren og "andel utrygge". De findes hver i to udgaver, nemlig den generelle tryghed og den økonomiske tryghed, der begge fanger en vigtig del af menneskers tryghed, og som – selvfølgelig – delvis overlapper hinanden.

I spørgsmålet bag **den generelle tryghed** er svarpersonerne blevet bedt om at angive hvor trygge hhv. utrygge de føler sig i hverdagen på en skala fra 1-7. Skalaens punkt 1 svarer til "Jeg føler mig grundlæggende tryk i min hverdag", mens punkt 7 svarer til "Jeg føler mig grundlæggende utryk i min hverdag". Denne 7-punktsskala omregner vi til en skala fra 0-100, hvor skalaens punkt 1 sættes lig med 100. Gennemsnittet omregner vi til et indekstal, som vi kalder tryghedsscoren. Jo tættere på 100 en given gruppe i undersøgelsen er, jo mere tryk er gruppen helt generelt. Tryghedsscoren sammenfatter altså hele gruppens svar i et enkelt tal, og det er bl.a. nyttigt, når vi sammenligner tryghed på tværs af grupper. Den anden målestok, vi bruger, er "andel utrygge", dvs. den procentandel i en bestemt gruppe, der svarede 5, 6 eller 7 på svarskalaen. Enkelte steder omtaler vi også de "toptrykke", der har valgt svarmulighed 1.

Vi bruger samme metoder til at sammenfatte **økonomisk utryghed**, dog er spørgsmålet stillet lidt anderledes. Hvor tryk eller utryk vil du overordnet set betragte den nuværende økonomiske situation i din husstand? Svarmulighederne er omregnet til indekstal mellem 100 og minus 100, så svarmuligheden Meget økonomisk tryk er sat til 100 og tryk er sat til 50. Hverken tryk eller utryk er sat til 0. Utryk er sat til minus 50 og Meget økonomisk utryk til minus 100. Gennemsnittet af disse tal er den økonomiske tryghedsscore i en given gruppe af svarpersoner.

Udover at måle gennemsnit og procentandele undersøger vi også hvor stor risikoen er for at de tal, vi viderebringer, kan skyldes en statistisk tilfældighed. Hvis risikoen er stor gengiver vi som hovedregel ikke tallene (i undtagelsestilfælde understreger vi, at de er usikre). Vi måler også, hvor stærke de statistiske sammenhænge er mellem de størrelser, vi måler. Målestokken er typisk såkaldte etakoeficienter, som der sommetider henvises til i noterne. Disse analyser fortæller ikke i sig selv, hvad der er årsag og virkning, men de giver et billede af styrken i sammenhænge, der kan være svære at opfatte med det blotte øje, og bruges derfor til at bekræfte hypoteser og ikke mindst til at skyde egne fordomme ned.

Kapitel 2

Gamle og nye trusler mod den økonomiske tryghed

I forsommeren 2025, da svarene til tryghedsmålingen blev samlet ind, så dansk økonomi nærmest eventyrligt godt ud.

Regeringens økonomer forudså en vækst i BNP for hele året på næsten 3 procent. Inflationen var igen under kontrol og renten sat ned for anden gang i løbet af få måneder. Beskæftigelsen havde det strålende, og ledigheden var historisk lav. Selv den giftige langtidsledighed, der er så svær at få bugt med, var rykket den rigtige vej – og udgjorde fx det halve af 2018 (og i alt ca. 15.000 fuldtidspersoner). Lønningerne lå i snit 3,4 pct. højere end året før, så med en inflation på to pct. fik de beskæftigede flere penge mellem hænderne.

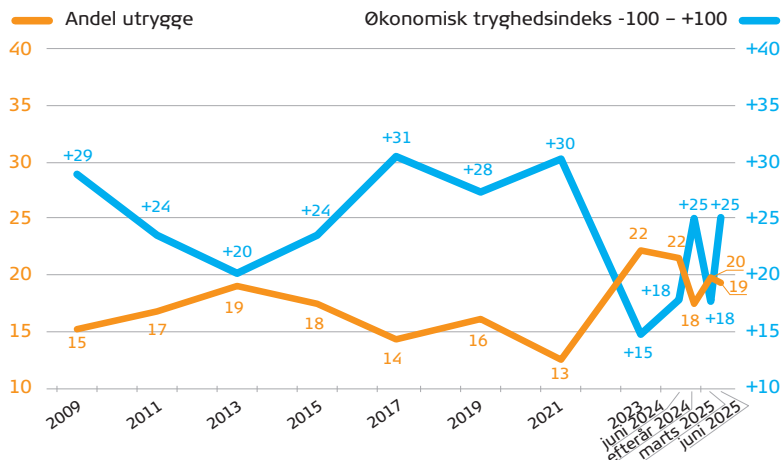
De gode tider viste sig bl.a. i de offentlige finanser, der havde overskud for 9. år i træk. I 2024 på ikke mindre end 133,3 mia. kroner. Finansministerens tilbagevendende melding om, at det offentliges langsigtede råderum igen og igen havde udvidet sig, var tæt på at blive en offentlig vittighed.

Men befolkningen morede sig ikke. Forbrugernes forventninger til landets økonomi, som Danmarks Statistik måler løbende, var under nulpunktet for tredje år i træk. De blev endda en smule ringere i første halvår af 2025. Lignende tal har Danmarks Statistik ikke set siden de kriseprægede 1980'ere. Godt nok var mange dagligvarer pludselig blevet dyrere, og for nogle er det en særlig dyd at bevare pessimismen, men alligevel... I udlandet betegnes tilstanden sommetider som *vibesession*. Det går rigtig godt, men den offentlige stemning – *vibes* – følger ikke med.

Ser vi på udviklingen i den økonomiske tryghed og utryghed, er der også tale om en væsentlig forværring, hvis man sammenligner med de første år af 2020'erne. I den orange linje i figur 2.1 ses andelen af decideret økonomisk utrygge. I den blå ses et samlet tal for hele befolkningen.

Figur 2.1
– Økonomisk tryghed

Den gennemsnitlige økonomiske tryghed toppede i 2017 og andelen af utrygge nåede lavpunktet under COVID-epidemien i 2021. Værste år siden 2009 var højinflationsåret 2023.



Spørgsmålsformulering: Hvor tryk eller utryk vil du overordnet set betragte den nuværende økonomiske situation i din husstand? 1. Meget tryk, 2. Tryk, 3. Hverken tryk eller utryk, 4. utryk, 5. Meget utryk og 6. Ved ikke/ønsker ikke at svare. Om beregning af økonomisk tryghedsindeks se boksen: Sådan beregner vi trygheden side 24.

Kilde: Tryghedsmålingerne.

Tryghedsmålingen i foråret 2025 indikerede, at en del af forklaringen kunne findes i det usikre internationale klima. Der var som bekendt kommet nye folk og toner i USA. Aktiekurserne var dykket brat og pludseligt i april og med dem værdien af danskernes pensionsopsparinger. Samtidig havde den nye præsident erklæret handelskrig mod (næsten) hele verden. Selvom aktiekurserne rettede sig og eksperter advarede mod at overdrive effekterne af handelskrigen, gav næsten ¾ af befolkningen udtryk for bekymring over at se Trump tilbage ved roret.

I starten af sommeren var den økonomiske utryghed lettet lidt, sammenlignet med foråret (jf. den orange kurve i figur 2.1). Den gennemsnitlige tryghed for økonomien i ens husstand er gået frem fra 18 til 25 indekspoint. Det er ikke så meget, men værd at notere.

Pessimismen går tilbage til inflationen og energiprisstigningerne i 2023. Målingen fra vinteren 2024 er stadig den næstværste, der er målt, uanset hvilket mål vi bruger. I løbet af 2024 blev det meget bedre, men den økonomiske tryghed er generelt på et lavere niveau end vi har set siden finanskrisen. Andelen af egentlig økonomisk utrygge er på højde med det mest utrygge finanskrisear, 2013.

Den statistiske analyse indikerer, hvad utrygheden bundet i.

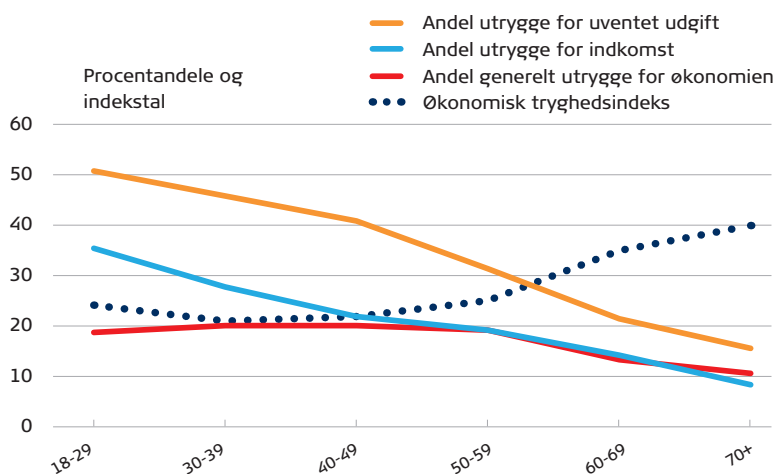
Den uden sammenligning stærkeste sammenhæng handler om dårlig likviditet (at mangle penge til en uventet udgift). Den ramte særligt mange i 2023, men den hænger også stærkt sammen med usikkerhed for job, indkomst og/eller helbred (herunder stress), der ikke ændrer sig så hurtigt.¹

Der er lidt flere kvinder end mænd, der er økonomisk utrygge. Det gælder også, når man spørger mere detaljeret til utryghed for uventede regninger eller uregelmæssige indkomster.

Kvinder lever længere, men har lavere livsindkomster end mænd i gennemsnit, så man kunne formode at kvinder ville have større utryghed ved at stå med for få penge på hånden, når de trækker sig fra arbejdsmarkedet. Her er forskellen dog ret besked: 35 pct. af kvinderne er utrygge ved ikke at have penge nok, når de stopper med at arbejde, sammenlignet med 32 pct af mændene.

Over halvdelen af de unge er nervøse for uventede udgifter.

Utrygheden for uventede udgifter falder stejl med alderen. Det ses i den gule kurve i figur 2.2. I gruppen af 70+ oplevede kun ca. 15 pct. denne form for utryghed. Den blå kurve – utryghed, fordi indkomsterne er uregelmæssige – går samme vej.



Figur 2.2
– Lommesmerter eller utryghed?

Hver femte af 30-50-årige er økonomisk utrygge i 2025. I 2023 var det mere end hver fjerde.

Spørgeformuleringer mv.: Se figur 2.1 og figur 1.10.

Kilde: Tryghedsmålingerne.

Ser vi på andelen der generelt er utrygge for husstandens økonomi, ser vi en langt fladere, rød kurve. Det ses på en lidt anden måde i den økonomiske tryghedsscore (den stiplede linje) som er nogenlunde lige helt ind til vi kommer til befolkningsgrupperne i 50'erne.

Helt lige er tryghedsscoren dog ikke. Den ligger lidt højere hos de yngste end hos grupperne mellem 30 og 49.

Det er jo påfaldende, da der er langt flere af de yngste, som er utrygge for pludselige regninger og svigtende indtægter end blandt de lidt ældre. Og vi ved, at netop de akutte likviditetsproblemer er den vigtigste kilde til lav økonomisk tryghed generelt.

Men øjensynlig påvirker det ikke de yngste generelle økonomiske tryghedsfølelse så meget som de lidt ældres. Selvom flere melder om likviditetsprobleme end i 2023, er den generelle økonomiske utryghed hos de yngste faldet.

Forklaringen er nok, at usikker økonomi af mange opleves som en almindelig og forbigående del af ungdomslivet og evt. som noget man kan få hjælp til af mere formuende generationer.

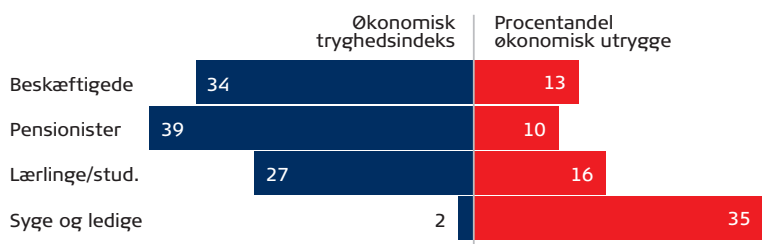
Blandt de ældre er der oftere helbred og andre marginaliseringsfænomener på spil, der forringer ens indkomstmuligheder – og blandt midaldrende er udgifterne flere og sværere at styre udenom. Sammenlignet med de unge bliver de økonomiske bekymringer færre, men for dem, der har dem, tynger de nok så meget.

Tryghed på arbejdsmarkedet – og udenfor

Økonomisk tryghed afhænger bl.a. af hvilken plads man har på arbejdsmarkedet, men forskellene er overskuelige blandt dem i job.

Der er knap tre gange så mange ufaglærte som højere funktionærer, der betegner økonomien i deres husstand som utryg (18 pct. mod 7 pct.). I begge grupper er det med andre ord langt fra normalbilledet, men heller ikke nogen sjældenhed at møde personer, der frygter for økonomien. Den økonomiske tryghed er i gennemsnit 22 point hos gruppen af ufaglærte mod 45 point blandt højere funktionærer – med de øvrige grupper midt imellem.

Forskellen bliver mere dramatisk, når man sammenligner arbejdsmarkedets insidere med outsidersne – som det ses i figur 2.3.

**Figur 2.3****- Tryghed og status**

Der er næsten tre gange så mange økonomisk utrygge blandt dem på kanten af arbejdsmarkedet som blandt de beskæftigede som helhed.

Spørgeformulering: Se figur 2.1. Beskæftigede omfatter personer på orlov. Lærlinge og studerende omfatter også elever. Pensionister mv. omfatter også frivilligt tilbagetrukne. Syge og ledige omfatter desuden personer i fleksjob. Om beregning af økonomisk tryghedsindeks se boksen: Sådan beregner vi trygheden side 24. Antal svar: 4920.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

I gruppen af syge og ledige, er andelen af utrygge næsten lige så høj som andelen af trygge. Gruppen tæller både personer på årelang kontanthjælp og dem, der i kortere tid er på syge- eller arbejdsløshedsdagpenge. De fleste her er ikke helt nede i utryghedens kulkælder, men det gælder 35 pct. (mod 17 pct. af alle dem, der har svaret).

Omvendt kan vi konstatere at knap to ud af fem økonomisk utrygge i Tryghedsmåling 2025 befinder sig i de grupper, der står uden for det ordinære arbejdsmarked på grund af ledighed eller sygdom. En stor del af de øvrige består af mennesker, der utrygge for at havne i en lignende situation fordi de hænger yderligt på arbejdsmarkedet – mange på grund af sygdom, eller fordi de oplever at tilværelsens krav er mere end de kan klare.

Det sidste vender vi tilbage til i kapitel 5, der handler om stress. Men først følger to kapitler om befolkningens bekymringer for ungdommen, klimaet, fremtidens velfærd og verdens almindelige tilstand i det første år af Donald Trumps 2. regeringsperiode.

Noter

1. En række konkrete økonomiske utrygheder korrelerer meget stærkt med den generelle, økonomiske tryghed – målt ved enheden Pearson r mellem 0 og 1. Utryghed for pludselige udgifter: 0,66, uregelmæssige indtægter 0,54, For lille pensionsopsparing 0,52, ringe jobchancer 0,41, risiko for tab på bolig 0,41.

Hvor skoer trykker

Her ses, hvilke økonomiske trængsler der især giver generel økonomisk utryghed i husstanden: Den suveræne nummer 1 er frygten for uventede regninger. På andenpladsen følger utrygheden ved at have uregelmæssige indkomster, men udsigten til at tabe penge på boligen og til en alderdom på smalhals giver også generel økonomisk utryghed. Tallene er såkaldte eta-koefficienter, der er et mål for styrken i en statistisk sammenhæng. Skalaen går mellem 0 og 1.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

0,66

For at mangle penge, hvis der kommer en uventet udgift

0,38

At jeg får alvorlig stress, så jeg i længere tid ikke kan klare kravene i hverdagen

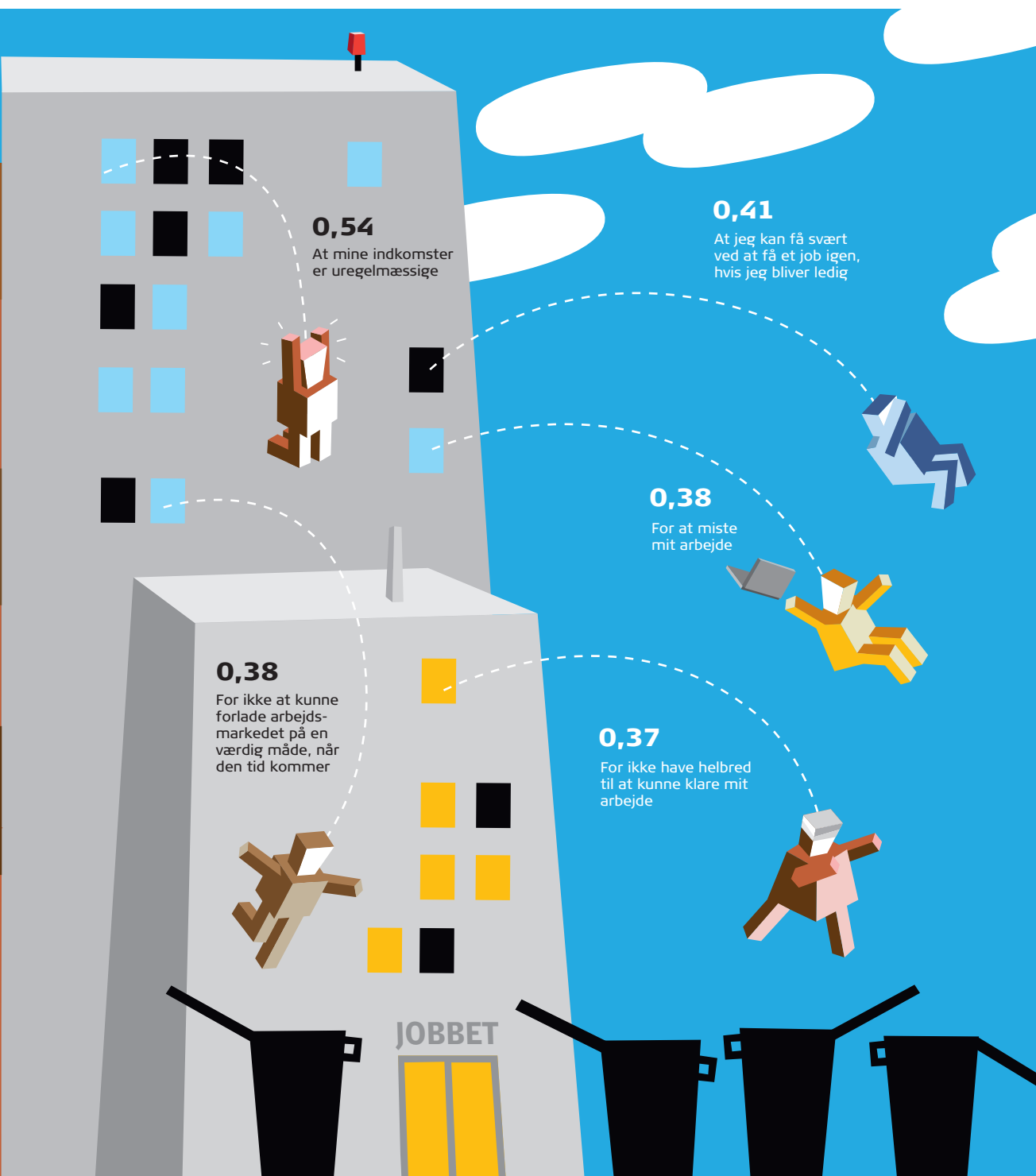
0,41

For at miste penge på min bolig

0,52

For ikke at have penge nok, når jeg holder op med at arbejde





En teori om tryghed

Ingen har patent på tryghedsbegrebet, men det kan alligevel være nyttigt at definere det. Vi arbejder med denne definition: Tryghed er en tilstand, hvor ydre trusler ikke anfægter den indre balance og udløser en alvorlig eller vedvarende psykisk belastning. Tryghed er altså et udtryk for hvordan individer opfatter og håndterer ydre udfordringer som kan ramme dem personligt.

Tryghedsmålingerne tager udgangspunkt i individerne, men sigtet er at afdække tryghed og utryghed i *Danmark*. Formålet er sige noget generelt om, hvad der sker i samfundet på dette område og evt., hvad der kan gøres for at sikre tryghed og modvirke utryghed i samfundet og for bestemte grupper.

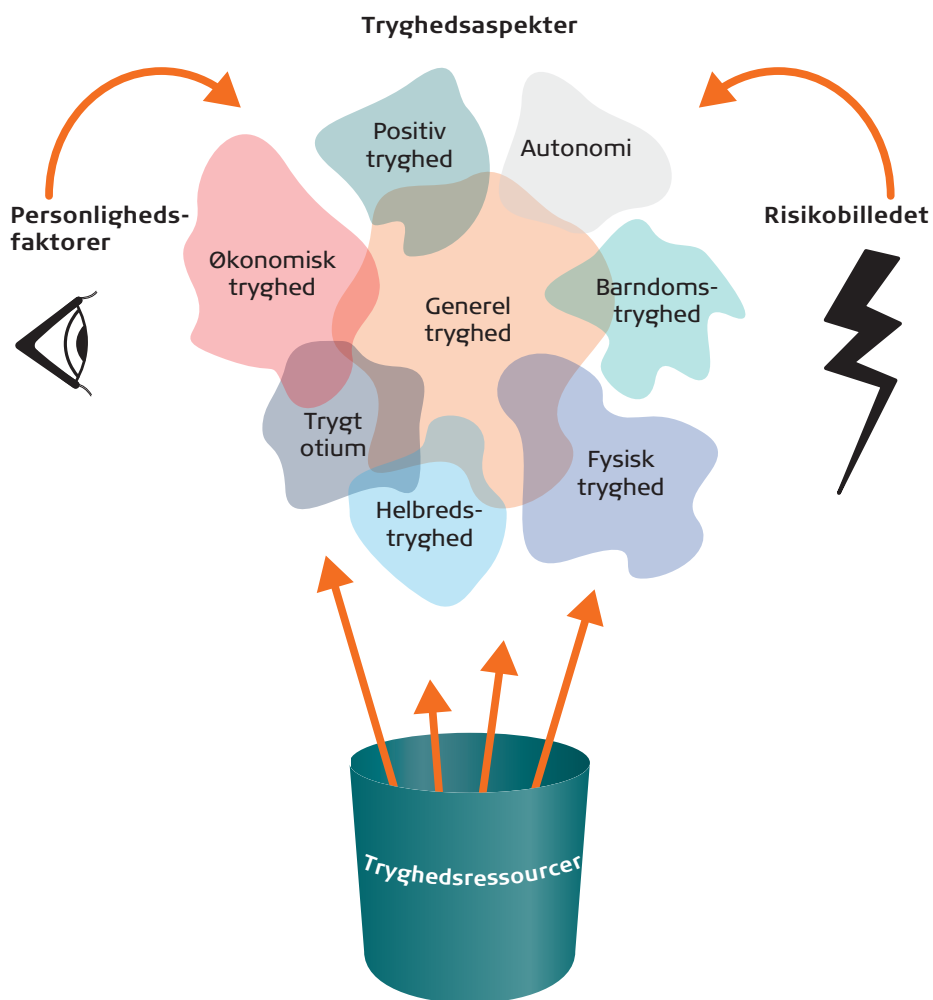
Trygheden i Danmark er en sammensat størrelse med mange delvis overlappende aspekter. Vi har en målestok i tryghedsmålingen, som vi kalder "den generelle tryghed", der bygger på et spørgsmål til svarpersonerne om deres tryghed i hverdagen. Det er dog tydeligt, at spørgsmålet ikke afdækker alle sider af befolkningens tryghed og utryghed. Derfor betegner vi den generelle tryghed som et tryghedsaspekt, og som det vigtigste af en række tryghedsaspekter.

Et andet vigtigt aspekt er den økonomiske tryghed, der er behandlet i kapitel 2. Andre vigtige tryghedsaspekter drejer sig om trygheden overfor vold, økonomisk tryghed og et godt helbred. Økonomi og helbred overlapper delvis indbyrdes, og både sikkerhed, helbred og økonomi overlapper med den generelle tryghed. Men kun delvis. Nogle er f.eks. utrygge for økonomien, men oplever ikke hverdagen som utryg af den grund. Til gengæld er der et stort antal mindre betydningsfulde tryghedsaspekter, der også overlapper med den generelle tryghed. Ofte rammer de kun bestemte grupper som f.eks. børn, homoseksuelle eller kortuddannede.

Trygheden i Danmark formes i et samspil af tre faktorer: Personlighedsfaktorerne, Risikobilledet og Tryghedsressourcerne. Se figuren næste side.

Personlighedsfaktorerne: tryghed og utryghed opfattes altid gennem en bestemt personlighed, og personligheden betyder meget. I Tryghedsmålingerne har vi gentagne gange målt betydningen af personlighed i forhold til andre faktorer. Det er sket med en tillempning til surveybrug af den meget anvendte model fra personlighedspsykologien kaldet "The Big Five" (se side 84).

Tryghed i Danmark



Svarpersonerne beskriver deres egen personlighed ved at placere sig på fem skalaer for hhv. Ekstroversion, Åbenhed for oplevelser, Medgørlighed, Samvittighedsfuldhed og Emotionel ustabilitet. Analyserne viser en generel og stærk sammenhæng mellem svarpersonernes tryghed og deres emotionelle stabilitet. Giver man sig selv en høj score med hensyn til Samvittighedsfuldhed bliver man også mere tryk over for visse risici, selvom effekterne er betydeligt svagere. Analyserne viser også, at de samme personer placerede sig nogenlunde samme sted på skalaerne i Tryghedsmåling 2011 og 2015. Det bekræfter, at de målte personlighedstræk ligger forholdsvis fast. Omvendt er de ikke så afgørende, hvis man skal vurdere hvordan trygheden i Danmark *ændrer* sig. Selv om vi – se kapitel 6 – ser bevægelser i befolkningens gennemsnitlige personlighed, så er de overordnet forholdsvis stabile som en klangbund for trygheden i Danmark

Risikobilledet: Anderledes dynamiske er de ydre udfordringer, som er det stof vores risikobilleder er gjort af. At ydre udfordringer undertiden meget hurtigt kan ændre risikobilledet, behøver man ikke at forklare den, der oplevede Corona epidemien i 2020. I årene før var det bl.a. en indbrudsbølge og ændrede økonomiske konjunkturer, der fik oplevel-

sen af risiko i store befolkningsgrupper til at vokse hhv. skrumpe. Vi finder også mange tegn på, at strukturelle forandringer som globalisering, indvandring, digitalisering mm. er med til at erstatte gamle utrygheder med nye. Det samme gælder kulturelle nybrud, der får mange til at se på tilværelsen med nye øjne. #MeToo-bevægelsen er et eksempel. Også klimatruslen er muligvis ved at ændre sig fra en mere abstrakt politisk bekymring til en mere konkret udfordring af trygheden i større dele af befolkningen.

Tryghedsressourcerne er det, vi trækker på uden for os selv, når vi håndterer de ydre risici. Dermed er tryghedsressourcer med til at afgøre, hvor meget de enkelte tryghedsaspekter kommer til at fylde. Tryghedsressourcerne er i et vist omfang bestemt af ens sociale stilling og hvor man er sin livscyklus.

Blandt de vigtige ressourcer er en vis handlefrihed. Andre vigtige ressourcer beror på den emotionelle og praktiske støtte, man kan falde tilbage på i kraft af familie- eller følelsesmæssige bånd, i kraft af sin sociale status, eller fordi man er borger i et velfærdssamfund. Hertil kan lægges reserver der sikrer én mod fattigdommen og dens ydmygelser, fordi man kan købe sig til kontrol og kompensere for tab, samt naturlig-

vis den enestående ressource som et godt helbred udgør. Endelig er der de ressourcer, som hjælper til at afværge fysiske trusler eller afbøde virkninger af vold og overgreb.

Beskrivelsen af trygheden i Danmark som et konglomerat af delvis overlappende tryghedsaspekter bygger på analyser af data, der er blevet indsamlet igennem 21 år. Vi har f.eks. undersøgt, hvilken rolle en utryg barndom har for den generelle tryghed sidenhen, hvad terrorbølgen gjorde ved trygheden, og betydningen af gode sociale netværk. De mange statistiske analyser har hver især bidraget til at forklare lidt af forskellen på tryghed og utryghed, men de illustrerer også vanskelighederne ved ethvert forsøg på at koge trygheden i Danmark ned til et entydigt fænomen – endsige et enkelt tal.

Mange tryghedsaspekter drejer sig om fravær af forskellige former for utryghed, men trygheden har også et positivt aspekt. At være tryg er ikke det samme som at undgå utryghed og risiko. Det afgørende er som nævnt opfattelsen og håndteringen af risici – "copingstrategierne". Ofte er den trygge netop den, der tør løbe en risiko, i tillid til at han eller hun har de nødvendige ressourcer til at klare skærene. Det er samtidig en tryghed, der vokser med den selvtillid

som følger af veloverståede udfordringer. I de sidste årtier er der vokset teorier frem, der lægger vægt på at børn netop bliver trygge af at engagere sig i farlig leg – fra titte-bøh for de helt små til mere vilde ting for de store. De positivt trygge er ofte forandringsagenter, innovatører og iværksættere i samfundsliv, virksomheder og organisationer. Derfor er positiv tryghed et væsentligt aspekt af, hvad der betinger trygheden i Danmark.

En tredje konklusion af analyserne har været, at det er frugtbart at skelne mellem utryghed og bekymring. Utryghed rammer den enkelte personligt jf. definitionen, der indledte denne tekst. Utrygheden er i familie med frygten og dens følgesvende. Bekymringer kommer ikke så tæt på og angår ofte andre – måske alle kvinder, hele verden eller de ukrainske flygtninge. De kan påvirke vores handlinger om dagen, herunder valgdagen, men de holder os ikke vågne om natten i modsætning til som det, som vi er utrygge for.

Del 2

Kollektive bekymringer



Kapitel 3

Befolkningens bekymringspunkter

Ud over at følge udviklingen i befolkningens tryghed, har Tryghedsmålingen også gennem tiden stillet en række spørgsmål til det, der bekymrer befolkningen. Forskellen er vigtig:

Hvor trygheden handler om det nære liv og truslerne mod det, drejer bekymringerne om det, der truer os som borgere i Danmark. Vi kan være utrygge for at gå ned med stress. Vi bliver derimod ikke utrygge fordi en stor procentdel af befolkningen går ned med stress. Men det kan naturligvis sagtens bekymre os. Meget endda.

Lidt humoristisk siger vi, at utryghederne er det, der holder os vågne om natten, mens bekymringerne er dem, der holder os vågne *om dagen* – og også på valgdagen, når krydset skal sættes.

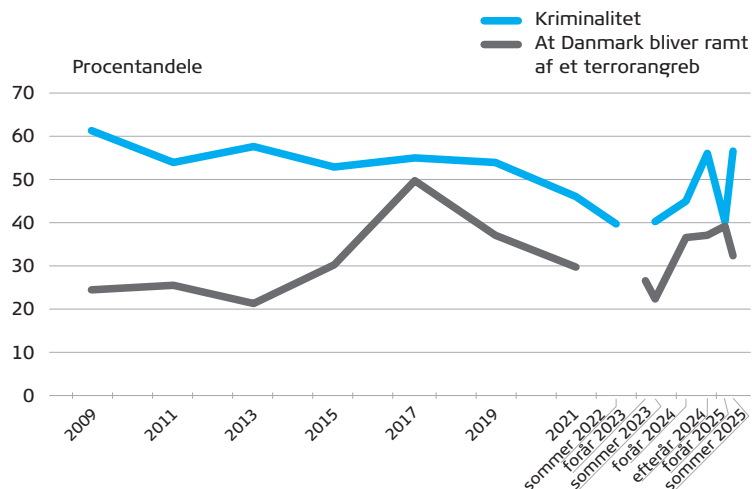
I det følgende kapitel ser vi på en række af de samfundsbekymringer, der har vejet tungt i befolkningen siden 2009. Det efterfølgende kapitel drejer sig om den bekymrende udvikling i Danmarks omverden, der i de senere år er kommet til at fylde mere og mere.

Mere bekymring for kriminalitet

Kriminaliteten er et godt eksempel på at den private utryghed og den kollektive bekymring ikke altid følges ad. I figur 1.b i boksen på side 20-21 så vi at der er færre i denne tryghedsmåling, der oplyser, at de er blevet truet med eller ligefrem udsat for vold i de sidste 12 måneder. Også Danmarks Statistiks opgørelse over anmeldte forbrydelser viser et mindre fald. Ikke desto mindre ser bekymringen for kriminalitet på det seneste ud til at være i vækst igen.

Figur 3.1**– Kriminalitet og terrorisme**

Bekymringen for kriminalitet vokser, selvom den personlige utryghed for vold går ned.



Spørgsmålsformulering: Nedenfor er nævnt en række samfundsproblemer, man som borger i Danmark kan være mere eller mindre bekymret over. Angiv, hvor bekymret du som borger for tiden er for hvert af disse samfundsproblemer. (...) Se formulering i figuren. 18-65-årige.

Kilde: Tryghedsmålingerne.

Tendensen i tallene er dog ikke klar, for andelen af bekymrede har svinget pænt meget i de seneste år. I covid-året 2021 faldt bekymringskurven mere eller mindre stejlt for alt, der ikke havde med Covid at gøre. Kun 46 pct. af 18-65-årige gav udtryk for denne bekymring, og i de følgende to år faldt den endnu mere.

I 2024 steg den igen markant til 56 pct., måske som reaktion på spektakulære sager, hvor unge svenskere forsøgte at begå lejermord i Danmark på bestilling af svenske bander.

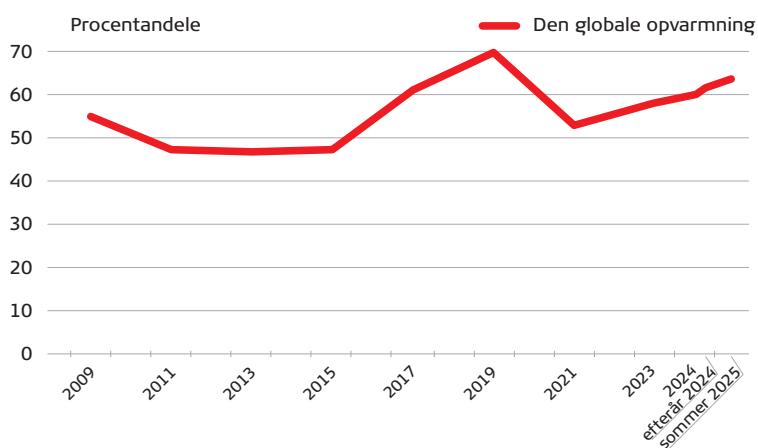
Der har også været mere omtale af de mange former for svindel på nettet, der blomstrer i disse år, og som behandles nærmere i kapitel 8. Under alle omstændigheder er bekymringen over kriminaliteten på samme niveau i sommeren 2025 efter et dyk i foråret, som vi ikke kan forklare.

Utrygheden for terror kulminerede i 2017 efter Islamisk Stats terrorbølge i året forinden. Derefter faldt utrygheden, men steg igen i den måling, der blev gennemført i foråret 2024.

På det tidspunkt stod Hamas' angreb på Israel 7. oktober 2023 endnu skarpere i erindringen og det gjaldt også en udløber her: I december 2023 gennemførte politiet en stor aktion og anholdt to mænd og en kvinde på mistanke om terrorplaner i Danmark – og midler til at gennemføre dem. Sagen har senere vist sig at have tråde til både Hamas og bandemiljøet i Danmark.

Klimabekymring vokser igen

Klimaet er en anden af befolkningens store bekymringer. Den nåede et foreløbigt højdepunkt omkring folketingsvalget i 2019, der også blev kaldt Klimavalget, hvor 70 pct. var klimabekymrede. I 2021 stod alting stadig i skyggen af covid-19, men senere er bekymringen vokset fra måling til måling og deles i sommeren 2025 af 64 pct.



Spørgeformulering mv. Se figur 3.1.

Figur 3.2
– Global opvarmning

Utrygheden for klimaforandringer ikke helt på niveau med toppunktet omkring valget i 2019 - men vi nærmer os.

24 pct. meget bekymrede og 40 pct. bekymrede. Begge er et par point mere end i Tryghedsmåling 2023, og andelen der erklærer sig ubekymret eller helt ubekymret er uændret 14 pct. Det er ret beset bemærkelsesværdigt i betragtning af de konkurrerende bekymringer på den globale arena – jf. næste kapitel – og også den mobilisering imod vindmøller og især solceller, der er fulgt i kølvandet på et bredt flertals beslutning om at firedoble produktionen af vedvarende energi i 2030 og bruge ca. 1,5 pct. af landets areal til formålet.

Tallene i 2025 er i øvrigt på linje med, hvad man finder i resten af verden. Den seneste undersøgelse fra den amerikanske forskningsinstitution Pew fra 2025 viser, at 67 procent blandt voksne i 25 nationer ser klimaforandringer som en "stor" trussel for deres land. Blandt de undersøgte lande er det kun Israel, hvor et flertal ikke betragter det som en stor trussel, men i USA og Nigeria er flertallet lille – hhv. 51 og 54pct.

Hertil kommer en andel på i gennemsnit 24 procent, der ser klimaforandringer som en mindre trussel.

Der er klart voksende bekymring over de sidste ti år, men mindre tilbagegang siden den forrige Pew-måling i 2022. I 2014 betragtede 54 procent af respondenterne verden over klimaændringer som en "stor trussel" – andelen voksede til 62 procent i 2017 og til 71 procent i 2022. Siden er gennemsnittet faldet til de 67 pct. og i enkelte lande (Polen, Grækenland, Italien og Holland) er tilbagegangen på lidt mere end ti procentpoint.¹

Behandlingen af syge og ældre

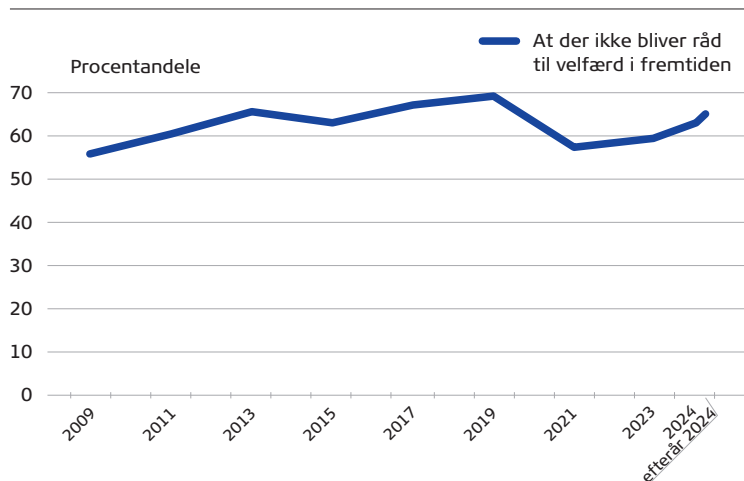
Vælgerne er igennem flere år blevet mere bekymrede for den offentlige velfærd. Bekymringen kom bl.a. til udtryk i Tryghedsmåling 2023, der havde velfærdsbekymringerne som hovedtema. Store flertal ville bruge mere på sundhedsvæsenet, hvor navnlig det psykiatriske område fik en meget hård bedømmelse. Kritikken af ældreområdet var endnu hårdere². Kravene om forbedringer er ikke blevet mindre med de stadig bedre offentlige finanser og udvidelserne af det langsigtede finansielle råderum, som statskassen kaldes i dag.

Det politiske system har reageret på kritikken med reforminitiativer og økonomiske løft på sundhedsområdet, herunder en kostbar plan for forbedring af psykiatrien.

På ældreområdet er udgifterne vokset med 4,6 mia. fra 2019 til 2024, og kommunerne har ansat 2,1 pct. flere til ældrepleje. I foråret 2025 blev servicerammen løftet med 3,4 mia. i økonomiaftalen med kommunerne, og en betydelig del blev møntet på ældreplejen, og en ældrereform trådte i kraft 1. juli.

Målt pr. 67+-årig er forbruget dog faldet med 0,9 pct. i den samme periode (fra 2019 til 2024). Ser man på den del af forbruget, der går til de ældre over 80 er forbruget reduceret med 10 pct. i samme periode ifølge en meget omtalt analyse fra Ældre Sagen³.

Den nye velstand og de politiske initiativer havde ikke gjort noget dybere indtryk på befolkningen i sommeren 2025, som det ses i figur 3.3.



Spørgeformulering mv. Se figur 3.1.

Figur 3.3
– Velfærdsbekymringer

Omtrent to ud af tre er bekymrede for fremtidens velfærd, selvom Folketinget investerer mere i velfærd end i mange år.

Bekymringen for om der er råd til velfærd i fremtiden deles også af 2/3, og andelen har været svagt stigende til 65 pct. i sommeren 2025.

Trivselsproblemer – og systemkritik

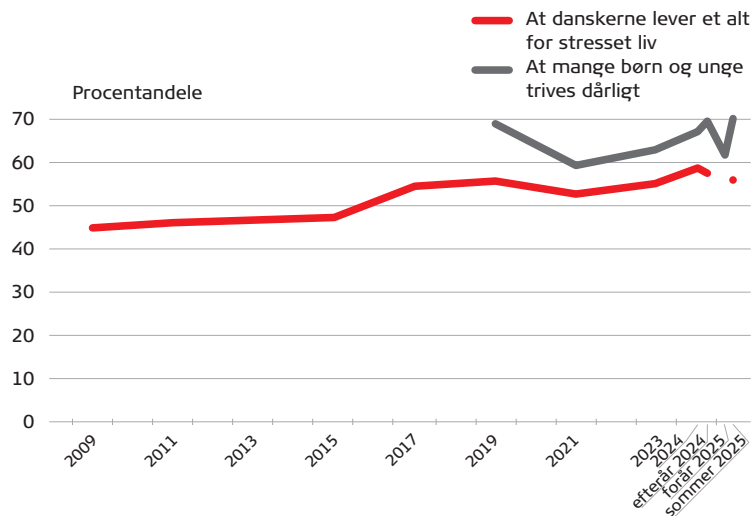
Trivselsproblemer blandt unge har været et hovedemne i den offentlige samtale i flere år og i februar 2025 fremlagde regeringens Trivselskommission i alt 35 anbefalinger om, hvordan fænomenet skal forstås og håndteres.

Foreløbig er bekymringen i befolkningen ikke blevet dæmpet på dette punkt, tværtimod. I sommeren 2025 var hele 70 pct. bekymrede og knap hver fjerde er meget bekymrede for de unges trivsel.

At danskerne lever et stresset liv er et eksempel på en bekymring, der også har en snert af systemkritik. Stress-bekymringen er vokset løbende siden 2009, men har måske fået næring af de sidste års politiske meldinger om, at befolkningen skal arbejde mere og opgøret om St. Bededag. 56 pct. tilslutter sig bekymringen i den seneste måling, en anelse under toppunktet 59 pct. i 2024.

Figur 3.4**– Danske trivselsproblemer**

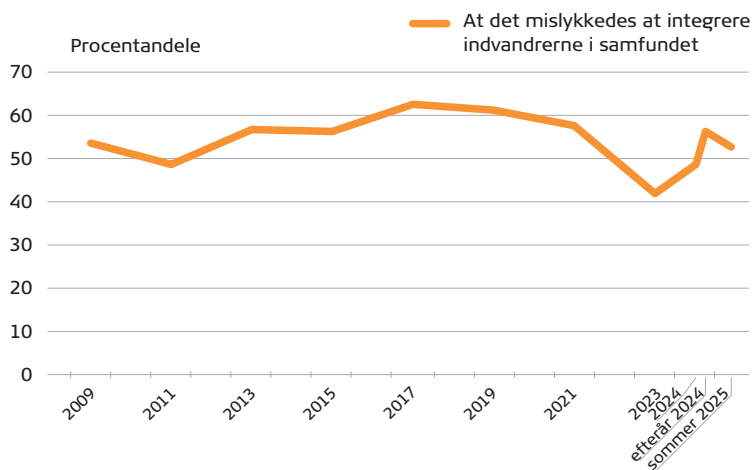
Bekymringen over unges trivsel deles af det meste af samfundet.



Spørgeformulering mv. Se figur 3.1.

Integration

Bekymring for, at integrationen af indvandrere *ikke* lykkes, er efter sin ordlyd positiv over for tanken om integration, men måske skal den nok så meget ses som en bekymring for den vækst i antallet af mennesker fra fremmede kulturer, som Danmark har oplevet i de to sidste generationer. Bekymringen toppede i årene efter flygtningekrisen i 2015, der efterlod indtrykket af at myndighederne havde mistet kontrollen med indvandringen, men faldt igen med den manifesterede politiske vilje til at stramme op – og den altoverskyggende covid-krise i begyndelsen af tyverne.

**Figur 3.5****- Integrationsbekymring**

Selvom det går godt med integration af indvandrere, giver lidt flere udtryk for bekymring.

Spørgeformulering mv. Se figur 3.1.

I de senere år er den vokset lidt igen til 53 pct., men er dog 10 procentpoint under toppunktet i 2017. Måske som en følge af, at mange flere med anden etnisk baggrund er kommet i beskæftigelse, og at flygtningestrømmen i de seneste år har været meget behersket.

Men flygtningestrømme afhænger af, hvad det seker i den store verden. Her er meget at bekymre sig om. Det viser næste kapitel.

