

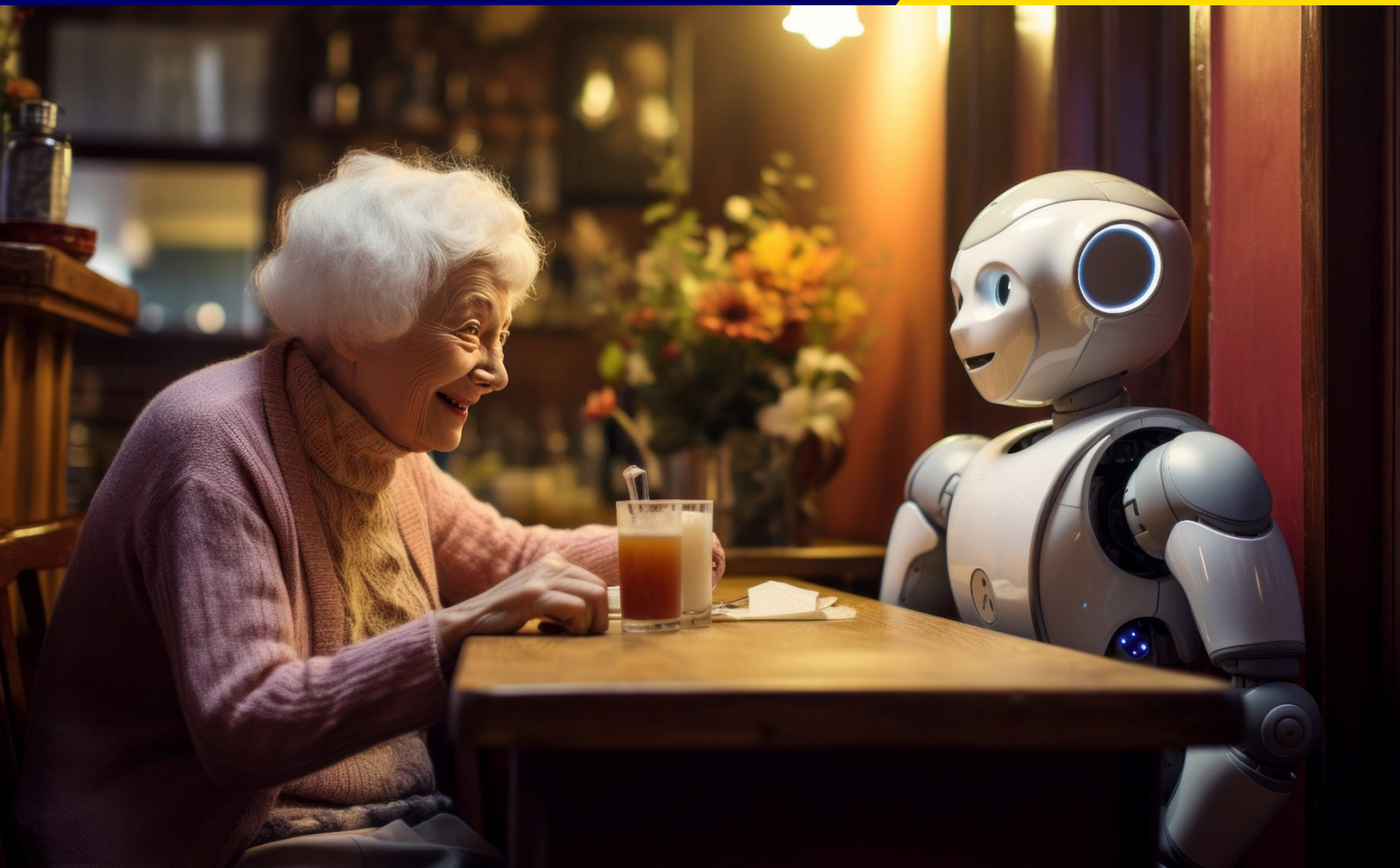
FORBRUKSFORSKNINGSINSTITUTTET SIFO

Eldres digitale hverdagsliv i en kunstig intelligent tidsalder (AI AGE)

Dag Slette-meås og Henry Mainsah

STORBYUNIVERSITETET
FORBRUKSFORSKNINGSINSTITUTTET SIFO

SIFO-RAPPORT 8-2025



© Forbruksforskningsinstituttet SIFO

OsloMet – storbyuniversitetet

Postboks 4 St. Olavs plass

0130 Oslo

sifo@oslomet.no

www.oslomet.no/om/sifo

Forsidebilde: Vecteezy: Irina Kryvasheina

SIFO utgir:

Rapporter som er kvalitetssikret og godkjent av SIFO ved instituttdirektør/forskningsleder

Notater som er godkjent av prosjektleder

Tittel:	Eldres digitale hverdagsliv i en kunstig intelligent tidsalder (AI AGE)
Forfattere:	Dag Sletteemeås og Henry Mainsah
Antall sider:	117
Dato:	Juni 2025
SIFO-rapport:	8-2025
ISBN:	978-82-7063-586-3
Prosjektnummer:	203556
Finansiert av:	Buudir

Sammendrag:

Fra 2014 til 2025 har eldre i alderen 61–100 år fått betydelig bedre tilgang til internett og digitale teknologier, særlig via smarttelefoner. Flere eldre mestrer teknologien bedre enn før, og behovet for hjelp har avtatt. Samtidig føler mange at utviklingen går for raskt, og seks av ti mener eldre tvinges til å delta digitalt. Én av fire opplever digital diskriminering, særlig de aller eldste, der én av tre opplever dette.

Når det gjelder smartteknologi, har bruken økt, og mange eldre ser nytteverdien, spesielt til sikkerhet og bekvemmelighet i hjemmet. Likevel er det bekymringer knyttet til personvern, avhengighet og økt sårbarhet. Holdningen til kunstig intelligens (KI) er mer skeptisk, med lav kjennskap til teknologien og frykt for misbruk, som desinformasjon og cyberangrep. Mange eldre ser mulighetene i KI, særlig for eldre med funksjonsnedsettelse, men uttrykker samtidig bekymring for personvern, klaseskiller og KI som en eksistensiell trussel. En av tre eldre støtter regjeringens digitaliseringsstrategi (inkl. KI), mens enda færre har tro på utjevnende tiltak. Et flertall ønsker større grad av befolkningsinvolvering i utformingen av KI-samfunnet.

Generelt føler eldre ambivalens rundt den teknologiske utviklingen. De er nysgjerrige, men usikre på hvilke konsekvenser teknologien vil få på både individ- og samfunnsnivå.

Nøkkelord:

Eldre, digital mestring, internettbruk, mobilbruk, nedsatt funksjonsevne, universell utforming, smarthjem, smartteknologi, kunstig intelligens

Forord

Prosjektet «Eldres digitale hverdagsliv i en kunstig intelligent tidsalder; muligheter, barrierer og behov for universell utforming (AI AGE)» fikk i 2024 tilskudd fra Barne-, ungdoms-, og familiedirektoratet (Bufdir), gjennom ordningen «tilskudd til universell utforming».

Hovedmålsetningen med prosjektet har vært å gjennomføre en oppfølgingsstudie av to tidligere landsrepresentative survey-baserte studier som omhandler muligheter, barrierer og behov for universell utforming i eldres digitale hverdagsliv. Den første studien ble gjennomført i 2014 på oppdrag fra Bufdir/Deltasenteret og den andre i 2018 med midler fra Bufdirs tilskuddsordning for universell utforming. I 2024 var det ti år siden den første studien ble gjennomført, og prosjektet har derfor gitt en unik mulighet til å følge den digitale utviklingen over tid for den eldre delen av befolkningen.

Det teknologiske landskapet har samtidig endret seg dramatisk de siste årene, og prosjektet har derfor hatt som mål å tilføre ny kunnskap, blant annet om automatiserte tjenester, smarte forbruksprodukter og kunstig intelligens (KI), en utvikling som både utfordrer og skaper nye muligheter for deltakelse, likestilling og livskvalitet.

Rapporten er gjennomlest og kvalitetssikret av instituttdirektør Jorge Jensen ved SIFO/OsloMet.

Vi ønsker å takke Bufdir for tilskuddet og for interessen for denne tematikken, og vi håper rapporten kan være til nytte for forskere, interessegrupper, politiske beslutningstakere og allmennheten.

Oslo, juni 2025
Forbruksforskningsinstituttet SIFO
OsloMet – storbyuniversitetet

Innhold

Forord	2
Sammendrag	5
1 Innledning	6
1.1 Bakgrunn.....	6
1.2 Litteratur.....	7
1.3 Metode	9
2 Resultater og analyse	12
2.1 Digital tilgang blant eldre	12
2.2 Digital bruk blant eldre	14
2.2.1 Daglig internettbruk over tid	14
2.2.2 Internettbruk på datamaskin i 2025	17
2.2.3 Internettbruk på nettbrett i 2025.....	17
2.2.4 Internettbruk på smarttelefon i 2025	18
2.3 Digital bruk og nedsatt funksjonsevne.....	18
2.4 Behov for digital støtte i hverdagen	20
2.5 Internettmestring og digital håndtering	23
2.5.1 Digital mestring blant eldre	25
2.5.2 Digitale verktøy som nødvendighet	26
2.5.3 Behov for digital veiledning	27
2.5.4 Krevende å forstå dataspråk.....	28
2.5.5 Føler seg trygg på nett.....	29
2.5.6 Redd for å gjøre feil på nett	30
2.5.7 Motivert til å delta digitalt	30
2.5.8 Oversikt over pinkoder og passord	31
2.5.9 Oppfatning om hvorvidt kunstig intelligens vil påvirke personlig	32
2.6 Mobilbruk blant eldre	32
2.6.1 Mobilmestring blant eldre.....	33
2.6.2 Mobiltelefon som trygghet.....	35
2.6.3 Mobiltelefon nødvendig i hverdagen.....	37
2.6.4 Utdfordringer med mobiltelefonen	39
2.7 Holdninger til teknologiutviklingen	41
2.7.1 Utviklingen går for raskt	41
2.7.2 Utviklingen er skremmende	43
2.7.3 Utviklingen er spennende	45
2.7.4 Tvinges til digital deltakelse	47
2.7.5 Ikke-digitale tjenestealternativ	49
2.7.6 Faller av det digitale lasset	51
2.7.7 Blir digitalt diskriminert	53
2.7.8 Gir muligheter for deltakelse	55
2.7.9 Kunstig intelligens som støtte	56