Noter

1. Global Attitudes Survey. International Opinion on Global Threats. Foråret 2025.
2. Tryghed og velfærd i Danmark side 98 ff. <https://tryghed.dk/viden/tryghedsmaalinger>
3. Redegørelse afgivet af ældreminister Mette Kierkegaard. 30. april 2025 samt Økonomisk nedprioritering af ældreområdet i kommunerne. Ældre Sagen. 25. august 2025. <https://bil leder.aeldresagen.dk/cdn/ERKU7jldk320/notat-om-okonomisk-nedprioritering-af-aeldreomra det-i-kommunerne.pdf>

Kapitel 4

Verden under Trump

Danmark forstår sig selv som en handelsnation, der er afhængig af andre lande og af velfungerende spilleregler imellem dem. Vi opfatter os også som en positiv kraft i verden, der fremmer klima, demokrati og fred, og bekæmper nød og fattigdom.

Selvforståelsen voksede frem efter 2. verdenskrig inden for rammerne af det, der er kaldt den amerikanske verdensorden. Den anden Trumpadministration har udfordret de spilleregler, som denne orden byggede på. I den såkaldte "America First politik" kan meget snævre amerikanske interesser blive en hovedprioritet, og forholdet til resten af verden er mere baseret på magt end tidligere og tilsvarende mindre på alliancer, aftaler, fælles værdier og regler.

Danmark fik en forsmag på den nye linje allerede før Donald Trump trådte til med den uvelkomne interesse for Grønland, som den genvalgte præsident ikke ville udelukke at erobre med militærmagt. Men Trump-administrationen sendte også nye signaler i forhold til europæisk sikkerhed i almindelighed og krigen i Ukraine i særdeleshed. Desuden varslede USA en ny handelspolitik, hvor told på udenlandske varer skulle lukke hullerne i den amerikanske statskasse, skabe fordele til amerikanske virksomheder og desuden bruges som pressionsmiddel i store og små interessekonflikter.

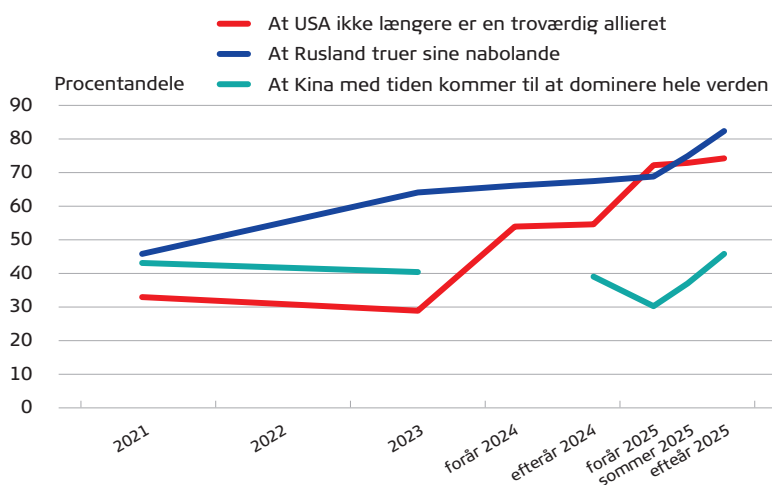
Det kan derfor ikke overraske at Trump blev enestående upopulær i Danmark. En trykghedsmåling i foråret spurgte direkte hvilke følelser, den nye administration havde vakt hos svarpersonerne. Bekymring dominerede med 71 pct. Skuffelse, foragt, frustration og vrede blev nævnt af flere end halvdelen. Kun en enkelt procent var begejstret.

Forårsmålingen gav et billede af danskernes internationale bekymringer, som de så ud i marts. I det følgende er billedet ajourført med udviklingen i grønlandsspørgsmålet, krigen i Ukraine og de nye sikker-

heds- og handelspolitiske storme over Atlanten. Målingen er foretaget mellem 8. og 24. september 2025.

Globale spændinger

Trods det anspændte forhold til amerikanerne, er det ikke USA, der bekymrer flest. Det er Rusland. Før Ruslands fuldskalainvasion af Ukraine, var 45 pct. bekymrede over Ruslands behandling af naboerne. Siden har bekymringen fået fat i så godt som hele den voksne befolkning, som det ses i figur 4.1.



Figur 4.1
– Bekymrende stormagter

Bekymringen for Rusland slår alle rekorder, men bekymringen over USA følger lige efter. Kina bekymrer ikke mange.

Spørgsmålsformulering: Nedenfor er nævnt en række samfundsproblemer, man som borger i Danmark kan være mere eller mindre bekymret over. Angiv hvor bekymret du som borger for tiden er for hvert af disse samfundsproblemer... (Se figuren) Svarmuligheder: 1. Meget bekymret, 2. Bekymret, 3. Hverken bekymret eller ubekymret, 4. ubekymret, 5. Meget ubekymret og 6. Ved ikke Andel "meget bekymret" eller "bekymret" er lagt sammen. Kun 18-65-årige.

Kilde: Tryghedsmålingerne.

I alt 82 pct. sagde tilbage i september, at Rusland bekymrer dem – det var før uidentificerede flyvende objekter begyndte at kredse over danske lufthavne og forsvarsinstallationer.

Bekymringen for at USA ikke længere er en troværdig allieret er taget til i samme periode. Den var også høj i Trumps første præsidentperiode, men faldt markant, da han blev stemt ud af Det Hvide Hus. I 2024 røg den op igen, formentlig fordi den amerikanske kongres var

meget længe om at godkende en ny runde af våbenhjælp til Ukraine. Efter Trumps tiltræden er den igen steget voldsomt og den er krøbet yderligere et par procentpoint op i løbet af året til nu 74 pct. meget og noget bekymrede i alt.

Det er en bekymring i den udenrigspolitiske elite, at den amerikanske optræden i klima- og handelspolitikken og i FN-organisationerne gradvis vil styrke Kina. Om det også får flere af vores svarpersoner til at bekymre sig om kinesisk dominans på den lange bane, kan vi ikke vide. 46 pct. giver udtryk for denne bekymring i efteråret 2025 mod 30 pct. i foråret. Nu er vi tilbage på "normalen" fra før 2025, og der er stadig tale om en ret moderat bekymring, der hverken kan måle sig med bekymringerne over Rusland eller USA.

At udenrigspolitik i det hele taget bekymrer – Putin + Trump endda mere end indenrigspolitiske emner – er dog noget ganske nyt. Og i den forstand bør bekymringen for Kina ikke helt negligeres. Men den ligger altså lavt blandt de udenrigspolitiske spørgsmål.

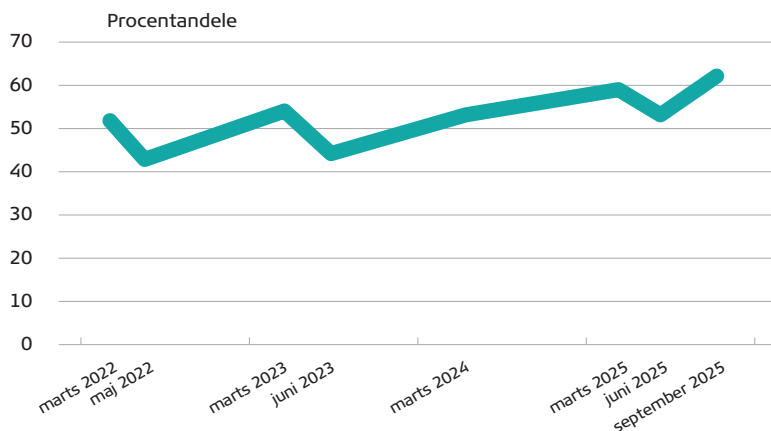
Krig med Rusland

Bekymringen for Rusland skyldes antagelig, at krigen med Ukraine fortsætter – og fortsætter. Fredsforhandlinger går mere end trægt og samtidig involverer de europæiske naboer sig stadig dybere i konflikten. I 2025 frem til dataindsamlingen har EU-landene øget strømmen af penge og våben til Ukraine, som delvis opvejer den mindskede støtte fra USA, og har desuden gennemført to nye sanktionspakker mod Rusland.

Den danske regering med statsministeren i spidsen er gået i front både i europæisk sammenhæng og med hensyn til en direkte støtte til Ukraine. 10. august annoncerede den for verden, at Danmark vil købe langtrækkende, offensive våben for at afskrække Rusland.

I begyndelsen af september oplyste regeringen, at den ukrainske producent af missilbrændstof Fire Point bliver den første udenlandske våbenproducent i Danmark, og at produktionen begynder i december 2025.

Samtidig er befolkningens bekymring vokset for, at Danmark inddrages i krigen militært. Det ses i figur 4.2

**Figur 4.2****- Krigen nærmer sig**

Næsten to ud af tre er bekymrede for, at Danmark inddrages militært i Ukraine-krigen.

Spørgeformulering: Nedenfor er nævnt en række samfundsproblemer, man som borger i Danmark kan være mere eller mindre bekymret over. Angiv hvor bekymret du som borger for tiden er for hvert af disse samfundsproblemer. (...)At krigen i Ukraine breder sig, så Danmark bliver inddraget militært. Svarmuligheder: 1.Meget bekymret. 2.Bekymret.3.Hverken bekymret eller ubekymret.4.ubekymret-5. Meget ubekymret.6.Ved ikke. Andel bekymret og meget bekymret er lagt sammen.

Kilde: Tryghedsmålingerne.

Hvor 52 pct. delte denne bekymring ved krigens start i foråret 2022, er det i september 2025 62 pct., der er bange for, at det går den vej. Så højt har den ikke ligget i nogen af de syv tryghedsmålinger, der har stillet spørgsmålet, men det er efterhånden et par år siden, at dette scenario bekymrede mindre end halvdelen af befolkningen.

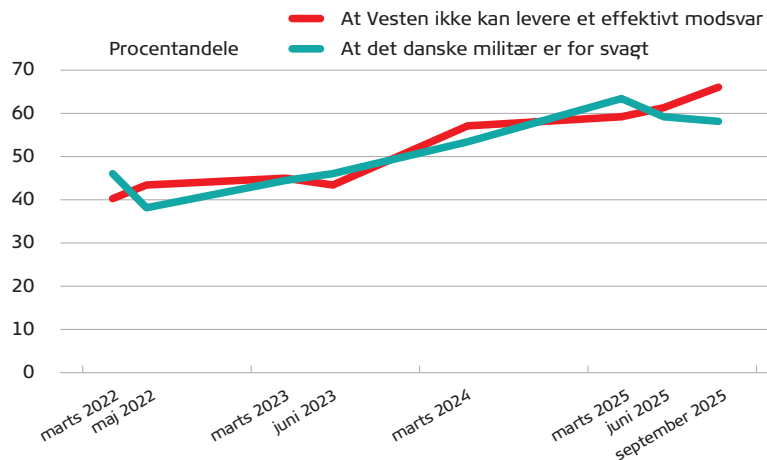
I samme periode er bekymringen for dansk forsvarsevne vokset, som det ses i den grønne streg i figur 4.3.

Bekymringen var overskuelig i krigens første måneder, og i sommeren 2022 blev den kun angivet af 38 pct. I marts 25 var 63 pct. blevet bekymrede for, at det danske militær er for svagt. Siden er bekymringen faldet lidt igen, måske som en følge af, at politikerne på dette område virkelig handler – i begge ordets betydninger.

Det samme kan ikke siges om beredskabet, som det fremgår af figur 4,4.

Figur 4.3**- Styrkemål**

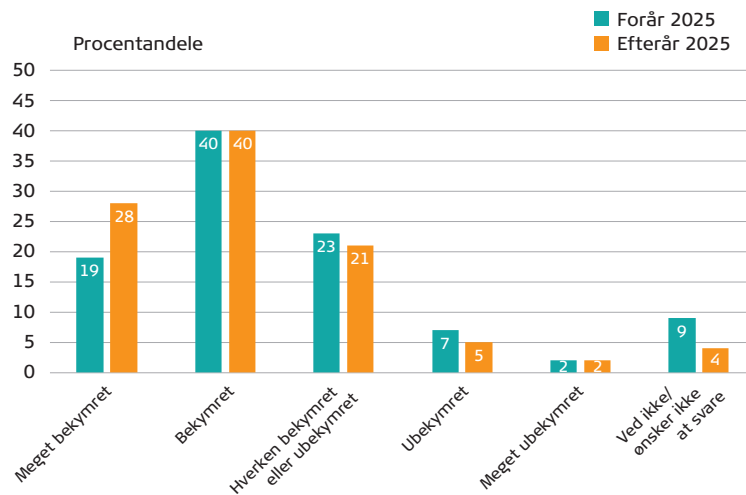
Stadig flere sætter spørgsmålstegn ved om Vestens svar på Ruslands krig mod Ukraine er godt nok.



Spørgsmålsformulering mv: Som i figur 4.1 plus teksten i figuren.

Figur 4.4**- Kriseberedt**

I løbet af året er endnu flere blevet bekymrede for beredskabet.



Spørgsmålsformulering: Se figur 4.1. plus ordlyden: At myndighederne er for dårligt forberedt på alvorlige krisesituationer. Antal svar 2022 (marts) og 501 (september).

Kilde: Tryghedsmåling 2025 (marts og september).

I foråret 2025 var 59 pct. bekymrede for, at "myndighederne er for dårligt forberedt på alvorlige krisesituationer". 19 pct. var meget bekymrede. I efteråret er de meget bekymrede blevet til 28 pct. og de bekymrede i alt til 68 pct. De fleste svar er indsamlet før de meget omtalte drone-overflyvninger af Københavns Lufthavn d. 22. september.

Den voksede bekymring flugter med den øgede tilslutning til højere forsvarsudgifter og til at indkalde flere værnepligtige.

Tryghedsmålingen i marts 2023 fandt et relativt flertal på 40 pct. mod 26 pct. for at "hæve udgifterne til det danske forsvar kraftigt i de kommende år". To år senere var flertallet vokset til 53 pct. og modstanden skrumpet til 17 pct.

Og hvor bare 18 pct. ved Ukrainekrigens start i marts 2022 fandt, at der "bør indkaldes langt flere værnepligtige," deles synspunktet i september af 49 pct.

Bekymringen for dansk forsvar er gået en smule ned. Til gengæld er bekymringen for det samlede Vestens håndtering af krisen steget konstant igennem hele krigen. 66 pct. er nu bekymret for om Vesten kan "levere et effektivt modsvar" mod 40 pct. i måneden efter krigens start.

Voksende støtte til Ukraine

Spørgsmålet drejer sig om Vestens modsvar og ikke kun forsvar. På det punkt kan det konstateres, at USA's og Europas samlede politiske, diplomatiske, økonomiske og militære indsats ikke har været tilstrækkelig til at få Rusland til at slække på sine krav.

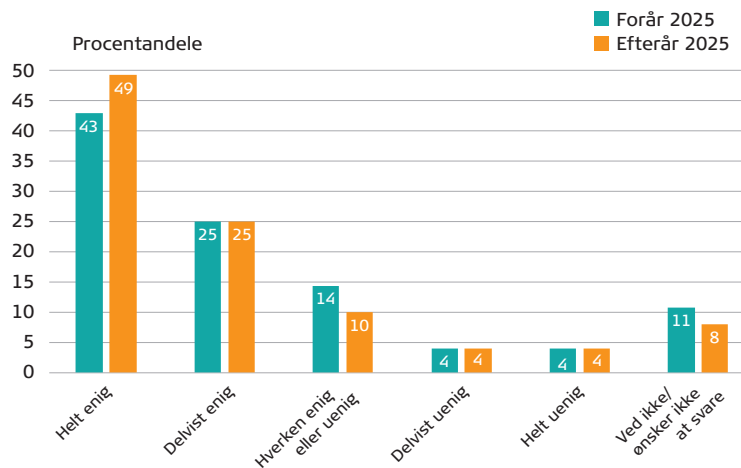
Det kunne lede til resignation eller defeatisme, men det er flertallet slet ikke – som det fremgår i figur 4.5.

Hverken bekymringen for at Danmark involveres militært eller udsigten til en langvarig nedslidningskrig i Ukraine, har skadet støtten til Ukraine. Tværtimod er opbakningen til støtten vokset – især de helt enige er blevet flere, og færre underlader at tage stilling.

Der er også lidt flere, der bakker op om, at Danmark bidrager med tropper til en fredsløsning. Hvis det en dag skulle blive aktuelt.

Figur 4.5**- Mere støtte til Ukraine**

Flere ønsker mere militær bistand til Ukraine.

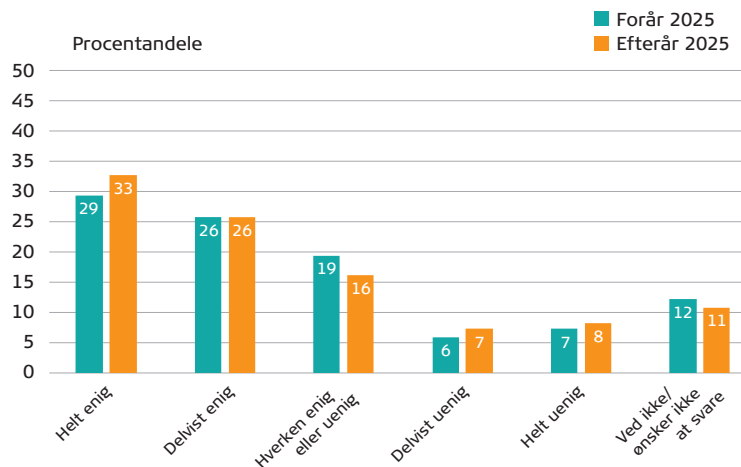


Spørgeformulering: Hvor enig eller uenig er du i de følgende synspunkter? Europa bør fortsætte sin militære støtte til Ukraine, så længe det er nødvendigt for at sikre landet mod angreb fra Rusland. Antal svar 2022/2501.

Kilde: Tryghedsmåling 2025 (marts og september).

Figur 4.6**- Danske soldater til Ukraine**

En tredjedel er helt enige i at sende soldater til Ukraine som garanter for en fred. Et pænt flertal er overvejende enige.



Spørgsmaalsformulering: Danmark bør deltage, hvis flere europæiske lande går sammen om at sende soldater til Ukraine som led i en fredsløsning. Antal svar: 2022/2501.

Kilde: Tryghedsmåling 2025 (marts og september).

Der er ganske vist lidt flere uenige end i foråret (15 pct. mod 13 pct.), men andelen af mere og mindre enige i, at Danmark skal med her, er vokset en smule mere til 59 pct.

Spørgsmålet er stillet i denne form til 2/3 af deltagere i undersøgelsen, mens vi i spørgsmålet til øvrige 1244 har tilføjet "... også selvom USA ikke bakker op."

Det påvirker dog ikke svarfordelingen meget. De 59 pct. enige skrumper til 56 pct. og de uenige kan nu mønstre 19 pct. Men alt i alt er vi ved at forberede os mentalt på en verden, hvor vi ikke altid spiller på hold med USA.

Grønlandsspørgsmålet

Det afkølede forhold til USA har rigtig mange grunde, men truslen om at overtage Grønland – måske endda med magt – spiller en særlig rolle: Vi har ikke oplevet noget lignende før fra en allieret.

Efter Trumps første trusler 23. december 2024 har regeringen, sekunderet af partierne, udenrigstjenesten, Forsvarsministeriet, og Kongehuset arbejdet målbevidst på at undgå de værst tænkelige scenarier. Det samme har det nye landsstyre i Nuuk.

I Danmark har vi lært at Grønlands regering hedder Naalakkersuisut, og at den Danmarks behandling af grønlænderne efter 2. verdenskrig var mindre mønstergyldig end mange troede. Danmark har undskyldt til grønlandske kvinder for spiralsagen, og mobiliseret bred europæisk støtte til Grønlands suverænitet. Der er desuden indgået to store aftaler om militære investeringer i januar og juni til en samlet værdi af mere end 40 milliarder, der rækker foreløbig ni år frem og dertil en fireårig aftale om civile investering på 1,6 mia. der skal styrke velfærd og udvikling i Grønland frem til 2030.

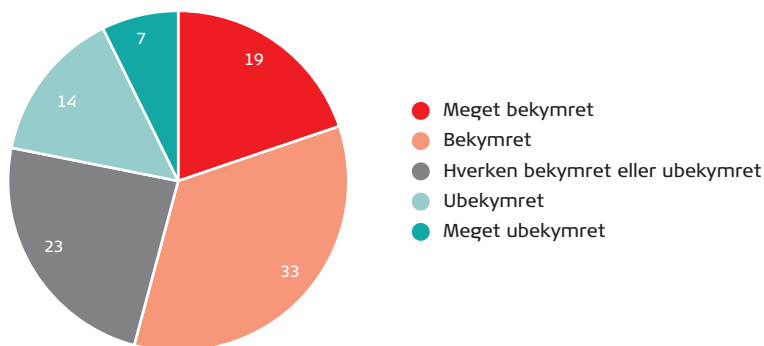
De store forsvarsinvesteringer imødekommer den amerikanske kritik af Danmark for at have forsømt Grønlands forsvar i en tid med øget rivalisering i Nordatlanten, men ikke præsidentens erklærede ønske om at udvide det amerikanske territorium og mineralreserver.

Der er da også et absolut flertal, der erklærer sig bekymret for at USA vil gå videre med ideen om at make America great again på Rigsfællesskabets bekostning.

Kun hver femte går ikke op i sagen.

Figur 4.7
– Bekymringer for Grønland

Et flertal er bekymret for amerikansk overtagelse af Grønland. Hver femte er meget bekymret.



Spørgsmålsformulering: Nedenfor er nævnt en række samfundsproblemer, man som borger i Danmark kan være mere eller mindre bekymret over. Angiv hvor bekymret du som borger for tiden er for hvert af disse samfundsproblemer... At USA vil forsøge at overtage Grønland.

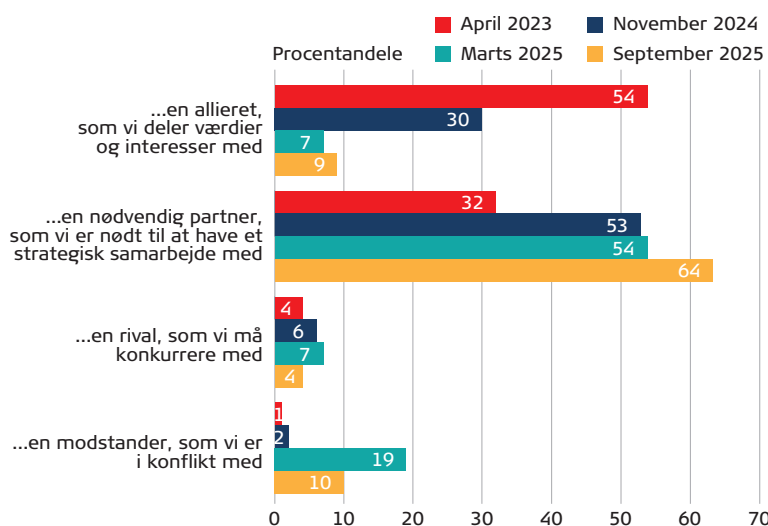
Kilde: Tryghedsmåling 2025.

Transatlantisk transformation

Da tryghedsmålingen blev gennemført i marts 2025 stod landet på den anden ende på grund af den netop tiltrådte præsident Trump og hans folk. 63 pct var overvejende enige i, at Trump havde fået dem til at følge mere med i nyhederne. Otte ud af ti havde talt med venner og/eller kolleger om udtalelser fra Trump. Reaktionen var næsten udelukkende negativ. Og kun seks pct. fandt det hele ligegyldigt¹. Knap 48 procent oplyste, at de så vidt muligt undgik amerikanske varer!

Hvordan er situationen i september? Amerikanerne har sænket profilen i Grønlandsspørgsmålet. Den udbredte oplevelse af, at Trump var parat til at prisgive Ukraine, er afløst af beklagelse over amerikanernes diplomatiske amatørisme og måske lettelse over, at de amerikanske våbenforsyninger i et mindre omfang er fortsat for europæiske penge. Og selvom todsatserne er sat op, har det (endnu) ikke medført større økonomisk turbulens, men en nervøs venten.

I figur 4.7 ses svar på et spørgsmål, som tænketanken European Council on Foreign Relations har stillet flere gange til befolkninger i en række europæiske lande, heriblandt Danmark: Hvordan skal vi egentlig se på forholdet mellem Amerikas forenede stater og den Europæiske union? Spørgsmålet blev gentaget af tryghedsmålingen i marts og gentaget i september.



Figur 4.8
– Forholdet til USA

Færre end hver tiende ser i dag USA som en rigtig allieret.

Spørgsmålsformulering: Hvordan ser du på USA's rolle i forhold til EU? Vælg den svarmulighed, der passer bedst. USA er ... (se svarmulighederne i figuren).

Kilde: ECFR Policy Brief 12 February 2025 og Tryghedsmåling 2025 (marts og september).

Hvor over halvdelen for to og et halvt år siden så USA som en allieret, er det nu færre end hver tiende. Lige så mange ser USA som en modstander (et synspunkt, der praktisk taget ikke eksisterede i Danmark i april 2023). 4 pct. ser USA som en rival. To tredjedele har dog ikke afskrevet USA, der betragtes som en nødvendig partner.

Man kan indvende at en spørgeteknik, hvor man skal vælge mellem fire så hårdt optrukne alternativer, kan få vigtige nuancer til at forsvinde.

Vi har derfor bedt en del af svarpersonerne om i stedet at svare på hvor enige – eller uenige – de er i hvert af de fire positioner.

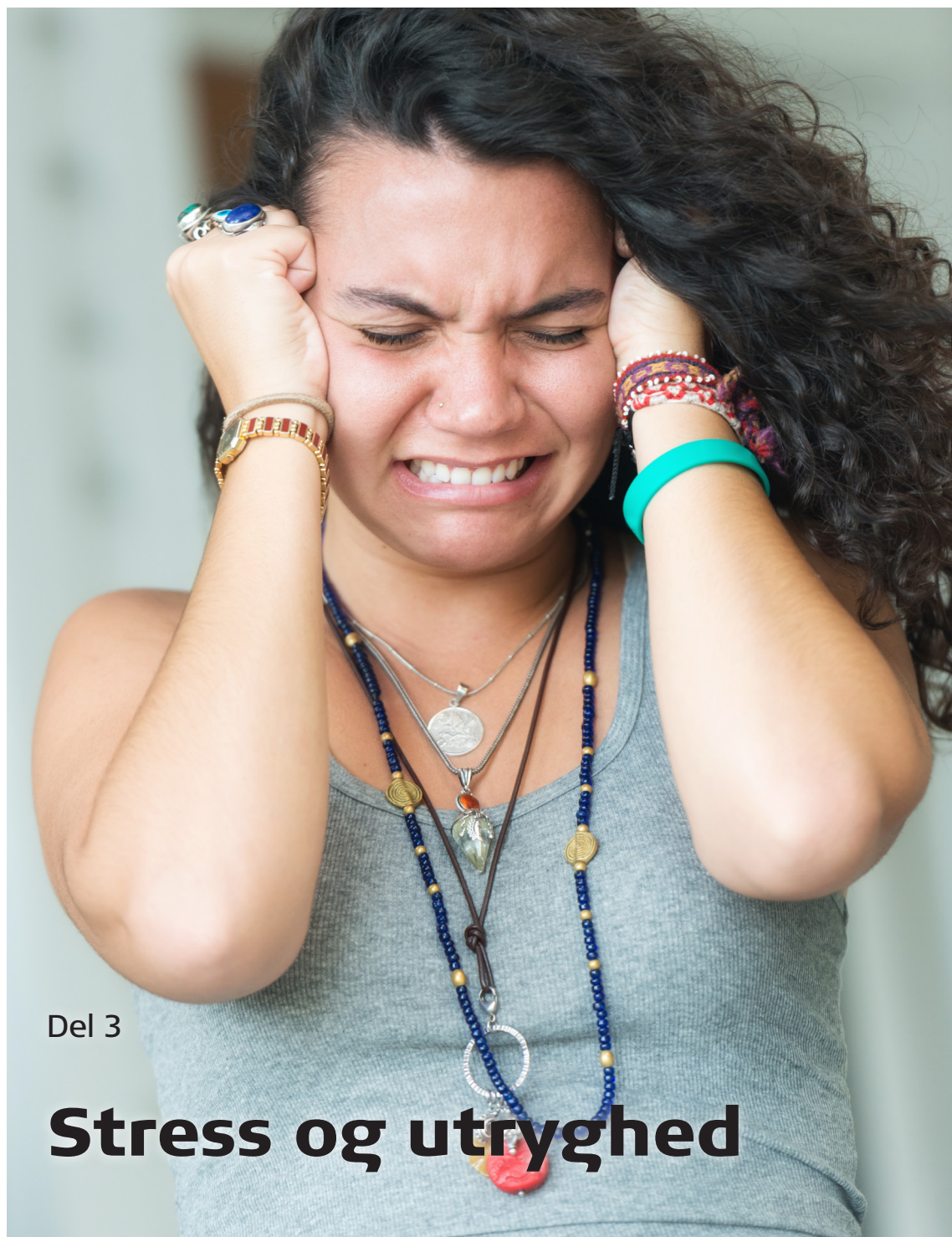
Det viser sig så, at yderligere 27 pct. er delvist enige i, at USA kan ses som en allieret. Til gengæld er 32 pct., der er helt eller delvis enige i, at USA er en rival, vi må konkurrere med og 30 pct. kan erklæres sig helt eller delvist enige i, at USA er en modstander, som EU er i konflikt med.

De mere nuancerede svar understreger, at nogle af de store spørgsmål er uafklarede og at rigtigt mange fortsat er bevægelige: USA kan ende som en som en decideret modstander, men også genindtræde i rollen som allieret, som ordet tidligere blev forstået. Sammenlignet med foråret er stemningen mildnet lidt., men grundlæggende er vi nok ved at genopdage en gammel sandhed om international politik, formuleret af den britiske premierminister Lord Palmerston i en berømt tale til Underhuset i 1850:

"We have no eternal allies, and we have no perpetual enemies. (..)"

Noter

1. En sikker verden. Tryghedsmåling maj 2025. Side 9.



Del 3

Stress og utryghed

Kapitel 5

Hvad stresser vi over?

Hvordan hænger stress og utryghed egentlig sammen?

I kapitel 1 konstaterede vi at knap en femtedel af dem i arbejde er utrygge for at blive pålagt en uoverskuelig arbejdsopgave, og at knap en tredjedel er utrygge for at gå ned med stress, så de ikke kan klare deres daglige opgaver.

Analyserne viser også at det sidstnævnte har en ganske stærk sammenhæng med trygheden i hverdagen, som tryghedsscoren er et mål for. Tryghedsmåling 2025 har sammenholdt de forskellige utrygheder, der blev gennemgået i kapitel 1 med den generelle tryghed. Blandt de 18 utrygheder i analysen er det kun utryghed for vold og for uventede udgifter, der slår endnu kraftigere ud på tryghedsscoren.

Men hvad er det for en virkelighed, der gemmer sig nedenunder? Hvad er det nærmere, som udløser al denne stress og utryghed? Og er det den samme stress, der plager unge og gamle, mænd og kvinder, kontanthjælpsmodtagere og departementschefer?

Det udforsker vi nærmere i dette kapitel.

Stress – alder, køn og geografi

Siden den første tryghedsmåling i 2004 er svarpersoner i beskæftigelse blevet spurgt til deres utryghed for uoverskuelige opgaver på arbejdet. Spørgsmålet afspejlede den voksende opmærksomhed på det psykiske arbejdsmiljø, der var spiret frem i årene før, og som i stigende grad blev set som en udfordring for folkesundhed og øko-

nomi.¹ Danmark red på en international bølge, der bl.a. viste sig i en eksplosion i antallet af forskningsartikler om arbejdsbetinget stress.²

I årene efter blev det stadig mere almindeligt at omtale stress som en epidemi, der ramte meget bredt. Det blev relevant for Sundhedsstyrelsen at påpege, at stress ikke er en sygdom, men at langvarig stress øger risikoen for at blive syg. Stress skal ses som en belastning, der både kan være fysisk og psykisk. Det blev også almindeligt kendt at stress ikke er forbeholdt de beskæftigede. Tværtimod slog stressmålerne endnu kraftigere ud, når man undersøgte arbejdsløse og andre på kanten af arbejdsmarkedet.³

For at fange denne virkelighed bedre, tilføjede Tryghedsmålingen i 2019 spørgsmålet om utryghed for "at jeg får alvorlig stress, så jeg i længere tid ikke kan klare kravene i hverdagen" og stillede spørgsmålet til alle i undersøgelsen.

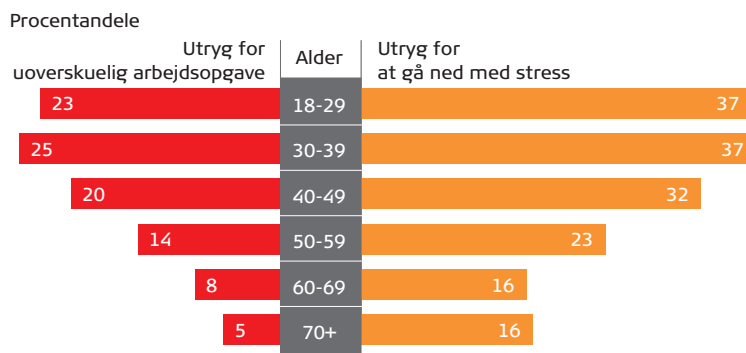
I 2019 gjaldt det 24 pct. Andre svar i undersøgelsen viste, at i alt 19 pct. havde været syge af stress inden for de forudgående fem år, heraf 12 pct. i mere end en måned.⁴ Halvdelen af dem, der selv havde været stress-syge, var utrygge for at det skulle ske igen, og sandsynliggjorde på den måde at stress-utrygheden har bund i virkeligheden. Godt halvdelen af alle respondenter oplyste i øvrigt, at de i årene forinden har været tæt på venner, kolleger og/eller nære familiemedlemmer, der i længere tid havde været syge af stress. Stress var blevet den nye *folkeutryghed*.

I 2025 er de 24 pct. meget og noget utrygge i 2019 vokset til 31 pct. af de svarpersoner, der fandt det relevant at besvare spørgsmålet. En parallel udvikling har vi set i "Sundhedsprofilen", som Statens Institut for Folkesundhed udarbejder for Sundhedsstyrelsen med andre og mere detaljerede spørgsmål. Her er andelen af voksne danskere med en høj score på stressskalaen steget fra 21 pct. i 2013 til 25 pct. i 2017 og 29 pct. i 2021.

I figur 5.1 ser vi aldersfordelingen i de to stress-spørgsmål i Tryghedsmåling 2025. De *noget* utrygge og de *meget* utrygge er lagt sammen.

Figur 5.1
– Stressede yngre

Hver sjette i arbejde frygter for uoverskuelige arbejdsopgaver, men for dem i 30'erne gælder det hver fjerde. Og mens 31 pct. af alle er utrygge for alvorlig stress, gælder det for næsten 40 pct. af dem under 40.



Spørgsmålsformulering: Nedenfor er anført en række problemer. Angiv, hvor utryg du for tiden er over for disse problemer: (...) For at få en uoverskuelig opgave på mit arbejde (røde søjler). At jeg får alvorlig stress, så jeg i længere tid ikke kan klare kravene i hverdagen (orange søjler). Svarskala: 1. For tiden slet ikke utryg. 2. For tiden kun lidt utryg. 3. For tiden noget utryg. 4. For tiden meget utryg. 5. For tiden ikke relevant for mig. 6. Ved ikke/ønsker ikke at svare. De adspurgte til venstre er de beskæftigede, inkl. lærlinge og elever med løn, i alt 2537 svarpersoner. Til højre indgår alle svarpersoner minus samtlige kategorier af pensionister og en mindre gruppe, der har svaret "andet" – i alt indgår 3209 personer. "Ved ikke" og "Ikke relevant for mig" er taget ud af beregningen.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

Der er nogenlunde samme aldersprofil på de to spørgsmål⁵: Der er langt større andel af de unge end af de ældre, der frygter for at gå ned med stress.

Tendensen er tydeligst, når der spørges til utrygheden for en uoverskuelig arbejdsopgave. Her er der tre gange så mange utrygge blandt de beskæftigede under 40 som blandt de beskæftigede i 60'erne.

Aldersforskellene er mindre markante, men stadig tydelige, i de orange søjler til højre. Her er det utrygheden for den alvorlige stress, der er spurgt til. Også her er der mere end dobbelt så mange utrygge blandt yngre som blandt ældre. Tilsvarende aldersfordeling genfindes i alle andre undersøgelser, vi kender til.⁶

Det samme gælder kønsfordelingen: Stress rammer flere kvinder end mænd. I Tryghedsmåling 2025 svarer 35 pct. af kvinderne, mod 28 pct. af mændene, at de er utrygge for om de vil gå ned med stress i lang tid. I Sundhedsprofilen fra 2021 havde 34 pct. af kvinderne et højt stressniveau, mens det samme gjaldt for 25 pct. af mændene.

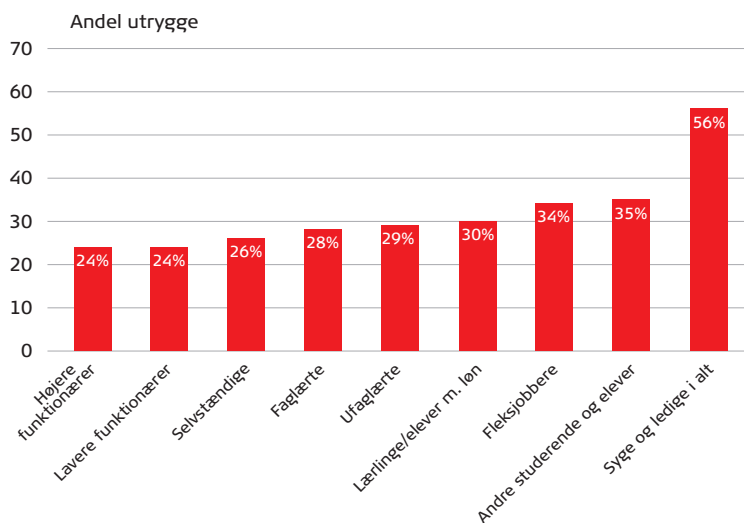
Storbyen bliver ofte forbundet med stress og jag. Som et sted, man trækker sig tilbage fra, når presset bliver for stort.

Tryghedsmålingen kan dog ikke bekræfte billedet. Der er ikke forskel på andelen af stress-utrygge, når man sammenligner hovedstaden og de større byer med de mindre byer eller svarpersoner på landet.

Samme resultat får man, når man sammenligner forskellige kommune-typer (landkommuner, oplandskommuner, provinskommuner, storbyerne og Hovedstaden). Ser man på forskellen mellem forskellige danske egne,⁷ finder man *ikke* det højeste stressniveau i Hovedstaden, men i Nordjylland og det laveste i Syddjylland. Forskellene er dog knap nok statistisk signifikante og måske bare tilfældigheder.

Stress har social slagside

Det er også velkendt at stress ikke rammer lige massivt i alle sociale grupper. I figur 5.2 er andelen af utrygge for alvorlig stress opdelt efter deres plads på – eller udenfor – arbejdsmarkedet.



Figur 5.2
– Stress og stilling

Stress hænger lidt sammen med stilling og især med ikke at have nogen.

Spørgsmålsformulering: Nedenfor er anført en række problemer. Angiv, hvor utryg du for tiden er over for disse problemer (...) At jeg får alvorlig stress, så jeg i længere tid ikke kan klare kravene i hverdagen. Svarskala som 5.1. Meget og noget utrygge er lagt sammen.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

Der er en synlig forskel på arbejdere og funktionærer med hhv. 28-29 pct. og 24 pct. utrygge for at gå ned med stress. Om de er ansat privat eller i det offentlige gør ingen forskel i denne grove opdeling, der ikke skelner mellem det arbejde, der udføres. De selvstændige ligger midt mellem arbejdere og funktionærer med 26 pct. stress-utrygge.

Alt i alt er det små forskelle, og både funktionærer og arbejdere ligger under gennemsnittet for de grupper, der er med her – dvs. de beskæftigede og dem på en midlertidig forsørgelsesordning.

Kun de studerende med 34 pct. stress-utrygge (og en anden ungdomsgruppe, lærlingene) trækker gennemsnittet op.

Blandt de lidt ældre i arbejde er det fleksjobberne, der er mest utrygge for langvarig stress med 34 pct.

Men den store forskel går til de forskellige grupper af syge og ledige uden for arbejdsmarkedet, der her er lagt sammen i figuren. Hele 56 pct. af dem er utrygge for at gå ned med stress.

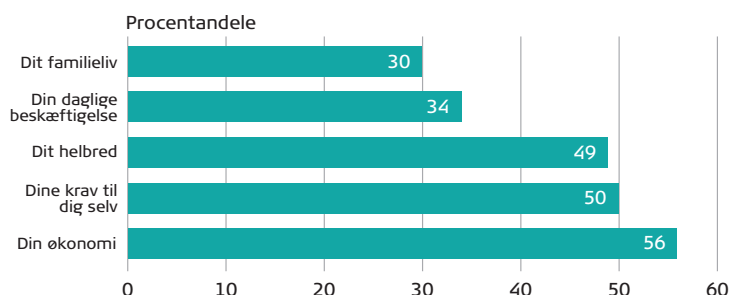
Årsager til stress

Den lille tredjedel, der er utrygge for at gå ned med stress, er blevet spurgt om der er noget der i særlig grad stresser dem. De har fået fem svarmuligheder, og svaret er en af de større overraskelser i Tryghedsmåling 2025.

Det ses i figur 5.3.

Figur 5.3
– Hvad stresser de stressede?

Kun hver tredje nævner arbejdet som stressfaktor.



Spørgeformulering: Er der noget af følgende, der i særlig grad stresser dig? Svarmulighederne er nævnt i figuren + "Ingen af disse" og "Ved ikke". De to sidstnævnte er valgt af i alt 7 pct. af svarpersonerne, og indgår ikke beregningen. Spørgsmålet er alene stillet til 1190 svarpersoner, der har angivet at de er meget eller noget utrygge for at "få alvorlig stress, så jeg i længere tid ikke kan klare kravene i hverdagen". Dog var svarmuligheden "min daglige beskæftigelse" kun tilgængelig for beskæftigede og uddannelsessøgende.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

Økonomien er den stressfaktor, der nævnes af flest. Næstflest af de stress-utrygge peger på de krav, som de stiller til sig selv, som årsag til stress-utrygheden, og helbredet vælges af lige så mange (hvis vi tager den statistiske usikkerhed i betragtning). Og så, langt bag efter, følger så arbejdet, den daglige beskæftigelse, der nævnes af hver tredje. Sidst kommer familielivet. Familien udpeges som en årsag af lidt flere end halvt så mange som dem, der pegede på "min økonomi" som stress-årsag.

Unge fremhæver andre stressårsager end de stressede ældre (Se Seks aldres stress s. 66)

Mænds og kvinders stressårsager følges ad, dog med en væsentlig undtagelse: 56 pct. af de stress-utrygge kvinder nævner deres *egne krav* som en årsag til deres stress-utryghed. Det gør kun 43 pct. af mændene. Det betyder omvendt at økonomien er en langt mere hyppig stress-årsag for de mænd, der er utrygge for alvorlig stress – hele 57 pct. angiver økonomi som grund, og her er langt ned til andenpladsen.

Hos funktionærerne er det den daglige beskæftigelse, der stresser de stressede mest, jf. næste afsnit. Selvstændige anfører hyppigst økonomi og krav til sig selv som årsager til deres stress-utryghed. Økonomi er den hyppigste kilde til stress-utryghed blandt faglærte og ufaglærte arbejdere.

Helbred som stressfaktor har også en ret klar social profil. Blandt stress-utrygge ufaglærte nævnes helbred som stressårsag af 44 pct. Af de højere funktionærer, der frygter for alvorlig stress, nævnes helbred kun af 24 pct. Dårligt helbred er en endnu mere udbredt stress-årsag hos fleksjobberne og de fleste grupper uden for arbejdsmarkedet. Blandt de stress-utrygge kontanthjælpsmodtagere nævnes helbred lige så ofte som økonomi som en årsag til stress-frygten.

Blandt de stress-utrygge studerende er egne krav klart den største stressfaktor, selvom arbejde og økonomi også vejer tungt. For stress-utrygge pensionister, tidligt pensionerede og sygemeldte er helbredet den faktor af de fem, der nævnes af flest.

Svarpersonerne bag figur 5.4 kunne begrunde deres stress-utryghed med mere end en enkelt årsag af de fem årsager. Det har flertallet også gjort. Kun 27 pct. nøjes med at nævne en enkelt årsag. 29 pct. har anført to og hhv. 22 og 11 pct. har angivet 3 og 4 årsager. Fem pct. har krydset alle fem årsager af.

Vi har også bedt svarpersonerne tage stilling til udsagnet om, at den stress de har nævnt "er et problem, der præger mit liv på mange områder."

Det er 35 pct. af vores 1173 stress-utrygge helt enige i, og yderligere 40 pct. erklærer sig delvist enige og kun seks pct. er overvejende uenige. Jo mere enig man er, jo mere går det ud over ens tryghed og især ens (gennemsnitlige) tilfredshed med livet. Tryghedsmålingens svarpersoner er blevet bedt om at angive deres tilfredshed med tilværelsen på en skala mellem 0 og 10. Gennemsnittet for hele befolkningen er 6.72 "lykkepoint". For de stress-utrygge generelt ligger den væsentligt lavere, nemlig 5,37 point i gennemsnit. Men lykkepoint-tallet falder, jo mere enig man er i at stressen giver problemer på flere livsområder. De 35 pct., der er helt enige i at stress præger deres liv på mange områder, når bare op på 4,35 point på lykkeskalaen.⁹

Arbejdsstress

Alle de svarpersoner i Tryghedsmålingen, der er i beskæftigelse, er blevet spurgt, hvad de først og fremmest arbejder med i deres daglige arbejde. Svarmulighederne var 1) Kontor, administration, analyse og IT, 2) Mennesker, service, omsorg, 3) At forarbejde, producere, flytte ting, samt 4) Andet. Den sidste svarmulighed blev foretrukket af 13 pct. af svarpersonerne.