2.8 Smartteknologi blant eldre	57
2.8.1 Tilgang til smart/tilkoplet teknologi hjemme	58
2.8.2 Holdninger og egne erfaringer med smart/tilkoplet teknologi	61
2.8.3 Vurderinger av smart/tilkoplet teknologi i norske hjem	63
2.9 Kunstig intelligens	65
2.9.1 Bruk av kunstig intelligens hjemme	65
2.9.2 Kjennskap til og bruk av kunstig intelligens	69
2.9.3 Kunstig intelligens – kompetanse og kompetansebehov	72
2.9.4 Muligheter med kunstig intelligens i hverdagen	74
2.9.5 Tillit til kunstig intelligens innen helse	78
2.9.6 Utfordringer med kunstig intelligens innen helse	82
2.9.7 Kunstig intelligens blant eldre	85
2.9.8 Kunstig intelligens – utviklingen fremover	89
3 Gjennomgang og diskusjon	105
4 Oppsummerende konklusjon	112
Referanser	115

Sammendrag

Digitaliseringen av samfunnet går stadig raskere. Samtidig går den demografiske utviklingen i retning av en stadig eldre befolkning. Det er derfor avgjørende at teknologi- og tjenesteutviklingen tilpasses, og universelt utformes, for å møte behovene den aldrende befolkningen har. I rapporten ser på denne utviklingen over tid, ved å sammenlikne tre SIFO-undersøkelser fra 2014, 2018 og 2025. I tillegg har vi analysert to andre SIFO-undersøkelser, fra 2024 og 2025, som hhv. tar for seg smartteknologi og kunstig intelligens.

Rapporten peker på at eldre i økende grad ser ut til å ta del i det digitale samfunnet. Internettbruken har økt over tid, og smarttelefonen har spilt en avgjørende rolle i denne utviklingen. Vi kan spore en viss digital modning blant eldre, der både tilgang og opplevd mestring har økt. Samtidig opprettholdes skillet mellom yngre eldre og de aller eldste. Sistnevnte gruppe har lavere nettilgang, større behov for assistanse, og er mer utsatt for funksjonsnedsettelse. Dette viser at alder ikke er en homogen kategori, men rommer ulike nivåer av digital kompetanse og deltakelse. En viktig utvikling er økningen vi ser i opplevd mestring og motivasjon til digital deltakelse. Her kan teknologien knyttes til økt selvstendighet og økt livskvalitet; eldre som føler mestring antas å bli mer aktive samfunnsdeltakere, noe som står sentralt i et samfunn som blir stadig mer digitalt.

På tross av en slik positiv utvikling viser undersøkelsen at mange eldre opplever den teknologiske utviklingen som både krevende og rask. En betydelig andel mener at mange eldre presses til digital deltakelse, og mange etterlyser ikke-digitale alternativer. Følelsen av «å falle av lasset» og det å bli digitalt diskriminert er fortsatt utbredt. Dette illustrerer en vedvarende digital ambivalens, hvor eldre både ser nytteverdien i teknologi, men samtidig føler utfordringer gjennom tempo, kompleksitet og manglende valgfrihet. Denne skepsisen blir ikke nødvendigvis svakere selv om ferdighetene forbedres.

Tilgangen til smarte hjemmeteknologier har også økt over tid, og de fleste eldre oppgir at de mestrer og har nytte av denne teknologien, men det finnes også her bekymring for avhengighet, sikkerhet og personvern. Den generelle holdningen er preget av en balansegang mellom begeistring for funksjonalitet og bekymring for konsekvenser. De eldre i undersøkelsen er enda mer ambivalente til kunstig intelligens. Mange har lav kjennskap til KI og dens begreper, men ser positivt på at KI kan gi personlig tilpasning, selvstendighet, minneforsterkning og bedre sikkerhet. På den andre siden er det stor frykt for desinformasjon, personvernbrudd, teknologisk avhengighet og demokratisk forvitring.

Det at kun én av tre støtter regjeringens digitaliseringsstrategi, og at et stort flertall ønsker mer folkelig involvering, vitner om lav tillit til styring og kontroll av KI-utviklingen, særlig i møte med globale stormakter og dominerende tek-selskaper. Med andre ord viser rapporten en positiv utvikling i digital tilgang og mestring blant eldre, men også at denne teknologiutviklingen skaper usikkerhet og ambivalens. Det antydes at myndigheter og teknologiselskaper bør utvikle løsninger som er brukervennlige, tillitsskapende og rettferdige – og at befolkningen (og de eldre) aktivt involveres i digitaliseringsprosesser som angår deres liv, for å sikre kompetansebygging og relevante tjenester, og dermed forhindre digitalt utenforskap.

1 Innledning

1.1 Bakgrunn

Det digitale er i dag tett sammenvevd i både individers hverdagsliv og i samfunnsstrukturen (Slette-meås og Storm-Mathisen, 2021). Samtidig går den demografiske utviklingen i retning av en stadig eldre befolkning¹, som vil legge press på helse-, omsorgs-, og velferdstjenester. Da er det avgjørende at teknologi- og tjenesteutviklingen tilpasses, og universelt utformes, for å møte de behov den aldrende befolkningen har. Det betyr at eldres involvering i teknologiforskning er viktig, både i kvalitative og kvantitative studier (Lund et al., 2021), slik at man får innblikk i hva de eldre selv erfarer og mener om eksisterende tjenester og teknologi, hvilke behov som må dekkes, og hvilke hverdagslige utfordringer de står overfor, og som må løses. Det er også viktig å få innblikk i hvilke tanker og ideer eldre har rundt den raske utviklingen preget av digitaliserte tjenester, smarte hverdagsprodukter og kunstig intelligens (KI). Denne type kunnskap kan bidra til at tiltak kan iverksettes for å øke tilgjengeligheten til relevante tjenester og velferdstilbud, og samtidig redusere risikoen for digital ekskludering, utenforskap og fremmedgjøring (SSB, 2022)

Risikoen for økte digitale skiller og barrierer for digital deltakelse kan knyttes til flere forhold; manglende tilgang til digitalt utstyr, tjenester og støttefunksjoner; lave digitale ferdigheter og digital kompetanse; redusert tilgjengelighet grunnet manglende universell utforming eller nedsatt funksjonsevne/ aldringseffekter; eller følelsesbasert frykt og resignasjon i møte med avansert teknologi og en akselererende teknologiutvikling. I denne rapporten anlegges det derfor et bredt perspektiv på muligheter og utfordringer for de eldste aldersgruppene. Denne studien er unik i at den følger mange av de samme indikatorene over en tiårsperiode, fra 2014 til 2025 (siste datasett innsamlet i januar 2025), og den inkluderer representative tall for de aller eldste (81-100 år). Med andre ord trekkes det på tre kvantitative studier – alle med støtte fra Bufdir; én fra 2014 (Slette-meås, 2014b), én fra 2018 (Slette-meås et al., 2018), og én fra 2025 som presenteres i denne rapporten. I tillegg benyttes det tall fra to andre kvantitative studier (fra det SIFO-ledete RELINK²-prosjektet) som overlapper og er utviklet i dialog med AI AGE-prosjektet. Her trekkes det ytterligere inn spørsmål som omhandler tilkoplede smartteknologi og kunstig intelligens (KI).

Grunnlaget for denne serien av studier kom på bakgrunn av en kartleggingsstudie av foreliggende undersøkelser og statistikk om sårbare grupper (Slette-meås 2014a). Her ble det identifisert fire utsatte grupper; personer med nedsatt funksjonsevne, førstegenerasjons innvandrere, de utenfor arbeidslivet og eldre innbyggere. Eldre ble fremhevet fordi de har størst andel ikke-brukere av internett, flest med svak digital kompetanse, er utsatte for aldringseffekter som kan redusere funksjonsevnen, og er omgitt omgivelser og tjenester som kan oppleves som funksjonshemmende. Som en oppfølging av kartleggingen ble det senere i 2014 gjennomført en survey-undersøkelse spesielt rettet mot eldre i alderen 61 til 100 år (Slette-meås, 2014b). Denne studien tok for seg de eldres tilgang til og bruk av digitale verktøy og internett, deres mestringsfølelse, støttebehov og motivasjon, samt hindringer for videre kompetanseheving (for internettbrukere) og for digital deltakelse (for ikke-brukere av internett). I 2018 ble det gjennomført en oppfølgingsstudie av 2014-undersøkelsen, for å se på eventuelle endringer over tid (Slette-meås et al., 2018). Ved å sammenlikne data over tid vil vi kunne følge interessante utviklingstrekk både av teknologisk, samfunnsmessig og demografisk art. 2025-studien (D3), som

¹ Ref.: <https://www.ssb.no/befolkning/befolkningsframskrivinger/statistikk/nasjonale-befolkningsframskrivinger/artikler/vi-blir-flere-men-ogsaa-mye-eldre>

² RELINK-prosjektet: <https://uni.oslomet.no/relink/>

presenteres i denne rapporten, har samme utvalgskriterier og mange av de samme spørsmålene, som 2014-undersøkelsen (D1) og 2018-undersøkelsen (D2).

I det tidlige arbeidet med å identifisere og vurdere relevante spørsmål og indikatorer til undersøkelsene har tidligere SIFO-bidrag med støtte fra Bufdir/Deltasenteret blitt benyttet, som studien om brukeropplevelser av universelt utformede markeds plasser, som er basert på innspill fra både brukerorganisasjoner for funksjonshemmede (Borch, Slette-meås & Kjørstad, 2016a) og fra brukere med funksjonsnedsettelse (Borch, Kjørstad og Slette-meås, 2016b). I tillegg er SIFO-studien om panelutvalgsstrategier og indikatorer for universell utforming benyttet (Tangeland, Roos & Pettersen, 2017) og SIFO-surveyen om digitalt hverdagsliv blant dem med nedsatt funksjonsevne (Pettersen, 2017). BFD³-rapporten om omhandler kommersiell «hverdagsteknologi» (Slette-meås, Kjørstad og Strandbakken, 2016) har også blitt gjennomgått. Denne rapporten viser til hyllevareteknologi og tjenester som grenser mot velferdsteknologi. Vi har også sett på et annet BFD-finansiert SIFO-prosjekt, som inkluderer survey-spørsmål til befolkningen om tilgang til «smarte» forbruksprodukter/-tjenester i hjemmet (Kjørstad, Rosenberg, Storm-Mathisen og Slette-meås, 2017), i tillegg til en survey-basert rapport fra det NFR⁴-finansierte prosjekt RELINK, som også omhandler smartteknologi i norske hjem (Slette-meås, 2019). Det er også hentet inspirasjon fra andre norske studier som omhandler digital deltakelse og kompetanse (Daus et al., 2019), og med et spesielt fokus på seniorer (Kompetanse Norge, 2021; SSB, 2022).