Variationer i stress-utryghed mellem grupperne er ikke store. Der er gennemsnitligt 27 pct. stress-utrygge blandt alle beskæftigede. Dem der arbejder med service og omsorg har 30 pct. stress-utrygge, mens svarpersoner, der arbejder med produktion, transport mv. har 25 pct.¹⁰

En gruppe, der i tidligere undersøgelser har fremstået som særlig stress-plaget, er ansatte i offentlige pleje- og omsorgsjob. Vi får en vis fornemmelse ved at sammenligne offentligt og privat ansatte servicearbejdere. Stress-andelen er 28 pct. i den private serviceindustri men 32 pct. i det offentlige – der bl.a. omfatter en meget blandet gruppe af hjemmeplejere, lærere og politifolk.

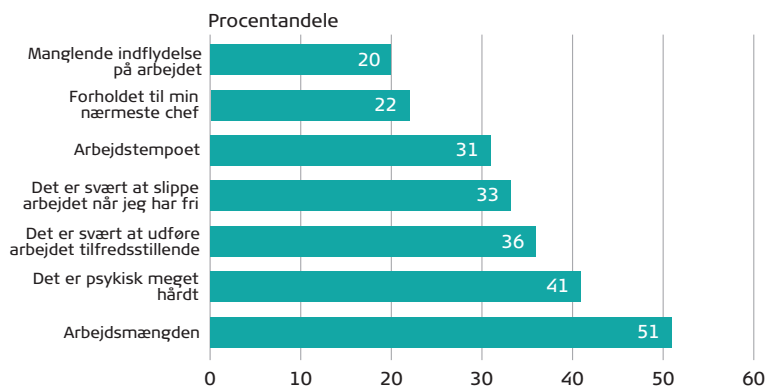
På spørgsmålet om hvilke faktorer, der stresser dem, kommer derimod en tydelig forskel frem:

Blandt de offentlige servicearbejdere nævnes "min daglige beskæftigelse" som stress-faktor af 53 pct. af de stress-utrygge. Hos de privatansatte er arbejdet kun en stress-årsag hos 38 pct. Til gengæld nævner 51 pct. af de privatansatte at økonomien er stress-faktor for

dem. Det gælder relativt færre – 42 pct. – af dem, der arbejder med service i det offentlige.

Tendensen er ret sikker, selvom vores stikprøve er relativt lille.¹¹

Tryghedsmålingen har også stillet et direkte spørgsmål til de 405 stress-utrygge, der har svaret at deres daglige beskæftigelse stresser dem. De hyppigste svar er gengivet i figur 5.4 og rummer flere overraskelser.



Figur 5.4
– Arbejdsstress

For meget arbejde og for store psykiske krav er de hyppigste årsager for dem, der frygter at gå ned med stress af arbejdsmæssige grunde.

Spørgeformulering: Er der noget af følgende som giver dig grund til stress på arbejdet? Giv gerne flere svar. Svarmulighederne ses i figuren, dog er "Forholdet til kollegerne", "Ansatte forskelsbehandles" og "Det er fysisk meget hårdt", der blev valgt af færre end 20 pct., udeladt i figuren. Svarmulighederne "Ingen af disse" (9 pct.) eller "Ved ikke/Ønsker ikke at svare" (4 pct.) er udeladt og indgår ikke i beregningen. Spørgsmålet er udelukkende stillet til 405 personer, der har svaret positivt på, at "mit daglige arbejdsliv" i særlig grad stresser dem, og som samtidig har angivet at de er utrygge for at "få alvorlig stress, så jeg i længere tid ikke kan klare kravene i hverdagen".

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

Vi ved fra talrige andre undersøgelser at indflydelse på arbejdet er en afgørende nøgle til trivsel i arbejdet. Men mangel på indflydelse er øjensynligt *ikke* nogen stor stress-kilde hos dem, der ser deres arbejde som en vigtig årsag til stress-utryghed. At arbejdet er fysisk hårdt spiller en rolle for så få, at det er udeladt i figuren. Arbejdstempoet nævnes ikke engang af hver tredje i denne undergruppe.

De årsager, der vejer for mange i gruppen, er derimod arbejds mængden, der nævnes af halvdelen. At arbejdet psykisk er hårdt spiller også en stor rolle, og næsten lige så mange nævner at det stresser dem, at de ikke kan udføre deres arbejde tilfredsstillende.

Det er også muligt at "bundte" stress-årsagerne ved at se på hvilke, der særligt ofte optræder sammen.

For meget arbejde og for højt tempo optræder ofte sammen.

Stresser det én at man ikke kan udføre arbejdet tilfredsstillende, eller at det psykisk er hårdt, har man ofte også svært ved at slippe arbejdet efter arbejdstid.

Og hører man til de 20 pct., der savner indflydelse på arbejdet, er der stor sandsynlighed for at man også oplever forholdet til chefen og/eller kollegerne som problematisk og at man oplever det som svært at gøre sit arbejde godt.

Alt sammen forudsat, at man hører til den undergruppe af de stress-utrygge, der har peget på forhold i arbejdslivet som en vigtig årsag til deres frygt for at blive ramt af alvorlig stress.

Som nævnt tidligere er der en tydelig effekt af at være utryg for stress og den generelle tryghed (tryghedsscoren). Arbejdsstress-faktorerne er dog hverken værre eller bedre end de andre kilder til stress.

Livstilfredsheden er som sagt lavere for de stress-utrygge end for andre: 5,32 lykkepoint ud af ti mulige mod 6.72 i hele befolkningen. De arbejds-stress-utrygge ligger en smule over de stress-utrygge som helhed med 5.54, men en gruppe ligger markant lavere: Gruppen, der stresser fordi de ikke oplever at de kan gøre arbejdet tilfredsstillende, opnår kun 5.17 lykkepoint.

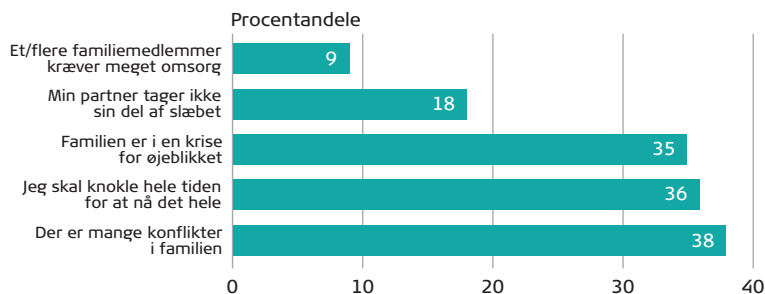
Familiestress

Man kunne tro, at stress på grund af familieforhold har noget med børn at gøre. Især hvis man bor sammen med dem. Forældre med hjemmeboende børn befinder sig i det store hele i aldersgruppen 25-54 år. Sammenholder vi antallet af børn hos svarpersoner i denne aldersgruppe burde man altså finde særligt mange, der frygter for alvorlig stress.

Det gør man *ikke*. Har man 1, 2 eller 3 børn, ligger andelen af stress-utrygge faktisk en smule *under* gruppen *uden* børn derhjemme. Man kan formode at det især kan få stress-alarmen til at blinke, hvis man har børn i tumlingealderen – eller teenagealderen. Vi finder ikke tegn på nogen af delene.

Man kunne også forestille sig at det ser anderledes ud, hvis man alene ser på kvinderne i aldersgruppen, men det gør det heller ikke. Stress-utrygheden er generelt højere hos kvinder end mænd, men kvinder med børn er ikke hårdere ramt end kvinder uden (måske med undtagelse af dem, der har fire børn eller flere).

Men hvis ikke børnene stresser, hvad så? I spørgsmålet bag figur 5.5 har vi tilbudt en række svarmuligheder til de 362 personer, der har svaret både at de er utrygge for alvorlig stress, og at familielivet i særlig grad stresser dem.



Figur 5.5
– Stress over familien

Konflikter på hjemmefronten er det, der stresser flest af dem, der frygter at få stress af familiemæssige grunde.

Spørgeformulering: Er der noget af følgende i familielivet, som stresser dig? Giv gerne flere svar. Antal svarpersoner: 362, der har svaret positivt på at "mit familieliv" i særlig grad stresser dem, og som samtidig har angivet at de er utrygge for alvorlig stress jf. figur. Svarmulighederne "Ingen af disse" (15 pct.) eller "Ved ikke/Ønsker ikke at svare" (6 pct.) er udeladt og indgår ikke i beregningen.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

Den mest udbredte stressfaktor angives at være konflikter i familien. En beslægtet årsag drejer sig om, at familien i øjeblikket er "i krise". Begge årsager nævnes af lidt mere end hver tredje af dem der angiver familiemæssige årsager til deres stress-utryghed. Der er en del, der hakker begge forklaringer af.

En tredje vigtig årsag er at familien kræver for meget af dem. Her er en forholdsvis stærk korrelation til at partneren ikke tager sin del af slæbet. Der er – meget forståeligt – også en tendens til at familier i krise eller konflikt samtidig oplever arbejdspress på hjemmefronten, der er med til at gøre dem utrygge for at gå ned med stress.

9 pct. af dem, der peger på familieforhold som en årsag til deres stress-utryghed, nævner omsorgsbehov hos et familiemedlem.

6 aldres stress

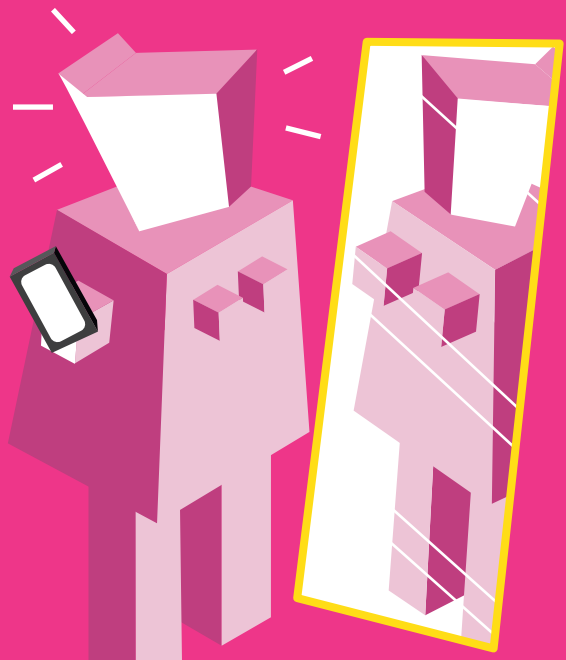
Folk i forskellige aldre får typisk stress af forskellige grunde – selvom sociale skel og køn også er vigtige. Her ses, hvor mange af de stress-utrygge der har peget på hhv. arbejde, familie, helbred, økonomi og "mine krav til mig selv". Tallene er procent af alle stress-utrygge i de nævnte aldersgrupper. Der er godt og vel dobbelt så mange under 40 som over 60, der er utrygge for at "få alvorlig stress, så jeg i længere tid ikke kan klare kravene i hverdagen" – 37 pct. mod 16 pct.

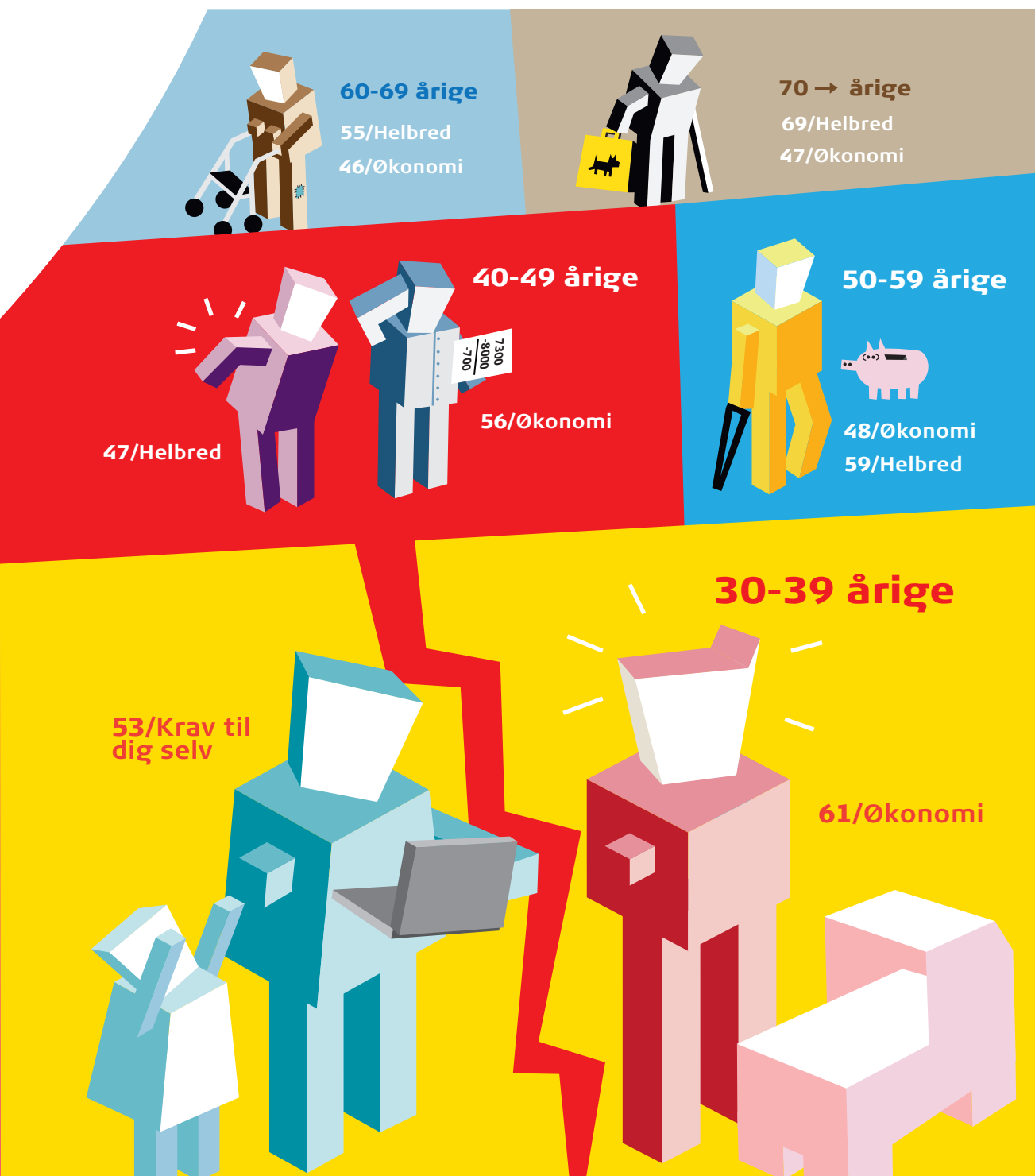
Kilde: Tryghedsmåling 2025.

18-29 årige



67/Krav til dig selv





Stress og andre dårligdomme

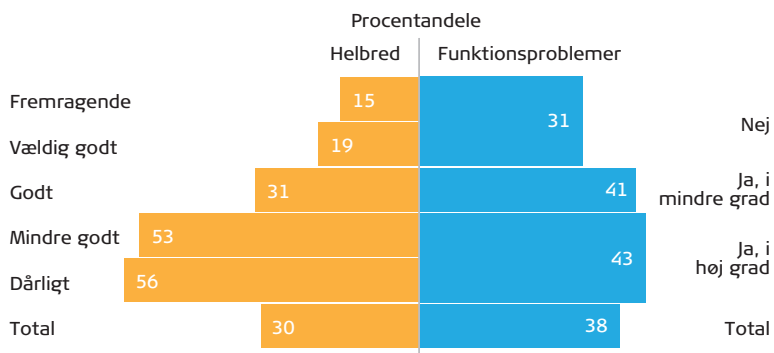
Vi så ovenfor at helbredet er en kilde til stress for omtrent halvdelen af dem, der er utrygge for at få alvorlig stress.

I den følgende figur ser vi sammenhængen mellem stress-utryghed og helbred i hele befolkningen.

Figur 5.6 viser andelen af stress-utrygge i bestemte helbredsgrupper. Til venstre (gule søjler) er svarpersonerne opdelt efter, hvor godt de selv vurderer deres generelle helbred. Til højre, i de blå søjler, er de spurgt om de har funktionsproblemer i det daglige på grund af smerter eller handicap.

Figur 5.6
– Stress og helbred

Over halvdelen af dem med helbredsproblemer er også utrygge for at gå ned med stress.



Spørgeformulering 1: Hvordan synes du, dit helbred er alt i alt? Spørgeformulering 2: Har du et handicap, smerter eller et andet helbredsproblem, som nedsætter din funktion i dagligdagen? Angiv hvor utryg du for tiden er over for disse problemer ... At jeg får alvorlig stress, så jeg i længere tid ikke kan klare kravene i hverdagen. Andel meget og noget utrygge. Ved ikke mv. er taget ud af helbredsspørgsmålet). Antal svarpersoner i helbredsspørgsmålet: 4717. Funktionsevnespørgsmålet: 1844.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

Har man et vældig godt eller direkte fremragende helbred, er sandsynligheden for at være stress-utryg tæt på halvt så stor som hos gennemsnittet af alle.¹² 24 pct. af befolkningen er så heldige at have et fremragende eller vældig godt helbred.

Hører man derimod til de 13 pct. af vores svarpersoner, der oplyser at de har et mindre godt eller decideret dårligt helbred, er der mere end fifty-fifty risiko for, at man samtidig er utryg for at gå ned med stress. Nedsat funktionsevne hænger også sammen med stress-utryghed, selvom kurven er knap så dramatisk.

Som vi så ovenfor, er det mindre gode helbred og funktionsproblemerne mere almindeligt hos arbejdere end hos funktionærer.

Især er forskellen mellem højere funktionærer og ufaglærte arbejdere markant, idet 51 pct. af de højere funktionærer er begunstiget af et fremragende eller vældig godt helbred, mens det kun gælder 33 pct. af de ufaglærte (i alle aldre). Blandt højere funktionærer er 9 pct. ramt af mindre godt eller dårligt helbred, mens 22 pct. af de ufaglærte siger det samme. Tilsvarende siger 61 pct. af de højere funktionærer nej til at de har smerter eller handicap, der påvirker deres funktioner i dagligdagen, mod 45 pct. af de ufaglærte.

I grupperne uden for arbejdsmarkedet er endnu færre raske og vel-fungerende. Det er kun 5 pct. af førtidspensionisterne, der ikke har daglige funktionsproblemer, og 9 pct. blandt dem i fleksjob. Blandt kontanthjælpsmodtagere og sygemeldte, men også blandt Arne- og seniorpensionisterne, melder ca. hver tredje om nedsat funktionsevne.¹³ Og som vist i figur 5.2 er hele 56 pct. af de sygemeldte og ledige utrygge for at gå ned med stress. Helbredet er den dominerende årsag.

Hvis man ud over generelle helbredsproblemer også har psykiske problemer, bliver frygten for at gå ned med stress endnu mere udtalt.¹⁴

Den gruppe, der angiver helbred som årsag til deres stress-utryghed, er ikke særlig tilfreds med livet i almindelighed. Den statistiske sammenhæng er **særdeles stærk**. De stress-utrygge, der *ikke* angav helbredet som kilde, havde gennemsnitligt 5,99 lykkepoint, mens de, der *gjorde* det, kun havde 4,71.

Den helbredsbedingede stress-utryghed er også (sammen med frygt for vold og økonomisk utryghed) den faktor, der hænger stærkest sammen med den generelle tryghedsscore.

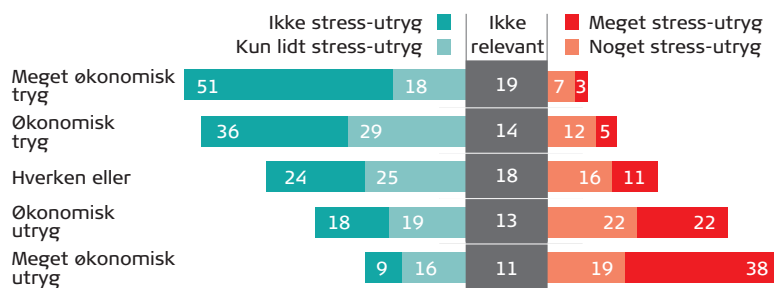
Økonomisk stress

Blandt dem, der er utrygge for at gå ned med stress, blev økonomi nævnt som årsag af 56 pct. (se figur 5.3).

I figur 5.7 krydser vi den økonomiske tryghed i hele befolkningen med andelen af utrygge for stress. Jo længere man kommer ned i figuren, jo mere stiger den økonomiske utryghed. Jo længere, man kommer mod højre, jo mere utryg er man for at gå ned med stress.

Figur 5.7**– Stress og økonomi**

Økonomisk utryghed og utryghed for stress følges ad, også når man ser på hele befolkningen.



Spørgeformuleringer: Hvor tryk eller utryk vil du overordnet set betragte den nuværende økonomiske situation i din husstand?

OG: Nedenfor er anført en række problemer. Angiv, hvor utryk du for tiden er over for disse problemer. At jeg får alvorlig stress, så jeg i længere tid ikke kan klare kravene i hverdagen. 5005 svarpersoner.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

Her er intet at tage fejl af: Jo mere økonomisk tryk, jo mindre stress – og omvendt.

Zoomer vi ind på den mindre gruppe af stress-utryk, er det tydeligt at det især er de akutte pengesorger, der ligger bag den generelle økonomiske utryk. Uregelmæssige indkomster slår ud på stress-skalaen, og det gælder i endnu højere grad utryk for "at mangle penge, hvis der kommer en uventet udgift".

Den langsigtede økonomi spiller en mindre rolle og for færre, men det kan f.eks. stresser boligejere, hvis de frygter for at boligen taber værdi.¹⁵

At ville mere end man kan

Den sidste årsag til stress, vi lod de stress-utryk vælge, var "mine krav til mig selv". 50 pct. af de stress-utryk nævnte denne årsag, svarende til 12 pct. af alle svarpersoner. Som sagt er det de stressede unge og kvinder (og de er mange), der nævner de egne krav særlig hyppigt.

Hvilken slags krav, der kunne være tale om, ved vi ikke. Spørgeformuleringen lægger ikke op til at tænke på de håndfaste ydre krav her.¹⁶ "Egne krav" kan dreje sig om personlige ambitioner og projekter – vi så ovenfor, at denne stress-årsag også var en af de mest udbredte

blandt selvstændige. Det kan også spejle idealer eller forventninger i omgivelserne. F.eks. om at klare eksamen og arbejdet godt, være udadvendt, attraktiv, en god ven, håndboldspiller, datter ...

Her kunne også ligge en sammenhæng til forbrug af sociale medier, der lægger op til at spejle sig i vennernes ambitioner og præstationer, og hvor mange undersøgelser har konstateret en nedsat trivsel hos især de unge piger.

I tryghedsmålingens data finder vi faktisk en meget stærk statistisk sammenhæng mellem stress og den afhængighed, navnlig mange unge har af deres smartphone (se boksen). Den hænger også sammen med de spørgsmål, der undersøges i kapitel 6 og 7.

"Mine krav til mig selv" er ikke en af de stress-årsager, der i særlig grad rammer den almindelige tilfredshed med tilværelsen. Gruppen opnår 5,31 lykkepoint på skalaen. Der svarer til gennemsnittet for alle de stress-utrygge, men er stadig væsentligt under niveauet for hele befolkningen på 6,71 lykkepoint.

Stressforebyggelse

Med den byrde, som stress – og utryghed for stress – lægger på både personer og samfund, er det ikke mærkeligt at *forebyggelse af stress* også har fået en vigtig plads i dagliglivet. Tryghedsmålingen har spurgt, hvilke strategier svarpersonerne bruger for at undgå at blive stressede.

Svarfordelingen ses i figur 5.8.

Også her har svarpersonerne kunne vælge flere forskellige svarmuligheder, og det har mange gjort. De to topscorere er at skrue op for den fysiske aktivitet og at bevæge sig ud i naturen, som hver vælges af 45 pct. af svarpersonerne. Ca. hver tredje vælger bl.a. at sove mere og slappe af med TV eller film. I bunden ligger medicin, sociale medier og rusmidler.

De nævnte strategier hører til de almindeligste både hos dem, der er utrygge for at få alvorlig stress og dem, der ikke er. Det er også kun et fåtal af de stress-utrygge, der bruger de mindst populære metoder.

Mobilafhængighed og stress

Kapitel 6 i denne bog behandler Tryghedsmålingens data om, hvordan forskellige personlighedstræk fordeler sig i befolkningen, og hvordan det har ændret sig siden de første målinger i 2011. Et af personlighedstrækkene kaldes emotionel ustabilitet (eller neuroticisme). Svarpersonerne bliver bl.a. bedt om at placere sig på en skala efter, hvor meget de selv synes, at de "bekymret, let at stresse".

Kapitel 7 afdækker bl.a. svarpersonernes afhængighed af mobiltelefoner. Graden af afhængighed bliver lagt fast ud fra ti spørgsmål om svarpersonens forhold til sin mobil (jf. s. 89 og note 2. s. 98). Mobiltelefonen er for så godt som alle svarpersoner lig med en smartphone, og bruges bl.a. til at tjekke opdateringer på sociale medier.

Svarene på de to spørgsmål gør det muligt at beregne om afhængighed af mobiltelefonen hænger sammen med en høj tilbøjelighed til at være "bekymret og let at stresse".

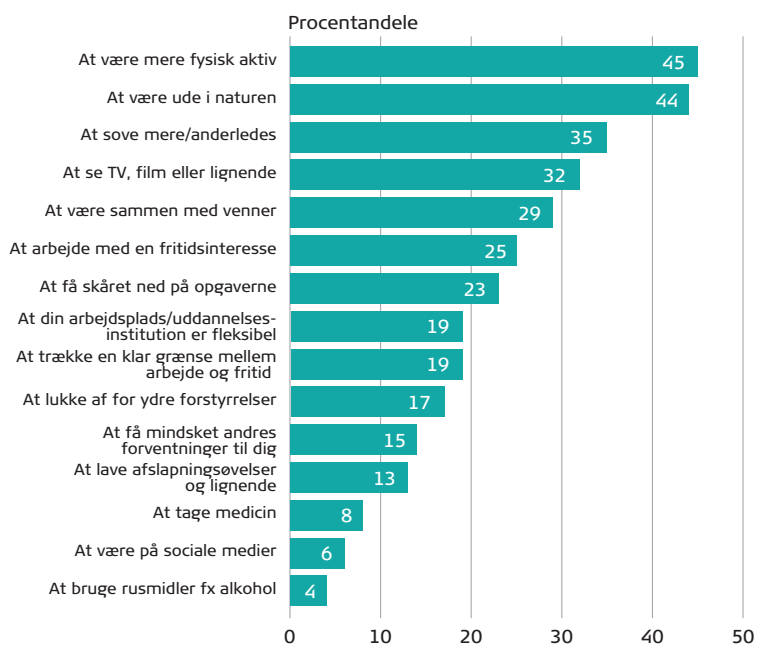
Det gør de. Den statistiske beregning viser, at graden af emotionel ustabilitet vokser med graden af mobilafhængighed, og at forbindelsen er overordentlig stærk.

Forbindelsen kunne hænge sammen med baggrunds faktorer som køn og alder.

F.eks. er kvinderne gennemsnitligt lettere at stresse, og flere kvinder er psykologisk afhængige af mobiltelefonen. Det samme gælder for unge, i sammenligning med ældre. Den stærke sammenhæng mellem *stress-grad* og *mobilafhængigheds-grad* bliver dog ikke meget svagere, når vi tager højde for køn og alder. Det giver en stærk indikation af, at mobilafhængighed er en vigtig forklaring på at grupperne under 40 er blevet lettere at bekymre og stresse end de var for 10-15 år siden. Noget endeligt bevis er det dog ikke. Vi har lidt for få svarpersoner i denne del af undersøgelsen, og på grund af den stærke sammenhæng med alder vil det også være svært med 3 gange så mange svarpersoner. Der er så godt som ingen mobilafhængige over 70 og temmelig få over 40. Og der er næsten ingen, der *slet ikke* er mobilafhængige i den yngste aldersgruppe og ret få blandt de 30-39-årige.

Det gør det mere usikkert at fastslå, om effekten skyldes alder eller mobilafhængighed.

Men de allerfleste af tallene passer godt ind i et mønster, hvor mobilafhængighed er det afgørende. For de 30-39-årige finder vi det samme resultat som vi gør for befolkningen som helhed – godt og vel endda.

**Figur 5.8****- Stressforebyggelse**

Knap hver fjerde forebygger stress ved at skære ned på opgaverne. Knap hver femte beder arbejdspladsen om at udvise fleksibilitet.

Spørgeformulering: Er der noget af det følgende, der hjælper dig til at undgå stress? Angiv gerne flere svar. Antal svar: 5005.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

Derimod er de stress-utrygge lidt mere optaget af at få skåret ned på opgaver og mindsket forventninger. Det sidste kunne indbefatte at arbejdspladsen eller uddannelsesinstitutionen udviser fleksibilitet, og det vælges af 19 pct. af alle og 25-27 pct. af de noget og meget stress-utrygge.

Det kan tages som udtryk for at mange arbejdspladser og uddannelsessteder allerede har en form for erfaring eller beredskab, når det kommer til stress og evt. stressforebyggelse. Det kan også være et udslag af at det for mange af de stress-utrygge ikke er her, skoen trykker. Det kan ikke belyses nærmere med Tryghedsmålingens data.

Konklusioner og perspektiver

Stress måles på forskellige måder i spørgeundersøgelser. I Sundhedsprofilen bruges f.eks. et stort antal spørgsmål til at indkredse fænomenet og forekomsten fra mange sider. I Tryghedsmålingen nøjes vi

med et par spørgsmål, der ikke direkte går på, om svarpersonen føler sig stresset. Vi spørger derimod til utrygheden for uoverskuelige opgaver og for at få stress i en alvorlig grad.

Alligevel er det utvivlsomt en oplevelse af alvorlig belastning, der fanges med det sidste spørgsmål. Det viser den stærke sammenhæng mellem svarene og livstilfredsheden, der er meget negativt påvirket. Som nævnt bekræftede Tryghedsmålingen i 2019, at en stor del af de stress-utrygge havde været stress-syge i længere tid.

Denne undersøgelse gør det tydeligt at ordet "stress" dækker over meget forskellige belastninger. Man kunne fristes til at sige, at stress er et uhyre med mange hoveder, men egentlig forholder det sig omvendt: Stress er snarere en familie af "uhyrer", der fremtræder på samme måde.

Én af dem ligner den klassiske forståelse af stress, som et resultat er en overvældende arbejdsmængde og et forceret arbejdstempo. Denne årsag til stress findes helt bestemt, men den fylder måske ikke så meget i virkeligheden som i den offentlige forståelse.

En variant er den belastning, der skyldes at svarpersonen har arbejdsopgaver, der ikke kan løses på en måde som opleves som fagligt eller menneskeligt forsvarlig. Denne form for *systemisk utilstrækkelighed* bliver ofte forbundet med de offentlige omsorgsopgaver, og det finder vi også tegn på, selvom fænomenet givetvis ikke kan isoleres her. Det er til gengæld tydeligt, at denne stressbelastning rammer livskvaliteten meget hårdt.

En tredje type er småbørnsforældrene, der ofte har fremstået som symboler på den moderne stress. Vi finder masser af stressede yngre forældre, og særligt kvinder, men de er ikke mere stressede end deres jævnaldrende hhv. eller barnløse ligemænd og -kvinder.

Til gengæld er økonomiske stressbelastninger meget udbredte – og den enkeltforklaring som de fleste af de stress-utrygge nævner. Økonomiske belastninger kan være forbigående. Som det fremgik af kapitel 2 og 3, oplever rigtig mange økonomisk utryghed, usikkerhed og pres i disse år. Der er også noget økonomisk usikkerhed, der går over med tiden eller alderen.

Det gælder dog langt fra altid. Det gælder i særdeleshed ikke, når den økonomiske utryghed optræder sammen med helbredsproblemer, der netop tager til med alderen. Helbredsproblemer er en stressbelastning, der næppe har den plads i stress-debatten, den fortjener. For flere end halvdelen er den årsag til deres utryghed for alvorlig stress.

Det gælder i endnu højere grad, når betydelige helbredsproblemer optræder sammen med økonomisk utryghed. Det er meget ofte tilfældet. Dårligt helbred kan i nogen grad kompenseres af andre faktorer som en god uddannelse og/eller en stærk social baggrund. Men blandt kort uddannede arbejdere og grupperne i periferien af arbejdsmarkedet har mennesker med dårligt helbred en meget stor risiko for stress-ulykke. Og risikoen stiger hurtigere med alderen hos dem, end man ser det i andre samfundsgrupper.

Det har meget store perspektiver. Vi ved fra bl.a. de berømte Whitehall studier¹⁷ at stress er en selvstændig faktor bag uligheden i sundhed: Jo lavere jobstatus, jo højere stress-niveau – og jo tidligere død. Tryghedsmålingen indikerer, at dårligt helbred og lav jobstatus og høj stress-ulykke i høj grad hænger tæt sammen.

En sidste stor gruppe af navnlig yngre og kvinder svarer at de er stressede af "de krav, jeg stiller til mig selv". Vi kan ikke for alvor trænge ned i, hvad svarpersonerne nærmere har i tankerne, men antager, at de ikke refererer til traditionelle ydre forpligtelser, men til idealer og forventninger i omverdenen som de har valgt mere eller mindre frivilligt til.

Denne form for stress ligner formodentligt et stykke ad vejen den belastning, som flertallet altid har oplevet i overgangen til voksenlivet, men vi tror ikke at den bør affejes så let. Blandt andet ser vi klare tegn på at den er forbundet med storforbrug af smartphones (og sociale medier).

Den korresponderer også med en udvikling af unges personlighed, som behandles i næste kapitel.

Noter

1. To år senere estimerede to af landets kendteste folkesundhedseksperter tabene fra psykisk arbejdsbelastning til at sænke befolkningens middellevetid med 6-7 måneder samtidig med en markant reduktion i de rakte ("kvalitetsjusterede") leveår. Hertil kom 30.000 hospitalsindlæggelser, en halv million kontakter til praktiserende læge, en million fraværdsdage på arbejdet på grund af sygdom, næsten 3000 helbredsbelastede førtidspensioner årligt og ca. 855 millioner kr. i merforbrug i sundhedsvæsenet som følge af psykisk arbejdsbelastning. Juel K. Sørensen J. Brønnum-Hansen H. Psykisk arbejdsbelastning. I: Juel mfl. Risikofaktorer og folkesundhed i Danmark. København: Statens Institut for Folkesundhed, 2006:247-63.

2. Antallet af forskningspublikationer om arbejdsbetinget stress før 1980 er beskedent, men frem til 2005 nåede det op på ca 100 videnskabelige publikationer årligt. Og fra 2005 til 2020 blev antallet af forskningsartikler ca. firedoblet fra 2005 til 2020 til mere end 5 tusinde årligt. Se: <https://www.frontiersin.org/journals/public-health/articles/10.3389/fpubh.2021.664013/full#F1>
3. Se: Stress i Danmark – hvad ved vi? Udarbejdet for Sundhedsstyrelsen af Naja Rod Nielsen, Statens Institut for Folkesundhed og Tage Søndergård Kristensen, Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø, 2007.
4. Se gennemgangen i Tryghedsmåling 2019-20 s. 107. Rapporten refererer også (s. 167) en kontrolmåling fra samme år med identiske spørgsmål, der fandt at 16 pct. havde været sygemeldt på grund af stress inden for fem år, mod 19 pct. i hovedundersøgelsen. Kontrolundersøgelsen skulle teste repræsentativiteten i den oprindelige stikprøve, og blev gennemført for Tryghedsmålingen af Danmarks Statistik 18. november-13. december 2019. Se: <https://tryghed.dk/vi-den/tryghedsmaalinger>
5. Der er i øvrigt en stærk korrelation mellem de to spørgsmål, når pensionister og den lille gruppe af "andre" holdes ude, og dem der svarer "ikke relevant" holdes uden for korrelationen: $r = .517$.
6. Den nationale sundhedsprofil fra 2021 fandt fx med lidt andre metoder, at hele 52 pct. af de 16-24 årige kvinder og mellem 31 pct. mændene havde en høj score på stressskalaen med 31% blandt mændene og 52% blandt kvinderne. Blandt de 65-74-årige er der færrest med en høj score med 18 pct. blandt mændene og 23 pct. blandt kvinderne.
7. Jf. Danmarks Statistiks NUTS3-indeling.
8. Der er bestemte kombinationer af svar, der optræder særligt ofte. Stærkest korrelation findes mellem helbred og økonomi. $r = 0.21$. Korrelation mellem stress fra familieliv med helbred, økonomi, krav til sig selv: $r = 0,15 - 0,16$. Daglig beskæftigelse korrelerer med helbred, økonomi, krav til sig selv $r = 0,10 - 0,11$. Interessant nok ser vi ingen statistisk sammenhæng mellem at stresser over egne krav og over økonomien, selvom begge de nævnte stressorer er markant til stede hos de unge (og kontanthjælpsmodtagerne).
9. Livstilfredsheds- (også kaldet lykkespørgsmålet) lyder: Alt i alt, hvor tilfreds vil du sige, at du er med tilværelsen for tiden?
10. Det er dog et af de steder i analysen, hvor vi ser en bemærkelsesværdig variation, når det gælder utryghed for en uoverskuelig arbejdsopgave. Her ligger andelen af utrygge højest i kontorjob med vægt på symbolproduktion mv.
11. Der indgår 128 ansatte i offentlige serviceerhverv og 71 privatansatte servicearbejdere i gruppen af stress-utrygge.
12. En opdeling på køn tilføjer ikke særlig meget nyt. På alle helbreds niveauer er kvinder mere utrygge mht. stress.
13. Billedet genfindes i andre undersøgelser. I "Tryghed i arbejdslivet – nu og i fremtiden" blev der f.eks. spurgt til "helbredsproblemer, der gør det sværere at passe et arbejde". Det havde 80 pct. af de højere funktionærer ikke, mod 59 pct. af de ufaglærte. TrygFonden 2022. Jo dårligere folk vurderer deres eget psykiske helbred, jo flere er ligefrem "meget utrygge" for at gå ned med stress: $\eta^2 = .31$.
14. Korrelation mellem økonomisk begrundet stress-utryghed og utryghed for at mangle penge, hvis der kommer en uventet udgift = 0,53, for økonomisk utryghed = 0,50, for at boligen taber værdi = 0,27.
15. Hvis det havde været krav, som svarpersonen er forpligtet til at følge, ville det antagelig især stresser meget samvittighedsfulde personer. Vi har et spørgebatteri i Tryghedsmålingen, der giver et indtryk af fem forskellige karaktertræk hos svarpersonerne, herunder hvor samvittighedsfulde, de er (se kapitel 6). Her finder vi faktisk en statistisk sammenhæng mellem dem der stresser over egne krav og de meget samvittighedsfulde, men sammenhængen er svag.
16. Health inequalities among British civil servants: the Whitehall II study M G Marmot 1, G D Smith, S Stansfeld, C Patel, F North, J Head, I White, E Brunner, A Feeney.

Kapitel 6

Har vi ændret personlighed?

Vi har hver vores personlighed, og vi har den i det store hele livet igennem, selvom vi modnes med årene. Fordelingen af personlighedstræk i samfundet er også ret stabil. Det er lidt ligesom vores DNA. Det gør os forskellige hver især, men fordelingen på samfundsplan ændrer sig principielt ikke.

Vi har flere gange spurgt deltagerne i Tryghedsmålingens om deres personlighed. Først og fremmest fordi forskelle i personlighed er et referencepunkt for at forstå variationer i bl.a. tryghed. Spørgsmålene bygger på den såkaldte fem-faktormodel, der er udviklet i og udbredt fra personlighedspsykologien.

Vi arbejder i denne analyse med tre personlighedstræk: Neuroticisme (også kaldet emotionel ustabilitet), samvittighedsfuldhed og udadvendthed, eller ekstroversion¹. Se forklaringen på de fem personlighedstræk i tekstboksen.

Navnlig to af de tre personlighedsdimensioner hænger stærkt sammen med tryghed og livstilfredshed. Den stærkeste er neuroticisme, der korrelerer negativt med både livskvalitet og tryghed.²

Men tryghed og livskvalitet hænger også sammen med, hvor højt man scorer på skalaen for samvittighedsfuldhed. Sammenhængen til livskvalitet i Tryghedsmålingen ligger på linje med, hvad andre undersøgelser har fundet.

Det er veldokumenteret at samvittighedsfuldhed bidrager til at mennesker gennemfører uddannelse og får mere stabile job og en højere indkomst. De har typisk også mere stabile familier og lever sundere. Det er muligt, at det er denne mekanisme – snarere end personlighedstrækket i sig selv – der trækker de samvittighedsfulde i retning af bedre tryghed og livskvalitet.

I Tryghedsmålingerne har vi spurgt til personlighed i 2011, 2015, 2019, 2023 og nu i 2025. Som nævnt skulle man ikke forvente de store ændringer over tid, men vi ser faktisk flere af dem. (Se også tabel 5 s. 177).

Neuroticisme vinder frem

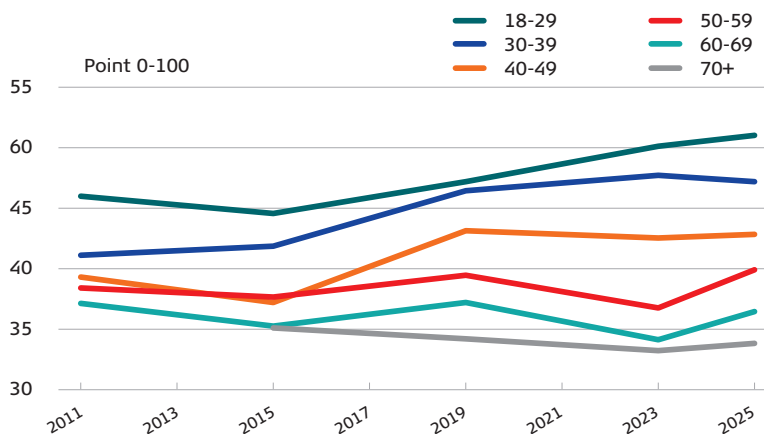
Spørgsmålene, der måler neuroticisme – eller emotionel ustabilitet – beder som nævnt svarpersonen vurdere, om vedkommende er "bekymret, let at stresse" eller ser sig selv som "rolig, følelsesmæssig stabil".

I figur 6.1. kan man følge, hvad de forskellige aldersgrupper i gennemsnit svarede i de enkelte år.

Figur 6.1

– De yngre er blevet mindre robuste

De yngre er blevet mindre emotionelt stabile siden 2011. For de ældre er det gået modsat.



Spørgeformulering: Indeks af to spørgsmål: Jeg ser mig selv som: (enig i) "Rolig, følelsesmæssig stabil" og (uenig i) "Bekymret, let at stresse." Svaret er et gennemsnit for aldersgruppen, omregnet til en 0-100-skala. Se hele formuleringen i tekstboksen s. 58.

Kilde: Tryghedsmålingerne.

Der er sket en markant øgning i neuroticisme blandt unge og efterhånden også i gruppen i 40'erne. Man skal faktisk helt op i 50'erne før at der ikke rigtigt er nogen klar udvikling, mens ældre, især de ældste, er blevet mindre emotionelt ustabile med årene.

Forskellen mellem aldersgrupperne er med andre ord blevet markant større i de senere år end den var i 2011 (hvor vi ikke havde de ældste med) og 2015.

Vi antager, på linje med den sparsomme forskning på området, at tallene fra 2011 nogenlunde ligner det, vi har set i tidligere generationer: I løbet af deres livscyklus blev folk mindre emotionelt ustabile (neuroticitiske). Det sker øjensynlig ikke længere. Ikke ret meget, i hvert fald.

Hvis vi sammenligner 2015- og 2025-tallene, fremgår det at de 30-39-årige i 2015 ikke er blevet mere emotionelt stabile, nu hvor de er 40-49 år. Og de 40-49-årige i 2015 er nærmest blevet lidt mere usikre som 50-59-årige her i 2025. Kun dem, der blev født i 1976 (eller før) er blevet mere emotionelt stabile med alderen.

Det har indtil nu kun resulteret i en lille forøgelse af neuroticisme i befolkningen som helhed – fordi der er blevet mange flere ældre, og de er blevet (endnu) mere følelsesmæssigt stabile over tid.

Men det har til gengæld skabt en voksende kløft mellem de stadig mere emotionelt stabile ældre og de mindre stabile unge.³ Øgningen i neuroticisme *er alene sket hos kvinder*. Mændene i 2025 ligger uændret på 37 point som i 2011, mens kvinderne samlet set er gået fra 44,5 til 46,5. Det lyder ikke af så meget, men man skal huske at stort set hele væksten er sket hos kvinderne under 40.