1.2 Litteratur

Demografiske endringer bidrar til at eldre utgjør en økende andel av befolkningen. De fleste eldre er brukere av internett og digitale tjenester, og den teknologiske utvikling gir både muligheter og utfordringer for den eldre delen av befolkningen. Likevel bruker yngre aldersgrupper digitale medier i større grad, og på mer varierte måter, enn eldre. Hunsaker og Hargittai (2018) bruker begrepet «grey digital divide» for å betegne skillet mellom eldre og yngre aldersgrupper når det gjelder digitale aktiviteter. Bekymringen for digitalt utenforskap eller eksklusjon er derfor høy for denne aldersgruppen. Lavere digital tilgang, tilgjengelighet, bruk – men også manglende ressurser, motivasjon eller opplevde behov – kan bidra til å forklare lavere digital delaktighet blant eldre. Digitalt utenforskap kan skape utfordringer for den enkelte, men også for samfunnet som helhet, dersom mange eldre ikke deltar på viktige sosiale, kommersielle og offentlige arenaer.

Det er eldre helt uten internett-tilgang som er de mest «digitalt sårbare», men denne andelen ser ut til å være synkende. Samtidig kan lav digital kompetanse også gjøre eldre digitalt utsatte, fordi utviklingen går så raskt at kompetansen blir utdatert eller utilstrekkelig på kort tid, samtidig som den digitale kompetansen til resten av befolkningen øker, relativt sett. Selv om myndigheter ønsker at «alle» skal ta i bruk digitale muligheter, samsvarer ikke alltid samfunnets og myndigheters forventninger med de eldres faktiske digitale kompetanse, tilgjengelige ressurser eller motivasjon (Slette-meås et al., 2018). Mange eldre opplever i tillegg aldringseffekter som gjør at ny informasjon, og læring og bruk av teknologisk utstyr, blir krevende. Samtidig kan ny teknologi og tjenester, som er relevante for de eldre og universelt utformede, bidra til at flere eldre overkommer barrierer og blir mer deltakende.

Ny avansert teknologi med enklere grensesnitt vil kunne kompensere for redusert funksjonsevne blant eldre. Smarthus-/velferds-/omsorgsteknologi – men også fremskritt innen kunstig intelligens

³ Barne- og familiedepartementet

⁴ Norges forskningsråd

– kan bidra til løsninger som gir den aldrende befolkningen mer oversikt, kontroll og muligheter til et mer selvstendig hverdagsliv dersom teknologien er utformet med tanke på brukernes behov og funksjonsevne. Slik teknologi kan gi økt sikkerhet, trygghet, mobilitet og sosial deltakelse. Men denne type teknologi krever samtidig integrert kompetanse hos brukere, pårørende og støtteapparat (Slette-meås 2014a; Slette-meås, 2018).

Mulighetene teknologien gir for eldre mennesker, ses blant annet i studier av sosiale medier, som kan fremme sosial interaksjon ved å gi eldre mennesker muligheter til å kommunisere og holde kontakten med familie og venner, spesielt når redusert mobilitet eller fysisk avstand begrenser mulighetene for fysisk sosial interaksjon (Castellacci & Tveito, 2018). Men for at eldre skal kunne nyttiggjøre seg digitale muligheter, og forhindre risiko knyttet til digital aktivitet, er utviklingen av digital kompetanse sent i livet sentralt. Her er både faktisk kompetanse og synet på egen kompetanse viktig, ettersom det å «føle seg» inkompetent i seg selv kan være en barriere for bruk av digital teknologi (Mitzner et al., 2016). Eldres oppfatning av egen digital kompetanse kan dessuten påvirkes av medieretorikken rundt eldre og teknologi (Schreurs et al., 2017). Studier viser ofte at kvinner har mindre tro på egen digitale kompetanse enn det menn har, mens faktiske kompetanseforskjeller mellom menn og kvinner når det gjelder digital kompetanse er mindre tydelige (Hargittai, Piper & Morris, 2018)⁵.

I de siste årene har utviklingen av automatiserte, smarte og kunstig intelligente (KI) tjenester gått raskt, og mange produkter er blitt tilgjengelige i forbrukermarkedet. I og med den raske utviklingen og utbredelsen, er dette relevant også for den eldre delen av befolkningen. I litteraturen er det trukket frem temaer som omhandler dilemmaer rundt entusiasme eller frykt for KI, positiv eller negativ påvirkning av KI på beslutningstaking, om KI avhjelper eller forverrer ensomhet og sosial isolasjon, om KI gir følelse av trygghet eller overvåkning, hvorvidt eldre kan bli mer selvhjulpne og bo lenger hjemme gjennom KI-basert assistanse, og om KI-genererte (deepfake) stemmer, bilder og videoer kan bidra til større fare for svindel, sosial manipulasjon, diskriminering og desinformasjon blant eldre – og dermed ytterligere engstelse for å delta digitalt (Slette-meås, 2019; Perminow, 2022; Skjuve et al., 2023; Lund et al., 2021; Gautun og Bratt, 2023).

Hvis vi ser på Eldres erfaringer med kunstig intelligens internasjonalt, så er den variert. Mange eldre har opplevd forbedret livskvalitet gjennom bruk av KI-drevne helseovervåkningssystemer og virtuelle assistenter. For eksempel har KI-kompanjonger som ElliQ vist seg å være nyttige ved å tilby samtaler, underholdning og påminnelser om helserelaterte oppgaver⁶. Slike teknologier bidrar til å redusere ensomhet og øke sikkerheten i hverdagen. Holdningene til KI blant eldre varierer også. Noen eldre er entusiastiske og nysgjerrige på å lære og bruke KI-produkter, mens andre kan føle seg usikre på grunn av manglende læringsmuligheter og bekymringer om personvern (Shandilya og Fan, 2022).

KI tilbyr flere muligheter for eldre. KI-drevne systemer for helsemonitorering kan overvåke vitale tegn hos eldre, og oppdage medisinske tilstander tidlig, noe som er avgjørende for å håndtere Eldres helse⁷. KI kan også bidra til å redusere sosial isolasjon gjennom virtuelle assistenter og chatbots som tilbyr selskap og engasjement (Abadir og Chellappa, 2024)⁸. Videre kan

⁵ I survey-undersøkelsene fra AI AGE-prosjektet presentert i denne rapporten benyttes et egenvurdert mestringsmål.

⁶ <https://www.forbes.com/sites/neilsahota/2024/04/23/ai-a-beacon-of-hope-in-elder-care/>

⁷ <https://snfmetrics.com/ai-in-elderly-care/>

⁸ <https://www.forbes.com/councils/forbestechcouncil/2024/01/30/ai-to-benefit-humanity-innovations-in-senior-care/>

smarthjemssystemer integrert med KI støtte et mer selvstendig liv ved å tilpasse seg eldre personers rutiner og preferanser⁹.

Selv om KI har mange fordeler, er det en rekke utfordringer som adresseres i litteraturen. En av de største utfordringene er å sikre at eldre føler seg trygge og at de har kontroll over KI-produktene de disponerer (Shandilya og Fan, 2022). Videre vil eldre også kunne etablere negative holdninger fordi opplevelser av funksjonelle, i tillegg til det sosio-emosjonelle, aspekter ikke stemmer overens med forventningene deres, noe som kan føre til at de unngår KI-produkter (Hong et al., 2023). Det er også bekymringer om personvern og sikkerhet, spesielt når det gjelder helseovervåking og datainnsamling¹⁰. Videre kan det være teknologiske barrierer som hindrer eldre i å dra full nytte av KI, inkludert manglende teknologisk kompetanse og tilgang til nødvendige ressurser¹¹.

KI-systemer utvikles dessuten ved å bruke store mengder data som gjenspeiler implisitte og eksplisitte skjevheter i samfunnet, og prediktive modeller i KI-systemer risikerer å forsterke ulikheter, f.eks ved å reprodusere eller fremme rasisme, sexisme og klassisme. Bekymringer knyttet til alderisme (diskriminering av, og fordommer mot, eldre) har derimot vært fraværende i litteraturen, ifølge Chu et al. (2022). Uansett vil eldre måtte utvikle en relativt omfattende og avansert kompetanse for å håndtere både muligheter og utfordringer som den raske digitale – og stadig større grad KI-baserte – utviklingen utsetter de eldre for.

Selv om nyere forskning har sett på Eldres erfaring med spesifikke KI-aktiverte produkter, som smarte assistenter og omsorgs-/husholdsroboter, mangler det kunnskap om hvordan de eldre oppfatter KI-produkter og algoritimestyrte smarte tjenester mer generelt, og tanken på et samfunn gjennomsyret av kunstig intelligens (Shandilya og Fan, 2022; Kaur og Chen, 2023). I denne rapporten vil vi derfor se nærmere Eldres behov, forståelser, kompetanse og bevissthet rundt KI-muligheter og utfordringer i en gryende «kunstig intelligent» tidsalder.

1.3 Metode

Formålet med å fokusere på den eldste delen av befolkningen er at få survey-undersøkelser, både i Norge og i Europa, tar utgangspunkt i de aller eldstes situasjon, spesielt i en digital kontekst. De eldste inkluderes ofte ikke i survey-undersøkelser, eller som egen alderskategori. Ofte er Eldrekategorien tilfeldig valgt basert på alderen til den eldste respondenten, eller at man velger å stoppe på f.eks. 80 år. I andre undersøkelser er de over 80 år gjerne ikke er mange nok til å kunne si noe representativt om denne gruppen (jf. Slettebakk et al. 2018). I de tre SIFO-undersøkelsene som analyseres i den første delen av denne rapporten, har derfor hovedmålet vært å få de i alderen 61-100 år – spesielt de aller eldste (80-100 år) – i tale. Dette er bakgrunnen for at det har blitt gjennomført telefonbaserte intervjuer i stedet for web-survey, for å fange opp flest mulig eldre, inkludert eventuelle ikke-brukere av internett.