Mindre udadvendte og samvittighedsfulde

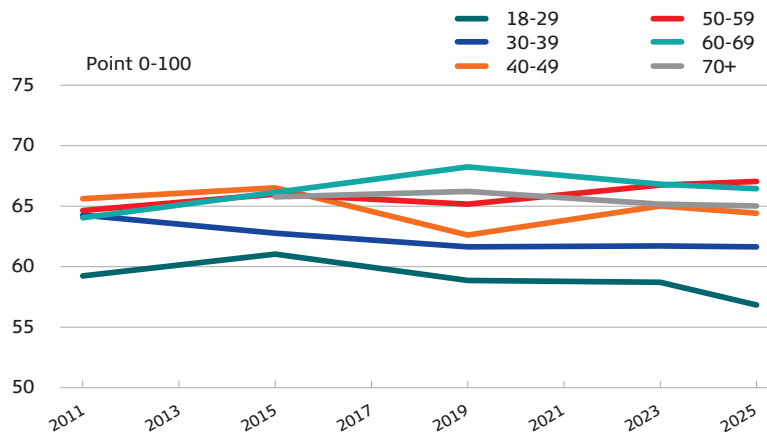
Udbredelsen har også ændret sig for de to andre personlighedstræk, vi interesserer os for her. Det gælder for det første personlighedstrækket "samvittighedsfuldhed". Her vurderer man, hvor struktureret man er, hhv. lidt mere doven og nonchalant. På engelsk betegnes dette personlighedstræk med den lidt bredere term *conscientiousness*.

Især unge i 20'erne og 30'erne er røget nogle point ned ad skalaen for "samvittighedsfuldhed" siden 2015, hvorimod de 50-70-årige har flyttet sig lidt op ad skalaen.

Tryghedsmålingens data gør det muligt at følge de respektive fødselsårgangene over tid. Tallene antyder, at de unge tilsyneladende ikke er blevet mere "samvittighedsfulde" med alderen, sådan som man så tidligere. I så fald skulle den blå kurve stige i stedet for at falde. Det kan ses i kohorteanalysen i bilaget. Figur 6.2 viser, at de to yngste aldersgrupper har haft en faldende pointscore siden 2011.

Figur 6.2**- Målorienteret eller non-chalant?**

Egenskaben "samvittighedsfuldhed" ser ud til at være på retur blandt de yngre og især gruppen i 20'erne.



Spørgeformulering: Jeg ser mig selv som: (enig i) "Struktureret, vedholdende" og (uenig i) "Lidt doven, nonchalant". Svaret er et indeksgennemsnit for aldersgruppen, omregnet til en 0-100 skala. Se hele formuleringen i tekstboksen s. 85.

Kilde: Trykkesmålingerne.

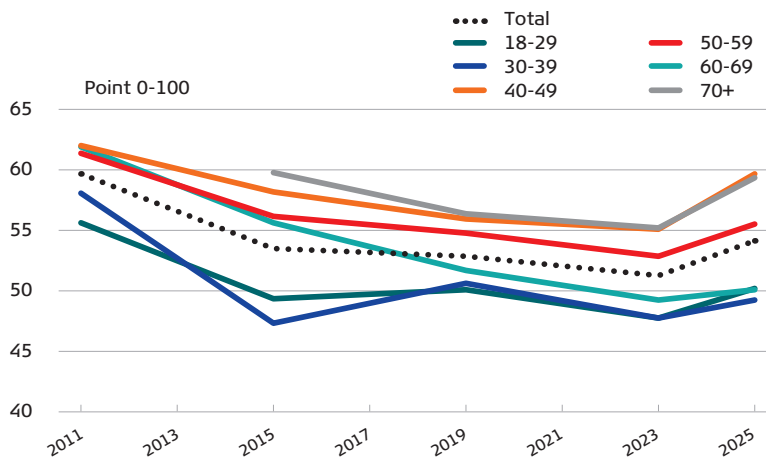
Tilbagegangen er mindre markant, når vi ser på befolkningen under ét. Den gennemsnitlige samvittighedsfuldhed ændrer sig meget lidt (0,6 point). Faldet hos yngre opvejes af stigningen blandt ældre.

Derimod er befolkningen blevet mindre udadvendt, sammenlignet med 2011, selvom kurven slår et knæk opad fra 2023 til 2025.

Se gennemsnittet i den stiplede linje i figur 6.3.

Hvorfor tendensen ser ud til at vende i 2023, har vi ikke umiddelbart noget bud på. Måske begyndte folk at bryde ud af isolationstiden under corona? At befolkningen er blevet mindre udadvendt, er os bekendt ikke rapporteret tidligere i Danmark. Umiddelbart svarer det til, at vi har mindre glæde ved eller lyst til socialt samvær og foretrækker mere ensomme sysler.

Hvad der ligger bag, ved vi ikke. Der er f.eks. kun sket en ganske lille vækst fra ca. 37 pct. til ca. 40 pct. af befolkningen, der bor alene de sidste 25 år.



Figur 6.3
– Danmark blev mindre ekstrovert

Tendensen til større indadvendthed ser ud til at vende fra 2023 til 25. Årsagen kender vi ikke.

Spørgeformulering: Jeg ser mig selv som: (enig i) "Udadvendt" og uenig i "Stilfærdig, tilbageholdende." Svaret er et indeks gennemsnit af de to spørgsmål for aldersgruppen, omregnet til en 0-100-skala. Se hele formuleringen i tekstboksen s. 85.

Kilde: Tryghedsmålingerne.

I betragtning af hvor overraskende kraftig sammenhængen mellem udadvendthed og særligt livskvalitet er, så er det en mulighed at livskvaliteten og trygheden i befolkningen også er ude i modvind her.

Ser man på køn, så er kvinder gennemsnitligt mere neuroticistiske, mere samvittighedsfulde og mere ekstroverte end mænd. Øgningen i neuroticisme har, som sagt, en markant kønsprofil. Det samme gælder ekstroversion, hvor tilbagegangen har været en tand kraftigere hos mænd.

Derimod er der en svag tendens til mindre forskel mellem kønnene med hensyn til samvittighedsfuldhed.

Samlet er så store ændringer i personligheder i løbet af knapt halvdelen af årti meget bemærkelsesværdige. Samlet tyder vores resultater på, at danskernes personligheder er under forandring. Vi er blevet mindre udadvendte, og de unge og nu også midaldrende klart mindre følelsesmæssigt stabile og øjensynligt også mindre samvittighedsfulde.

Det større mønster

Et andet spørgsmål er så, hvor meget vi kan stole på disse data. I Tryghedsmålingen har vi brugt det simpleste af alle redskaber til at måle personlighed med, kun baseret på ti spørgsmål.⁴ Større batterier ville selvsagt være bedre. Det ser dog ud til at vi kan måle tre af fem personlighedsdimensioner nogenlunde dækkende og med rimelig grad af sikkerhed. Generelt er det et vanskeligt felt med betydelige metodiske udfordringer – bl.a. fordi nogle formuleringer skifter betydning over tid og varierer mellem lande og kulturer, så de reelt ikke måler det samme. Problemet bliver større, jo færre spørgsmål man stiller og kan tage bestik af.

En amerikansk undersøgelse, "Understanding America Study", når dog frem til resultater der er bemærkelsesværdigt sammenfaldende med Tryghedsmålingens. Undersøgelsen har 15.000 respondenter og er sket i fem runder i perioden 2014-25. Undersøgelsen anvender 44 spørgsmål til at måle personlighed.

Undersøgelsen viser at neuroticisme vokser især blandt yngre (16-39 år), men også blandt midaldrende. Blandt ældre amerikanere (+60 år) ser vi ingen udvikling. Den amerikanske undersøgelse viser også at samvittighedsfuldhed falder blandt yngre, men finder den stort set stabil blandt ældre (hvor Tryghedsmålingen finder en lille stigning).⁵ Bemærkelsesværdigt finder den amerikanske undersøgelse også, at udadvendtheden falder, og at det sker parallelt i aldersgrupperne.⁶

Man må også sige, at udviklingen i navnlig unges neuroticisme ret nøje matcher undersøgelser af unges (men efterhånden også voksne og midaldrendes) mistrivsel.⁷ Også her ser vi en klar kønsprofil med kvinder som de mest udsatte.

Mistrivsel er dels fundet ved at spørge til tegn på dårlig trivsel, såsom hyppig nervøsitet, tristhed eller mangel på energi. Dels har man – men med større usikkerhed – spurgt generelt til livskvaliteten.

Der er tale om solide datasæt, som viser et bemærkelsesværdigt mønster: Problemerne med mistrivsel var stabile eller måske svagt faldende frem til ca. 2010. Derefter er den steget markant. Ændringen er målt med forskellige metoder og på tværs af et stort antal lande, men konklusionerne er et bemærkelsesværdigt ensartet signal om forhold, der truer trygheden og livskvaliteten i samfundet.

I mange af studierne kobles disse fænomener til den nye kultur, der er vokset frem sammen med *de allestedsnærværende mobiltelefoner*, der er tema for næste kapitel.

Noter

1. De to øvrige: Medgørlighed og Åbenhed for oplevelser slår efter alt at dømme ikke nævneværdigt ud på tryghed, og en nærmere analyse viser, at de spørgsmål vi har stillet, ikke fungerer helt så godt som de bør gøre. Spørgsmålene skal parvis hænge sammen, og helst ikke hænge sammen med de andre otte spørgsmål, og de krav kniber det med at leve op til.
2. At stress og neuroticisme hænger sammen ligger lidt indbygget i selve den måde, dette personlighedstræk er målt på. Det gælder dog kun for det ene af de to spørgsmål, vi har kombineret til et indeks. Det kunne være et problem, hvis vi skal se på sammenhænge mellem personlighed og stress. Men det er næppe noget alvorligt problem, for sammenhængen med stress er næsten lige så stærk for spørgsmålet om at være "rolig, følelsesmæssig stabil", som den er for spørgsmålet om at være "bekymret, let at stresse", der sprogligt ligger tættere op ad tryghed, stress mv.
3. Se også: Er de unge blevet mindre robuste? Tryghedsmåling 2023. s. 46.
4. Metoden, der oversætter et længere skema, der anvendes i psykologbehandling mv, til 10 surveyspørgsmål, er udviklet af Sam Gosling, professor i socialpsykolog. Houston University.
5. The troubling decline in conscientiousness. A critical life skill is fading out – and especially fast among young adults. FT. – [blog.biocomm.ai](https://blogs.biocomm.ai))
6. Tilsvarende forskningsprojekter i bl.a. Tyskland, Holland og Australien har ikke publiceret ændringer i gennemsnitlig personlighed siden 2010. De ganske få undersøgelser, der har publiceret denne type data, finder de klassiske forløb, hvor folk med alderen bliver mindre neurotici-stiske og mere samvittighedsfulde.
7. Danskernes sundhed 2023, Heidi Amalie Rosendahl Jensen, Sofie Rossen Møller, Andrea Huber Jezek, Michael Davidsen, Ola Ekholm, Anne Illemaann Christensen. 2024, Statens Institut for Folkesundhed, SDU. Vores Livskvalitet (kapitel 2), Henrik Mahncke, Meik Wiking, Realdania 2025. Skolebørnundersøgelsen 2022: Madsen KR, Román JEI, Damsgaard MT, Holstein BE, Kristoffer- sen MJ, Pedersen TP, Michelsen SI, Rasmussen M, Toftager M. S, København. Statens Institut for Folkesundhed, SDU. 2023.

Fem-faktormodellen

Den mest udbredte måde at beskrive de forskellige træk i personligheden er den såkaldte fem-faktor personlighedsmodel. De fem træk er noget, som alle mennesker har i forskellige grader (og kombinationer). De fem træk kan sammenfattes sådan her:

Neuroticisme (eller følelsesmæssig ustabilitet): I hvilken grad man let får negative følelser som nervøsitet, bekymring og tristhed, eller omvendt har følelsesmæssig stabilitet, ro og er modstandsdygtig over for stress.

Samvittighedsfuldhed: I hvilken grad man er organiseret, selvdisciplineret og målorienteret, eller omvendt er spontan, fleksibel og afslappet omkring planlægning.

Ekstroversion: I hvilken grad man stimuleres gennem social kontakt og ydre aktivitet, eller omvendt gennem selvaktivitet og indre refleksion.

Medgørlighed: I hvilken grad man er tillidsfuld, altruistisk og samarbejdsvillig, eller omvendt er skeptisk, konkurrenceorienteret og villig til at udfordre andre.

Åbenhed over for oplevelser: I hvilken grad man er interesseret i nye ideer, fantasi, æstetik og varierede oplevelser, eller omvendt foretrækker det kendte, praktiske og konkrete.

I en psykologisk test bruges mange spørgsmål for at beskrive et menneskes personlighed så præcist som muligt. I Tryghedsmålingen bruger vi kun ti udsagn (Det såkaldte TIPI: Ten Item Personality Inventory).

Spørgsmålet lyder: Her er et udvalg af personlige egenskaber og træk. Der kan være nogle af disse, der beskriver dig godt, mens andre ikke gør det. Hvor godt synes du, at hvert udsagn passer på dig?

Jeg ser mig selv som:

1. Udadvendt
2. Kritisk, diskuterende
3. Struktureret, vedholdende
4. Bekymret, let at stresse
5. Nysgerrig, søgende
6. Stilfærdig, tilbageholdende
7. Forstående over for andre
8. Lidt doven, nonchalant
9. Rolig, følelsesmæssig stabil
10. Vanemenneske, ikke så kreativ

Svarskalaen er:

1. Jeg er helt enig
2. Jeg er ret enig
3. Jeg er lidt enig
4. Jeg er hverken enig eller uenig
5. Jeg er lidt uenig
6. Jeg er ret uenig
7. Jeg er helt uenig

I teksten omtales kun de tre første personlighedstræk, da nærmere analyser af Tryghedsmålingens data viser at nogle af formuleringerne opfattes anderledes af svarpersoner i Danmark end i USA,

og at de dermed ikke egner sig til at kortlægge udbredelsen af personlighedstrækkene Medgørlighed og Åbenhed over for oplevelser i den danske befolkning. At være "kritisk, diskuterende" indgår internationalt som et aspekt af manglende medgørlighed. Sådan er det tydeligvis (slet) ikke i Danmark. Om det skyldes at vi har en særlig kulturel tradition for konstruktiv kritik, kan vi ikke sige. Men en kulturel forskel er der i alt fald, så spørgsmålet ikke måler det, det var udset til at måle.

Med data fra 2011, '15, '19, '23 og nu '25 er der os bekendt ikke andre undersøgelser i Danmark, der har et så langt datasæt om udviklinger i befolkningens personlighedstræk.



Del 4

Digitale utrygheder

Kapitel 7

De allestedsnærværende mobiltelefoner

For godt 15 år siden blev det almindeligt at gå rundt med en computer med internet i lommen. Computeren var forsynet med kamera, og hurtigt fulgte en uendelig række features, der gør det muligt at tjekke alt fra vejret, klokken og bankkontoen til afstanden mellem Smørum og nærmeste galakse.

Og så kunne man ikke bare ringe på den, men ovenikøbet udveksle skriftlige beskeder og billeder. Det skabte grundlaget for nye kommunikationsformer, og den lynhurtige udbredelse af bl.a. sociale medier.

Lommecomputeren fik lynhurtigt en rolle i de fleste menneskelige aktiviteter og relationer over praktisk taget hele verden. Fordi apps som hovedregel var gratis, var udviklerne nødt til at skaffe indtægter fra annoncer. De økonomiske incitamenter til – og den datamæssige mulighed for – at beslaglægge mest muligt af vores opmærksomhed var usete og enorme.

Mobiltelefonerne skabte nye muligheder og nye behov for at sætte grænser. Vi har fået regler for mobilbrug i trafikken, ved middagsbordet, i sengen og i klasseværelset. I de senere år er konflikterne blevet skarpere. Det er noget, vi har meninger om. Dokumentation for negative følger for unges trivsel vokser måned for måned. Samtidig er reguleringen af teknologien – og af Tech-firmaerne, der ejer den – blevet en central arena i rivaliseringen mellem EU, USA og Kina.

Tryghedsmålingen har stillet en række spørgsmål om, hvor befolkningen trækker grænserne. Og hvor den ønsker at politikere skal gøre det. Særlig når det gælder de unge, har svarpersonerne markante holdninger. De præsenteres i det følgende.

Hverdagsbrug og -grænser

En række hurtige *snapshots* af mobilforbruget ser ud som følger:

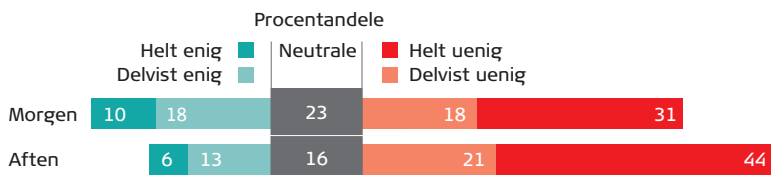
- 0,8 pct. af svarpersonerne i Tryghedsmålingen har ikke en bærbar telefon. 96 pct. har en smartphone, og 3 pct. en anden mobiltelefon.
- 18 pct. af brugerne oplyser, at de slet ikke er psykologisk afhængige af deres smartphone, mens 82 pct. vælger et andet svar.
- 12 pct. tjekker mobilen mindst en gang i løbet af en normal nat.
- 90 pct. er helt eller delvist enige i at "Der er mange som er alt for optaget af deres mobil fremfor at være nærværende, når de er sammen med andre". 63 pct. er helt enige, og kun 2 pct. er overvejende uenige.

Det er også til debat folk imellem: Hver fjerde bekræfter, at der "ofte er diskussion i min omgangskreds om, hvor meget mobiltelefoner skal have lov at fylde, når vi er sammen".

I hjemmet giver det konflikt, når der kommer smartphones på bordet ved måltiderne. Mange af svarpersonerne har meget klare holdninger til sagen, som de ses i figur 7.1.

Figur 7.1
– Mobil til morgen- og aftensmad

To ud af tre siger nej til til mobiler på middagsbordet.



Spørgeformulering: Hjemme hos os er det OK at kigge på mobilen, når vi spiser morgenmad sammen. OG Hjemme hos os er det OK at kigge på mobilen, når vi spiser aftensmad sammen. Stillet til svarpersonerne med mere end en voksen i husstanden. Antal svar: 1805.

Kilde: Tryghedsmålingen, september 2025.

44 pct. synes bestemt ikke, at det er OK at kigge på mobilen "når vi spiser aftensmad sammen", mens 32 pct. har samme holdning, når der står fælles morgenmad på bordet. Omvendt er kun 6 pct. helt enige i at det er OK at kigge på mobil under aftensmåltidet, mens 10 pct. finder det helt i orden over morgenmaden.

Inddrager vi delvist enige og uenige, er der et pænt flertal ved begge måltider, der frabeder sig mobiltelefoner, og ved aftensmåltidet er flertallet på 65 pct. Om vi kan regne sådan, er dog ikke helt givet. Der er ganske givet en hovedregel ved middagsborde i Danmark, men der er også plads til fortolkning ved nogle af dem.

Mobilafhængighed

Vi refererede ovenfor at kun 18 pct. vil sige sig helt fri for at være afhængige af mobiltelefonen, når de får det direkte spørgsmål: "Hvor afhængig (psykologisk) vil du sige, du er af din mobiltelefon?"

15 pct. af svarpersonerne her betegner sig selv som "meget afhængige", mens 34 pct. ser sig som "en del afhængige" og yderligere 32 angiver at være "lidt afhængige". Kun de 18 pct., vi indledte med, er slet ikke afhængige, når de bliver spurgt på denne måde.

Det er ikke nødvendigvis den ideelle teknik. Det er måske ikke alle former for afhængighed, der opleves – eller erkendes – som sådan. Omvendt er her tydeligvis stærke normer på spil, der kan få nogle til at bedømme deres forhold til telefonen lidt for ...syndsbevidst.

En mere avanceret målestok er *Smartphone Addiction Scale*, udviklet af et sydkoreansk forskerhold i 2013.¹ Her bruges 10 spørgsmål, der fanger forskellige klassiske symptomer på afhængighed. Tilsammen afspejler de at afhængighed kan vise sig på mange måder og i flere grader.

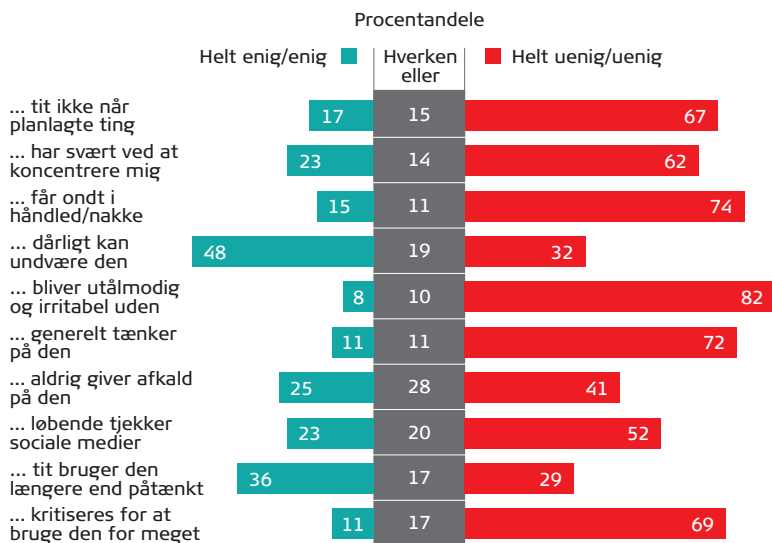
Svarene er gengivet i figur 7.2.

Nogle af symptomerne er ganske hyppige. Et relativt flertal på 36 pct. medgiver at "jeg bruger tit min mobiltelefon længere, end jeg havde tænkt mig". Knap hver tredje siger, at de "dårligt kan holde ud at undvære den". Andre af symptomerne er mindre udbredte, men mange oplever et eller (mange) flere. Og hvis man bliver "utålmodig og irriteret, når jeg ikke har min mobiltelefon mellem hænderne", er det et stærkt tegn på afhængighed, selvom man er uenig på de ni andre punkter.

Et enkelt og samlet udtryk for mobilafhængigheden fås ved at regne svarene om til et simpelt indeks fra 0-100, hvor 100 er maksimalt afhængig.

Figur 7.2**– Mobilen bevirker at jeg ...**

Der er typisk ikke så mange, der har de enkelte tegn på afhængighed, men en stor del af befolkningen har et eller flere symptomer.



De nøjagtige spørgeformuleringer ses i note 2.² Andel Helt og Delvist enige er lagt sammen. Helt og Delvist uenige ligeså. De få Ved ikke-svar er ikke gengivet. Antal svar = 1217.

Kilde: Trykkestemningen. September 2025.

Nogle af symptomerne er ganske hyppige. Et relativt flertal på 36 pct. medgiver at "jeg bruger tit min mobiltelefon længere, end jeg havde tænkt mig". Knap hver tredje siger, at de "dårligt kan holde ud at undvære den". Andre af symptomerne er mindre udbredte, men mange oplever et eller (mange) flere. Og hvis man bliver "utålmodig og irriteret, når jeg ikke har min mobiltelefon mellem hænderne", er det et stærkt tegn på afhængighed, selvom man er uenig på de ni andre punkter.

Et enkelt og samlet udtryk for mobilafhængigheden fås ved at regne svarene om til et simpelt indeks fra 0-100, hvor 100 er maksimalt afhængig.³

Har man 75-100 point, er man voldsomt afhængig af mobiltelefonen. 3 pct. af svarpersonerne falder i denne gruppe. De mildere former findes hos dem med et pointtal mellem 50 og 75. Gruppen omfatter 18 pct. af svarpersonerne, og altså ikke langt fra den andel på 15 pct., der erklærede sig meget afhængige på det direkte spørgsmål (da spørgsmålene ikke er stillet til de samme respondenter, kan vi ikke sammenligne direkte).

Gennemsnittet for alle svarpersoner i beregningen er 32,5 point. Kvinderne melder om lidt større afhængighed end mænd (35 point mod 27,5), men frem for alt finder vi en stærk sammenhæng med alder.

I gruppen over 70 år er mobilafhængighed lidt af en sjældenhed. Gennemsnittet er 22,5.

Blandt 18-29-årige er gennemsnittet på 47,5 point, og blandt folk i 30'erne ikke meget lavere, 42,5 point.

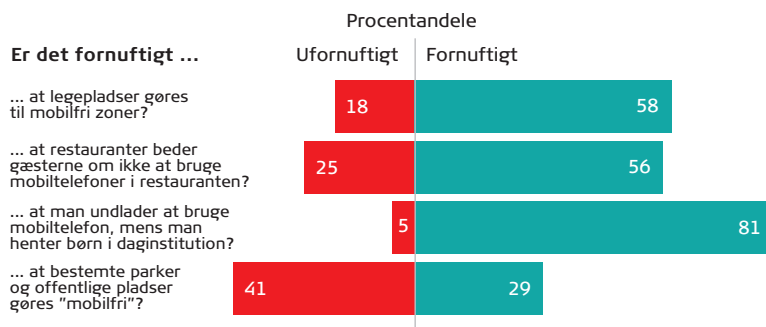
De 18-29-årige, men faktisk også dem i 30'erne, er dermed i *gennemsnit* forholdsvis tæt på den grænse, vi definerede for de mildere former for mobilafhængighed.

Mobilfri zoner

Det er ikke for meget sagt, at der er stor opmærksomhed om risikoen for afhængighed. Det viser sig også, når der spørges om "Myndighederne bør komme med vejledninger, så borgerne informeres om risikoen for, at mobilforbrug kan udvikle sig til en usund afhængighed".

63 pct. er overvejende enige i at det bør være en myndighedsopgave. Kun en lille fjerdedel på 14 pct. er mere eller mindre afvisende.

Der er også generel velvilje, når der spørges til en række regler for brug af mobiltelefoner der "er indført mange steder", som det hedder i spørgsmålet.



Figur 7.3
– Mobilrestriktioner

Flertal vil gøre legepladser mobilfri, men ikke andre offentlige pladser.

Spørgeformulering: Mange steder er der indført regler for brug af mobiltelefoner. Synes du, at de følgende regler er fornuftige eller synes du ikke, at der grund til at indføre dem? (Fortsat tekst ses i figuren). Svarmuligheder: 1. Det lyder rigtigt fornuftigt. 2. Det lyder fornuftigt. 3. Det lyder hverken fornuftigt eller ufornuftigt. 4. Det lyder ikke særlig fornuftigt. 5. Det lyder slet ikke fornuftigt. 6. Ved ikke/Ønsker ikke at svare. Antal svar: 2501.

Kilde: Tryghedsmålingen, september 2025.

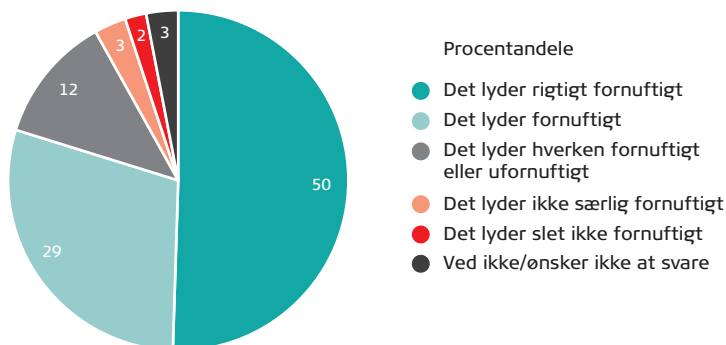
Men det er også tydeligt at svarpersonerne tager konkret stilling og ikke er med på ethvert forbud. 58 pct. mod 18 pct. finder det f.eks. fornuftigt at gøre legepladser til mobilfri zoner. Derimod er der kun 29 pct. som finder det overvejende fornuftigt "at gøre bestemte parker og offentlige pladser "mobilfri", mens et relativt flertal på 41 pct. siger stop.

Men især hvor børn er involveret, støtter mange en restriktiv kurs. Det ses i figur 7.4, der tester indstillingen til et af debattens varme emner: Mobiltelefoner i skolen.

Figur 7.4

– Mobilerne ud af skolen?

Tre ud af fire finder det fornuftigt at forbyde mobiltelefoner i løbet af hele skoledagen.



Spørgeformulering: Som i 7.3, efterfulgt af ...at elever i folkeskolen som udgangspunkt ikke har adgang til mobiltelefoner i løbet af skoledagen.

Kilde: Trykghedsmåling 2025.

Spørgsmålet er formuleret ret restriktivt. Det handler om adgangen til telefonen i løbet af skoledagen – ikke kun i undervisningen. Det er dog et lille forbehold: Reglen gælder som udgangspunkt, så der er lidt plads til at gøre undtagelser.

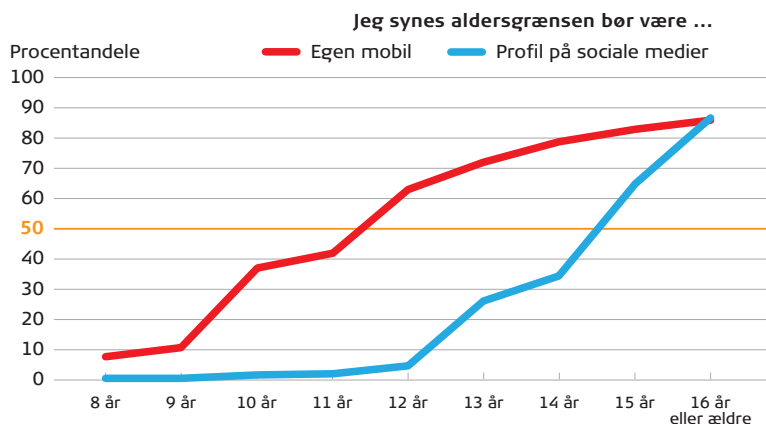
Nøjagtigt halvdelen af alle synes at reglen lyder *meget* fornuftig og yderligere 30 pct., at den er fornuftig, mens kun 6 pct. finder den mere eller mindre ufornuftig.

Unges trivsel

Begrænsninger på mobiltelefoner i skolen kan begrundes med hensynet til undervisningen, men bekymringen for børns og unges almindelige trivsel er måske nok så vigtig. Også her bør myndighederne påtage sig en større rolle, efter den folkelige mening.

48 pct. bakker op bag tanken om at "myndighederne bør komme med anbefalinger for, hvor meget børn og unge i forskellige aldre bør bruge deres mobiltelefon". Halvt så mange, 24 pct., er helt eller delvist imod tanken.

Der er også et stort ønske om at forsinke børnenes indtræden i den digitale verden. Det ses i figur 7.5, hvor er spurgt til, hvornår det er passende at unge får deres egen mobiltelefon (den røde streg), og hvornår de bør have adgang til sociale medier (blå streg).

**Figur 7.5****- Den digitale lavalder**

Flertallet synes at børn skal vente til de ca. 12 med at få egen mobil og at de ikke bør lukkes ind på sociale medier før de er 14-15 år.

Spørgeformuleringer: Hvornår er børn, efter din mening, gamle nok til at få deres egen mobiltelefon? OG Ifølge loven må unge først oprette profiler på sociale medier som f.eks. TikTok, når de er fyldt 13 år. Er det en passende aldersgrænse, eller burde den efter din mening være højere eller lavere? Svarmuligheder: Aldre som vist i figuren samt Ved ikke/Ønsker ikke at svare, der er foretrukket af 12-14. pct. I det sidste kunne respondenterne desuden svare: "Jeg synes aldersgrænsen skal afskaffes helt". En mulighed, der blev valgt af 2 pct. Antal svar: 2501.

Kilde: Tryghedsmålingen, september 2025.

Kun 11 pct. finder at børn under ti bør have en mobil. 42 pct. tilslutter sig en debut før 12-års-fødselsdagen, men 44 pct. mener at den bør vente lidt endnu. Ifølge 14 pct. er de 14-årige stadig ikke gamle nok.

Ifølge en undersøgelse fra sommeren 2025 får danske børn i gennemsnit deres første mobil, når de er 8,2 år gamle.⁴

Der er i dag en lovfæstet aldersgrænse på 13 år for, hvornår man må oprette en konto på sociale medier. 5 pct. finder denne grænse for høj, og 2 pct. ønsker aldersgrænsen afskaffet. Det store flertal finder derimod at aldersgrænsen er for lav. Først når den unge bliver en 14-15 år, synes flertallet at tiden er inde.



28%

Tjekker
SoMe
løbende



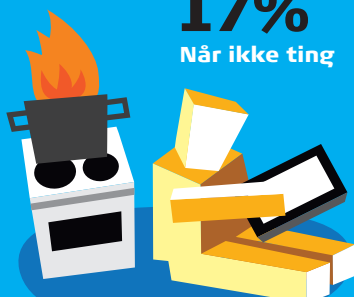
23%

Koncentrationsbesvær



17%

Når ikke ting



11%

Tænker
på den



12%

Tjekker den
om natten



8% Irritabel, når
den mangler



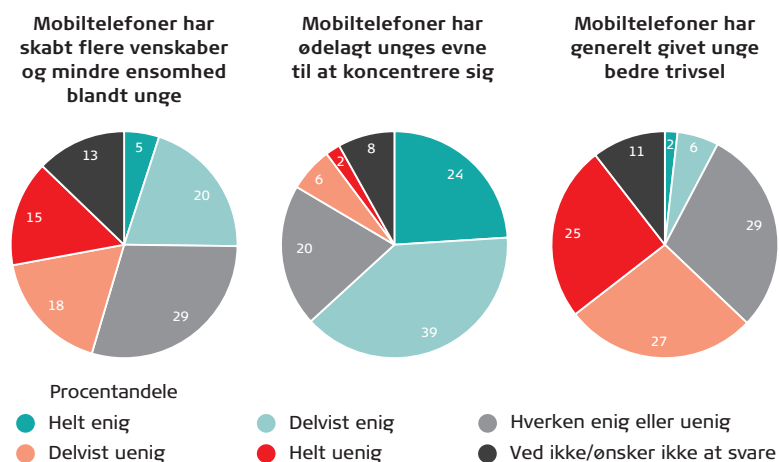
Det ligger langt fra dagens situation. 56 pct. af børn i 4. klasse havde deres debut på sociale medier, før de var fyldt 10 år. 94 pct. har en profil på minimum ét socialt medie udover YouTube, før de fylder 13 år, og tendensen har i de senere år været at børn begynder stadig tidligere.⁵

Et betydeligt flertal i befolkningen opfatter det som en fejludvikling. Selv når der spørges positivt til følgerne af de unges mobil-kultur, er svarene ganske negative.

Det ses i figur 7.6.

Figur 7.6
– Mobilens pris

Der er ikke mange, der synes, at mobiltelefonerne har gjort noget godt for unge.



Spørgeformulering: Hvor enig eller uenig er du i følgende: (Se figuren) 1. Mobiltelefoner har skabt flere venskaber og mindre ensomhed blandt unge. 2. Mobiltelefoner har ødelagt unges evne til at koncentrere sig. 3. Mobiltelefoner har generelt givet unge bedre trivsel. Antal svar: 2501.

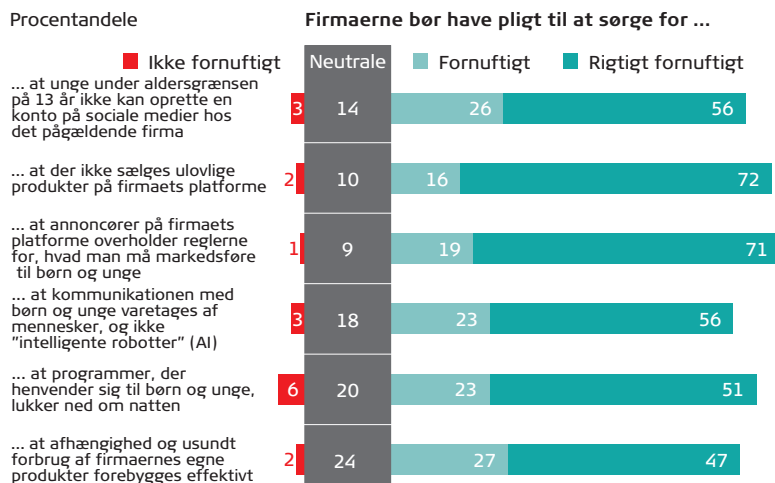
Kilde: Trykghedsmålingen. September 2025.

Firmaernes ansvar

Hvor *mobilismen* i mange år blev set som en udvidelse af friheden og muligheder, er der efterhånden kommet mere fokus på den pris der skal betales – og på de muskuløse penge-interesser bag.

De engang så beundrede Tech-firmaer går nu fra shitstorm til shitstorm. I de senere år er der vokset en række krav frem om en tættere regulering af deres virksomhed, og især når de henvender sig til unge kunder. Vi har prøvet at sammenfatte nogle af de vigtigste i de spørgsmål, der ligger bag figur 7.7.

Spørgsmålet lød, om det er mere eller mindre fornuftigt at stille de nævnte krav til firmaerne.



Figur 7.7

– Krav til tech-firmaer

Massiv opbakning bag vidtgående krav til techfirmaerne.

Spørgeformulering: Det diskuteres om tech-firmaerne bag de sociale medier bør have flere forpligtelser, når de sælger til unge under 18 år. Synes du, at det vil være fornuftigt at pålægge firmaerne en eller flere af de følgende forpligtelser: Firmaerne bør have pligt til at sørge for... (se figuren). Svarskala: 1. Det lyder rigtigt fornuftigt. 2. Det lyder fornuftigt. 3. Det lyder hverken fornuftigt eller ufornuftigt. 4. Det lyder ikke særlig fornuftigt. 5. Det lyder slet ikke fornuftigt. 6. Ved ikke/Ønsker ikke at svare. Neutrale svar er lagt sammen af svarmulighederne 3 og 6. Antal svar: 2501.

Kilde: Tryghedsmålingen. September 2025.

Koncentrationsevnen

Der findes ingen videnskabelige studier af, om der er sket ændringer af koncentrationsevnen blandt unge eller i befolkningen som helhed efter mobil-kulturens fremmarch i starten af 10'erne. Derimod findes der masser af mere "anecdotal evidence", f.eks. om at mere koncentrationskrævende ting som læsning af bøger er under pres. Ser

man på OECD's PISA-undersøgelse af børns matematiske færdigheder (et felt hvor koncentrationsevne virkelig gør en forskel), er færdighederne generelt konstante evt. med små fald frem til 2018. Fra 2018 til 2022 er der for første gang et markant fald, men forløbet matcher umiddelbart langt bedre følgevirkninger af COVID-skolelukningerne.

Det mest karakteristiske er nok at der er så få, der finder forslagene ufornuftige. Når det gælder et krav om at lukke programmer for børn og unge ned om natten, svarer 6 pct. at de ikke finder forslaget rigtigt fornuftigt. I de øvrige spørgsmål er andelen af negative svar 1-3 procent.

Desuden er der kun et enkelt spørgsmål, hvor flertallet *ikke* bruger den mest yderlige svarmulighed "Det lyder rigtig fornuftigt". Når det gælder krav om at håndhæve markedsføringsloven, er vi oppe over 70 pct., der vælger den mulighed. I alle tilfælde er andelen af overvejende enige på mellem 76 og 91 pct. Andelen, der er rubriceret som neutrale ligger mellem 9 og 20 procent.

Det er klart, at spørgeteknikken trækker den vej. Det er f.eks. svært at svare at Tech-firmaerne bør kunne lægge platform til ulovlig handel. Vi har heller ikke gjort opmærksom på de risici, der kan følge af at lægge sig ud med nogle af verdens mægtigste firmaer eller deres politiske allierede. Det kunne måske godt dæmpe lysten til at stille krav til tech-firmaerne. Men der er ingen tvivl om, hvad holdningerne er – eller at de er stærke.

Noter

1. The Smartphone Addiction Scale: Development and Validation of a Short Version for Adolescents, Min Kwon m.fl.
2. Spørgeformulering til figur 7.1: Hvor enig eller uenig er du i de følgende udsagn: 1. Jeg når tit ikke ting, jeg har planlagt, fordi jeg er optaget af noget på mobiltelefonen. 2. Jeg har svært ved at koncentrere mig, fordi jeg bruger min mobiltelefon. 3. Jeg får ondt i håndleddene eller nakken af at bruge min mobiltelefon. 4. Jeg vil ikke kunne holde ud at undvære mobiltelefonen. 5. Når jeg ikke har min mobiltelefon mellem hænderne, bliver jeg utålmodig og irriteret. 6. Jeg har mobilen i tankerne, også når jeg ikke bruger den. 7. Jeg ville aldrig give afkald på min mobiltelefon, selvom det kunne ændre mit liv meget. 8. Jeg tjekker løbende min mobiltelefon for ikke at gå glip af indhold på sociale medier. 9. Jeg bruger tit min mobiltelefon længere, end jeg havde tænkt mig. 10. Folk omkring mig siger, at jeg bruger min mobiltelefon for meget. Svarskala: 1. Helt enig. 2. Delvist enig. 3. Hverken enig eller uenig. 4. Delvist uenig. 5. Helt uenig. 6. Ved ikke/ønsker ikke at svare.
3. Her er genbrugt den velkendte svarskala fra Helt enig til Helt uenig og dannet et simpelt additivt indeks, hvor maksimalt uenig i alle spørgsmål er sat til 0 og maksimalt enig er sat til 100. Metoden er principielt den samme som hos Kwon m.fl. version, men dog forenklet lidt.
4. Ifølge en undersøgelse gennemført af analyseinstituttet Wilke for YouSee får danske børn i gennemsnit deres første mobil, når de er 8,2 år gamle. Undersøgelsen viser også, at det gennemsnitligt sker før forældrene, ønsker det. Ifølge undersøgelsen så forældrene helst, at børnene først fik en telefon, når de blev 10 år. Citeret efter Mobilsiden.dk 20 august 2025.
5. Jf. undersøgelsen "Børns liv med sociale medier." Spørgeskemaundersøgelse til et (tilstræbt) repræsentativt udsnit på 2.153 skolebørn i 4. og 7. klasse. Børns vilkår maj 2024

Kapitel 8

Vi bliver snydt – og skammer os

IT-kriminelle levede indtil for få år siden af at bryde ind på andres netbankkonti eller misbruge deres kort, men højere sikkerhed har fået dem til at søge nye veje.

De mest udbredte svindelmetoder i dag er fup-butikker på nettet, som aldrig leverer hvad de lover. En anden form, der også har fået et vældigt opsving i de sidste år, er de såkaldte "kontaktbedragerier", hvor svindlere kontakter ofre via telefon, mail, sms eller sociale medier og manipulerer dem til at give penge eller værdifulde informationer fra sig.

Ifølge en surveyundersøgelse fra maj 2025, som Forbrugerrådet Tænk gennemførte i samarbejde med TrygFonden, oplyste 34 pct. at de har været udsat for en eller anden form for digital svindel.

Tryghedsmåling 2025 har undersøgt, hvor mange der har oplevet at blive snydt af en leverandør eller af en af de mest udbredte former for kontaktbedrageri, nemlig:

- Falske lån og investeringsmuligheder
- "Bekendt-i-knibe-svindel"
- Kærestesvindel
- Svindleren udgav sig for repræsentere f.eks. ens bank eller en offentlig myndighed

Ifølge en analyse fra politiets Nationalt Center for It-Kriminalitet (NCIK) i februar 2025, eksploderede antallet af anmeldelser af kontaktbedrageri mod privatpersoner fra 2.754 i 2023 til 7.728 anmeldelser i 2024, altså næsten en tredobling. Alene "bekendt i knibe"-svindlen voksede med mere end en faktor 6 fra 2023 til 2024 – 525 anmeldelser mod 3.869 anmeldelser. Samtidig fik politiet færre anmeldelser om misbrug af betalingskort og adgang til betalingstjenester. Flertallet af sager anmeldes dog aldrig.

Unge og mænd bliver snydt mest

I Tryghedsmålingen er der spurgt til nogle de mest udbredte svindelstyper.

I alt 21 pct. oplyser at de enten er blevet snydt af en falsk netbutik, en kontakt-bedrager eller en anden type IT-svindler. Nogle er blevet snydt på mere end en måde.

Ca. halvdelen af de bedragne har oplevet tilfælde, hvor varen ikke blev leveret eller var helt anderledes end sælgeren stillede i udsigt. (Se Infografik side 104).

18 pct. bekræfter, at de mindst en gang har overført penge til nogen, "der senere viste sig at være svindler (-e)".

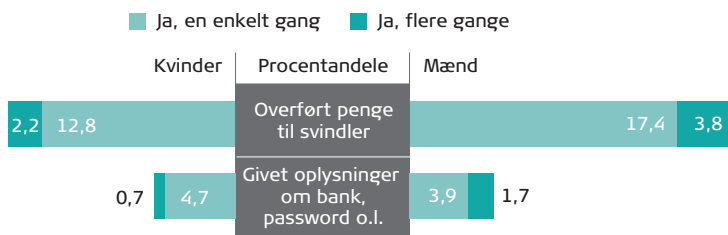
Og 6 pct. har på et tidspunkt har "givet oplysning om f.eks. bankkonto eller password til nogen, der senere viste sig at være svindlere".

Der er ikke større aldersforskel på ofrene. Det er de unge, der hyppigst bliver snydt til at overføre penge til nogle, der viser sig at være svindlere, men forskellen er ret beskeden. Blandt de 20-24-årige er 20 pct. blevet snydt på denne måde en eller flere gange. I aldersgruppen 60+ er det 17 pct. (og en del flere end blandt de unge svarer blankt nej).

Man kunne også tro, de digitalt opdragne generationer ville være mindre tilbøjelige til at oplyse password, bankkonti o.l. til en svindler. Men her er forskellen faktisk lidt større. 15 pct. af de 18-24-årige har ladet sig snyde her, kun 5 pct. af personer over 65 år. Selvom unge bruger internettet mere end ældre, er det alligevel en stor forskel.

Endelig er det nærliggende at forestille sig at mennesker med højere uddannelse er sværere at løbe om hjørner med end personer med kortere skolegang. Det bekræfter tallene *ikke*. På spørgsmålet om at overføre penge er der ingen nævneværdig forskel. Måske er der en svag tendens til at personer, der alene har folkeskole eller studentereksamen, er lidt lettere at få til at røbe password mv., men det bunder formentlig i at gruppen er yngre – jf. ovenfor. Under alle omstændigheder er tal og forskelle små.

En større forskel finder vi, når vi sammenligner svarene fra mænd og kvinder, som i figur 8.1.

**Figur 8.1****- Hvem blev snydt?**

15 pct. af kvinderne og 21 pct. af mændene har ladet sig narre til at overføre penge til en svindler

Spørgeformuleringer: Har du oplevet at overføre penge til nogen, der senere viste sig at være svindler(e)? Har du på et tidspunkt givet oplysning om f.eks. bankkonto eller password til nogen, der senere viste sig at være svindlere? Antal svar: 5005.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

Særligt når det drejer sig om at overføre penge til en svindler, er de fleste ofre mænd, og det samme mønster ses, når vi ser på de forskellige undertyper af svindel, der er spurgt til. 69 pct. af dem, der er blevet lokket ud i falske investeringer, er mænd. Det samme gælder 56 procent af ofrene for kærestesvindler. Endnu mere overraskende er måske at mændene også er i overtal blandt dem, der er oplyst, at de blev snydt i en netbutik.

Tager vi alle de svindeltyper, der er spurgt til, inkl. svarmuligheden "Svindleren brugte en metode, der ikke er nævnt", er 56 pct. af ofrene mænd.

To tredjedele skammer sig

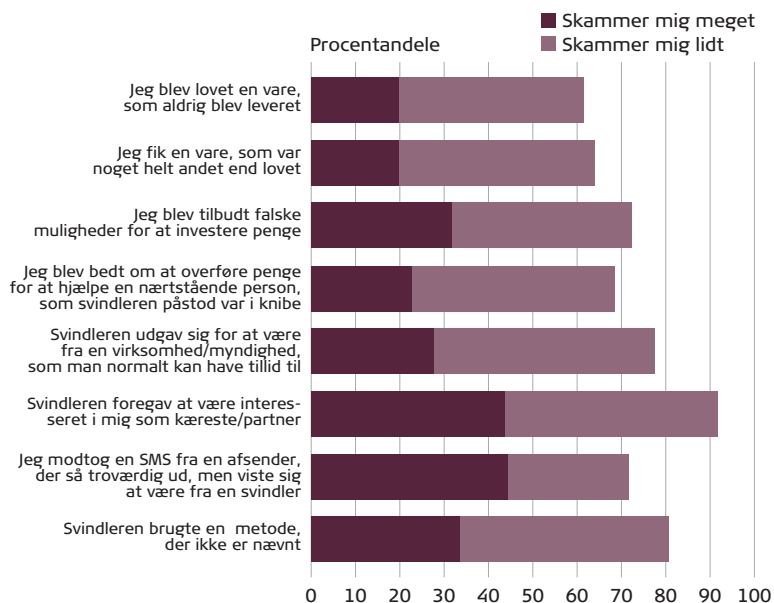
Over halvdelen – 57 pct. – af de tab, svarpersonerne har lidt, er på under 1.000 kroner. For 29 pct. røg tabet op under 10.000 kroner, og for 7 pct. var tabet 10.000-25.000. 8 pct. af ofrene kan eller ønsker ikke at svare på dette spørgsmål, og det er ikke så svært at forstå.

Et ekstra minus ved at blive narret er jo den skam, der ofte følger efter. Modsat de fleste andre forbrydelser føler mange sig ikke bare som uskyldige ofre, men også som mere eller mindre medskyldig: *Havde jeg dog bare...*

Der er dog ikke alle svindelformer, som er lige beskæmmende, som det ses i svarene fra de 1038 ofre i undersøgelsen – jf. figur 8.2.

Figur 8.2
– Skamfølelsen

Ni ud af ti af ofre for kærestesvindler skammer sig over det.



Spørgeformulering: Følte du skam over at være blevet narret af en svindler? Svarmuligheder: Ja, meget. Ja, lidt. Nej. Ved ikke. Antal svar: 1038.

Kilde: Trykghedsmåling 2025.

Mest pinligt – eller pinagtigt – er det at blive offer for datingsvindler, som det kun er 8 pct. af de 58 personer, der har svaret på spørgsmålet, som slet ikke skammer sig over. 44 pct. skammer sig meget.

Samme andel er dog meget skamfulde over at være hoppet på en falsk SMS og videre ind i den fælde, svindlere havde lagt ud. Og er man blevet *outsmarted* af en falsk investor, er skammen også relativt stor.

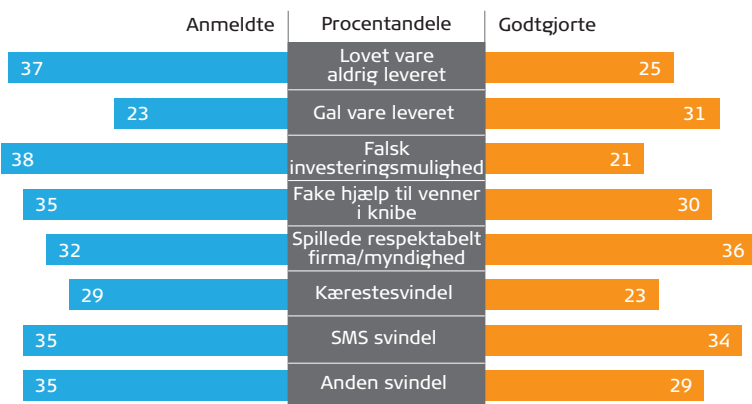
Retfærdighed igen

Det hører også med til billedet at sagerne indimellem ender godt, f.eks. med en godtgørelse. Det gælder samlet set 29 pct., der endte med at få pengene igen. Om det var banken, der holdt dem skadesløse, eller de selv måtte i aktion, melder historien ikke noget om.

I nogle tilfælde er det antagelig sket med politiets mellemkomst, men svarene bekræfter også, at det er de færreste af svindelsagerne, der optræder i politiets statistikker. I gennemsnit blev 33 pct. anmeldt til politiet.

I øvrigt er der flest (41 pct.) anmeldelser fra de ofre, der skammede sig mest – selvom ofrene for kærestesvindel trækker gennemsnittet ned.

I figur 8.3 ses de procentandele, der hhv. politianmeldte og modtog en godtgørelse.



Figur 8.3

– Anmeldt og godtgjort svindel

Kun ca en tredjedel af kontaktbedragerierne meldes til politiet.

Spørgeformuleringer: Anmeldte du svindlen til politiet? OG Har du opnået nogen form for godtgørelse/erstatning eller tilbagebetaling for det tab, du har haft? Svarmuligheder 1. Ja. 2. Nej. 3. Husker ikke/Ønsker ikke at svare. Antal svar: 1038.

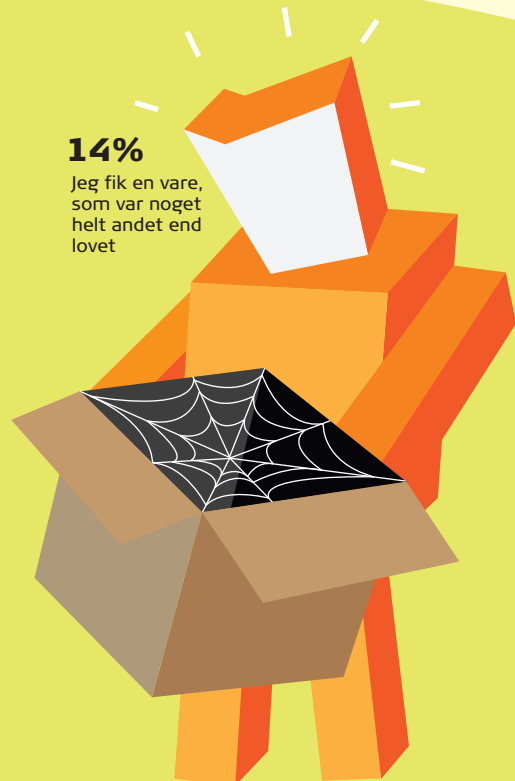
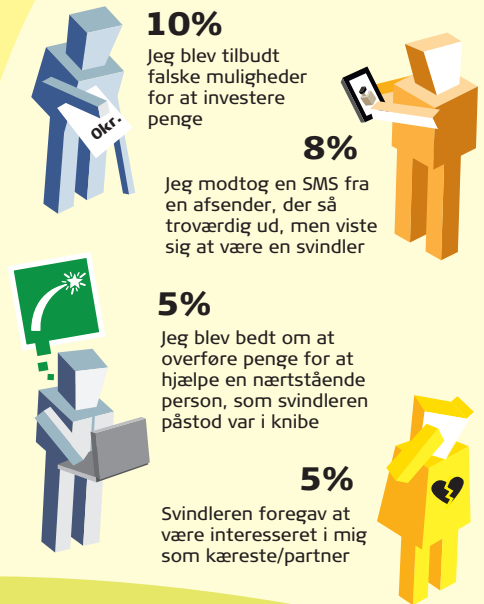
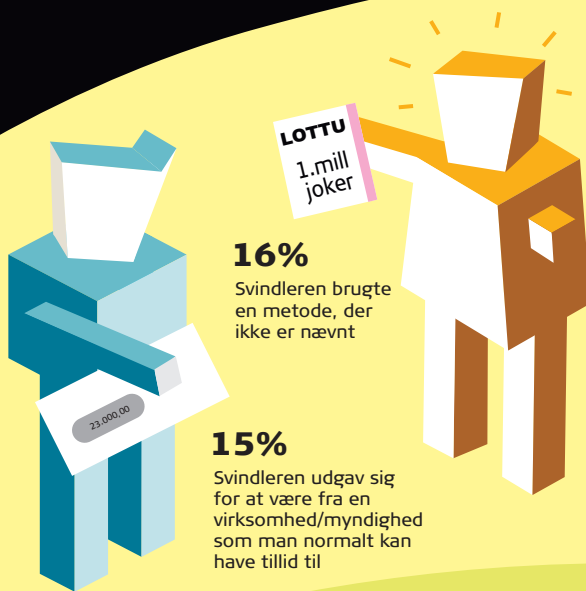
Kilde: Tryghedsmåling 2025.

Flest anmeldelser finder vi over investeringsscams og lignende, hvor 38 pct. gik til politiet. Laveste andel finder vi hos dem, der ikke modtog det de regnede med at have købt på nettet – 23 pct.

Det sidste er også et af de to steder i figuren, hvor andelen af anmeldelser er lavere end andelen af godtgørelser. Det er med andre ord ikke i alle tilfælde politiets indgriben, der betød at ofrene fik deres ret (eller i hvert fald kompensation).

Om ofrene har truet med politi, kan vi ikke vide.

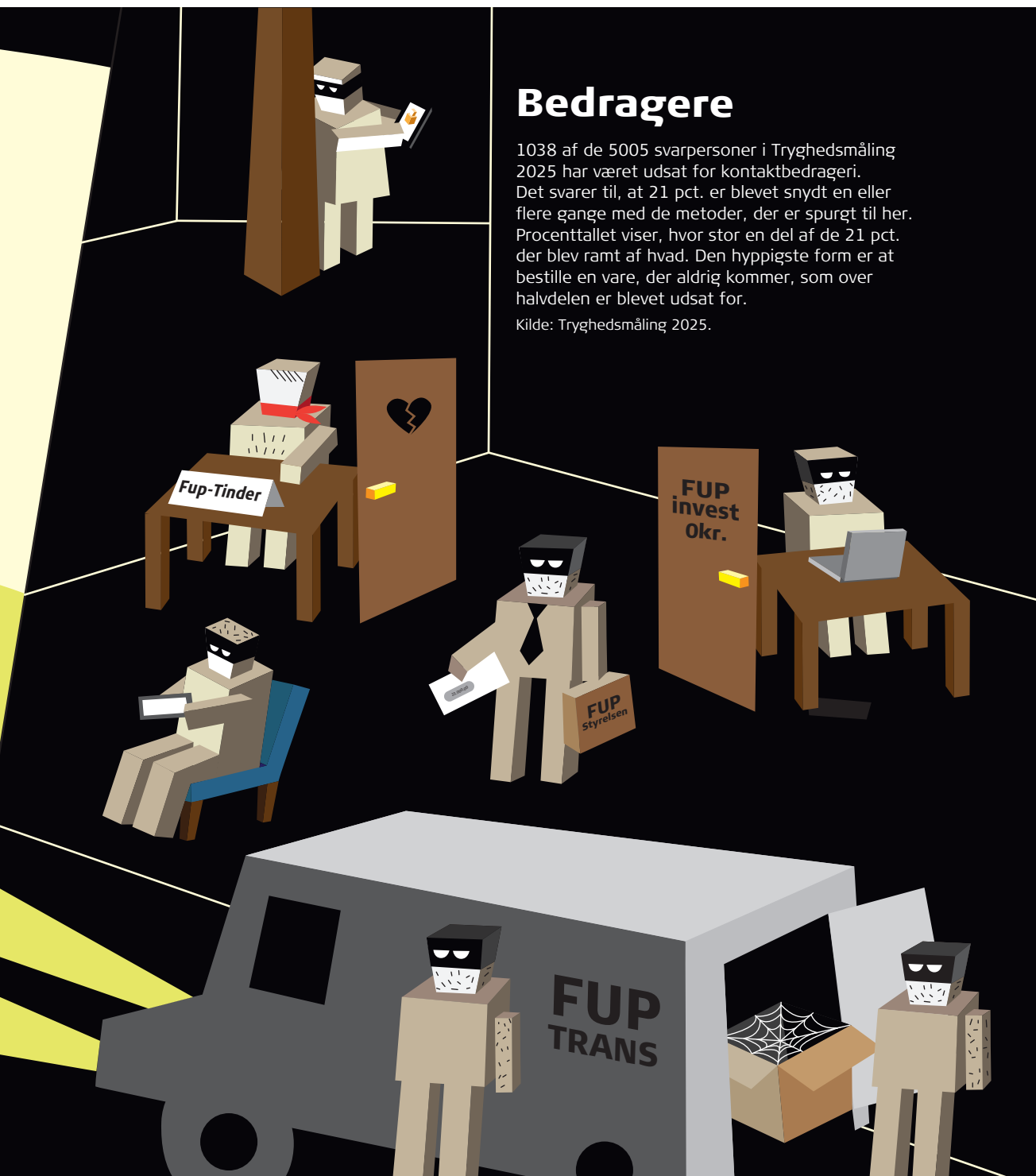
Tilfredsheden med politiets indsats ved anmeldelser er i øvrigt ikke udelte: Nøjagtigt lige mange – 38 pct. – var tilfredse som utilfredse med politiets behandling af sagen. Lidt flere var helt utilfredse (23 pct.) end helt tilfredse (15 pct.) med behandlingen hos politiet.



Bedragere

1038 af de 5005 svarpersoner i Tryghedsmåling 2025 har været udsat for kontaktbedrageri. Det svarer til, at 21 pct. er blevet snydt en eller flere gange med de metoder, der er spurgt til her. Procenttallet viser, hvor stor en del af de 21 pct. der blev ramt af hvad. Den hyppigste form er at bestille en vare, der aldrig kommer, som over halvdelen er blevet udsat for.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.





Kapitel 9

Den demokratiske selvtillid

Oplever folk i Danmark at de kan gøre en politisk forskel?

Spørgsmålet er et af de centrale i den debat om demokratiets tilstand, som Folketinget satte på dagsordenen i 2022 med beslutningen om at gennemføre en ny magtudredning. Partierne var ret enige om, at der er sket noget med den måde, dansk politik bliver til på, bl.a. på grund af voksende kompleksitet og tempo, nye teknologier og sociale medier. Nu skal forskere kaste lys over mere og mindre kendte beslutningsgange på Slotsholmen og ned i de indflydelseskanaler, der omgiver den. Men også over borgernes mulighed for at gøre sig gældende.

Tryghedsmålingen har stillet en række spørgsmål, der belyser borgernes syn på deres egen rolle, deres komplicerede forhold til de folkevalgte og deres overordnede bedømmelse af demokratiets tilstand. Svarene rapporteres i dette og de to følgende kapitler. Først spørgsmålet om, hvordan det går med den politiske selvtillid hos befolkningen i Danmark.

Mål for selvtilliden

Den politiske selvtillid er ikke så enkel at måle. F.eks. kan man godt tro på sine muligheder for at stikke en kæp i hjulet på en lokal beslutning, men tvivle mere på sine muligheder for at flytte på Mette Frederiksen eller Ursula von der Leyen.

Forskere har også gennem tiden skelnet mellem borgernes kompetence til at blande sig på den ene side, og på den anden side borgernes tro på at de faktisk kan rokke ved systemets beslutninger. Samtidig er "systemet" i virkeligheden flere systemer med forskellige muligheder for borgere, der vil sætte et aftryk. Det er illustreret i figur 9.1.

Figur 9.1**– Borgerens fingeraftryk**

Borgerenes tillid til at de kan sætte aftryk på den politiske proces betegnes i politologiske forskning som *politisk efficacy*. Begrebet er uddybet i i note 11 efter næste kapitel (side 154).



Figurforklaring: Figuren skelner mellem borgerens kompetence til at forstå politik og handle politisk (intern efficacy) og tilliden til systemets lydhørhed (eller responsivitet), hvor borgerne vil gøre deres indflydelse gældende (ekstern efficacy).

Kilde: *Hvad folket magter. Demokrati, magt og afmagt*. Jørgen Goul Andersen, Lars Torpe, Johannes Andersen. Jurist- og Økonomforbundets Forlag, 2000.

I det følgende ser vi på de forskellige aspekter et for et – sådan som de ser ud med befolkningens øjne. De første afsnit drejer sig om borgernes viden om og forståelse af politik og deres kompetence til at gøre sig gældende. Derefter ser vi på borgernes oplevelse af, om de har nogen som helst virkning, hvis de åbner munden over for kommunen, landspolitikerne, EU-strukturen eller i offentligheden.

Forståelse og stillingtagen

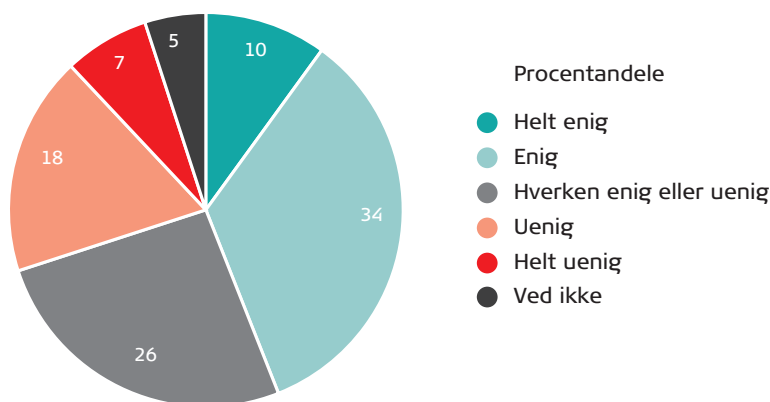
Viden er magt. Hvis borgerne ikke ved hvad der foregår, er de magtesløse. Svarpersonerne er derfor blevet bedt om at tage stilling til udsagnet: Undertiden er politik så indviklet, at folk som jeg ikke rigtig kan forstå hvad der foregår.

Et relativt flertal på 42 pct. bekræfter, at de undertiden må give op. 27 pct. er uenige, heraf er 7 pct. *helt* uenige i påstanden, og mener altså ikke., at de har forståelsesproblemer. En lille tredjedel svarer hverken eller hhv. ved ikke.

Samme spørgsmål er blevet stillet mange gange siden det for første gang var med i i universiteternes Valgundersøgelse i 1971. Dengang var det en massiv overvægt på 80 pct., der meldte, at politik undertiden var for indviklet til at de kunne følge med. Siden er andelen faldet kraftigt, og i 2011 var der for første gang et relativt flertal, der afviste, at de politiske diskussioner undertiden går hen over hovedet på dem.

De nuværende generationer af borgere oplever altså i langt højere grad end deres forgængere for et par generationer tilbage, at de kan være med. Der er også tegn på, at stadig flere er interesserede i politik end f.eks. før årtusindskiftet. Derimod diskuterer fagfolk, om den positive udvikling er gået i stå eller om den fortsatte efter 2011. Desværre kan vi - af forskellige metodiske grunde - ikke bare sætte tryghedsmålingens tal i forlængelse af de ældre tal og afgøre sagen.

Men viden er selvfølgelig ikke nok. Man skal også kunne tage stilling til de spørgsmål, der diskuteres politisk. Det er blevet testet med det spørgsmål, der er gengivet i figur 9.2:



Figur 9.2
- Hvor svært kan det være?

De færreste siger, at de har svært ved at tage stilling til politik, men mange tager ikke stilling til spørgsmålet.

Spørgeformulering: Gennemgående synes jeg egentlig ikke, det er så svært at tage stilling til politiske spørgsmål. Antal svar: 1652.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

44 pct. har gennemgående ikke svært ved at tage stilling, og 10 pct. er helt enige i udsagnet. Omvendt har 25 pct. gennemgående mindre let ved at finde ud af, hvad de skal mene om politiske spørgsmål. 7 pct. er helt uenige. En lille tredjedel svarer, at de hverken er enig eller uenige hhv. ved-ikke. Vi har helt sammenlignelige målinger fra YouGov fra 2011, 2015 og 2019 med praktisk taget samme resultat.

Tre slags politisk viden

Når man bliver spurgt, om man forstår politiske spørgsmål, vil mange Når man bliver spurgt, om man forstår politiske spørgsmål, vil mange formodentlig tænke på den måde politik behandles i medierne, hvor fokus typisk er på Christiansborg. Men politik udøves også på andre planer – først og fremmest i kommunen og i EU.

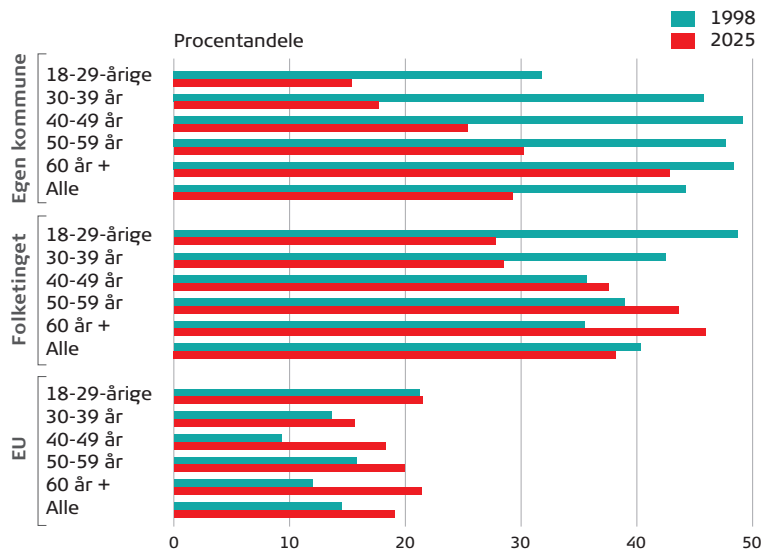
Tryghedsmålingen har spurgt, om svarpersonerne finder at de kan tage stilling "til det, der foregår", og sammenlignet med svarene en lille generation tilbage.

I figur 9.3 ses svarene på de tre områder.

Svarene er opdelt efter alder – for udviklingen er markant forskellig i forskellige aldersgrupper.

Figur 9.3
– Informationsniveauet

4 ud af 10 er godt med i landspolitikken, 3 ud af 10 er godt med kommunalpolitisk. 2 ud af 10 kan tage stilling til EU-politik.



Spørgelformulering: Vil du sige, at du generelt har tilstrækkelig viden til at kunne tage stilling til det, der foregår, eller vil du sige, at du ikke ved nok, når det gælder: 1. ...det, der sker i kommunalpolitik her i din kommune? 2 ...det, der sker i Folketinget? 3 ...det, der foregår i EU? Svarmuligheder: 1. Jeg har tilstrækkelig viden. 2. Jeg ved ikke nok. 3. Ved ikke. NB: I 1998 sagde man *De* til respondenterne. Antal svar i 2025: 3354.

Kilde: Medborgerskabsundersøgelse fra Demokratiprojektet 1998 og Tryghedsmåling 2025 (juni).

Kendskabet til kommunalpolitik – som det er målt her - er næsten halveret hos kvinderne, og det gået betydeligt tilbage i alle aldersgrupper. Hos folk i 30'erne havde 46 pct. viden nok til at forstå, hvad der blev drøftet kommunalpolitisk i 1998. I 2025 gælder det 18 pct. – knap to tredjedele er faldet fra. Blandt unge under 40 er det i dag færre end 20 pct., der oplever at de ved nok til at tage stilling lokalt.

Bag udviklingen ligger bl.a. reformen af den kommunale struktur i 2007. I 1998 var der ikke så langt til Rådhuset i Danmarks dengang 275 kommuner, og mange flere havde et byrådsmedlem i nabolaget. Det er også muligt at medieudviklingen kan have svækket interessen for det lokale, bl.a. hos unge.

I landspolitikken er tilbagegangen langt mindre når vi tager hele befolkningen, men det dækker over en kraftig aldersforskydning: Betydeligt flere i generationerne over 50 og navnlig over 60 oplever at de ved nok til at tage stilling til de landspolitiske spørgsmål. Blandt aldersgrupperne under 40 er der omvendt markant flere, der har problemer med velinformeret stillingtagen. Når det gælder EU er andelen af velinformerede vokset.

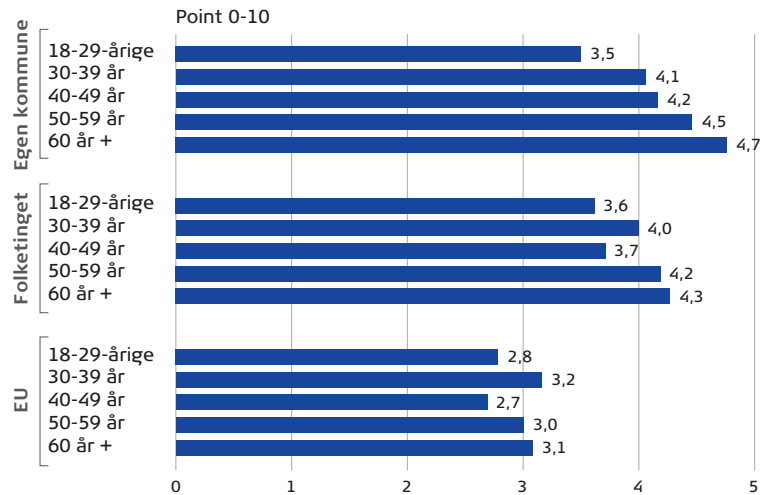
Politisk knowhow

Ét er at kunne tale med og tage stilling. Et ganske andet er at vide, hvordan man gør sig gældende i politiske sager, man går op i. Oplever borgerne at de har denne viden?

I spørgsmålet bag figur 9.4 er der spurgt til, om svarpersonerne ved hvordan de skal bære sig ad, hvis de ønsker at påvirke beslutninger. Figuren er opdelt i forskellige politiske arenaer – fra kommunalbestyrelsen over Folketinget til EU (nederst).

Figur 9.4**– Ved du hvordan du påvirker?**

Der er stadig størst viden om, hvordan man påvirker politisk på kommunalt plan. Det gælder dog ikke dem under 30.



Spørgsmålsformulering: Lad os forstille os, at du stærkt ønskede at påvirke en beslutning på et af de følgende områder. På en skala fra 0-10, tror du så, du kunne finde ud af, hvordan du skulle gå frem, og hvad du skulle gøre, hvis du ønskede at påvirke ... 1. ... en beslutning, der skulle træffes i kommunalbestyrelsen. 2. ... en beslutning, der skulle træffes i Folketinget. 3. ... en beslutning, der skulle træffes i EU. 5. ... en beslutning, der skulle træffes på den skole, hvor dine børn går. Svar-skala 0 = Ved slet ikke hvad jeg skulle gøre. 10 = Ved præcist hvad jeg skulle gøre. Antal svar: 2501.

Kilde: Tryghedsmåling. September 2025.

Der er nok ikke mange uden for de professionelle aktørers rækker, der vil vove at svare 9, endsige 10, på denne skala. De færreste føler sig *meget* sikre på hvordan de opnår indflydelse. Gennemsnittet er under middelværdien 5 point.

Størst er selvtilliden, når der spørges til svarpersonernes kendskab til, hvordan de får kommunalpolitisk indflydelse. Hele 44 pct. har givet mellem 0 og 4 point og har altså forholdsvis beskeden selvtillid, også når det gælder kommunalpolitik.

Det kommunale område er samtidig det eneste, hvor selvtilliden til den politiske *knowhow* er gået tilbage hos vælgerne siden år 2000, da gennemsnittet var 5,2 – mod 4,3 point i 2025. Der er til gengæld lidt større tiltro til at man kender spillets regler i folketingspolitikken – gennemsnittet er gået op fra 3,8 i år 2000 til 4,0 nu. Når det gælder EU er selvtilliden også øget – markant, men til et lavt niveau – fra 2,5 til 3,0.

Aldersmæssigt er forskellene små. Størst, når det gælder kommunalpolitikken, som de unge typisk ikke ved hvordan de kan påvirke – selvom det er lykkedes ved de sidste par valg at motivere flere af dem til at stemme. Det hænger antageligt sammen med en beskeden interesse for kommunale spørgsmål blandt de yngste svarpersoner, der har færre aktuelle berøringspunkter med lokale daginstitutioner, skoler eller anden offentlig service. De unge er også under gennemsnittet på de to øvrige spørgsmål, men forskellen er ikke signifikant, når det gælder EU, og ikke stor, når det gælder Folketinget.

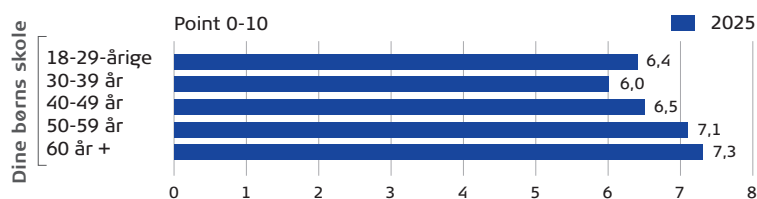
Forskellen mellem mænds og kvinders selvtillid er også beskeden på dette punkt, selvom lidt flere mænd end kvinder regner med, at de ved hvad der skal til for at få indflydelse.

Dog finder vi en lille (og insignifikant) forskel i kvinders favør, når vi spørger forældre til skolebørn, om de ved hvordan de øver indflydelse på deres børns skole.

Det lille demokrati

En fjerde form for demokrati kaldes ofte – med inspiration fra de svenske magtudredninger – for "det lille demokrati". Det er det, vi udøver i velfærdsinstitutionerne – formelt og uformelt – og det har historisk været lidt af en nordisk specialitet.

I Tryghedsmålingen er der spurgt om skoledemokratiet, og spørgsmålet er stilet til forældre med børn i skolealderen.



Figur 9.5
– Børnenes skole

Der er markant større tiltro til egne muligheder for at påvirke forhold på børnenes skole end fx i forhold i kommunen.

Spørgeramme som 9.4, dog med formuleringen: ... en beslutning, der skulle træffes på den skole, hvor dine børn går. Spørgsmålet er kun stillet til personer med skolebørn i huset. Antal svar: 538.

Kilde: Tryghedsmåling. September 2025.

Figuren viser at der er *markant* forskel på den "politiske *knowhow*" mellem institutionsniveauet og alle de andre.

Målt på gennemsnit finder vi 6,4 point for forældre til skolebørn, altså mere end to point højere end for kommunalpolitikken. Der er dog også her 18 pct., der er usikre på hvordan de gør deres indflydelse gældende (dvs. giver 0-4 point).

Det er også her, vi finder de mindste sociale forskelle – selvom der ofte har været fokus på, at den sociale skæve sammensætning af skolebestyrelser mv. Det ses også i andre undersøgelser: Når det kommer til velfærdsinstitutionerne, er selv de ressourcetsvage i stand til at blande sig. Det er ikke tilfældet i så mange lande.

... Men bliver man hørt?

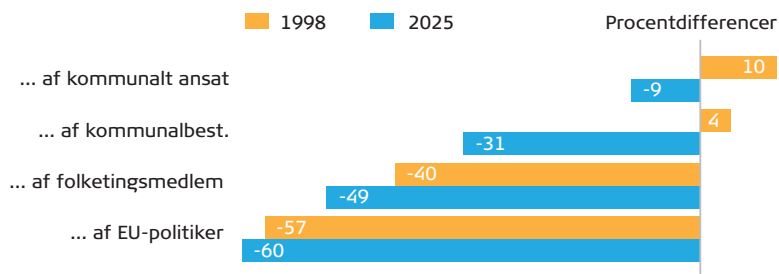
Det er godt at man kan komme til orde, men ikke hvis det bliver ved ordene. Borgernes egne videns- og handleressourcer er ikke meget værd, hvis ikke også de tror at de kan blive hørt og taget alvorligt af dem, der i sidste ende bestemmer – om det så er ansatte i kommunen, medlemmer af kommunalbestyrelsen og Folketinget eller EU-politikere.

Det var det, der i figuren først i kapitlet blev betegnet som den *eksterne efficacy*.

Spørgsmål og svar kan ses i figur 9.6. Her er de negative svar trukket fra de positive, dvs. dem, der er regner med at de tages seriøst. Her er også sket en udvikling fra 1998 til 2025, der kan ses i forskellen mellem de blå og de gule søjler.

Når det gælder borgernes opfattelse af deres egne muligheder for at blive hørt af politikere og myndigheder, er spørgsmålsformuleringerne i 1998 og 2025 næsten identiske.¹

Det er svarene ikke. Når der spørges til vurderingen af, om man bliver taget seriøst af ansatte eller politikere i kommunen, er der tale om en voldsom tilbagegang – der svarer godt til den oplevelse af reduceret viden om kommunen, vi så ovenfor.

**Figur 9.6****- At blive taget alvorligt ...**

Markant færre end i 1998 regner med at blive taget alvorligt af beslutningstagere. Især troen på ens påvirkningskraft vs. kommunen gået meget tilbage.

Spørgeformulering: Hvor stor tillid du har til, at der vil blive lyttet seriøst til det, du siger i forskellige situationer. Hvor stor tillid har du til, at der vil blive lyttet seriøst til det, du siger.....1. ...hvis du henvender dig til rådhuset eller kommunekontoret med en sag, der angår dig og din familie? 2. ...hvis du henvender dig til et medlem af kommunalbestyrelsen for at fremføre nogle synspunkter? 3. ...hvis du henvender dig til en folketingspolitiker for at fremføre nogle synspunkter? 4. ...hvis du henvender dig til en EU-politiker for at fremføre nogle synspunkter? Svarskala: 1.Meget stor tillid. 2. Ret stor tillid. 3. Ret lille tillid. 4.Meget lille tillid. 5. Ved ikke. Procentandelene Ret lille, meget lille/Slet ingen er trukket fra Meget stor/Ret stor.

Kilde Tryghedsmåling 2025.

Kommunerne fremhæver ofte selv, at de er tætte på borgerne. Det spores også her. Men borgerne er tydeligvis ikke kommet tættere på det kommunale beslutningssystem, tværtimod. Afstanden til Christiansborg er fortsat større end til rådhuset, og også den afstand er vokset siden 1998. Men tiltroen til at man kan få landspolitikerne i tale er faldet mindre dramatisk end tiltroen til at man kan gøre indtryk lokalpolitisk. Afstanden til EU's beslutningsprocesser er ungefær den samme som i 1998 – og (ikke overraskende) meget stor.

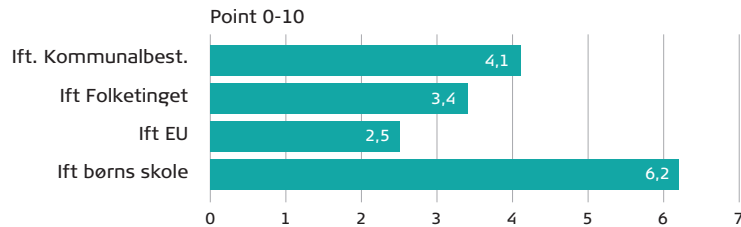
Kan vi flytte noget?

Heldigvis optræder man jo ikke altid som en enmandshær. Man kan gå sammen med andre for at få taget en sag op politisk – eller i de velfærdsinstitutioner, man bruger.

I figur 9.8 er der spurgt, hvordan svarpersonen i sådan et tilfælde vurderer muligheden for at opnå resultater – igen er der skelnet mellem kommunalbestyrelsen, Folketinget, EU og børnenes skole.

Figur 9.7**– Giver det resultater?**

Jo større afstand, jo mindre påvkningskraft.. Men selv når det gælder EU er der en vis tro på muligheden for indflydelse.



Spørgeformulering: Hvor meget tror du, at du ville få ud af det, hvis du sammen med andre ville prøve at påvirke en beslutning, som du havde et stærkt ønske om at påvirke på en skala fra 0 til 10, hvor 0 betyder "ville slet ikke få noget ud af det" og 10 betyder "ville få rigtig meget ud af det" 1. ... en beslutning, der skulle træffes i kommunalbestyrelsen. 2. ... en beslutning, der skulle træffes i Folketinget. 3. ... en beslutning, der skulle træffes i EU. 4. ... en beslutning, der skulle træffes på den skole, hvor dine børn går. Antal svar: 2501, dog kun 538 skolebørnsforældre på skolespørgsmålet.

Kilde: Trykghedsmåling, september 2025.

Folk oplever at det nytter at gøre noget på institutionsniveau – i hvert fald på skolen. Det nytter også nogle gange på kommunalt niveau, men gennemsnittet er pænt under 5.

I forhold til Folketinget er gennemsnittet kun 3,42, og det ryger helt ned på 2,49 når det gælder EU. Det sidste er naturligvis ikke overraskende – EU er stort.

Kommunalt giver 45 pct. af svarpersonerne mellem 0 og 4 point til deres egen evne til at øge indflydelse sammen med andre. 30 pct. ligger mellem 5 og 10. 56 pct. regner ikke med at få resultater (0-4 point) ud af at gå til Folketinget, mens 21 pct. giver 6-10 point. 66 pct. anser mulighederne for at påvirke EU som ringe – det samme gælder 20 pct., når det gælder mulighed for at ændre forhold på børnenes skole sammen med andre.

Er det meget eller lidt? Spørgsmålet svarer til det berømte om glasset, der enten kan være halvt fuldt eller tomt. Det er jo tydeligt nok at meget store andele ikke tror meget på, at de kan rokke særlig meget – bortset fra på institutionsniveau. På den anden side regner det store flertal med, at de i det mindste kan påvirke *noget* sammen med andre. De har ikke givet deres egne indflydelsesmuligheder 0 på skalaen.

Vi finder også her at mænd har større tiltro end kvinder til deres muligheder for at ændre på tingene sammen med andre. Forskellene er dog små. Kun akkurat signifikant, når det gælder kommunalbestyrelsen, og lidt mere sikker, når det gælder Folketinget.

Når det gælder tiltroen til muligheden for at ændre på forhold på børnenes skole sammen med andre, er kvinderne lidt mere optimistiske end mændene, men forskellen er ikke statistisk sikker.

Hensyn til de berørte

Når man er berørt af en beslutning, kan man gøre krav på særlige hensyn fra dem, der tager beslutningerne. Men kan man også regne med at det sker? Eller er det lige så sandsynligt at man bliver tromlet ned, hvis beslutningstagerne synes at der skal gøres plads til f.eks. en ny vej?

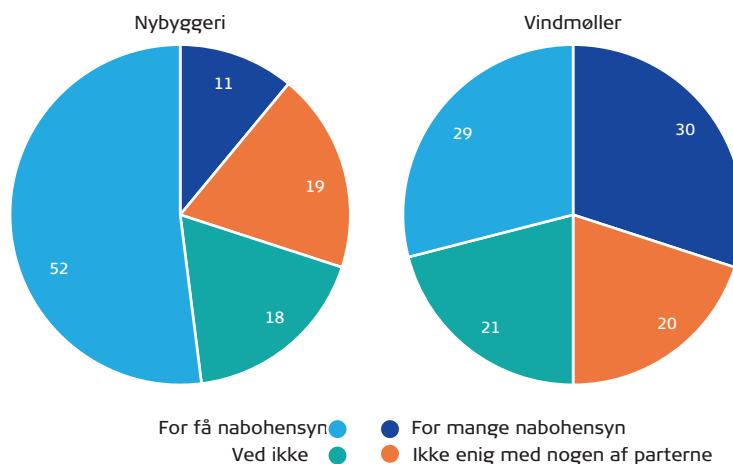
Det forsøger vi at teste ved at spørge, om der "typisk" bliver taget for lidt eller for meget hensyn til naboer mfl., når det offentlige sætter gang i nybyggeri generelt.

Et spørgsmål som dette kan lægge op til automatsvar: Man vil pr. instinkt helst holde med borgeren, og fra medierne kender de fleste eksempler på sager hvor de berørte borgere blev udsat for store gener på grund af et offentligt byggeprojekt.

Derfor er spørgsmålet kun stillet til en del af svarpersonerne, mens en anden del i stedet blev spurgt, om der tages for meget eller lidt hensyn til naboer mv., *når der opsættes vindmøller*. Tidligere tryghedsmålinger har vist, at der er stor opbakning til flere vindmøller. I Tryghedsmåling 2024 var 63 pct. mere eller mindre enige i at "det er OK for mig, at der sættes vindmøller op i nærheden af, hvor jeg bor". Der er da også betydelig forskel på svarene på de to spørgsmål i figur 9.8.

Figur 9.8
– Nabo- og andre hensyn

Et stort flertal af borgerne ser pessimistisk på mulighederne for dialog med beslutningstagerne på både kommunalt og nationalt niveau.



Spørgeformulering: Er du mest enig med A eller B følgende diskussion? Vælg det svar du er mest enig med, også selvom du ikke er helt enig med nogen af dem. Figuren Nybyggeri: A siger: Der tages typisk for lidt hensyn til beboere i området, når det offentlige sætter større nybyggerier i gang. B siger: Der tages typisk for meget hensyn til naboer mv, når det offentlige sætter gang i vigtige byggeprojekter. Figuren Vindmøller: A siger: Der tages typisk for lidt hensyn til de borgere, der er berørt, når det offentlige giver tilladelse til at opsætte vindmøller. B siger: Der tages typisk for meget hensyn til naboer mv., når der skal tages beslutning om at sætte vindmøller op.

I begge spørgsmål er svarmulighederne: Er du: 1. Mest enig med A. 2. Mest enig med B. 3. Ikke enig med nogen af parterne. 4. Ved ikke. Antal besvarelser: 1665/1689.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

Der er næsten tre gange flere, der synes at der tages overdrevne hensyn til naboerne når der spørges til udbygning af vindenergi, som når det spørges helt generelt. En lille tredjedel finder også her at beslutningstagerne lytter for dårligt. En anden lille tredjedel synes, at borgernes indflydelse på de kollektive beslutninger i dette tilfælde går for vidt, og at beslutningstagerne i højere grad bør overhøre borgerprotester.

Forklaringen er at de ser positivt på vindkraften. Når vi støtter en beslutning, føler vi os hørt. Når vi er imod den, synes vi at de andre tromler. Den demokratiske selvtillid er med andre ord også et spørgsmål om politisk indstilling.

Sammenfattet

Selvom der er vigtige nuancer i vores billede, er der ikke tvivl om hovedkonklusionerne: Befolkningens demokratiske selvtillid har det ikke særlig godt, idet hovedparten af borgerne:

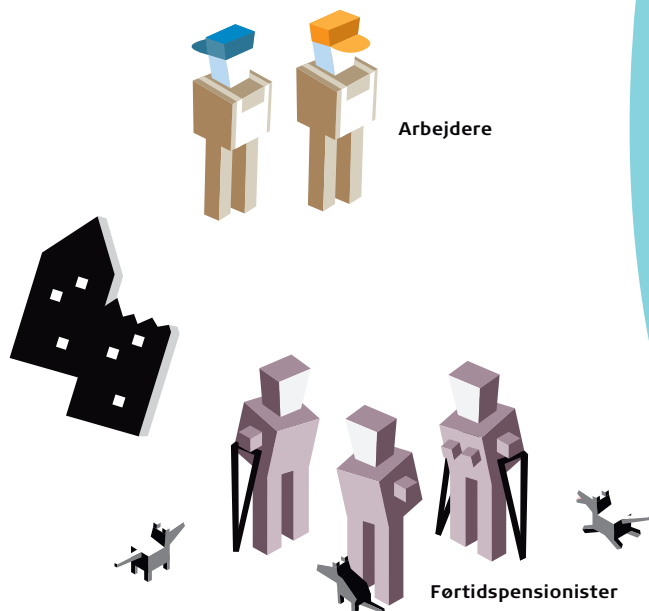
- ikke har let ved at forstå de politiske diskussioner, uanset om det er kommunens, Folketingets eller EU's,
- ikke ved hvordan de skal gøre sig gældende i nogen af de tre arenaer,
- ikke tror at de vil blive taget alvorligt, hvis de henvender sig,
- ikke regner med at kunne påvirke beslutninger sammen med andre i hverken den lokale, den nationale eller den europæiske sammenhæng.

Vi finder en markant tilbagegang i politisk selvtillid hos de yngre under 40, når vi sammenligner med de samme aldersgrupper for ca. 25 år siden. De unge og yngre er mindre sikre på deres viden om de politiske sager, men også mere usikre på hvordan de skal bære sig ad med at præge demokratiske beslutninger. Det er både vidensressourcer og handleressourcer, det kniber med. Og deres tiltro til, at de kan gøre et effektivt indtryk er på de fleste områder gået tilbage.

Den mest massive reduktion ser vi i borgernes tiltro til at de kan være med i det kommunale demokrati, og her særligt yngre borgeres. Det er tydeligt – hvad vi også ved fra andre undersøgelser – at struktur-reformen har bragt kommunalpolitikere længere væk fra borgerne. Det er bl.a. værd at bemærke, fordi det er her (og i velfærdsinstitutionerne) at langt de fleste borgere høster erfaringer med, hvad det vil sige at være aktive demokrater. Det er dog et lyspunkt, at den demokratiske selvtillid på institutionsniveau ser ud til at have det ganske godt.