Den første rapporten fra 2014 var på sin tid den eneste i Norge som bare dekket Eldres digitale hverdag, og som hadde representative tall for den eldste gruppen fra 81-100 år¹². De aller eldste har i de senere undersøkelsene også blitt oversamplet, mens de yngste eldre er undersamplet, for å sikre jevnstore aldersgrupper (61-70 år, 71-80 år, 81-100 år). I rapporten, der vi ser på funn

⁹ <https://greatsenioryears.com/making-senior-life-easier-how-ai-can-be-used-for-the-elderly/>

¹⁰ <https://snfmetrics.com/ai-in-elderly-care/>

¹¹ <https://www.argentum.org/ai-in-senior-living-7-industry-experts-reveal-top-opportunities-and-risks/>

¹² I det siste har både SSB og Kompetanse Norge gått over til å inkludere gruppen over 80 år, men inntil nylig har den eldste gruppen manglet, også i data fra EU.

fra alle tre undersøkelser, har vi derfor ikke vektet materialet etter kjønn, alder og bosted, men ønsket å kunne si noe representativt om hver aldersgruppe og sammenlikne disse over tid. Ved å ta utgangspunkt i de tidligere SIFO-rapportene «Eldres bruk av digitale verktøy og internett: En landsdekkende undersøkelse av mestring, støttebehov, motivasjon og hindringer» (Slette-meås, 2014b) og «Eldres digitale hverdag. En landsdekkende undersøkelse om tilgang, mestring og utfordringer i informasjonssamfunnet» (Slette-meås et al., 2018), kan vi sammenlikne funn over tid, ettersom mange av spørsmålene i 2014, 2018 og 2025 er likelydende, og spørreundersøkelsene er utført av samme byrå (Norstat).

Grunnen til at det er viktig å inkludere de aller eldste, er fordi de kan skille seg ganske betydelig fra de «yngre eldre» på mange parametere, spesielt når det gjelder digitale og teknologiske tema. Man mister potensielt mange nyanser ved å tolke eldre som én gruppe (altså typisk 60-80 år). De aller eldste viser seg gjerne å ha lavere tilgang til og bruk av internett og digitalt utstyr, og er i større grad utsatt for aldringseffekter som kan gi nedsatt funksjonsevne, og som i tillegg gjør dem mer avhengig av universelt utformet digitalt utstyr og tjenester. Mange har også nytte av tilleggsfunksjonalitet som i større grad tilbys av hverdagsteknologi solgt i forbrukermarkedet.

I de tre survey-undersøkelsene fra 2014 (D1), 2018 (D2) og 2025 (D3) der vi komparativt undersøker den eldre befolkningens digitale hverdag, har vi ønsket å inkludere flest mulig eldre. Med et slikt fokus har det vært naturlig å benytte telefonbaserte intervjuer og ikke web-basert metode som er blitt mer vanlig.

Vi har tatt utgangspunkt i et utvalg på 1000 respondenter i alderen 61 til 100 år, og utvalget er delt inn i tre strata; 61 til 70 år, 71 til 80 år, og 81 til 100 år. For å få nok respondenter blant de eldste (81-100 år), har vi oversamlet i denne aldersgruppen, og samtidig undersøket de yngste (61-70 år), slik at fordelingen blir jevn i alle de tre aldersgruppene. I den faktiske befolkningen er 61-70-åringene den relativt største gruppen og utgjør omtrent halvparten av alle 61-100-åringene, mens 81-100-åringene utgjør omtrent én av fem i samme aldersspenn. Dette innebærer at det responderende utvalget ikke er landsrepresentativt. Vi har tidligere vurdert å benytte landsrepresentative vektorer (kjønn, alder og bosted) i presentasjonen av totaltall for 2014, 2018 og 2025, men fordi det er så store variasjoner i antall eldre i hver av aldersgruppene, vil også dette innebære svakheter. Faktiske demografitall viser at dødelighet både påvirker antall i hver aldersgruppe, kjønnsfordeling og bosted. Vi har derfor valgt å presentere totaltall basert på det responderende utvalget (i alle tre undersøkelser), noe som da ikke gir landsrepresentative resultater. Når vi sammenlikner på tvers av aldersgruppene, er vår vurdering at tallene er rimelig representative. De aller eldste i gruppen 81-100 år kan være underrepresentert fordi de er vanskeligst å få rekruttert, mens kjønnsfordelingen også endres for denne aldersgruppen, ettersom kvinner har høyere levealder enn menn, mens kjønnsfordelingen er relativt stabil opp til 80 år. I hovedsak mener vi likevel at tallene der vi sammenlikner de tre aldersgruppene er rimelig representative, og vi vektlegger disse resultatene i beskrivelsene. Totaltallene og kjønnsforskjellene er vist primært for å vise eventuelle hovedtendenser og endringer over tid. Dessuten er gir tallene grunnlag for sammenlikning over tid ettersom vi benytter samme utvalgsmetodikk i 2014, 2018 og 2025.