Et stort flertal af borgere er ikke imponerede over hverken kommunens eller regeringens vilje/evne til at inddrage borgerne i dialog om hverken de store spørgsmål eller dem, der vedrører borgerne mere konkret.

Det er nærliggende at tro at det kan smitte af på befolkningens tillid til politikerne, så det går vi videre med i næste kapitel.

I HØJ GRAD UDENFOR**I NOGEN GRAD UDENFOR**

Udenforskab

Hvordan er den sociale sammensætning af dem, der oplever at de er uden for samfundet? Figuren viser, hvem, der især indgår blandt dem, der ser sig som uden for samfundet i mindre grad, nogen grad og høj grad.

Arbejderne er den største af de grupper, der oplever, at de er uden for samfundet "i mindre grad" (24 pct.), mens næststørste gruppe består af funktionærer (20 pct.) efterfulgt af folkepensionister (18 pct.), syge/ledige (10 pct.) og førtidspensionister (8 pct.). I gruppen, der er udenfor "i nogen grad" er fordelingen: Arbejdere (25 pct.), funktionærer (15 pct.), Førtidspensionister (15 pct.), syge og ledige (13 pct.) og folkepensionister (12 pct.). I gruppen yderst er 33 pct. på førtidspension, 23 pct. er arbejdere, 13 pct. er syge og ledige inkl. fleksjobber.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.



Noter

1. Men svarkategorierne er ikke fuldstændigt ens: I 1998 indgik svarkategorien "slet ingen" med henblik på at identificere dem, der følte sig *helt* magtesløse.

Logisk set burde de, der ville have svaret "slet ingen tillid", vælge svarkategorien "meget lille tillid" i 2025. Og i værste fald er det i tre ud af fire tilfælde en temmelig lille gruppe, der ikke burde forrykke resultatet. Således var der kun 3 pct. der udtrykte "slet ingen tillid" ift. kommunekontoret (henvendelse med privat sag). Og kun hhv. 4 pct. og 14 pct., når det gjaldt henvendelse til medlem af kommunalbestyrelsen eller en MF'er "for at fremføre nogle synspunkter". Først med henvendelse til EU-politiker blev cifrene store, idet 28 pct. "slet ikke" havde tillid til at der ville blive lyttet.

Man kan dog ikke helt udelukke, at der kan være en slags "midtpunktseffekt", hvor skalaens udstrækning/indskrænkning i den ene ende kan påvirke svarfordelingen. I givet fald skulle folk give mere kritiske svar i 1998, hvor "ret lille tillid" trods alt er mindre end "meget lille" og "slet ingen". I 2025 er vi kun ét punkt fra det mest "ekstreme" svar: "Meget lille tillid".

Hvis der skulle være en mindre bias her, er det dog en konservativ en af slagsen. For folks tillid til at de vil blive lyttet til er nemlig ikke blevet større, men tværtimod mindre. Skulle der være en bias, går den i retning af at vores 2025-data *underdriver* faldet i tillid.

Det er et noget andet billede end det, man får når man bruger standardspørgsmålene fra mange surveyserier herunder valgundersøgelserne. Det der kommer nærmest er "politikkerne tager gennemgående for lidt hensyn til, hvad vælgerne mener".

Udenfor samfundet

Tryghedsmålingen har genbrugt et spørgsmål fra Vives Fællesskabsmåling: I hvor høj grad føler du, at du bliver holdt uden for i samfundet?¹

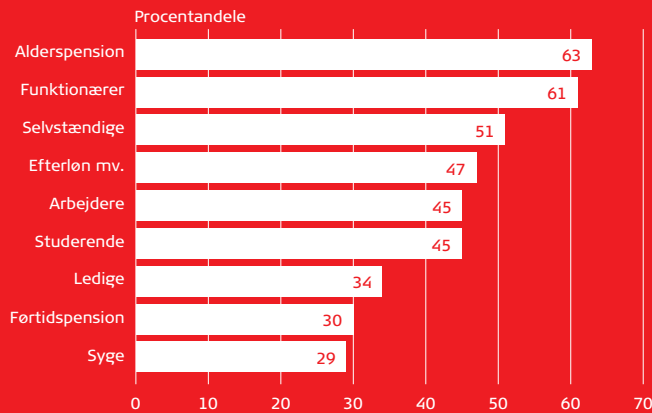
3 pct. af svarpersonerne svarer, at det gør de i høj grad, 12 pct. føler sig i nogen grad holdt uden for, og 24 pct. finder at det sker i mindre grad. Tallene er givetvis i underkanten, fordi nogle af samfundets mest marginaliserede grupper ikke optræder særligt talstærkt i stikprøven: Hjemløse, mennesker med psykoser, misbrug, demens, kognitive vanskeligheder osv. udfylder sjældent lange spørgeskemaer på nettet. Vi ved også at personer uden dansk statsborgerskab, som der efterhånden er mange af i Danmark, stort set ikke indgår. De 3 pct. i undersøgelsen, der føler sig uden for i alvorlig grad, er altså givetvis mange flere i virkeligheden. Det gælder i mindre grad de 36 pct., der føler sig lidt eller noget udenfor.

Der kan være mange grunde til at nogen føler sådan. Før i tiden var der særlinge, der gik deres egne veje i ethvert sogn. I dagens samfund har mange diagnoser. Nogle har vendt ryggen til samfundet og/eller common sense. Andre igen oplever ikke at de har fået de chancer i livet som andre fik. Måske har de

oplevet grove svigt fra myndighederne. Grupperne overlapper naturligvis hinanden på kryds og tværs. Analyserne giver et fingerpeg om, hvordan de er sammensat, men selvfølgelig går de finere nuancer ofte tabt.

Der er ingen forskel på, hvor meget mænd og kvinder føler sig udenfor. Alder er lidt mere tricky. Der er lidt flere af de yngste, der føler sig lidt eller noget udenfor, end gennemsnittet. Andelen, der "i høj grad" eller "i nogen grad" føler sig udelukket, topper blandt 25-29-årige og 30-39-årige. Begge har mere end 20 pct., der vælger et af de to svar, og her finder vi den laveste andel (39-40 pct.), der svarer "slet ikke". Har man passeret de fyrre føler lidt flere sig inkluderet igen. Blandt de over 66-årige svarer 63 pct. "slet ikke", og kun knap 9 pct. føler sig uden for i høj eller nogen grad.

Der er ingen nævneværdige forskelle, hvis vi grupperer svarpersonerne efter deres uddannelse. Derimod betyder det en del hvilket job man har, og endnu mere om man har et job overhovedet. I figuren vises de procentandele i forskellige grupper, der slet ikke føler sig udenfor.



– Insidere

Det er ikke så meget de ældre, der føler sig sat uden for samfundet. Næsten to ud af tre af alderspensionister gør det ikke. Omvendt oplever 2/3 af de sygemeldte, at de er koblet mere eller mindre af.

Lærlinge er lagt sammen med arbejdere. Tidligt pensionerede og efterlønnere er lagt sammen. Alle grupper af ledige og alle grupper af syge, inkl. fleksjob, er lagt sammen. Orlov (42 personer) og gruppen "Andet" indgår ikke procentberegningen.

Blandt alderspensionisterne er det knap to ud af tre, der slet ikke føler sig udenfor. Blandt grupperne på kanten af arbejdsmarkedet på grund af sygdom eller ledighed er det ikke engang hver tredje, der oplever det sådan. Og det generelle billede af klasse- eller statusforskelle er tydeligt, selvom opdelingen visker nogle nuancer ud. Se også "Udenforskab" side 120.²

Det viser også en anden vigtig pointe: De, der oplever at de er uden for samfundet, er slet ikke lig med dem, der er uden for arbejdsmarkedet (og ikke er på alderspension). Blandt dem, der "i nogen grad" føler sig holdt uden for, er næsten lige så mange i ordinær beskæf-

tigelse som i samfundet som helhed, og blandt dem der føler sig holdt udenfor, men "i mindre grad", er der nøjagtig samme andel ordinært beskæftigede som i samfundet som helhed. Blandt dem, der "i høj grad" føler sig holdt udenfor er flertallet syge og på kanten af arbejdsmarkedet (inklusive fleksjobberne, der har fået en fod indenfor). Langt de fleste har med andre ord et job, selvom det nok oftere er usikkert og/eller dårligt betalt.

Ser man på personlig indkomst eller husstandsindkomst, er der dog heller ingen forskel på, om man føler sig sat udenfor samfundet eller hvor meget. Derimod har det stor betydning om

man er økonomisk tryk eller ej. Den økonomiske trykhedsscore hos dem, der slet ikke føler sig uden for, er 88 ud af 100 mulige point. Den falder jævnt til 59 point blandt dem, der oplever at de er udenfor i alvorlig grad. Stort set samme billede ses, når vi sammenholder graden af udenforskab med utrygheden for uventede udgifter. Man kan være tryk med en stor økonomi og tryk ved en lille.

Helbred spiller en vis rolle. Det er tydeligst, hvis man sammenligner yderpunkterne: Dem med fremragende helbred oplever for 71 procents vedkommende slet ikke, at de er udenfor samfundet. Blandt dem med dårligt helbred siger kun 32 pct. det samme. Blandt dem, der har nedsat funktionsevne i dagligdagen, føler lidt flere sig lidt eller noget udenfor, men sammenhængene er svage. Og i begge tilfælde skyldes sammenhængen ofte at de sidder hårdt i det økonomisk.

Udenforskab forstås ofte geografisk, således mennesker der bor i det, som landdistriktsredegørelsen kalder ud-kantskommuner, i højere grad skulle føle sig udenfor end dem, der bor i bykommunerne. Sådan en forskel findes, men man skal bruge lup. Større forskelle får vi frem, når vi spørger til, om svarpersonerne oplever at det går frem, eller tværtimod tilbagegang for det område, de bor i. Oplever man at det går lidt eller meget tilbage for hjemom-

rådet, finder hhv. 8 og 18 pct. at de er alvorligt udenfor mod 3 procent blandt alle svarpersoner.

Der er også mere personlige forhold, der virker ind. Dem der føler sig udenfor er lidt mindre udadvendte end gennemsnittet (se kapitel 6). De er betydeligt mindre tilfredse med tilværelsen, og synes heller ikke at de har så meget styr på deres liv som insiderne. Deres trykhedsscore ligger også noget lavere end for dem, der oplever at de er helt med.

Oplevelsen af at stå uden for samfundet påvirker også ens syn på det – og på dem, der står i spidsen for samfundet. Mere om det i kapitel 10.

Noter

1. Fællesskabsmålingen 2022. VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd i samarbejde med Mary Fonden og TrykFonden.
2. De ledige på dagpenge ligner mere arbejderne (42 pct. føler sig slet ikke udenfor) end de ledige på kontanthjælp (med kun 24 pct. insiderne). Der færre insiderne blandt lavere funktionærer (59 pct.) end blandt højere ditto (63 pct.). Perspektivet er bedre for en del af dem i fleksjob end det ser ud for dem i job-afklaringsforløb. Fordelingen mellem dem, der oplever sig sat alvorligt, noget og lidt udenfor ses i INFOGRAFIK side 120.

Kapitel 10

Tilliden til de folkevalgte

Der findes ikke det frokostbord i landet, der ikke hurtigt kan enes om at vores politikere er ret håbløse. På den anden side er der ikke grænser for, hvad vi regner med, at de klarer for os: ældrepleje, Rusland, grøn omstilling, stigende fødevarepriser og ro i klassen!

Så hvad er det egentlig vi mener om dem, som vi har valgt til at styre landet – og som vi endda trofast møder frem og genvælger årti efter årti? Hvis vi da overhovedet har generelle meninger om politikerne som samlet gruppe. Vi kan normalt godt kende forskel på dem. Firkantet sagt: De blå vælgere stoler ikke så meget på røde statsministre. Røde vælgere er mistænksomme over for de blå.

Det er heller ikke altid til at vide, hvor langt tilliden rækker, eller hvor dybt mistilliden stikker. Hvor meget er, ja, frokostsnak, og hvor meget udtrykker en dybere mistro til at de folkevalgte varetager deres opgaver og ikke bare egne interesser? Og har vi i så fald at gøre med en dybere og generel afvisning af "systemet" som den, der ser ud til at underminere demokratiske styreformer i andre lande?

De spørgsmål forsøger vi at svare på i dette kapitel ved hjælp af Tryghedsmålingens data – i forlængelse af det, forskningen fortæller om tillid og mistillid.¹ Vi vil undersøge nogle af de grupper i befolkningen, der giver udtryk for lav tillid for at få et tydeligere billede af de holdningsmønstre og sociale kendetegn, der ligger bag. Vi ser på socialt marginaliserede, på dem, der føler sig uden for samfundet (jf. tekstboksen før dette kapitel). Vi ser også på dem, der bor i områder med tilbagegang, og dem der synes at magthaverne overhører dem.

Endelig kaster vi et blik på dem, der vil lave det politiske system helt om. Til sidst vil vi forsøge at drage nogle konklusioner om, hvad der kan gøres for at styrke og bevare tilliden mellem folk og folkevalgte.

Tilliden går op og ned

Der tales i mange lande om, at den politiske tillid falder til faretruende niveauer. Navnlig i USA, hvor der med mindre afbrydelser har været et stort og konstant fald i den politiske tillid siden midten af 1960'erne.

Den politiske tillid i Danmark er målt af Det Danske Valgprojekt ved samtlige folketingsvalg siden 1971.

I alle disse undersøgelser er et repræsentativt udsnit af vælgerne blevet bedt om at erklære sig enige eller uenige i udsagnet: **"Man kan i almindelighed stole på, at vore politiske ledere træffer de rigtige beslutninger for landet".**

Spørgsmålet måler det, man nogle gange kalder "pragmatisk tillid". Det er velkendt at politikere som faggruppe har meget lav troværdighed – typisk i konkurrence med ejendomsmæglere, brugtvognsforhandlere og journalister.²

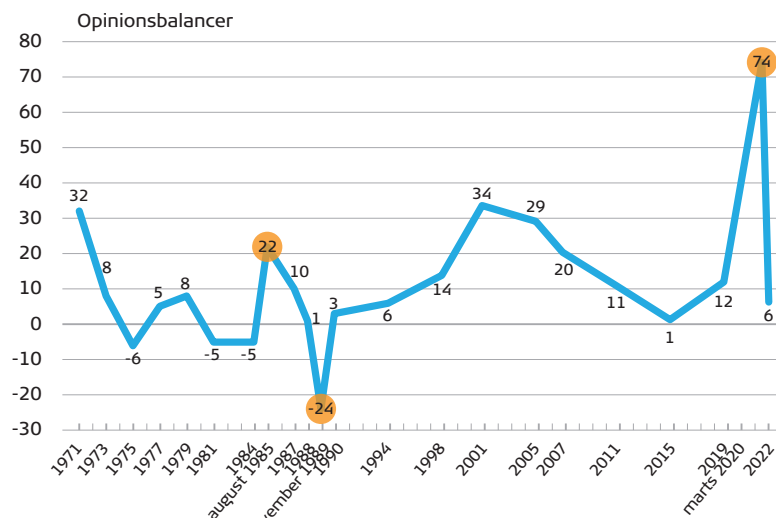
Men det udelukker ikke, at man samtidig kan mene, at politikerne trods alt træffer nogenlunde OK beslutninger. Det svarer lidt til, at vi følger med i medierne og handler boliger og biler – og måske endda har tillid til at boligmarkedet, bilmarkedet og nyhedsformidlingen ikke altid er så ringe endda.

Figur 10.1 viser udviklingen i den pragmatiske tillid siden 1971. Ud over tallene fra Valgprojektet er her medtaget nogle få ekstra målinger, der er gennemført mellem valgene, men med samme spørgsmål og undersøgelsesmetode.

Tallene er såkaldte opinionsbalancer, hvor procentandelen af helt eller delvist uenige er trukket fra de helt eller delvist enige. Et positivt tal viser altså en overvægt af vælgere, der har tillid, negative tal en overvægt med mistillid.

Figur 10.1
- Til landets bedste

Tilliden til at politikerne arbejder for landets bedste svinger voldsomt i Danmark - modsat fx USA.



Spørgsmålsformulering: Man kan i almindelighed stole på, at vore politiske ledere træffer de rigtige beslutninger for landet". Enig minus Uenig.

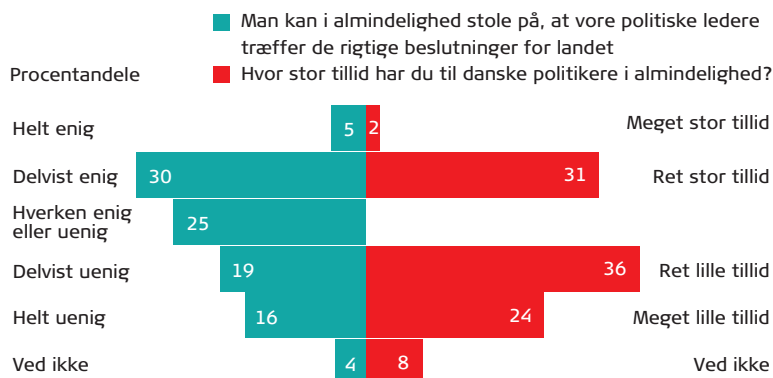
Kilder: Det Danske Valgprojekt 1971-2022. Folketingsvalgene er markeret med årstal. Desuden er der medtaget tre målinger mellem valgene fra 1985, 1989 og 2022. De er angivet med måned og med de orange cirkler. 1985-tallene er fra en undersøgelse af sociale og politiske modsætningsforhold (designet som supplement til valgundersøgelsen 1984 og ligesom denne indsamlet af Gallup). 1989 er en måling gennemført af Mandag Morgen (indsamlet af AIM ligesom valgundersøgelserne 1987-88 og 2005). 2020-målingen er indsamlet af Megafon for TrygFonden og Kontrabande 18-20. marts 2020, umiddelbart efter Corona-nedlukningen, der blev annonceret 11. marts 2020.

Det er tydeligt, at udviklingen i Danmark ikke svarer til den amerikanske. Tilliden går op og ned. Forskellen i opinionsbalance mellem top og bund er ikke mindre end 98 procentpoint (læs historien i boksen efter dette kapitel).

Tillid og tillid

Som antydnet ovenfor er spørgsmål om politikere blandt dem, der let kan udløse automatsvar ("frokostsnak"). Derfor sammenholder vi svarene om den generelle tillid med to andre spørgsmål, der ikke udløser automatsvar på samme måde. Udover tillid til politikernes beslutninger ("pragmatisk tillid") som ovenfor og tillid til danske politikere i almindelighed ("generel tillid"), spørger vi også om tilliden til en række institutioner (inklusive regeringen, Folketinget og partierne). Spørgsmålene måler noget delvist forskelligt.

I figur 10.2 er den pragmatiske tillid i 2025 sat over for den generelle tillid til politikerne.



Figur 10.2
– Generel tillid og pragmatisk tillid 2025

Vi har større tillid til de politiske beslutninger end til politikerne selv.

Spørgsmålsformulering: "Man kan i almindelighed stole på, at vore politiske ledere træffer de rigtige beslutninger for landet". (grønne søjler) OG "Hvor stor tillid har du til danske politikere i almindelighed?" (røde søjler). Svarmulighederne ses i figuren.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

I alt 35 pct. er enige i, at man almindeligvis kan stole på at politikerne træffer de rette beslutninger – men kun 5 procent er "helt enige". Der er også 35 pct. uenige – det giver en opinionsbalance på nul. Svarene fordeler sig mere jævnt mellem "delvist uenig" og "helt uenig".

De røde søjler viser **den generelle tillid** til politikere som samfundsgruppe – hvor svaret også kan afspejle de forestillinger om intriger, misliebige studehandler og billigt valgflæsk, der knytter sig til den politiske verden. I alt er der 33 procent, der har tillid, men kun 2 pct. "meget stor" tillid. Næsten dobbelt så mange – i alt 60 pct. – har lille tillid. Det giver en overvægt af lav tillid – opinionsbalance eller "tillidsbalance" – på minus 27 procentpoint.

Noget af forskellen på svarfordelingen på de to spørgsmål kan måske skyldes at spørgsmålet om generel tillid ikke har en midterkategori à la "hverken stor eller lille tillid". Trods alt svarer de fleste da også "ret lille" tillid, men næsten en fjerdedel – 24 pct. – svarer, at de har "meget lille" tillid til politikerne.

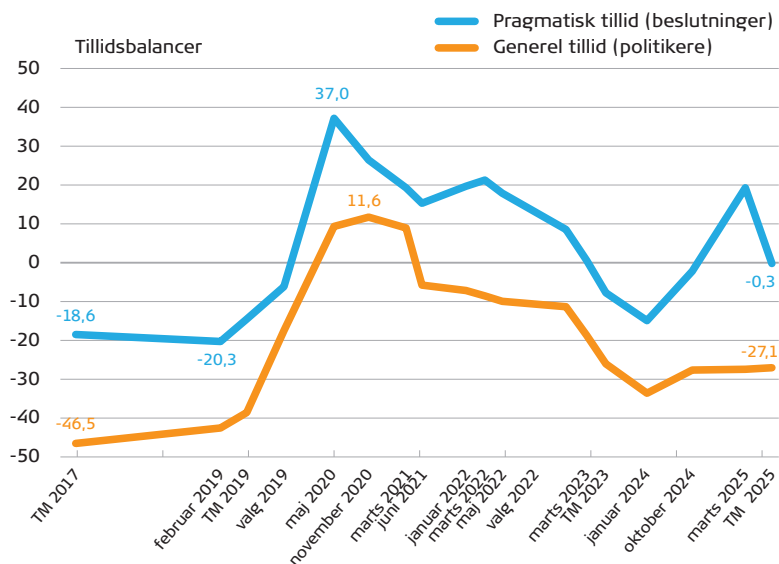
At politikernes beslutninger bedømmes mildere end politikerne selv, er som sagt til at forklare, men det er faktisk ikke en selvfølge. Opinionsbalancen på de to spørgsmål var stort set den samme i perioden

1990-2001,³ men i de sidste 10-15 år har forskellen været ganske stor og ret stabil.

Man får et indtryk af sagen i figur 10.3, der viser udviklingen fra 2017 til 2025. Det er tydeligt at de to kurver følges ad. I begge kurver har vi trukket andelen uden tillid fra den andel, der har tillid, i en såkaldt tillidsbalance.

Figur 10.3
– Pragmatisk og generel
tillid til politikerne

I de senere år har tilliden til politikerne og deres beslutninger fulgtes nogenlunde ad, men i starten af pandemien og grønlandskrisen røg tilliden til beslutningerne tydeligt op.



Spørgsmålsformuleringer: Se figur 10.2

Pragmatisk tillid/blå kurve. Generel tillid/gul kurve.

Kilde: Målinger foretaget af YouGov, primært Tryghedsmålingerne.

Målingen fra marts 2020 (i figur 10.1) med den ekstremt høje tillid indgår ikke, da data ikke blev indsamlet af YouGov, men det fremgår alligevel tydeligt at tilliden til politikerne steg voldsomt efter 2019-valget og Corona-nedlukningen.⁴ Tilliden holdt sig på et ret højt niveau helt frem til starten af valgkampen i 2022, hvor mobiliseringen omkring mink-sagen var på sit højeste. Det største fald i tilliden kom dog efter 2022-valget – og det var ikke kun en korttids-reaktion på Store Bededags-indgrebet, men fortsatte frem til januar 2024. Siden er tilliden blevet lidt – men kun lidt – højere.

En afvigelse var marts-målingen i 2025. Svarene kan måske afspejle tilfredshed med regeringens reaktioner på de uventede meldinger om at Donald Trump ønskede at lade USA overtage Grønland. Men uanset

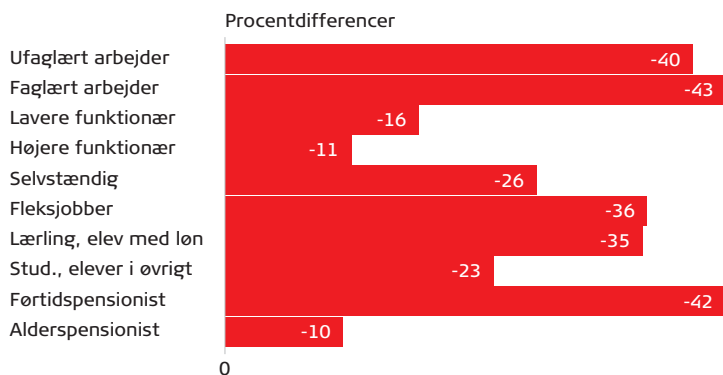
hvad der var forklaringen, holdt det ikke længe. Den politiske tillid i Tryghedsmålingen 2025 ligger godt nok højere end i 2017-19, men på et meget lavt niveau.

Sociale forskelle i tilliden

Der er ingen nævneværdig forskel på den politiske tillid hos mænd og kvinder, uanset om man ser på den ene eller den anden form for tillid.

Aldersgrupperne afviger lidt mere – med lidt højere tillid blandt de 20-24-årige og 50+, lidt lavere tillid i mellemårgangene.

Der er større forskelle, når vi deler svarpersonerne op efter deres forhold til arbejdsmarkedet. Det er særlig udpræget når det gælder *den generelle tillid til politikerne*, som vises i figur 10.4.



Figur 10.4
– Social afstand og politisk tillid

Arbejdere har i gennemsnit mindre generel tillid til politikere end funktionærer.

Spørgsmålsformulering: Hvor stor tillid har du til danske politikere i almindelighed?

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

I alle jobgrupper er *den generelle tillid til politikere* under nulpunktet. Men afstanden op til nul varierer kraftigt mellem arbejdere, selvstændige og funktionærer. Mellem yderpunkterne, nemlig de højere funktionærer og de faglærte arbejdere, er forskellen i tillidsbalancen på 32 procentpoint. En lige så stor forskel findes mellem den almindelige tillidsbalance hos folkepensionister og førtidspensionister.

Grupperne uden for arbejdsmarkedet er små, bortset fra førtidspensionisterne, og er ikke vist i figuren. Man skal dog lede længe efter tillid til politikerne blandt kontanthjælpsmodtagere og personer i såkaldte jobafklarings- eller ressourceforløb.

Helt overordnet kan man sige, at der i mange år har været en statusforskel i den generelle politiske tillid, som langt hen ad vejen afspejler uddannelse og placering i forhold til arbejdsmarkedet.

Mønstret genfindes når vi ser på den *pragmatiske tillid*, det er bare en hel del svagere. Forklaringen er nok at oplevelsen af social afstand slår stærkere ud på den generelle tillid. Kortuddannede oplever at politikerne er "længere væk", selv når de ikke har så meget at udsætte på beslutningerne.

Leder man efter de *allermindst* tillidsfulde, finder vi ikke bemærkelsesværdige koncentrationer ved at sammenligne de større grupper på arbejdsmarkedet.⁵

Helbred, geografi og tillid til politikerne

Den sociale marginalisering, der viser sig som ledighed og førtidspensionering i statistikken, handler i høj grad om helbred. Det samme gælder naturligvis også dem, der er mere eller mindre ude af arbejdsmarkedet på grund af langvarig sygdom.

Så hvor meget hænger helbredet sammen med tilliden til de politikere, der bl.a. bestemmer over sundhedsvæsen og velfærdsydelser?

Svaret er: Nok til, at det kan ses i tallene. Tager man yderpunkterne, er sammenhængen særlig tydelig. Blandt dem, der finder deres helbred "fremragende", er tillidsbalancen i pragmatisk politiker-tillid på plus 7, mens dem med dårligt helbred har minus 29. Medtager vi alle grupperne med et helbred midt imellem – som er de fleste – er sammenhængen mellem helbred og tillid dog ikke særlig stærk.

Der er kraftigere udslag på tillidsbarometret, når der spørges til om svarpersonen bor i et område, der går frem eller tilbage.⁶

De svarpersoner, der bor i områder, hvor udviklingen går fremad, har en positiv tillidsbalance på 14 procentpoint. Blandt dem, der oplever stagnation, er tillidsbalancen minus 5, og blandt personer i områder med meget tilbagegang er tillidsbalancen på minus 36 – her er der med andre ord ret få, der stoler på, at politikerne grundlæggende handler i landets interesse. Alt i alt er der en væsentlig koncentration af mistillid blandt dem, der oplever tilbagegang i deres hjemområde.⁷

Man kunne tro, at der var tale om et problem i de dele af landet, der er blevet kaldt "Udkantsdanmark" og som oplever stagnation/tilbagegang i økonomi og/eller befolkningstal. Det er det ikke først og fremmest. En ofte brugt opdeling af kommunerne deler landet op i bykommuner, mellemkommuner, landkommuner og udkantskommuner.⁸ Halvdelen af befolkningen bor i det, som officielt betegnes som bykommunerne – dvs. kommunerne i hovedstadsområdet plus Aarhus-Skanderborg, Kolding, Odense og Aalborg.

Det største antal personer, der oplever lokal tilbagegang, bor i bykommunerne – mere end dobbelt så mange som i udkantskommunerne. Man kan f.eks. tænke på områder som Københavns vestegn og tilsvarende områder i de øvrige større bysamfund. Blandt dem i bykommunerne, der oplever tilbagegang i deres område, er tilliden til politikerne i bund. Den pragmatiske tillidsbalance her er minus 52 procentpoint.

De beboere, som oplever tilbagegang i udkantskommunerne, er ikke nær så mistillidsfulde. Den pragmatiske tillidsbalance her er godt nok negativ, men "kun" minus 16.

Der er altså ikke i den geografiske udkant, men derimod i periferien af de ellers fremgangsrige storbyer, at tillidskrisen kradser mest.

Politisk tillid hos insidere og outsiders

I tekstboksen før dette kapitel (og i den grafiske illustration side 121) har vi undersøgt dem, der oplever at de holdes ude af samfundet.

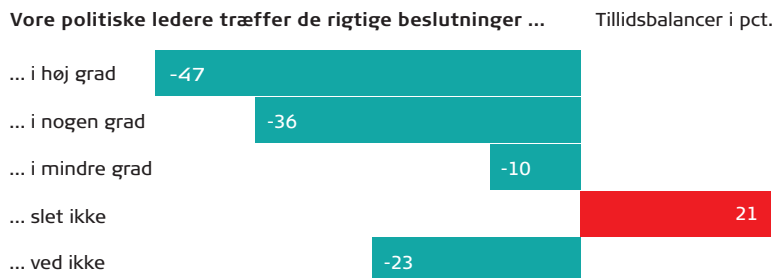
Analysen viste, at gruppen i nogle henseender står svagere end samfundets *insidere*, men størsteparten er ikke marginaliserede i samfundsøkonomisk forstand, selvom de oplever at de er udenfor. Der er heller ikke sammenhæng med oplevelsen af at være udenfor, og om man bor i en bykommune eller i en land- eller udkantskommune.

Hvordan ser det ud med "outsidernes" pragmatiske tillid? I figur 10.4 har vi opdelt svarpersonerne efter, hvor meget de selv oplever at de er en del af samfundet.

Som i de tidligere figurer er tallene opgjort ved at trække svarpersoner uden pragmatisk tillid fra dem, der har pragmatisk tillid. Øverst er gruppen, der føler at de er uden for samfundet "i høj grad". Nederste søjle er dem, der "slet ikke" føler sig udenfor.

Figur 10.5**- Tillid i samfundet og udenfor 2025**

Der er voldsom forskel på tilliden til de politiske beslutninger mellem samfundets insidere og dem, der oplever, at de er sat udenfor.



Spørgsmålsformulering: I hvor høj grad føler du, at du bliver holdt uden for i samfundet? Og: Man kan i almindelighed stole på, at vore politiske ledere træffer de rigtige beslutninger for landet. Delvist uenig + Helt uenig er lagt sammen og trukket fra Helt + Delvist enig. Antal svar: 5004.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

Der er en overvægt på 47 procentpoint af dem, der "i høj grad" føler sig sat uden for, der ikke har tillid til de politiske beslutninger. Ser man på procenttallene nedenunder, er hele 54 pct. af dem, der "i høj grad" føler sig sat uden for, *helt* uenige i, at de politiske ledere træffer de rigtige beslutninger for landet.

Der er også ringe pragmatisk tillid til politikerne i den meget større gruppe, der *i nogen grad* føler sig uden for. De to grupper omfatter tilsammen ca. 15 pct. af befolkningen.⁹

Derimod er tillidsbalancen positiv i den halvdel af befolkningen, der slet ikke føler sig udenfor. Procentovervægten er på 21. Kun 10 pct. i denne gruppe har *slet* ikke tillid til, at de politiske ledere gør det rigtige.

Også her er tillidsbalancen mere ekstrem, når der spørges til den *generelle tillid* til politikerne. Hele 73 pct. af dem, der "i høj grad" føler sig udenfor, har "meget lille" tillid til politikerne. Kun 6 pct. har tillid. Blandt dem, der "slet ikke" føler sig holdt udenfor, har 45 pct. tillid til politikerne, og kun 15 pct. af dem har "meget lille" tillid. Kurven imellem de to yderpunkter er omtrent lineær.

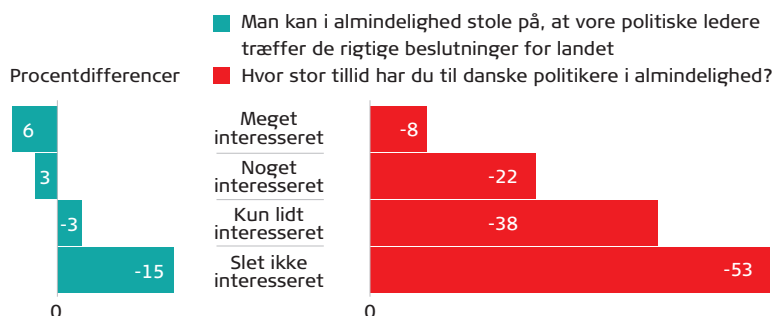
De uinteresserede

Et er at blive holdt uden for samfundet. Noget andet er *selv* at holde sig uden for samfundets politiske diskussioner og magtkampe. Det

viser sig også i undersøgelsen, hvor der kun er et beskedent overlap mellem de uinteresserede og dem, der føler sig holdt uden for.

Spørgsmålet er om tillid til politikere har noget at gøre med, om man går op i politik eller ej.

Sammenhængen ses i figur 10.6, hvor de negative tillidssvar er trukket fra de positive, så vi kan sammenligne tillidsbalancen hos meget, noget, lidt og slet ikke politisk interesserede.



Figur 10.6
– Politisk interesse og politisk tillid

Politisk interesse giver politisk tillid. Især forbedres synet på politikerne bedre, hvis man følger med i politik.

Spørgeformulering: Vil du sige, du er meget interesseret i politik, noget interesseret, kun lidt eller slet ikke interesseret i politik? Svarmuligheder. 1. Meget. 2. Noget. 3. Kun lidt. 4. Slet ikke. Antal svar: 5005.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

Det er en ret markant sammenhæng, vi finder her, men kun for den generelle tillid. Er man slet ikke interesseret i politik er det meget usandsynligt at man nærer tillid til politikerne i almindelighed. Det er heller ikke særlig sandsynligt, at man tror på deres vilje og evne til at træffe de bedst mulige beslutninger for landet, men den pragmatiske tillid har det betydeligt bedre end den generelle ditto.

Blandt de meget og noget politisk interesserede mener et lille flertal derimod at politikerne gør deres bedste for landet, og deres indstilling til politikere i almindelighed er langt mindre negativ end den man finder hos dem, der ikke interesserer sig for politik.

Mon tilliden til politikere øges ved nærmere bekendtskab? Eller skyldes den manglende interesse, at svarpersonerne har mistet en tillid til politikere, de havde tidligere? De to forklaringer udelukker ikke nødvendigvis hinanden – ej heller at der kunne være noget helt tredje på spil.

Tillid og lydhørhed

Vi behandlede i kapitel 9 sammenhængen mellem demokratisk selvtilid og forventningen om at politikere lytter til én. Den del, der drejer sig om egne evner, har ikke den store betydning, selvom især den generelle politiske tillid er lidt højere hos personer, der tror på deres egen påvirkningskraft.¹⁰

Derimod er det rimeligt at antage at det påvirker tilliden til politikernes beslutninger, at borgerne oplever at de har mulighed for at blive hørt og gøre en forskel ("*ekstern efficacy*").¹¹

Vi finder da også en meget stærk sammenhæng mellem den pragmatiske tillid og forventningen om at blive taget seriøst af hhv. et kommunalbestyrelsesmedlem, et folketingsmedlem og en EU-politiker (se kapitel 9 figur 9.6 side 115).¹²

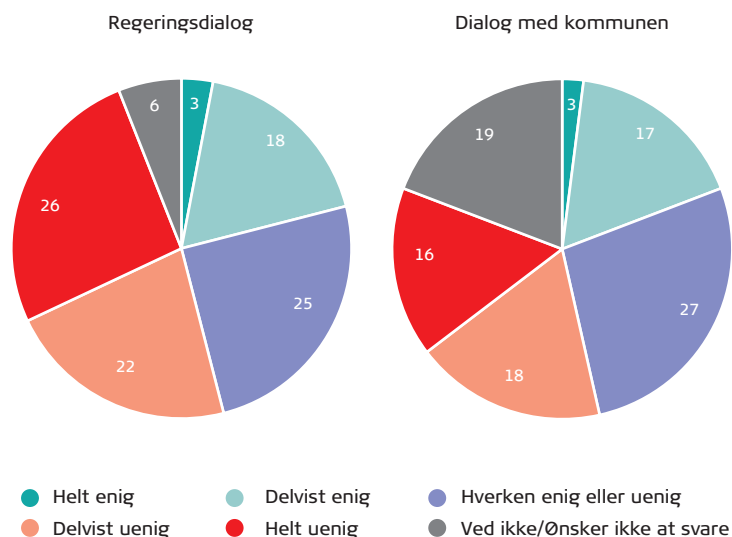
Nogen en-til-en-sammenhæng er der dog af gode grunde ikke tale om: Skulle politikerne lytte til alle borgere, ville de få svært ved at holde fokus på det almene vel. Omvendt kan man godt have manglende tiltro til at blive lyttet til og alligevel have tillid til, at der bliver truffet kompetente beslutninger. EU er et godt eksempel. Befolkningens tillid til EU er steget meget, men forventningen om at kunne få indflydelse er meget beskeden og kun marginalt stigende.

Noget lignende ses på forventningen om, at de *kommunalt ansatte* vil lytte, hvis svarpersonen går til kommunen med en personlig sag. Selvom spørgsmålet strengt taget ikke har at gøre med tillid til politikere, er der alligevel en stærk sammenhæng: Tror man, de ansatte vil lytte, er tillidsbalancen markant højere.¹³ Det er antagelig en mere generel afmagtsfølelse over for "systemet", der slår igennem her.

Men betydningen af lydhørhed bliver umisforståelig, når vi stiller det generelle spørgsmål: *Er politikere gode til at inddrage borgerne i dialog om de store fællesbeslutninger?*¹⁴

I figur 10.7 bliver svarpersonerne konkret bedt om at bedømme, hvor gode regeringen og den kommunale ledelse er til dialog.

Det er kun omtrent hver femte, der synes at regeringen og/eller kommunen er gode til at drøfte vigtige beslutninger med borgerne, før de store sager afgøres. 26 pct. er lodret uenige i at regeringen er god til dialog – og altså flere end de 21 pct., der synes at der kan være mere eller mindre sandhed i udsagnet.



Figur 10.7
– Dialog med borgerne

Ca. hver femte mener, at regeringen og de kommunale magthavere er gode til at gå i dialog med borgerne forud for store beslutninger.

Spørgsmålsformulering: Hvor enig eller uenig er du i de følgende udsagn: Regeringen er som regel god til at gå i dialog med befolkningen, når der skal træffes vigtige beslutninger (t.v.). OG: Den politiske ledelse i min kommune er som regel god til at gå i dialog med borgerne i kommunen, når der skal træffes vigtige beslutninger (t.h.). Svarmuligheder: Helt enig, Delvist enig, Hverken enig eller uenig, Delvist uenig, Helt uenig. Ved ikke/Ønsker ikke at svare.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

Væsentligt færre – 16 pct. – er helt og aldeles uenige i at kommunen er god til dialog. Til gengæld giver langt flere – 46 pct. – et neutralt svar: 27 pct. svarer at de hverken er enige eller uenige, og yderligere 19 pct. svarer Ved ikke. Svarene flugter godt med det begrænsede kendskab til den lokale politik, vi konstaterede i kapitel 9.

Spørgsmålet hører til dem, hvor man risikerer at få en del negative automatsvar, selvom det stilles med et positivt fortegn her.

Svarene bliver givetvis også påvirket af mere øjeblikkelige stemninger. Da spørgsmålet blev stillet første gang i 2024, hang den upopulære beslutning om at sløjfe St. Bededag stadig i luften, og bedømmelsen af regeringens sans for dialog var endnu mere negativ: Hele 33 pct. var dengang "helt uenige" i at regeringen er god til dialog, og kun 12 pct. var parate til at rose den – helt eller delvist.

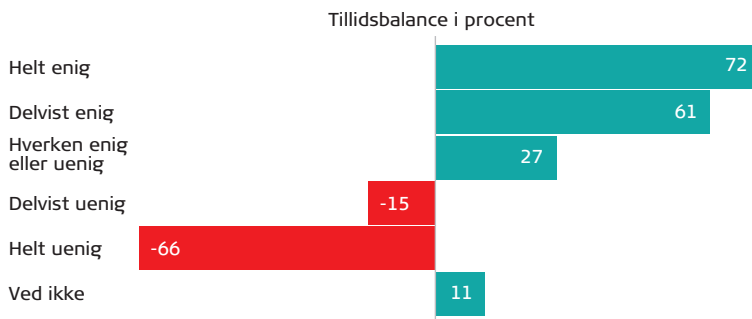
Disse forbehold til trods, er det svært at komme udenom at en væsentlig del af befolkningen er kritiske med hensyn til den politiske ledelses vilje eller evne til dialog på såvel nationalt som lokalt plan.

Der viser sig også en meget markant sammenhæng mellem tilfredsheden med dialogen og den pragmatiske tillid, som det ses i figur 10.8.

Figur 10.8

- Dialog giver tillid

Der er meget stærk sammenhæng mellem tilliden til de politiske beslutninger og synet på regeringens evne til dialog.



Spørgeformulering: Regeringen er som regel god til at gå i dialog med befolkningen, når der skal træffes vigtige beslutninger. Antal svar: 5005.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

Sammenhængen mellem pragmatisk tillid og bedømmelsen af regeringens dialogvilje, er en af de stærkeste i undersøgelsen overhovedet. Sammenhængen er også stærk på kommunalt niveau.

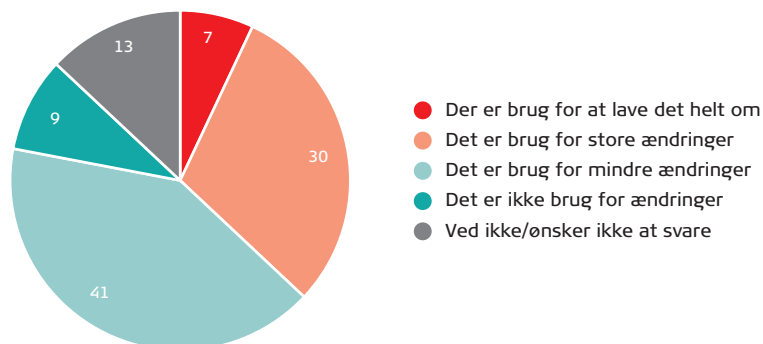
Riv systemet ned

Tryghedsmålingen spørger også om der er behov for at ændre det politiske system. Skal det laves helt om, skal det forblive som det er – eller skal vi lede efter en gylden middelvej mellem yderpunkterne?

Figur 10.9

- Reform eller revolution

Lidt mere end hver tredje ønsker store ændringer i den måde, det politiske system arbejder på.



Spørgeformulering: Hvilket af de følgende udsagn kommer tættest på din holdning til det politiske system i Danmark? Svarmuligheder: se figuren. Antal svar: 5005.

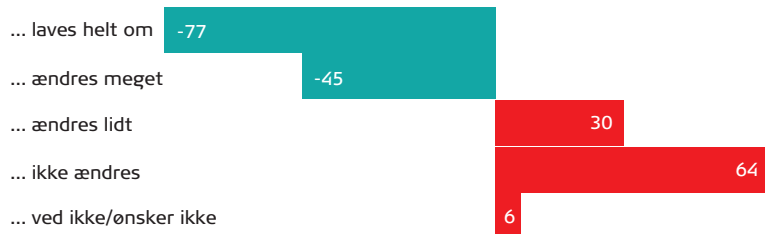
Kilde: Tryghedsmåling 2025.

9 pct. ser ikke behov for ændringer, og yderligere 41 pct. finder at mindre ændringer må være nok. 30 pct. finder derimod at det trænger til store forandringer, og yderligere 7 pct. vil lave systemet helt om.

Tilliden er meget forskellig hos dem, der gav de fire mulige svar ovenfor. Det ses ved at sammenligne tillidsbalancerne i de fire svargrupper som i figur 10.10.

Det politiske system bør ...

Tillidsbalance i pct.



Figur 10.10

- Revolution eller tillid

Jo mindre tillid til de politiske beslutninger, jo større ønske om dybtgående ændringer af "systemet".

Spørgeformulering: Hvilket af de følgende udsagn kommer tættest på din holdning til det politiske system i Danmark? Svarmuligheder: Svarskala: 1. Der er brug for at lave det helt om. 2. Der er brug for store ændringer. 3. Der er brug for mindre ændringer. 4. Der er ikke brug for ændringer. 5. Ved ikke/Ønsker ikke at svare. Pragmatisk tillid: se figur 10.1. Antal svar: 5005.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

Dem, der ønsker sig store reformer, har meget lille tillid til politikerne og dem, der har moderate reformønsker eller slet ingen, har ganske meget større pragmatisk tillid til politikerne.¹⁵

Også her er udsvingene endnu større, når vi ser på den generelle tillid til politikere. Blandt de 7 pct. af borgerne, der ønsker det politiske system ændret helt, er tillidsbalancen helt nede på minus 90 pct.

Da sammenhængen er så voldsom, er det ekstra interessant hvad svarpersonerne har i tankerne, når de tager stilling til noget så abstrakt som det *politiske system*.

Vil de af med demokratiet som styreform til fordel for en autoritær leder?

Når vi ser, hvad svarpersonerne svarer på andre spørgsmål, er det tydeligvis ikke et ønske om *mindre* demokrati, der ligger bag. Som vi skal se i kapitel 11, er det nærmest ingen der vil afskaffe det demokratiske system.

Det modsatte er mere rigtigt. Blandt dem, der vil lave systemet helt om eller indføre store ændringer, er kritikerne af regeringens dialo-

gevner i voldsomt overtal – og blandt dem uden de store reformbehov er tilfredsheden med dialogen langt større.¹⁶

Tryghedsmålingen har videre spurgt om holdningen til en række mulige reformer af det politiske system, der tilsammen dækker et bredt spektrum af holdninger i debatten. Det gælder forslag om:

- At mange flere sager sendes ud til folkeafstemning
- At der vælges flere med ingen eller kort uddannelse til Folketinget
- At der gøres en særlig indsats for at svage borgere kan deltage i demokratiet
- At det er lovligt at danne foreninger, som flertallet opfatter som ekstreme
- At der arbejdes mere konsekvent med at ligestille mænd og kvinder
- At de forskellige religioner er ligestillet i samfundet
- At det er muligt at stille "borgerforslag" til Folketinget, hvis 50.000 bakker forslaget op
- At der slås hårdere ned på racisme
- At børn inddrages mere i beslutningerne
- At danske statsborgere, der bor i udlandet, får mulighed for at stemme

Ønsket om mange flere folkeafstemninger er det eneste af de nævnte reformforslag, der hænger klart sammen med ønsket om store ændringer af det politiske system. De øvrige forslag giver enten svage eller ikke-signifikante udslag.

Bortset fra ønsket om flere folkeafstemninger er her altså næppe tale om at de mest reformpositive ønsker sig bestemte systemændringer.

Når det f.eks. gælder forslag om at styrke kortuddannede og svage borgeres deltagelse i politik, muligheden for borgerforslag osv., er de nogenlunde lige så enige og uenige som hele befolkningen.

Det er jo muligt, at svarpersonerne i stedet tilslutter sig nogle langt mere vidtrækkende reformer. Der er i så fald ikke tegn på, at der skulle være tale om reformer i en mere autoritær retning, som vi skal se i næste kapitel.

Måske er det snarere et udtryk for en utilfredshed med samfundsudviklingen, der ligger bag ønsket om at omkalfatre det politiske system.

Politisk tillid og politisk indstilling

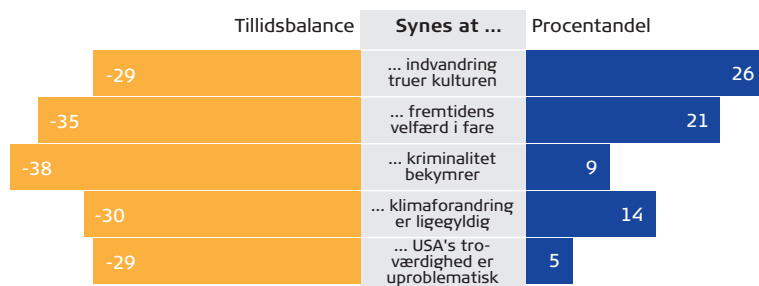
En af de klassiske forklaringer på politisk mistillid er at borgerne er uenige i de beslutninger, der bliver truffet af regeringen og det politiske flertal.

Tryghedsmålingen har ikke store batterier af almindelige politiske holdningsspørgsmål, men der ligger vigtige politiske holdningstilkendegivelser i svarene om borgernes og personlige utrygheder og "samfundsbekymringer", jf. del 1 og 2. Skemaet har også et almindeligt holdningsspørgsmål om indvandring, der – som det er påvist i talrige undersøgelser – også slår ud på tillidsbarometeret.

Det er alt sammen vist i figur 10.11, og tegner et delvist nyt billede af den politiske mistillid i dagens Danmark.

De blå søjler til højre angiver hvor stor en gruppe af befolkningen, der er tale om. De gule søjler viser tillidsbalancen hos de fem holdningsgrupper.

Den største gruppe i figuren er dem, der erklærer sig **helt** enig i at "indvandring truer kulturen". Gruppen omfatter 26 pct. af befolkningen, og der er en stor overvægt i gruppen på 29 procentpoint, der ikke har pragmatisk tillid til politikernes beslutninger.



Figur 10.11
– Politisk udenforskab

Udbredte holdninger i befolkningen hænger sammen med lav tillid til politiske beslutninger - i gennemsnit.

Spørgsmaalsformulering: Nedenfor er nævnt en række samfundsproblemer, man som borger i Danmark kan være mere eller mindre bekymret over. Angiv hvor bekymret du som borger for tiden er for hvert af disse samfundsproblemer: Kriminalitet (...) At der ikke bliver råd til velfærd i fremtiden (...) Den globale opvarmning (...) At USA ikke længere er en troværdig allieret. OG: Hvor enig eller uenig er du i de følgende udsagn? Indvandring udgør en alvorlig trussel mod den danske kultur.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

En anden interessant holdningsgruppe, på 9 pct. af befolkningen, er dem der er *meget* bekymrede for kriminaliteten i samfundet. De har også meget lidt tillid til, at politikerne går efter de rigtige løsninger: tillidsbalancen er helt nede på minus 38 pct., og den laveste af alle, der er målt. Derimod finder vi kun svage sammenhænge mellem lav tillid og en *personlig* utryghed for kriminalitet.

Både herhjemme og i udlandet har der været opmærksomhed på klimaaktivister og deres manglende tillid til de politiske beslutningstagere. Men når vi ser på den brede befolkning, er det ikke de klimabekymrede, der skiller sig ud, heller ikke de *meget* klimabekymrede. Det er derimod den gruppe, der er "*ubekymret*" eller "*meget ubekymret*" over den globale opvarmning. De omfatter i alt 14 pct. af befolkningen. Disse "klimaskeptikere" er så at sige uden for den generelle konsensus i samfundet, og tillidsbalancen er da også minus 30 procentpoint.

Den mindste af de grupper, der er medtaget i figuren, er dem der **ikke** deler bekymringen for om alliancen med USA holder. Gruppen er i underkanten af 5 pct. af svarpersonerne. Vi kan ikke vide, hvor mange der er pro-Trumpister, men manglende bekymring for alliancen med USA er øjensynligt nok. En overvægt på 29 procentpoint mener ikke, at politikerne træffer de rigtige beslutninger for landet.

For overskuelighedens skyld har vi her udeladt en række holdningsgrupper med høj mistillid, der omfatter færre end 5 pct. af befolkningen. Der findes nogle stykker af dem – som f.eks. synes at bløde kvinde-værdier dominerer samfundet urimeligt, som *ikke* synes at det russiske naboskab er noget at være bekymret over, eller *ikke* er bekymrede for at ekstreme synspunkter kommer til at fylde for meget.

Det fælles for ovenstående grupper er at de stiller sig mere eller mindre uden for den brede konsensus i samfundet. Eller at de placerer sig i yderkategorier på nogle bestemte holdnings- eller bekymrings-spørgsmål.

Den sidste store gruppe, vi skal se på, placerer sig også i en yderkategori, men ikke uden for den brede konsensus. Det er holdningsgruppen, som er "*meget bekymret*" for, om der også vil være velfærd i fremtiden. 21 pct. af befolkningen har denne alvorlige bekymring. Tillidsbalancen her er endnu en tand lavere end på indvandringsspørgsmålet: minus 35 procentpoint.

At vi har fat i et ømt punkt her, bekræftes når den pragmatiske tillid sammenholdes med de personlige utrygheder i kapitel 1: Det tryghedsspørgsmål, der trækker tillidsbalancen mest ned, er utrygheden for om svarpersonen får den rette pleje i alderdommen.

Også utrygheden for, om man får en værdig afgang fra arbejdsmarkedet og et otium uden fattigdom, svækker svarpersonernes tillid til, at politikerne finder de bedste løsninger for landet.

Desuden spiller de spørgsmål, der måler forskellige sider af svarpersonernes økonomiske utryghed, en rolle for deres pragmatiske tillid.¹⁷ Der er således stærke tegn på at noget af det, der ligner en kritik af det politiske system, mere er velfærdsbekymring i nye klæder.¹⁸

Hænger det sammen med svarpersonernes partivalg – eller evt. mangel på samme?

Partivalg og politisk tillid

Som omtalt i indledningen er det en klassisk iagttagelse, at den politiske tillid er større hos "vinderne", der er tilhængere af partierne i regeringen, end hos "taberne", der støtter partierne i oppositionen.

Men med en vigtig tilføjelse: For tilhængerne af de traditionelle "magtpartier" har det betydet mindre, om partiet er i regering eller opposition. Mistilliden fandtes især blandt tilhængerne af fløjpartierne på venstre og højre fløj – lidt aftagende for SF over tid, og for både SF og Dansk Folkeparti, når de var "inde i varmen" som støttepartier. Tilliden kunne bølge op og ned, men mønstret lå fast.¹⁹

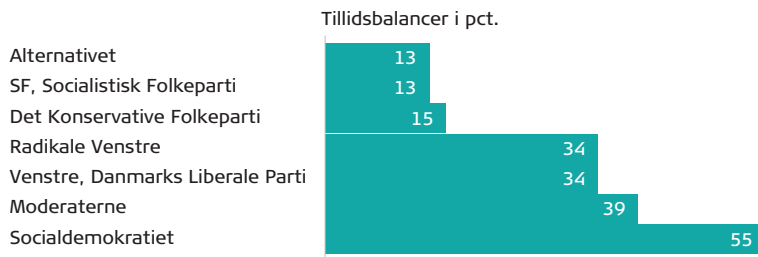
Men hvordan ser billedet så ud i 2025 efter tre år med en ikke særlig populær midter-regering? Svaret er: En hel del anderledes, men ikke som man måske kunne forvente ud fra det klassiske mønster.

Ikke overraskende hører S, V og M til tillidspartierne. Stærkest er tilliden blandt tilhængerne af statsministerpartiet, Socialdemokratiet, efterfulgt af Moderaternes og Venstres vælgere. Dvs. blandt de vælgere, de havde tilbage i sommeren 2025 – alle tre partier mistede vælgere i perioden fra 2022-valget til Tryghedsmålingen 2025.

De radikale vælgere har lige så høj tillidsbalance som venstrevælgere, selvom partiet har været mere ude i kulden end normalt. Endelig er der tilhængerne af de Konservative, med en lidt lavere, men dog pænt positiv tillidsbalance på plus 15.

Figur 10.12**- Højtillidspartierne**

Der er en overvægt af tillid de politiske beslutninger hos dem, der støtter de traditionelle regeringspartier, men også hos SF's og Alternativets vælgere.



Spørgeformulering: Hvad ville du stemme på, hvis der var valg til Folketinget i dag? Stillet 23. maj og 9. juli 2025. Antal svar: 5005.

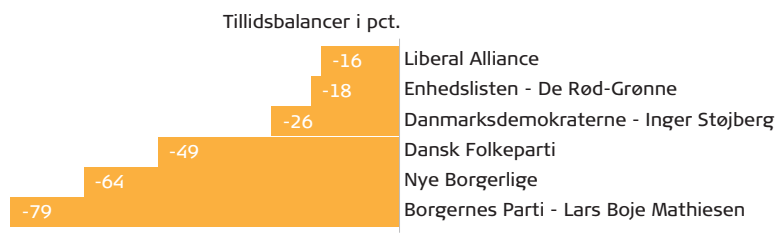
Kilde: Tryghedsmåling 2025.

Derimod er det helt usædvanligt, at SF-vælgerne har lige så høj tillid (+13) som de konservative vælgere. Det samme gælder hos tilhængerne af Alternativet, der netop er skabt som et alternativ til de etablerede partier.

Resultaterne er ikke mindre bemærkelsesværdige, når det kommer til partierne med en overvægt af negative svar, jf. 10.13.

Figur 10.13**- Lavtillidspartierne**

Hos vælgerne yderst til venstre og – navnlig – højre er der ikke tiltro til, at de politiske ledere træffer positive beslutninger for landet.



Spørgeformulering mv. se figur 10.12.

Godt nok er der en overvægt af mistillid blandt dem, der ville stemme på Enhedslisten da Tryghedsmålingen blev foretaget. Men Enhedslisten plejer at konkurrere med højrefløjen om at have størst mistillid til politikerne og deres beslutninger. Nu er overvægten af mistillid mere beskedent.

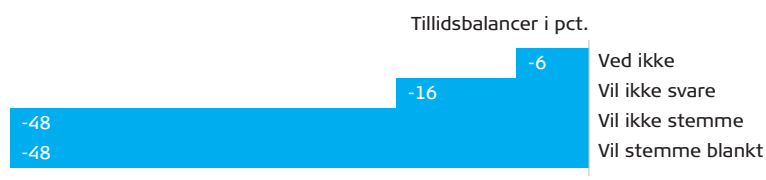
Det samme gælder Liberal Alliance. Men partiet har en fortid som regeringsparti – og det er jo, målt på tilhængere i 2025, et meget stort parti – så det er bemærkelsesværdigt at de mht. mistillid ligger på linje med Enhedslisten.

Danmarksdemokraterne har markedsført sig på *ikke* at være et protestparti, men vælgerne har mindre tillid end Enhedslistens. Det samme gælder i endnu højere grad Dansk Folkepartis tilhængere og de to mindre partier, Nye Borgerlige og Borgernes Parti.

At der er mistillid på højrefløjen, er ikke noget nyt. Men at højrepartier med overvægt af mistillid er så mange og tæller så mange vælgere, er nyt. Dansk Folkeparti talte mange tilhængere, da partiet toppede. Men summen af Liberal Alliance, Danmarksdemokraterne, Dansk Folkeparti og Borgernes Parti samt det, der måtte blive tilbage af Nye Borgerlige, er i 2025-målingen større.

Omvendt er det også nyt, at der er *så lidt* mistillid på venstrefløjen, der ellers ikke blev venligt behandlet, da den bød sig til efter valget i 2022.

De 19 pct., der ikke har besluttet sig for hvad de vil stemme, er lidt mindre tillidsfulde end gennemsnittet: Den pragmatiske tillidsbalance er minus 6 pct. mod 0 for alle vælgere. Og de, der *ikke* vil stemme eller stemme blankt – har meget lav tillid, jf. figur 10.14. De er flere i 2025, end de plejer at være, og deres tillid er også (endnu) lavere end vi normalt ser.



Figur 10.14
– De upartiske

Tilliden er meget lav hos vælgere, der vælger ikke at stemme eller at stemme blankt.

Spørgeformulering mv. se figur 10.12.

Tillid til institutionerne

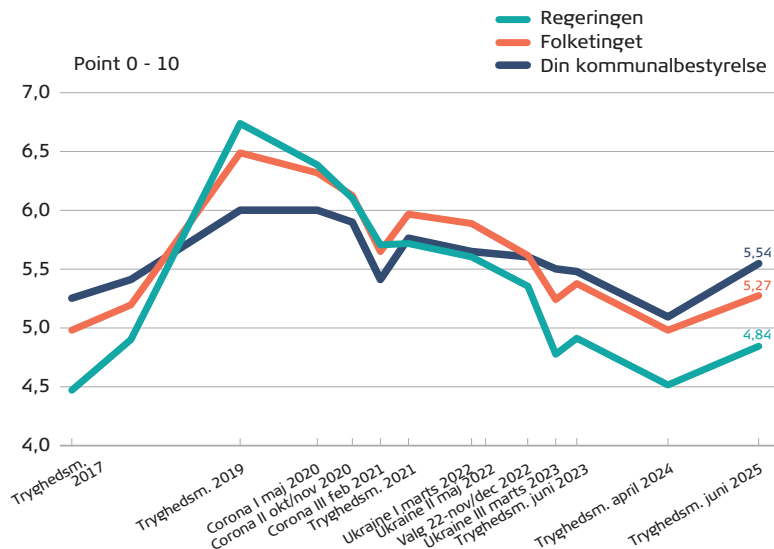
Ud over den generelle og den pragmatiske tillid til politikerne måler vi tilliden til en række politiske (og andre) institutioner.

I dette spørgsmål beder vi bl.a. svarpersonerne oplyse, hvor meget tillid de har til deres kommunalbestyrelse, regeringen, Folketinget og de politiske partier. Spørgsmålet går altså her på institutionerne. "Politikerne" som gruppe er ikke nævnt.

Spørgsmålet om tillid til bl.a. de politiske institutioner er også et klassisk spørgsmål, der er stillet på samme måde igennem mange år. Svarene ses i figur 10.15.

Figur 10.15
– Tillid til det politiske system

Tilliden til de politiske institutioner svinger i takt. I øjeblikket er udviklingen positiv efter et kraftigt dyk i 2024.



Spørgeformulering: Her er en liste med forskellige institutioner. Angiv venligst på en skala 0-10, hvor stor tillid du personligt har til hver af disse. 1. Politiet. 2. Domstolene. 3. Den offentlige administration. 4. Kommunalbestyrelsen i din kommune. 5. Folketinget. 6. Regeringen. 7. De politiske partier. 8. EU. 9. FN (De Forenede Nationer). 10. NATO. 11. Det danske forsvar. 12. Det parti i Folketinget, du synes bedst om.

Kilde: Tryghedsmålingerne.

Figuren bekræfter flere indtryk fra figur 10.3. Først og fremmest: Tilliden svinger. Det gælder Folketinget, den lokale kommunalbestyrelse og de politiske partier, og det gælder frem for alt tilliden til den mest entydigt politiske af alle institutionerne, regeringen.

Tilliden ligger lavere end i corona-årene. Derimod er det svært at få øje på en negativ langtidstendens. Niveaue er nogenlunde som i 2017, da tidsserien begyndte (og hvor tilliden generelt lå lavt).

Man kan heller ikke sige, at niveauet er imponerende højt – eller det kan man kun, hvis man sammenligner med udlandet. Tilliden ligger omkring 5, dvs. midtpunktet på skalaen, og måske alt i alt lidt pænere end da der blev spurgt til den pragmatiske og især den almindelige tillid i figur 10.1. Lavest ligger de politiske partier med 4,66 point.

Billedet bliver lidt mere tillidsfuldt, når der spørges om tilliden til det parti "i Folketinget, du synes bedst om" (ikke vist i figuren). Her hopper gennemsnittet næsten to point op til fra 4,66 til 6,49, og bekræfter igen at en del af det, der trækker den gennemsnitlige tillid ned, er politisk uenighed.

Selvom den tillid til det politiske system, vi spørger til her, ikke er identisk med den pragmatiske tillid – og endnu mindre den generelle tillid – til politikerne, er der alligevel en stærk sammenhæng. Den pragmatiske tillid hænger jernhårdt sammen med især tilliden til regeringen og Folketinget, men også med tilliden til de politiske partier i Folketinget.²⁰

Men den hænger faktisk også sammen med ens tillid til politiet og FN, som umiddelbart ikke har så meget at gøre med, om man tør stole på at de politiske ledere tager de bedste beslutninger for landet. Der er med andre ord en mere generel systemtillid bagved, der tæller med i regnskabet.

De mest mistillidsfulde

I de grupper, vi undersøgte ovenfor, var der generelt i de senere år en betydelig niveauforskel mellem den generelle tillid og den pragmatiske ditto.

I nogle tilfælde var tillidsbalancen negativ på den generelle tillid og positiv på den pragmatiske. I andre tilfælde skrumpede en enorm generel mistillid ind til en meget overskuelig størrelse, når spørgsmålet gik på tilliden til, at de politisk ansvarlige faktisk tager ansvaret på sig. Gruppen, der oplyste, at den ikke er interesseret i politik, er et sigende eksempel!

Lidt groft sagt stikker manglen på generel tillid ikke nødvendigvis så dybt. Måske kan den også signalere, at man ikke hopper på hvad som helst. Fuld tillid til politikere er lidt som at tro på nisser og reklamer.

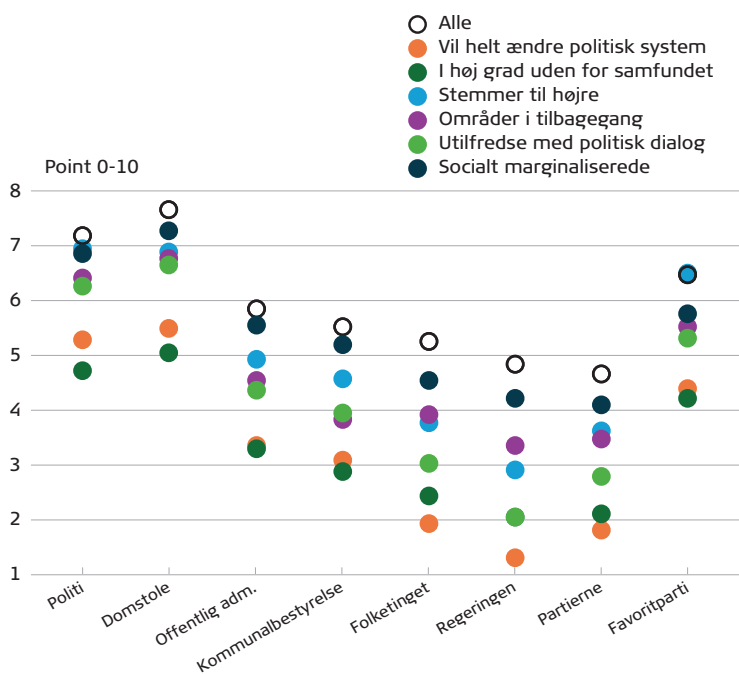
Den pragmatiske tillid er en mere alvorlig sag. Her handler det ikke om, om man bryder sig om politikere eller betragter dem som et nødvendigt onde. Når tilliden er lav, handler det for mange om politiske uenigheder eller utilpashed over en udviklingstendens, som man ikke oplever at politikerne tager alvorligt nok. Derimod er den er ikke nødvendigvis udtryk for at svarpersonen helt har vendt ryggen til systemet, og egentlig helst så at det brasede sammen.

De mest mistillidsfulde giver udtryk for meget lav tillid til samfundets institutioner generelt. I flere af de kriseplagede demokratier er der f.eks. også politisk begrundet mistillid til retsvæsnen, men denne gruppe er en forsvindende minoritet i Danmark. Under 2 pct. (1,7 pct.) angiver, at de har nul tillid til domstolene.

Man kan have et anstrengt forhold til domstolene af mange grunde, men der hvor det følges med lav tillid til de politiske institutioner, er der tale om et mere tværgående fænomen, jf. figur 10.16, der giver et indtryk af det, der kendetegner grupperne med en særlig lav pragmatisk tillidsbalance.

Figur 10.16
– Mistillid på tværs

Den dybe systemmistillid korresponderer især med udenforskab og ønsket om store systemændringer.



Spørgeformuleringer mv.: Se figur 10.15.

De socialt marginaliserede er dem, der skiller sig mindst ud. Gruppen er her defineret som alle sygemeldte og ledige i de arbejdsdygtige aldre, der ikke har forladt arbejdsmarkedet permanent. Den rummer bl.a. den lille gruppe af kontanthjælpsmodtagere, der – som nævnt tidligere – har meget lidt pragmatisk tillid. Når vi måler systemtilliden hos gruppen under ét, ligger den ikke langt fra befolkningsgennemsnittet. Det er særlig bemærkelsesværdigt at tilliden til kommunalbe-

styrelsen og forvaltningen, der står for den nære velfærd, ligner den øvrige befolknings så meget.

Den politiske mistillid blandt højrefløjsvælgere er heller ikke voldsomt systemkritisk. Gruppen, der især tæller vælgere fra Dansk Folkeparti og Danmarksdemokraterne, har, ikke overraskende, meget lav tillid til regeringen, og de politiske institutioner har de også mindre tillid til end gennemsnitsvælgeren. Men tilliden til deres favoritparti er godt og vel på højde med gennemsnittets, og deres tillid til politi og domstole ligger ikke markant under gennemsnittets.

Vi finder heller ikke nogen større gruppe af *"left behinds"*, som der tales meget om i mange lande. Dem, der har mindst tillid til politikerne, er, som tidligere vist, især beboere i mere forsømte dele af de større bysamfund – mere end borgere i den geografiske periferi. Deres tillid til de politiske institutioner ligger ret lavt, og det gælder også tilliden til kommunalbestyrelsen. Det foretrukne parti ligger ikke meget højere. Tilliden til politi og domstole er klart over 5.

Gruppen, der slet ikke oplever at regeringen søger dialog om de store spørgsmål, giver på alle punkter (bortset fra kommunalbestyrelsen) færre point, men det er især regeringen og Folketingets partier, der ligger meget lavt her. Det er omvendt tydeligt at gruppen (som gennemsnit) har større tillid til et bestemt parti, og at de altså ikke har tabt al tillid til det politiske etablisement.

Samme fænomen trak vi frem ovenfor i analysen af den gruppe, der finder at det politiske system bør laves helt om. Der var en over gennemsnitlig tilslutning til flere folkeafstemninger i gruppen, men det var især politisk modvilje og bekymring, der kendetegnede denne gruppe med en ekstremt lav tillid til det politiske system.

Mest markant er mistilliden hos den gruppe af personer, der oplever, at de i alvorlig grad er uden for samfundet. Her er tilliden til den politiske verden og dens institutioner tæt på at være ikke-eksisterende. Selv det parti, de finder mindst ringe, opnår ikke engang middelkarakteren, og tilliden til f.eks. politi og retsvæsen er markant under den vi finder i befolkningen som helhed. Det skal understreges, at vi her taler om en lille befolkningsgruppe på ca. 3 pct., og de, der blot føler sig udenfor samfundet i mindre grad, er også mindre mistillidsfulde. Men det minder ikke desto mindre om at inddragelse i samfundets fællesskaber er en betydningsfuld faktor bag tilliden.

Nogle konklusioner og et enkelt perspektiv

Helt overordnet *afkræfter* analysen, at tilliden til de folkevalgte bare falder og falder, sådan som man har set i nogle andre lande – og som det ofte påstås i debatten. Den politiske tillid svinger, og tillidens op- og nedture kan i høj forklares med den politiske elites håndtering af aktuelle politiske emner.

Vi kan til gengæld *ikke* konkludere, at forholdet mellem folk og folkevalgte er meget tillidsfuldt i 2025. Store dele af befolkningen giver udtryk for, at de har begrænset eller ingen tillid til politikerne – omend andelen er forskellig, alt efter om man spørger til folks almindelige indtryk af politikere, de store politiske beslutninger eller samfundets politiske institutioner.

Det er tydeligt at den lave tillid i nogle grupper – som i nogle tilfælde er decideret mistillid – er et meget sammensat fænomen. Der er både geografi, sociale skel, psykologi og politisk uenighed i gryden, men ikke alle ingredienser er lige vigtige.

Politisk uenighed spiller tydeligvis en stor rolle. En del af mistilliden flytter hen til andre vælgergrupper, når en ny regering kommer til. For andre udtrykker mistilliden et bredere ubehag ved bestemte sider af samfundsudviklingen. De har måske en opfattelse af, at de dominerende partier repræsenterer forskellige nuancer af det samme, når det kommer til sikring af velfærden, udlændingepolitikken, kriminalitetsbekæmpelse og grøn omstilling.

Denne form for konsensus ser de ikke sig selv i. Men her er tale om to forskellige tendenser: Dels en mere politisk eller ideologisk strømning. Dels en, der snarere er bekymret over eller utryg ved tendenser i samfundet. Om disse grupper kan være – eller blive – basis for væsentligt større "mistillidspartier" i fremtiden, kan vi ikke afgøre.

I modsætning til mange andre lande er mistilliden mod politikerne ikke så meget en geografisk udkantsproblematik. Det ser heller ikke ud til, at den først og fremmest næres af social eller økonomisk marginalisering. Begge dele spiller en rolle, både som direkte årsager til mistillid og som baggrundsfaktorer for oplevelsen af den psykologiske oplevelse af "udenforskab". Den faktor, der isoleret set slår stærkest ud, er oplevelsen af være sat uden for samfundet. Den optræder i alle samfundsgrupper, omend ikke lige hyppigt.

Det er tankevækkende, at den lave tillid også i så høj grad hænger sammen med vurderingen af de politiske systemers vilje og evne til dialog. Blandt nogle af de mest systemkritiske er der massivt ønske om flere folkeafstemninger. Tilslutningen til borgerforslagene er – som vi skal se i sidste kapitel – overvældende stor. Det taler for, at en mere omfattende og systematisk inddragelse af borgerne i politiske processer kunne være en vej til højere tillid i nogle grupper – og modvirke den giftige oplevelse af udenforskab.

Tillid i to generationer

De danske valgundersøgelser går tilbage til 1971, og udgangspunktet var – som man kan se i figur 10.1 – ganske pænt, med en betydelig overvægt af tillid: 32 procentpoint flere med tillid end mistillid. Det krakelerede ved det såkaldte jordskredsvalg i 1973, der fordoblede antallet af partier i Folketinget, herunder Mogens Glistrups protestparti Fremskridtspartiet som næststørste parti med 15,9 pct. af stemmerne. Tilliden blev værre endnu i 1975, kun lidt bedre i 1977-79 – og så røg den igen i bund i 1981 og 1984, hvor Danmark var økonomisk trængt; allerede fra 1979 blev der talt om "kurs mod afgrunden".

Efter økonomisk vækst, markant fald i ledigheden og forbedret velfærd blev tilliden klart højere ved 1998-valget, og i 2001 var vi pludselig tilbage på 1971-niveau.

Det holdt sig nogenlunde i Anders Fogh-Rasmussens regeringstid, men herefter dykkede tilliden kraftigt i 2011 og endnu mere i 2015. Så steg den lidt i 2019 og faldt en smule igen i 2022.

Såvidt valgene. Men det skjuler tre store udsving mellem valgene. Poul Schlüters regering 1984-87 havde stort held med at sænke inflation og rente og bekæmpe ledigheden. I 1985 kunne Schlüter erklære at økonomien gik "ufattelig godt", og at han ikke var "så konservativ, at det gjorde noget". Det kunne vælgerne godt lide. I august 1985 var den politiske tillid næsten tilbage ved 1971-niveauet.

Men det holdt ikke længe: Danskerne levede over evne, betalingsbalancen gik amok, og "kartoffelkuren" i 1986 stram-

mede kreditten med krav om meget store og hurtige afdrag af gælden for boligejere. Skattereformen, der trådte i kraft 1987, sænkede rentefradraget. Boligpriserne kollapsede, arbejdsløsheden steg for at toppe med 350.000 ledige i starten af 1990'erne.

Den politiske tillid nåede et historisk lavpunkt i 1989. Både regeringen og Socialdemokratiet havde italesat økonomien som en brændende platform, der krævede store reformer. Ingen af forslagene vakte gehør, men værre blev det, da forhandlingerne strandede.²¹ Brændende platform – og ingen evne til at enes om løsninger var opskriften på den laveste tillid, der nogensinde er målt.

Den brændende platform var dog overdrevet. I 1990 gik betalingsbalancen i permanent plus, uden at statsgælden gik amok. Tilbage var ledigheden. Men arbejdsløsheden blev halveret fra 1994

til 1999. Den politiske tillid steg og tog et tigerspring til ny rekord under VK-regeringen i 2001. Oveni gode konjunkturer blev den hjulpet frem af både "kontraktpolitikken" (navnlig løfter om, hvad regeringen *ikke* ville gøre) og mindre oplevet afstand mellem vælgernes holdninger og holdningerne på Christiansborg.²²

Endelig skjuler valgmålingerne ganske, at den politiske tillid nåede astronomiske højder efter Corona-nedlukningen den 11. marts 2020. Nedlukningen blev set som rettidig omhu, og den blev gennemført i bred enighed mellem partierne. Tillidsbalancen nåede straks efter 74 procentpoint. Det kunne ikke holde, men tilliden forblev høj gennem hele Corona-perioden. Det samme gjorde danskernes opbakning om corona-politikken, jf. TrygFondens mange målinger heraf.²³

Noter

1. For danske undersøgelser, se bl.a. Jørgen Goul Andersen, Hans Jørgen Nielsen, Niels Thomsen & Jørgen Westerståhl, *Vi og vore politikere*. København: Spektrum/Rockwool Fonden. 1992. Ole Borre, "Issues and Political Trust", pp. 300-324 i Ole Borre & Jørgen Goul Andersen, *Voting and Political Attitudes in Denmark*. Aarhus: Aarhus University Press. Jørgen Goul Andersen, Lars Torpe & Johannes Andersen, *Hvad folket magter*. København: Jurist- og Økonomforbundets Forlag. 2000, pp.1-24, 123-152. Jørgen Goul Andersen, *Et ganske levende demokrati*. Aarhus: Aarhus Universitetsforlag. 2004, pp. 39-75, 249-274. Jørgen Goul Andersen, "Stigende politisk mistillid", pp. 279-322 i J.G.Andersen & Ditte Shamshiri-Petersen (red.), *Fra krisevalg til jordskredsvalg*. Vælgere på vandring 2011-2015. København: Frydenlund Academic. 2016. Rune Stubager, "Politisk tillid: Et spørgsmål om ressourcer, magt og marginalisering", pp. 179-203 i Kasper Møller Hansen & Rune Stubager (red.), *Klimavalget. Folketingsvalget 2019*. København: DJØF Forlag. Rune Stubager & Frederik K. Kjeller, "Stabil politisk tillid trods minsket og coronapandemi", pp. 75-100 i Kasper Møller Hansen & Rune Stubager (red.), *Partiedernes kamp om midten. Folketingsvalget 2022*. København: DJØF Forlag, 2024. Kasper Møller Hansen & Rune Stubager, "Konklusion: Valget i 2022 og demokratiets 'sande' tilstand", pp. 559-572 i Kasper Møller Hansen & Rune Stubager (red.), *Partiedernes kamp om midten. Folketingsvalget 2022*. København: DJØF Forlag, 2024.
2. Se f.eks. de årlige troværdighedsmålinger fra Radius Kommunikation (2009-2023). Politikere har bevæget sig nedad mod sidstepladsen, men rykkede dog op på en næstsidsplads, da man i 2023 tog influencere med.
3. Goul Andersen (2004, p. 259). *Et ganske levende demokrati*. Aarhus: Aarhus Universitetsforlag.
4. Spørgsmålene er de samme som i Valgprojektet, men YouGov-tallene viser lavere tillid end Valgprojektets. Data viser en stabil afvigelse i perioden 2011-2019, hvor vi har samtidige målinger. Afvigelsen kan ikke vejes væk, heller ikke hvis man f.eks. vejer efter parti (Goul Andersen, 2016). Det kan ikke udelukkes, at YouGov kommer bedre ud i marginale grupper end Valgundersøgelserne, hvor skemaets størrelse og emne kan skræmme nogle typer af svarpersoner væk. Men vi anser valgprojektets data som de autoritative, fordi stikprøverne (de, der er tilbudt at medvirke) er udtaget strengt tilfældigt og dermed repræsentativt.
5. Det er dog værd at huske at vi kun ser en del af billedet i en spørgeundersøgelse som denne. Nogle af de mest socialt marginaliserede grupper svarer ikke på den slags. Vi har også en kraftig underrepræsentation af udenlandske statsborgere.
6. Der er anvendt en kombination af to splitsamples, hver stillet til ca. 1/3 af de 5005 svarpersoner. Det ene sample har fået spørgsmålet "Hvordan vil du generelt beskrive udviklingen i det område af landet, du bor i?" Svarmulighederne: 1. Det går meget fremad. 2. Det går noget frem. 3. Det går hverken frem eller tilbage. 4. Det går lidt tilbage. 5. Det går meget tilbage. 6. Ved ikke. Den anden splitsample har fået samme spørgsmål, men alle svarmuligheder har fået tilføjet eftersætningen "sammenlignet med resten af landet." Selvom svarfordelingen er lidt forskellig, er variationerne nogenlunde de samme, så billedet af variationer eller sammenhænge med andre variabler kan sammenlignes uden større metodiske problemer.
7. $\eta = 0,24$
8. Den anvendte kommuneopdeling stammer fra Landdistriktsredegørelsen, 2007.
9. $\eta = 0,29$
10. Der er også en svag tendens til at sammenhængen er blevet stærkere end den var for en generation siden. Sammenhængen er stærkest, når det gælder generel tillid til politikere.

11. På dette punkt kan politisk effektivitetsfølelse (efficacy) og politisk (mis)tillid nærme sig hinanden. Ekstern efficacy drejer sig om troen på at man kan gøre en forskel. Herunder om man overhovedet forventer at kunne blive hørt.

Det kan fx hænge sammen med størrelse: Der er bedre chancer for at påvirke kommunen end for at påvirke EU. Men det kan også hænge sammen med viljen til at lytte til borgerne. Helt isoleret set er synet på politikernes vilje til at lytte dog ikke et spørgsmål om efficacy, men snarere et aspekt af politisk tillid.

Politisk (mis)tillid har mange aspekter: Er politikerne/beslutningstagerne lydhøre, tager de hensyn til hvad borgerne mener? Det er ét aspekt, man har altid målt på. En anden klassiker er pålidelighed/troværdighed (f.eks. holder politikerne hvad de lover? Skifter de standpunkt – eller parti! – som vinden blæser?). Varetagelse af egne interesser er et tredje klassisk aspekt (det spænder fra interesse i genvalg i den milde ende, til det grove yderpunkt der nærmer sig korruption). Et fjerde aspekt er kompetence – forstår politikerne overhovedet politikens substans, evner de at styre?

Borgernes vurderinger af disse tillids-aspekter hænger sammen indbyrdes. Og endnu mere hænger de sammen med de mere overordnede spørgsmål om tillid: Det er en sammenhæng mellem aspekt og helhed.

Når det gælder ekstern efficacy, er der ikke en tilsvarende logisk tvingende sammenhæng med tillid. Og efficacy og tillid er ikke det samme. Efficacy er agent-centreret: Kan jeg påvirke, hvis jeg virkelig prøver? Tillid er aktør- eller system-centreret: Lytter de, tager de henvendelser alvorligt osv.

I praksis er det meget svært at lave spørgsmål om ekstern efficacy, og målinger kritiseres ofte for at rode tingene sammen, så man i realiteten mere kommer til at måle på tillid end efficacy. Det afgørende er, at efficacy-spørgsmålet er agent-centreret: Har jeg troen på, at jeg kan påvirke, på at jeg i det hele taget vil blive taget seriøst, på at det vil nytte noget at forsøge? Princippet er klart. Det er bare svært at fastholde et agent-centreret perspektiv 100 procent, når man er nødt til at spørge, om man forventer at blive taget seriøst. Vi har forsøgt, så godt vi kan.

12. For folketingsmedlemmer er $\eta^2 = 0,464$
13. Bedømmelsen af de kommunale dialogevner var også lidt mere forbeholden: Hvor det i 2025 er 34 pct., der er helt eller delvist uenige i at kalde kommunens dialogevne for god, var det 41 pct. i 2024. Det har formentlig ikke så meget med kommunerne at gøre, mere med Christiansborg. Det er lidt som tidevandet, der løfter alle skibe. Ligesom vi så det ved corona-nedlukningen: Tilliden til regering og folketing bragede op, men der dryppede også lidt ekstra tillid af på alle andre.
14. $\eta^2 = 0,56$ for regeringen og $0,36$ for den kommunale ledelse.
15. $\eta^2 = 0,5$.
16. $\eta^2 = 0,48$.
17. η^2 er i alle tilfælde højere end $0,20$.
18. Vi ser tydelige men ikke dramatiske sociale gradienter på spørgsmålet, med flere arbejdere end funktionærer der ønsker store ændringer og endnu større tilslutning hos kontakthjælpsmodtagere, og navnlig de forskellige grupper af sygemeldte.
19. For udviklingen 1971-2001 opdelt på partigrupper, se Goul Andersen. Et ganske levende demokrati. S. 265, 2004.
20. Korrelationen for politiske partier: $\eta^2 = 0,66$. For Folketinget og regeringen er den hhv. $0,73$ og for regeringen $0,75$ – i de to sidste tilfælde forklarer den pragmatiske tillid mere end halvdelen af variansen i svarfordelinge

21. Målingerne der er gennemført af AIM for Mandag Morgen, er samlet i Jørgen Goul Andersen (1998) *Vælgermosaik*. Arbejdspapir no. 19, Center for Kulturforskning, Aarhus Universitet.
22. Se Goul Andersen (2004: pp. 265-74). Svarpersonerne skulle placere sig selv og partierne på en (venstre-højre) skala 1-5 på en række spørgsmål om velfærd, indvandring mm. Overensstemmelsen blev bedre *både* pga. mandatforskydninger mellem partierne *og* fordi vælgerne oplevede at partierne havde flyttet sig: Socialdemokratiet blev set som mere restriktivt ift. indvandring end i 1998, og Venstre blev set som mindre nyliberal ift. velfærd. Typisk var det partierne, der (i vælgerens øjne) havde flyttet sig. Men på EU-området var det vælgerne.
23. Se *Tryghed i Danmark før og under coronakrisen. Tryghedsmåling 2019-20; Epidemien og os; Tillid og trivsel i CoronaDanmark; Den sidste dans med Covid-19?*

Kapitel 11

Demokratiske idealer og realiteter

Det går dårligt for demokratiet på verdensplan. Der er for første gang i 20 år færre demokratiske lande end autokratier i verden (88 mod 91), heraf er 29 liberale demokratier. Omtrent tre ud af fire mennesker i verden lever under autokratisk styre. Det går fremad i visse lande. Ca. 6 pct. lever i lande hvor demokratiske standarder forbedres. Men det går tilbage i lande, der til sammen rummer 40 pct. af menneskeheden.¹

Men hvordan ser det egentlig ud med dansk demokrati?

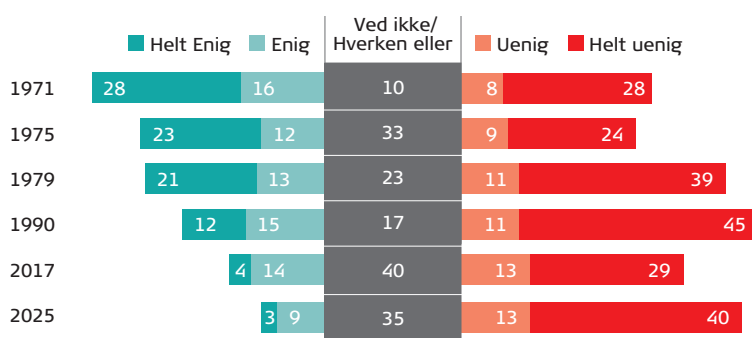
Ser man på internationale sammenligninger er Danmark et demokratisk mønsterland.²

Ser man derimod på de to foregående kapitler, er der plads til forbedring – og måske forstærkning mod det, der er betegnet som "den tredje autokratiske bølge". Tryghedsmålingen har stillet en række spørgsmål, der kan belyse dette og som fremlægges i dette kapitel.

Den stærke mand og retsstaten

Et af de klassiske mål for demokratiets styrke i et land drejer sig netop om opbakningen til autokratiske styreformer. I Danmark er vælgerne siden 1971 blevet bedt om at tage stilling til påstanden: "Det ville være meget fornuftigt at lade en stærk mand gribe magten i en økonomisk krisesituation".

Svarfordelingen ses i figur 11.1.

**Figur 11.1****- Autokrati - nej tak!**

Stadig færre abonnerer på ideen om en stærk leder til at klare kriserne.

Spørgeformulering: Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn: Det ville være meget fornuftigt at lade en stærk mand gribe magten i en økonomisk krisesituation.

Kilde: 1971-1990: Valgundersøgelserne fra Det Danske Valgprojekt og Tryghedsmåling 2017 og 2025.

I 1971 var der faktisk et flertal af de vælgere, der tog stilling, som tilsluttede sig tanken om en stærk mand i en tænkt "økonomisk krisesituation". I 1971 havde man ikke oplevet økonomisk krise i et par årtier, men i 1975 var man midt i den såkaldte første oliekrise, og her var der stadig et knebent flertal for tanken blandt de (noget færre), der forholdt sig til spørgsmålet.

I 1979 var balancen skiftet til ugunst for "den stærke mand", og siden har han fået stadig færre tilhængere. I 2025 er kun 3 pct. rigtigt med på ideen, og kun i alt 12 pct. har en eller anden sympati. Flertallet er uenige, og 40 pct. er *helt* uenige her.

Holdningsskiftet kan delvis have at gøre med at referencen for spørgsmålet skifter – eller at spørgsmålet mangler reference.

Mange har nok tænkt mere på den franske præsident de Gaulle, som nød bred beundring her i landet, når de blev spurgt om en stærk mand i 1971. I dag går tankerne måske snarere til Victor Orbán – eller til Donald Trump, som ikke har mange fortalere her i landet.

I 2023 blev spørgsmålet stillet på en lidt anderledes måde i en international survey. Kernen i spørgsmålet var, om svarpersonen havde *nogen som helst positive tanker eller følelser til overs for en stærk leder, der ikke behøver at bekymre sig om parlament eller valg.*

Her gav en fjerdedel af de 1500 danske svarpersoner udtryk for en grad af positivitet, mens tre-fjerdedele ikke var det mindste positive.

Der var, på den anden side, ikke et flertal, der ligefrem udtrykte ekstremt negative holdninger til den autokratiske leder.³

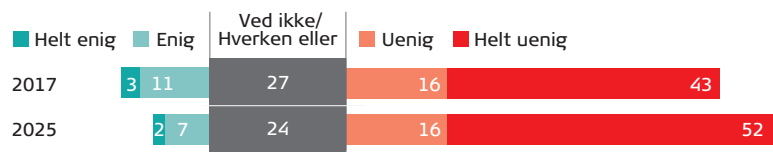
Ideen om, at politiske magthavere står over loven, har også beskeden støtte – også selvom lederne kan henvise til stor folkelig opbakning. Kernen i de fleste (seriøse) definitioner af populisme er netop at folkets vilje går forud for alt andet, herunder grundlæggende retsstatsprincipper, og at politiske ledere har mandat til at udlægge folkeviljen.

Tryghedsmålingen spurgte første gang til befolkningens holdning i 2017. Her var spørgsmålet blevet aktuelt, efter at Ombudsmanden havde brugt ordene "særdeles kritisabelt" om integrationsminister Inger Støjbergs instruks om at skille mindreårige samboende på asylcentre ad uden at vurdere parrene individuelt.

Befolkningen var ikke enig i, at det kan være berettiget for ministre at overtræde loven, som det ses i figur 11.2.

Figur 11.2
– Retsstat eller folkestemning?

Kun en ud af 50 er helt enig i, at ministre bør kunne se bort fra loven i rigtigt populære sager.



Spørgsmålsformulering: Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn: Det kan være berettiget, at ministre overtræder loven, hvis de er sikre på, at de har befolkningen bag sig? Antal svar: 6053 i 2017 og 1652 i 2025.

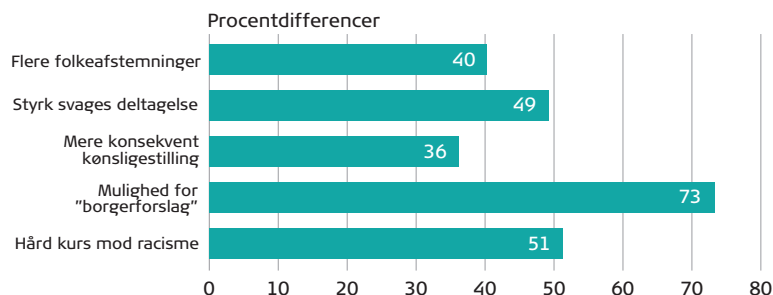
Kilde: Tryghedsmåling 2017 og 2025.

Endnu færre er enige i år 2025, og endnu flere er uenige. Et absolut flertal er faktisk helt uenige, når princippet trækkes så hårdt op som her. Og måske er det også Trump-styret i USA, der minder befolkningen i Danmark om populismens farer. Udviklingen i svarene ser faktisk ud til at gå i den stik modsatte retning af, hvad man ser i mange andre vestlige lande.

Behovet for reformer

Til gengæld er der bred interesse for at give demokratiet nye og bedre rammer på en række punkter. Det viser svarene på en række ideer, som Tryghedsmålingen har spurgt til. Ideerne handler både om konkrete spilleregler og om blødere kulturværdier, som folkestyret er indlejret i.

Svarene ses i figur 11.3, hvor andelen af uenige i de respektive forslag er trukket fra den procentandel, der har erklæret sig helt eller delvis enige i dem.



Figur 11.3

- Demokratiske fremskridt

Kæmpestore flertal er positive over for mere direkte demokrati og for at nedbryde barrierer for lige deltagelse.

Spørgeformuleringer: Er de følgende ideer efter din mening positive, negative eller uden betydning for demokratiet: 1. At mange flere sager sendes ud til folkeafstemning. 2. At der gøres en særlig indsats for at svage borgere kan deltage i demokratiet. 3. At der arbejdes mere konsekvent med at ligestille mænd og kvinder. 4. At det er muligt at stille "borgerforslag" til Folketinget, hvis 50.000 bakker forslaget op. 5. At der slås hårdere ned på racisme. Svarmuligheder: 1. Meget positivt. 2. Lidt positivt. 3. Hverken positivt eller negativt. 4. Lidt negativt. 5. Meget negativt. 6. Ved ikke/Ønsker ikke at svare. Antal svarpersoner: 1665.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

Ubestridt topscorer her er borgerforslagene, der som bekendt ikke kun er en idé, men siden 2018 har været en levende praksis. Procent-overvægten er på hele 73 pct., og 52 pct. finder ligefrem borgerforslags-ideen *meget* positiv.

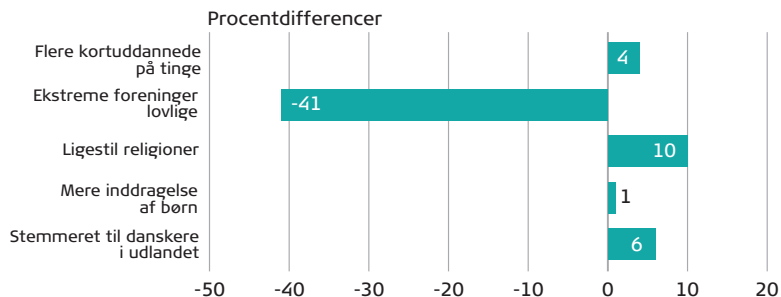
Næststørste overvægt af positive finder vi på spørgsmålet om at slå hårdere ned på racisme, som også er den ide som næstflest finder *meget* positiv. Interessant nok er det bare 4 pct., der synes meget dårligt om ideen. Omtrent samme svarfordeling ses for ideen om at styrke svage grupper demokratisk deltagelse.

Der er en samlet overvægt på 36 procentpoint på forslaget om mere konsekvent ligestilling mellem kønnene, og 27 pct. af svarpersonerne finder den konsekvente ligestilling *meget* positiv, 11 pct. er imod tanken, men 40 pct. svarer Hverken enig eller uenig eller Ved ikke).

En række andre forslag deler vandene, og et enkelt dømmes ude af et bredt flertal. Det er vist i 11.4.

Figur 11.4**- Diskutable fremskridt**

Små flertal vil ligestille religioner i samfundet og give stemmeret til udenlandsdanskere.



Spørgeramme og svarmuligheder: som 11.3. De enkelt items lyder:

1. At der vælges flere med ingen eller kort uddannelse til Folketinget.
2. At det er lovligt at danne foreninger, som flertallet opfatter som ekstreme.
3. At de forskellige religioner er ligestillet i samfundet.
4. At børn inddrages mere i beslutningerne.
5. At danske statsborgere, der bor i udlandet, får mulighed for at stemme.

Kilde: Tryghedsmåling 2025.

Ideen om at det skal være lovligt at danne foreninger, som flertallet finder ekstreme, er meget upopulær. Ideen står ellers centralt i en traditionel demokratiforståelse – som en pendant til retten til at udtrykke ekstreme synspunkter, der som bekendt også rækker vidt i Muhammedtegningernes fædreland. Retten er også en grundlovssikret ret, så længe foreningen i øvrigt holder sig fra kriminalitet.

Ikke desto mindre ser hele 52 pct. negativt på retten til at danne foreninger, som flertallet finder ekstreme. Om de seneste års forsøg på at afskaffe Loyal to Familia- og Bandidos-banderne ved rettens hjælp spiller en rolle for svarene, kan vi ikke teste. En anden mulighed er at synspunktet afspejler en bredt følt bekymring for ekstremisme og polarisering, som vi også ser i andre tal.

De øvrige fire forslag i figuren deler vandene: Der er 31 pct., der gerne ser en bedre repræsentation af kortuddannede i Folketinget, men den tanke er 27 pct. ikke med på.

At ligestille religionerne i samfundet er 35 pct. positivt indstillet overfor, men 24 pct. er imod.

30 pct. synes det er en tiltalende idé at inddrage børn mere i beslutningerne, og 9 pct. finder tanken meget positiv, mens 29 pct. er mere eller mindre negative.

Danmark hører til de mest restriktive med hensyn til at tillade danske statsborgere at stemme til Folketingsvalg, når de ikke bor i Danmark. 33 pct. vil gerne lade danskere i udlændighed stemme ved valget, mens 27 pct. vil forbeholde den ret for os, der bor her.

Der gemmer sig nogle lidt dybere holdningsmønstre bag svarene på de ti spørgsmål ovenfor. Det afslører en såkaldt faktoranalyse, der måler den statistiske sandsynlighed for, at en bestemt holdning hænger sammen med en anden holdning. Når vi ser på alle holdninger hos alle svarpersoner, danner der sig tre holdningsklumper:

Den første handler om ligestilling. Positiv holdning til ligestilling mellem køn hænger sammen med ligestilling af religioner, hårdere kurs mod racisme, stemmeret til danskere i udlandet og styrket demokratisk deltagelse for børn og ressourcetsvage grupper.

Den anden er anti-elitær og deltagelsesorienteret. Her er stærk sammenhæng mellem at støtte borgerforslag og flere folkeafstemninger, og at ønske sig flere kortuddannede i Folketinget og bedre deltagelsesmuligheder for mennesker med små ressourcer – sidstnævnte slår endnu stærkere ud her end i den første holdningsklump.

Den sidste holdningsklump kan måske kaldes anti-woke. Den er især samlet om retten til at danne ekstreme foreninger, men hænger også sammen med uvilje mod en hårdere kurs mod racisme, mod mere konsekvent kønsligestilling og – hvordan det så kan forklares – mod borgerforslag. Derimod er her ikke modstand mod ligestilling af religioner, som man måske godt kunne have forventet i netop denne kombination af holdninger.

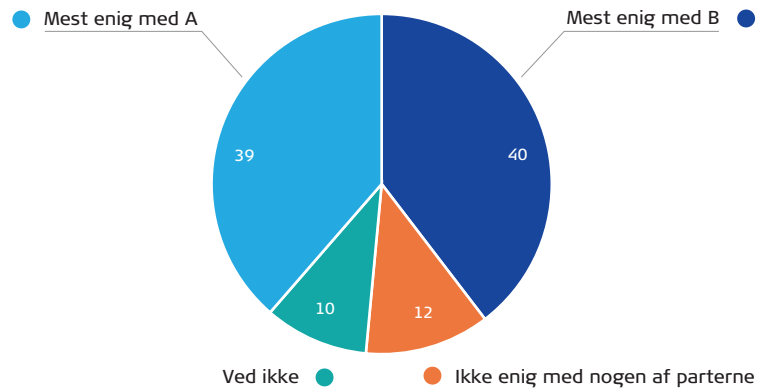
Statsborgere og medborgere

Vi så ovenfor en udtalt interesse for at inddrage svage borgere bedre i demokratiet. En del af dem er medborgere med udenlandsk baggrund, der ikke har statsborgerskab og dermed stemmeret til Folketinget. Efterhånden har lidt mere end 10 pct. af den voksne befolkning ikke stemmeret, og det fremhæves af nogle som et problem for både demokrati og integration. Andre finder, at det skal være lige så svært som i dag at opnå statsborgerskab – mindst.⁴

Tryghedsmålingen har i forlængelse af diskussionen spurgt, om svarpersonerne er mest enige med A, der synes at det er godt at Folketinget har hævet adgangstærsklen til statsborgerskab, eller om de er mere enige med B, der mener at tærsklen er blevet for høj.

Figur 11.5**– Barrierer for borgerskab**

Befolkningen er delt på midten i spørgsmålet om, det er blevet for svært at få statsborgerskab.



Spørgeformulering: Er du mest enig med A eller B i følgende diskussion? Vælg det svar du er mest enig med, også selvom du ikke er helt enig med nogen af dem. A siger: Det er godt, at Folketinget har gjort det meget svært for indvandrere at få statsborgerskab. B siger: Det er blevet for svært for lovlige indvandrere at blive fulgyldige medlemmer af samfundet. Svarmuligheder: 1. Mest enig med A. 2. Mest enig med B. 3. Ikke enig med nogen af parterne. 4. Ved ikke. Antal besvarelser: 5005.

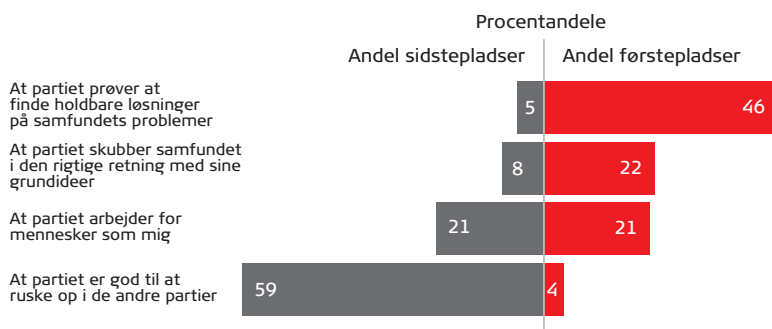
Kilde: Tryghedsmåling 2025.

Også her ser vi, at befolkningen er delt på midten, mellem dem der gerne ser færre barrierer for at lovlige indvandrere får fulde rettigheder på den ene side, og dem der er tilhængere af en mere restriktiv linje på den anden.

Det foretrukne parti

I kapitel 10 undersøgte vi tilliden til en række samfundsinstitutioner, og mangel på samme. Vi så bl.a. på, hvordan befolkningen i dag ser på de politiske partier, der har en så dominerende rolle i organiseringen af samfundets politiske løsninger og magtkampe. Vi fandt også, at der typisk er forskel på synet på partivæsenet som sådan, og så på det parti, som svarpersonerne foretrækker. I en opfølgende måling har vi spurgt, hvad der får svarpersonerne til at foretrække dette parti. Spørgsmålet er – med lidt andre ord – om det er ideologi, protest, gruppeinteresser eller samfundshensyn, der er det centrale for svarpersonen.

Figur 11.6 viser, hvor mange procent af svarpersonerne, der har givet henholdsvis førstepladsen (de røde) og sidstepladsen (de grå) til hvert af de fire hensyn.

**Figur 11.6****- Det foretrukne**

Knap halvdelen af vælgerne fremhæver partiets evne til at finde løsninger, når de skal nævne det, der udmærker det parti, de foretrækker.

Spørgeformulering: Hvad synes du er vigtigst hos det parti, du synes bedst om? Her kommer fire muligheder, og du bedes prioritere de fire muligheder således, at 1 er det vigtigste for dig, 2 den næstvigtigste osv. 8 pct. har svaret: Ingen af disse. Antal svar: 2501.

Tryghedsmåling, september 2025.

46 pct. siger, at det er partiets evne til at finde holdbare løsninger på samfundets problemer, der er det vigtigste for dem, og kun 5 pct. lægger mindst vægt på dette, når de forklarer, hvorfor de foretrækker deres favoritparti. Partiets ideologi er det vigtigste for næstflest – men langt færre, kun godt 22 pct. Der er dog endnu færre, der er så ligeglad med partiets verdenssyn, at det ryger helt ned på sidstepladsen.

Omtrent hver femte vælger favoritparti efter, om de synes, at det fremmer deres interesser. Og næsten ingen tager først og fremmest et parti for at ruske op i (de) andre partier. Der er dog også 8 pct. der ikke kunne bruge nogen af de fire valgmuligheder, hvad enten de nu har andre specifikke grunde eller ikke rigtigt mener, at nogen af partierne er værd at samle på.

Vi finder mindre variationer mellem mænd og kvinder, hvor kvinderne er lidt mere løsningsorienterede og mændene lidt mere ideologiske. Vi ser også at de unge er mere løsningsorienterede end oprørsgenerationen i aldersgruppen over 70 og gruppen i 50'erne, hvis ungdom blev præget af 80'ernes borgerlige mobilisering. Effekterne er dog alt i alt forholdsvis beskedne.

Der er også variationer, der handler om klasse, men de er svage. 26 procent af arbejderne (inkl. lærlinge) vælger deres parti, fordi det gavner dem – mod 21 pct. af alle.

Variationen er faktisk større, når man ser på partivalget: 25 pct. af Dansk Folkepartis vælgere og hele 33 pct. af de vælgere, der støttede Inger Støjbergs Danmarksdemokraterne ved sidste valg, peger på, at det vigtigste ved det valgte parti er, at det arbejder for folk som dem.

Det er også til højre, man kan finde flest, der først fremmest foretrækker et bestemt parti fordi partiet rusker op i de andre partier. Højeste andel finder vi hos DF, hvor 9 pct. angiver det som vigtigste grund (men også blandt DF's vælgere er det den grund, der scorer lavest af de dfire mulige).

Flest ideologer har man hos Enhedslistens og Liberal Alliances vælgere, hvor hhv. 37 og 40 pct. har taget partiet for ideernes skyld.

Samfundshensynet vejer til gengæld tungest til i Moderaternes vælgerkorps, hvor hele 63 pct. i 2022 angav, at de foretrak dette part på grund af dets evne til at finde løsninger. Det samme gjaldt 59 pct. af Venstre-vælgerne og 57 pct. af De Radikale og Alternativets vælgere. Det sidste passer godt sammen med analysen af mistilliden i forskellige partiers vælgerkorps i kapitel 10, der fandt en overvejende tillidsfuld indstilling hos *alternativisterne*.

Alle variationer til trods er det dog partiets ønske om at finde holdbare samfundsløsninger, der indtager førstepladsen i *alle* partiers vælgerkorps – med Liberal Alliance og Nye Borgerliges daværende vælgere som eneste undtagelser. Og også i de to nævnte partier er samfundshensynet kun meget få procent fra førstepladsen, hvis man ellers skal tage svarene helt for pålydende.

Det skal man nok ikke. Der er nok en meget tværpolitisk tendens til at se det, der gavner os selv, som gavnligt i det hele taget. Og svar på spørgsmål som disse farves i en eller anden grad af de fremherskende normer for, hvad man bør svare (en såkaldt *social desirability bias*).

Men det afslører jo indirekte, at der gælder en stærk norm om, at partierne skal være konstruktive og tænke på mere end deres egne Hassan'er. I en vis forstand er det kernen i den demokratiforståelse, vi kalder "det samarbejdende folkestyre".

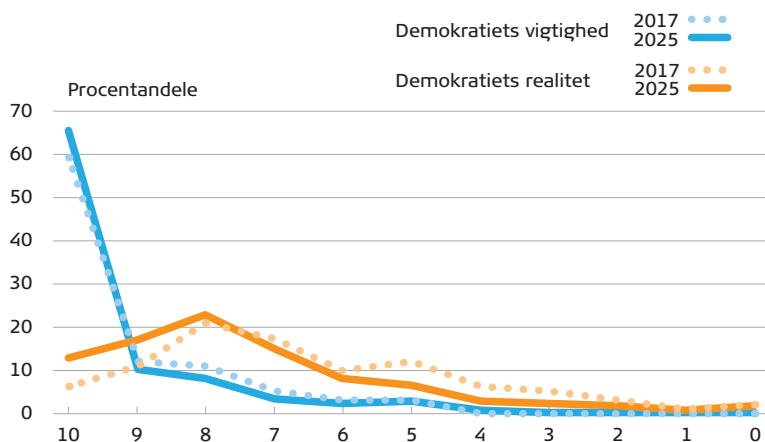
Idealer og realiteterne

Tryghedsmålingen spurgte i 2017, hvor vigtigt det er for svarpersonerne at leve i et demokrati – på den berømte skala fra 0 til 10.

Nul pct. brugte de laveste tre svarmuligheder. 5 pct. i alt gav fem point eller mindre. 59 pct. brugte svarmuligheden 10.

Spørgsmålet er gentaget i 2025, og svaret er – det samme. Eneste forskel er, at det nu er 66 pct. – 2 ud af 3 – der finder det afgørende at leve i demokrati.

Et andet spørgsmål er så, om de faktisk synes at de gør det. Det ses ved at følge den gule streg i figur 11.7.



Figur 11.7
– Demokrati – af navn eller
gavn?

To tredjedeler finder det top-vigtigt at leve i et demokrati og 90 pct. synes, at det i praksis fortjener mere end et femtal på skalaen 0-10.

Spørgsmålsformulering: Hvor vigtigt er det for dig at bo i et land, der styres demokratisk? Du bedes svare på en skala fra 0 til 10, hvor 0 betyder "Slet ikke vigtigt" og 10 betyder "Afgørende vigtigt". Samt: Hvor demokratisk styres Danmark i dag? Du bedes svare på en skala fra 0 til 10, hvor 0 betyder "Slet ikke demokratisk", og 10 betyder "Fuldstændig demokratisk". 5 pct. har svaret Ved ikke på det første spørgsmål, og 9 pct. på det andet. N= 6053.

Kilde: Tryghedsmåling 2017 og 2025.

Realiteternes kurver er altid fladere. Her er 2 pct., der mener at Danmark slet ikke er demokratisk, og 10 pct. der giver mindre for det end middelkarakteren 5. Der er også kun 13 pct., der svinger sig helt op til et tital, når de bliver bedt om at placere det reelt eksisterende danske demokrati på skalaen.

Men 90 pct. synes så alligevel at demokratiet er mere end middelgodt, og lægger man dem, der giver 10 point, sammen med dem, der giver 9 og 8, når man alligevel op på 52 pct. af alle svarpersonerne i 2025. Tilfredsheden med demokratiet er også en smule bedre end i 2017.

Alt i alt kan vi fastslå med stor sikkerhed, at den autokratiske bølge ikke har nået de danske kyster. Om vi så har diger, der kan modstå de nye globale strømninger, er en anden historie.

Noter

1. Fabio Angiolillo m.fl.: Democracy Report 2025. 25 Years of Autocratization – Democracy Trumpled? Göteborg Universitet, V-Dem Institute.
2. Alle kendte forskningsbaserede sammenligninger placerer Danmark i den demokratiske verdenselite. Freedom House har i sin World Report 2024/2025 givet Danmark 97 ud af 100 mulige point og placeret Danmark som nr. 5 globalt, sammen med Canada, Nederlandene, Irland, Luxembourg og San Marino. Economist Intelligence Unit Democracy Index (2024) rangerer Danmark som nr. 6 med en score på 9,28 ud af 10. Democracy Indices fra Göteborgs Universitet viser Danmark med en score på 0,883 på Liberal Democracy Index (2023), mens Democracy Matrix fra Würzburg Universitet rangerer Danmark som nr. 1 globalt med en score på 0,958.
3. Perceptions of Democracy. Survey about How People Assess Democracy around the World 2024. International Institute for Democracy and Electoral Assistance. s. 44 ff
4. Se Det danske demokratis udfordringer. Magtudredningen 2.0. Anne Skorkjær Binderkrantz, Lene Holm Pedersen, Michael Bang Petersen. s. 23.

Bilag 1

Sådan har vi lavet Tryghedsmåling 2025

Tryghedsmåling 2025 er først og fremmest baseret på en surveyundersøgelse, der er gennemført i perioden 23. maj til 9. juli 2025. Kapitel 4 om Verden under Trump og kapitel 7 om smartphone-afhængighed bygger på en survey, der er foretaget fra 8-24. september 2025. Bogens analyser trækker også på tidligere tryghedsmålinger, herunder forårsundersøgelsen med 2022 svarpersoner, foretaget mellem 27. marts og 7. april 2025.

Alle interviews er gennemført via internettet af analysefirmaet YouGov og baseret på YouGovs Danmarkspanel. Til hovedundersøgelsen er der udsendt invitationer via e-mail. Data er indsamlet med henblik på at opnå svar fra et repræsentativt udsnit af den danske befolkning over 18 år.

I alt har 5518 respondenter påbegyndt undersøgelsen, hvoraf 5005 har gennemført undersøgelsen. Blandt de 5005, som gennemførte, deltog 1339 i tryghedsmålingen 2019, 1274 i tryghedsmålingen 2021, 1668 i tryghedsmålingen 2023, 1922 i tryghedsmåling 2 (Ukraine) 2023 (2024), 1080 i tryghedsmålingen om tillid 2024 og 903 i tryghedsmålingen forår 2025.

I alt har 2610 respondenter påbegyndt efterårsundersøgelsen, hvoraf 2501 har gennemført undersøgelsen. 109 personer har påbegyndt undersøgelsen, men har ikke gennemført den.

Blandt de 2501 respondenter, som har gennemført efterårsundersøgelsen, deltog 763 i tryghedsmålingen 2019, 790 i tryghedsmålingen 2021, 1044 i tryghedsmålingen 2023, 1239 i tryghedsmålingen w2 2023 (2024), 880 i tryghedsmålingen w2 2024, 745 i tryghedsmålingen forår 2025, og 1358 i tryghedsmålingen 2025.

En analyse af stikprøven i hovedundersøgelsen viser, at 18-34-årige og personer, der kun har grundskoleuddannelse, er i undertal blandt svarpersonerne i hovedundersøgelsen. Det samme gælder for efterårsmålingen, der også har en overvægt af kvinder på 54 pct. Data er derfor vejret på baggrund af et ideal fra Danmarks Statistik, således at svarene er mest muligt repræsentative for befolkningen med hensyn til køn, alder, bopæls-region og uddannelse.

Dermed er det ikke givet, at de er helt repræsentative i alle henseender. F.eks. har den – som i næsten alle surveyundersøgelser – en dårlig repræsentation af samfundsgrupper, der ikke besvarer digitale spørgeskemaer, f.eks. svage ældre, eller hjemløse. Vi ved også at den store gruppe af udenlandske statsborgere, der bor fast i Danmark, er næsten fraværende i denne stikprøve. Panelet kan også have andre skævheder, der kan være sværere at vurdere, da vi ikke har en objektiv facitliste (som vi har når det f.eks. gælder alders- og kønsfordelingen i samfundet). Det er en vigtig del af analysearbejdet at undersøge betydningen af den slags skævheder i stikprøven. Det gøres især ved at sammenligne data med andre undersøgelser, der er gennemført i samme periode, men med andre webpaneler/rekrutteringsmetoder. Det er bl.a. den slags analyser, der ligger bag, når vi indimellem udtrykker os mere forsigtigt end en umiddelbar læsning af tallene måske kunne tilsige.

Skævheder i stikprøven kan ændre svarfordelingen i nogle spørgsmål med nogle få procent, men det påvirker sjældent muligheden for at beskrive de overordnede udviklinger i samfundet (tidsserierne), og de har kun marginal betydning for demografiske variationer i stikprøven – altså forskelle mellem mænd og kvinder, unge og gamle, beskæftigede og arbejdsløse osv. Med de store stikprøver i YouGov-målingerne er det endda muligt at undersøge temmelig små samfundsgrupper uden at resultaterne bliver upålidelige pga. statistisk usikkerhed. Alt i alt er der ikke grundlag for at betvivle hverken disse eller undersøgelsens generelle billede af udviklingstendenserne i vores tidsserier.

Tryghedsmålingen er udarbejdet af prof. emeritus Jørgen Goul Andersen, Aalborg Universitet, konsulent Jacob Andersen, Dansk Kommunikation, og forskningschef Anders Hede, Sophie Danneris og Peter G.H. Madsen, TrygFonden. Analysen af data er foretaget af Jørgen Goul Andersen. Projektet er ledet af Jacob Andersen, der også har forfattet teksten. Undersøgelsen følger sig til en række af særundersøgelser, der er gennemført ved siden af de regelmæssige Tryghedsmålinger, som TrygFonden har gennemført siden 2004 om bl.a. terror, digital tryghed, klima, COVID-19 og tryghed i arbejdslivet. Alle undersøgelserne er præsenteret på TrygFondens site, hvor de også kan downloades: <https://www.tryghed.dk/viden/tryghedsmaalingen>

Undersøgelsens data er også offentligt tilgængelige, bl.a. i Surveybanken, der drives af Institut for Politik og Samfund, Aalborg Universitet. Se <https://www.politik-samfund.aau.dk/forskning/surveybanken?marketing=surveybanken.aau.dk>

Bilag 2

Tabeller

Tabel 1 – Generel Økonomisk Utryghed 2009-2025. Andel utrygge og tryghedsscore

	Meget tryg	Tryg	Hverken eller	Utryg	Meget utryg	Ved ikke	(N)	Andel utryg	Indeks *
2009	18,2	40,5	23,5	11,7	3,5	2,6	3848	15,2	+29,1
2011	13,4	40,3	27,4	12,7	4,0	2,1	5671	16,8	+23,7
2013	12,3	41,3	25,5	13,2	6,1	1,6	5279	19,2	+20,3
2015	15,1	39,9	25,3	12,1	5,4	2,2	5217	17,5	+23,7
2017	18,0	43,3	22,4	10,8	3,5	2,0	4747	14,3	+30,7
2019	17,4	41,6	22,5	11,2	4,9	2,5	5747	16,1	+27,6
2021	17,3	42,1	23,0	8,8	3,7	5,0	4193	12,5	+30,4
2023	11,0	36,0	27,4	16,1	6,2	3,2	4333	22,3	+14,9
2024	12,0	39,0	24,3	15,7	5,9	3,0	4392	21,6	+17,7
2024E	14,4	43,4	23,2	13,0	4,5	1,6	2338	17,5	+25,1
2025F	9,9	41,4	25,2	13,4	6,1	4,0	1536	19,5	+17,8
2025S	14,7	43,0	22,2	14,3	4,3	1,5	3809	18,6	+24,8

* -100 – +100 (økonomisk tryghedsscore)

Spm. Hvor tryg eller utryg vil du overordnet set betragte den nuværende økonomiske situation i din husstand? Tryghedsindekset (i rapporten kaldet den økonomiske tryghedsscore) tildeler meget tryg +100, tryg +50, hverken/eller og ved ikke 0, utryg -50 og meget utryg -100 point. Kun 18-65-årige. Vejet.

Tabel 2 – Konkrete utrygheder. 18-65-årige. Pct. meget eller noget utryg

	2004	2005	2007	2009	2011	2013	2015		2017	2019	2021	2023	2024	E-2024	F-2025	2025
1. For at blive offer for et terrorangreb	8.7	9.2	7.1	10.8	11.5	10.3	11.4		23.3	20.0	17,5	18,8		17,2		17,2
2. For at jeg bliver overfaldet eller slået	6.7	8.6	8.0	15.3	12.3	11.8	14.5		15.6	16.9	18.3	16,0		12,0	10,2	12,6
3. For at blive udsat for et indbrud	10.2	12.1	13.6	24.5	24.5	24.2	22.8		25.2	24.8	22.2	22,2		17,6	18,1	18,0
4. For at blive udsat for et seksuelt overgreb																10,3
5. For at blive udsat for et seksuelt overgreb						10.0	7.8		11.0	13.0	18.6	18,9		13,7		16,1
6. For at miste mit arbejde	10,0	12.2	6.6	17.1	19.0	19.5	19.6		18.6	18.9	18.4	16,5	17,1	15,7		15,3
7. For ikke at have helbred til at kunne klare at arbejde				18.2	22.7	23.3	23.6		25.4	28.0	29.2	29,7		26,8		28,2
8. For ikke at have penge nok, når jeg holder op med at arbejde				24.4	29.0	29.9	30.1		28.7	32.4	29.5	32,6	40,0	33,8		41,1
9. For ikke at kunne forlade arbejdsmarkedet på en værdig måde, når den tid kommer						19.8	23.0		25.0	30.7	25.0	32,0		28,2		38,8
10. At jeg kan få svært ved at få et job igen, hvis jeg bliver ledig										27.5				29,9	33,3	34,9
11. For at jobs, som passer til mig, bliver overtaget af østeuropæere							17.3		16.6	15.2	15.3	16,0			12,2	
12. At mine indkomster er uregelmæssige									22.4	25.2	25.5	24,7			27,3	24,9
13. For at få en uoverskuelig opgave på mit arbejde	5.5	6.7	7.0	8.9	10.6	11.4	12.7		13.1	16.1	18.2	19,5		17,1		17,0
14. At jeg får alvorlig stress, så jeg i længere tid ikke kan klare kravene i hverdagen										29.2	30.2	31,1		30,4	33,7	31,2
15. For ikke at få tilstrækkelig pleje, når jeg bliver gammel (40-65)				42.8	47.3	45.5	51.8		53.5	58.2	50.2	52,9	60,1	54,1	57,6	57,6
16. For at mangle penge, hvis der kommer en uventet udgift	22.1	25.6	21.6	30.1	31.2	33.5	33.9		26.4	32.3	30.4	33,0	39,9	37,2	37,0	39,9
17. For at miste penge på min bolig				18.3	20.1	19.4	19.7		16.5			21,8				16,3
18. For at klimaproblemerne kommer ud af kontrol				37.6	32.1	31.4	37.9					50,3		47,7	52,4	

Årstallene refererer til tryghedsmålingerne, der er gennemført i forsommeren de angivne år, bortset fra 2024E fra oktober 2024 og 2025F fra marts-april 2025.

Spm. Nedenfor er anført en række problemer. Angiv hvor **utryg** du **for tiden** er over for disse problemer. Af hensyn til sammenligneligheden tilbage i tid indgår kun 18-65 årige. Spørgsmål 5: kun kvinder. Spørgsmål 6: kun beskæftigede. Spørgsmål 8 og 9 kun aldersgruppen 40-65. **"For tiden ikke relevant for mig" er regnet som "ikke utryg". "Ved ikke" indgår ikke i beretningen.**

Tabel 3 – Samfundsbekymringer. 2009-2025. Andel bekymrede ("meget bekymret" eller "bekymret") af alle svarpersoner 18-65-år.

	2009	2011	2013	2015	2017	2019		2021	2022 Ukraine måling 1	2022 Ukraine måling 2	2023 Ukraine måling 3	2023	2024F	2024E	2025F	2025	2025E
Kriminalitet	61.7	53.9	57.7	53.1	55.3	54.1		46.2	42,2	39,8	42,7	40,2	45,2	56,3	40,2	56,5	
At Danmark bliver ramt af et terrorangreb	24.5	25.7	21.5	30.5	50.0	37.0		30.1			26,6	22,6	36,7	37,3	39,3	32,4	
Den globale opvarmning	55.0	47.1	47.0	47.1	61.4	70.1		52.9	*	*	*	58,3	60,4	61,6	*	63,6	
At man ikke kan stole på de fødevarer, man køber	44.8	45.3	44.0	38.4	31.2	32.4											
At miljøet bliver ødelagt	60.7	59.0	53.6	53.7	65.0	71.9											
Arbejdsløsheden	46.0	53.1	65.4	52.6	40.8	29.2		26.8		*	*	19,4	*	22,0	*	22,0	
At Danmark vil komme til at mangle arbejdskraft i alvorlig grad																	30,1
At politikerne mangler de rigtige svar på de økonomiske udfordringer			64.1	54.0	52.1	53.2											
At der kan gå mange år, før vi kommer ud af den økonomiske krise			62.6	36.4													
At renten kan(vil) stige	23.1	28.6	27.7	22.9	26.8	21.7		25.8	*	*	*	*	*	*	*	32,2	40,0
At det mislykkes at integrere Indvanderne i samfundet	53.8	48.6	56.7	56.2	62.6	61.5		57.7	*	*		41.9	*	*	*	52.9	
At der kommer langt flere flygtninge og migranter						56.4		50.4				51.2					
At EU's løsninger på flygtningeproblemet ikke er effektive						63.0		56.8									
At der ikke bliver råd til velfærd i fremtiden	55.9	60.3	65.5	63.0	67.1	69.2		57.1	60,1	57,5	61,9	59,1	62,9	65,2	57,1	65,8	
At der ikke bliver penge nok til de mange ældre				64.8	64.1	65.6		52.3				56,3					67,1
At danskerne lever et alt for stresset liv	44.8	46.4	47.0	47.3	54.7	55.5		52.8	*	*	*	*	*	*	*	55,6	
At danskernes livsstil er usund	43.3	44.6	41.1	37.4	39.0	39.9											
At mange børn og unge trives dårligt						69.3		59.2			65,0	63,3	67,0	69,9	62,2	70,0	
At unge drikker meget	42.1	42.5	40.3	31.7													45,2
At så mange bliver dræbt og skadet i trafikken	48.4	43.4	34.5														
At magtfulde personer krænker andre seksuelt																40,2	
At mænd med magt krænker kvinder seksuelt								40.7						39,6			
At mange anklages for seksuelle krænkelser uden grund								38,6									35,7
At kunstig intelligens vil udgøre en alvorlig fare																	51,3
At ekstreme politiske holdninger bliver mere udbredte											46,5	51,2	51,4	58,5	56,7	61,6	69,6
At USA ikke længere er en troværdig allieret						53.9		32.9	25,5	26,2	31,6	28,5	53,0	54,3	72,2	69,7	72,0
At USA vil forsøge at overtage Grønland																46,5	49,1
At Rusland truer sine nabolande						48.4		45.4	76,1	66,2	69,3	64,0	66,3	67,4	68,5	71,5	79,3
At Kina med tiden kommer til at dominere hele verden						40.4		43.2	43,2	40,1	45,2	40,2		39,2	30,0	32,8	42,4
At Danmark deltager i krige		39.8	38.9	38.5	46.4	37.3											
At Danmark gradvis mister sin selvstændighed som nation	46.6	41.1	48.0	41.5	45.4	43.6											
At det danske militær er for svagt									43,2	37,6	43,6	41,4	48,9		60,4	54,9	54,5

	2009	2011	2013	2015	2017	2019		2021	2022 Ukraine måling 1	2022 Ukraine måling 2	2023 Ukraine måling 3	2023	2024F	2024E	2025F	2025	2025E
At Vesten ikke kan levere et effektivt modsvar på Ruslands invasion									48,5	40,8	41,5	39,7	53,2	52,8	55,9	55,8	63,1
At krigen i Ukraine breder sig, så Danmark bliver inddraget militært									50,3	41,2	43,5	41,8	50,7	57,7	48,3	51,1	60,5
At udenlandske magter prøver at påvirke holdninger i Danmark												39,6	46,8	49,3	54,9	59,8	60,2
At samfundet rammes af ødelæggende cyber-angreb fra Rusland									49,9	43,2	48,7						
At udenlandske agenter saboterer dansk infrastruktur												38,1	42,3		44,6	50,0	
At vi er blevet for afhængige af amerikanske tech-firmaer																55,3	
At myndighederne er for dårligt forberedt på alvorlige krisesituationer															56,8		66,6
At antisemitisme bliver mere udbredt i Danmark															34,2		
At flere regler og forbud går ud over den personlige frihed						47.8		43.5									
At politikerne på Christiansborg ikke kan samarbejde						46.3		37.0									

Årstallene refererer til tryghedsmålingerne, der er gennemført i forsommeren de angivne år. Herudover er der data fra fra de tre Ukrainemålinger fra hhv. marts 2022, maj-juni 2022 og marts 2023, Ligestillingens brændpunkter 2024 (E) fra oktober 2024, "En usikker verden fra 2025(F) fra marts-april 2025, samt Opfølgning TM 2025, benævnte 2025E fra september 2025.

Spm. Nedenfor er nævnt en række samfundsproblemer, man som **borger** i Danmark kan være mere eller mindre bekymret over. Angiv, hvor bekymret du **som borger** for tiden er for hvert af disse samfundsproblemer. Tallene viser andel meget + noget utrygge i procent af samtlige svar (inklusive ved ikke).

Tabel 4 – Institutionstillid

	Politi- et	Dom- stole	Off. adm	Kom. besty- relse	Folke- tinget	Rege- ringen	Parti- erne	EU	FN	NATO	Forsv	SKAT	Bed- ste parti
Maj 2017	7,17	7,53	5,44	5,25	4,98	4,47	4,51	4,22	5,68				
Maj 2019	6,93	7,45	5,54	5,41	5,19	4,90	4,68	4,74	5,95				
Maj 2020	7,66	7,82	6,30	5,99	6,48	6,72	5,79	5,21	6,07	-	-		
Okt/ nov20	7,67	7,83	6,27	5,99	6,31	6,38	5,61	5,17	6,14	-	-		
Feb 2021	7,40	7,77	6,27	5,89	6,12	6,09	5,49	5,10	6,05				
Maj 2021	6,98	7,45	5,74	5,41	5,64	5,70	4,96	4,87	5,84				
Marts 2022	7,29	7,70	6,11	5,76	5,96	5,71	5,27	5,43	6,38	6,91	-		
Maj 2022	7,37	7,73	5,96	5,64	5,88	5,60	5,28	5,39	6,39	7,07	-		
2022 valg US	7,39	7,75	5,81	5,60	5,61	5,35	5,00	5,15	6,20	6,85			
Marts 2023	6,99	7,37	5,78	5,50	5,24	4,77	4,39	5,15	6,08	6,57	6,17		
Maj 2023 TM23	7,29	7,69	5,88	5,47	5,37	4,91	4,82	5,19	6,06	6,67			
TM24 (rettet)	6,69	7,45	5,59	5,09	4,98	4,51	4,23	5,27	5,83	6,45	5,83	5,52	
TM25F Mar/Apr	6,85	7,57	5,84	5,48	5,64	5,37	4,68	5,82	6,01	6,36	5,85	5,61	
TM25 hoved Maj/ juni*)	7,19	7,68	5,86	5,54	5,27	4,84	4,66	5,29	5,83	6,25	5,90		6,49

Spm: Her er en liste med forskellige institutioner. Angiv venligst på en skala 0-10, hvor stor tillid du personligt har til hver af disse: 1. Politiet. 2. Domstolene. 3. Den offentlige administration. 4. Kommunalbestyrelsen i din kommune 5. Folketinget. 6. Regeringen. 7. De politiske partier. 8. EU. 9. FN (De Forenede Nationer). 10. NATO. 11. Det danske forsvar. 12. SKAT. 13. Det parti i Folketinget, du synes bedst om.

Tabel 5 – Kohorteanalyse 2011-2025**Neuroticisme**

						N	N	N	N	N
	2011	2015	2019	2023	2025	2011	2015	2019	2023	2025
0 2006-2007					51,4					213
1 2001-2005			49,6	51,1	52,4			215	338	324
2 1996-2000		42,6	47,3	50,9	49,7		257	531	497	439
3 1991-1995	44,2	45,6	44,5	47,9	47,6	353	524	558	523	404
4 1986-1990	47,7	44,4	44,7	47,6	46,7	506	557	563	441	317
5 1981-1985	44,9	41,6	43,7	43,6	46,5	539	621	497	370	364
6 1976-1980	43,1	42,2	40,7	43,2	39,9	563	438	602	475	450
7 1966-1975	38,9	37,2	38,3	38,0	39,9	1336	1201	1302	854	700
8 1956-1965	39,3	37,6	36,1	34,7	36,4	1203	1002	1257	1033	936
9 før 1955	37,1	35,2	33,1	33,1	33,8	1171	1421	1164	1135	858
Total	40,7	39,2	39,7	40,8	41,9	5671	6023	6689	5666	5005
eta	,168	,169	,224	,304	,279					

Samvittighedsfuldhed

						N	N	N	N	N
	2011	2015	2019	2023	2025	2011	2015	2019	2023	2025
0 2006-2007					52,8					213
1 2001-2005			57,9	58,4	57,8			215	338	324
2 1996-2000		61,1	58,3	58,3	58,0		257	531	497	439
3 1991-1995	56,8	59,4	62,5	60,0	62,0	353	524	558	523	404
4 1986-1990	59,8	62,4	59,9	61,9	61,2	506	557	563	441	317
5 1981-1985	60,8	61,4	63,9	64,5	62,3	539	621	497	370	364
6 1976-1980	64,9	64,4	63,5	65,2	66,1	563	438	602	475	450
7 1966-1975	65,2	66,5	67,0	66,1	67,0	1336	1201	1302	854	700
8 1956-1965	65,1	66,0	67,1	66,9	66,4	1203	1002	1257	1033	936
9 før 1955	63,9	66,0	65,0	65,4	65,0	1171	1421	1164	1135	858
Total	63,5	64,4	64,2	63,9	63,4	5671	6023	6689	5666	5005
eta	,136	,127	,154	,157	,198					

Ekstroversion

						N	N	N	N	N
	2011	2015	2019	2023	2025	2011	2015	2019	2023	2025
0 2006-2007					50,4					213
1 2001-2005			49,7	47,6	51,2			215	338	324
2 1996-2000		52,4	49,5	46,9	49,3		257	531	497	439
3 1991-1995	57,1	50,3	51,6	49,1	49,1	353	524	558	523	404
4 1986-1990	55,0	47,0	49,5	47,7	49,3	506	557	563	441	317
5 1981-1985	55,5	44,7	50,5	47,2	48,5	539	621	497	370	364
6 1976-1980	55,6	50,9	50,8	49,6	51,5	563	438	602	475	450
7 1966-1975	61,5	55,6	53,5	52,0	55,5	1336	1201	1302	854	700
8 1956-1965	61,9	56,1	54,8	54,7	59,6	1203	1002	1257	1033	936
9 før 1955	61,5	58,6	56,3	55,3	59,3	1171	1421	1164	1135	858
Total	59,6	53,5	52,8	51,3	54,1	5671	6023	6689	5666	5005
eta	,129	,200	,105	,144	,184					

Svarene på de såkaldte TIPI spørgsmål er afgivet på en 7-punkt Likertskala, således at der stillet to spørgsmål for hvert af de fem personlighedstræk, der er målt – se også boks s. 84-85. Her gengives kun udviklingen for de tre, der anses for valide, omregnet til en indekstal 0-100 point. Svarpersonernes fødselsår i kolonnen længst til venstre.

Tryghedsmåling 2025 ...

... handler om det, der foruroliger os i Danmark i 2025 - fra pludselige regninger over unges voksende sårbarhed til truslerne mod Danmarks sikkerhed.

Tryghedsmåling 2025 tager temperaturen på dansk demokrati lige nu: Hvor mange er utilfredse med styreformen? Hvor stor tillid har vi til os selv som borgere - og til vores folkevalgte?

Tryghedsmåling 2025 bygger på to aktuelle surveyundersøgelser og trækker samtidig på et omfattende materiale om befolkningens håb og frygt, som TrygFonden har indsamlet siden 2004.

TrygFonden

TrygFonden er en del af TryghedsGruppen, som er en medlemsdemokratisk virksomhed med 1,5 mio. medlemmer og den største aktionær i forsikringsselskabet Tryg. Vi udbetaler i år ca. 1 mia. kr. i medlemsbonus og står altså bag TrygFonden, der i år uddeler op til 700 mio. kr. til almenyttige projekter.