2025-undersøkelsen ble gjennomført av Norstat i perioden 24. januar 2025 til 3. februar 2025. Det var Norstat som også gjennomførte undersøkelsene i 2018 (25. oktober til 16. november) og i 2014 (28. oktober til 11. november), der det ble benyttet samme utvalg (61 til 100 år), samme intervjuemetode (telefon), samme lengde på intervjuer (10 minutter), omtrent samme antall respondenter (2014: N=1000; 2018; N=1000 og 2025: N=1004), og samme spørsmålsformulering på de spørsmålene som skulle sammenliknes over tid. Tallene som ble presentert i 2018 og 2014 ble heller ikke vektet på alder, kjønn eller bosted. Kartleggingen og de enkle analysene er basert på bivariate prosentfordelinger. I framstillingen av resultater benytter vi hovedsakelig figurer.

De foreliggende indikatorene dekker temaer som tilgang til og bruk av digitale tjenester, digital mestring, motivasjon og digital læring, trygghet på nett og frykt for å gjøre feil, mobilmestring, samt en rekke holdninger til teknologi- og digitaliseringsutviklingen. Utover de eksisterende indikatorene har vi gjennom to andre undersøkelser, fra hhv. 2024 (D4) og 2025 (D5) (tilknyttet RELINK-prosjektet i samråd med AI AGE-prosjektet) inkludert spørsmål om nye teknologiske utviklingstrekk, som smarte forbruksprodukter i hjemmet og kunstig intelligens (KI). På temaet KI har vi tatt for oss kjennskap til og bruk av KI-verktøy, sett på muligheter og utfordringer innen helse og for eldre innbyggere, og tatt for oss holdninger de har rundt den raske KI-utviklingen. I utarbeidelsen av spørsmål knyttet til smarthjem og KI har vi trukket på forskningslitteratur, samt aktuelle temaer fra mediedekningen de siste årene, i tillegg til vurderinger av regjeringens satsing på kunstig intelligens og EUs regulatoriske rammeverk AI Act.

I de neste kapitlene presenterer vi resultater fra alle fem survey-undersøkelser. Ettersom undersøkelsen er stor og figurene mange, har vi har valgt å presentere de overordnede temaene med hvert sitt hovedkapittel. Utvalgene (N) som ligger til grunn for hver figur står referert i figurteksten under hver figur. Figurer har alternativ tekst.

I tabellen under presenteres de fem undersøkelsene som er benyttet og analysert i rapporten. D1 betegner datasett 1, D2 datasett 2 osv.

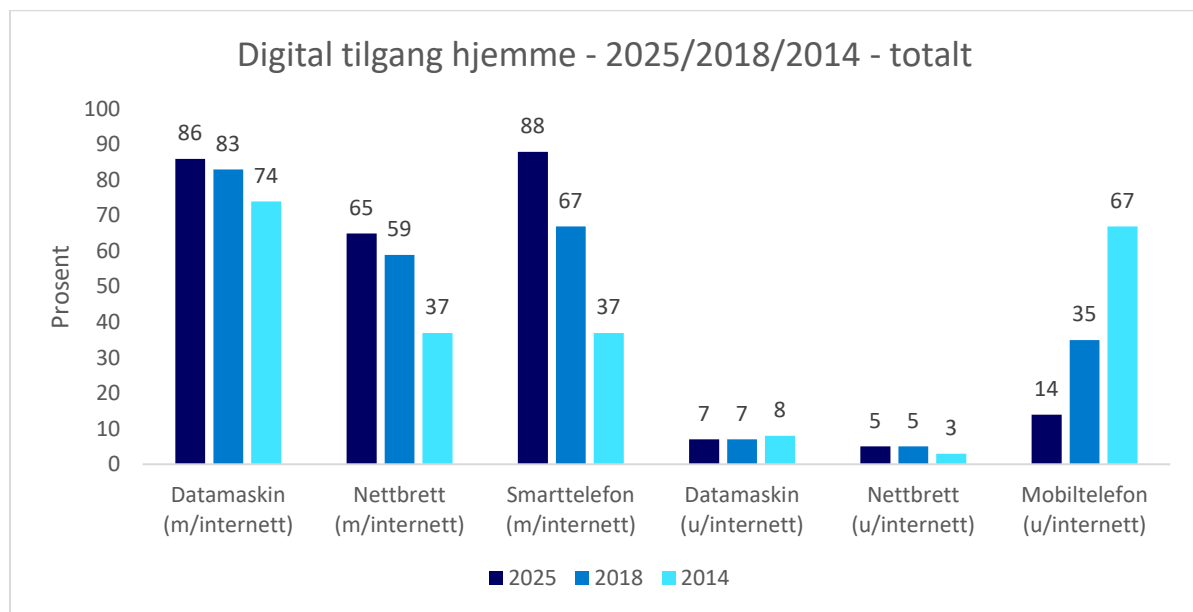
Tabell 1-1: Oversikt over datasett analysert i rapporten

Datasett	Årstall	Innsamlingsmetode	Antall (N)	Aldersspenn
D1	2014	Telefon	1000	61-100 år
D2	2018	Telefon	1000	61-100 år
D3	2025	Telefon	1004	61-100 år
D4	2024	Web	1005	18-80 år
D5	2025	Web	1005	15-80 år

2 Resultater og analyse

I dette kapitlet presenterer vi funnene fra survey-undersøkelsen gjennomført i 2025 (D3) og sammenlikner funnene med undersøkelsen fra høsten 2018 (D2) (Slette-meås et al. 2018) og 2014 (D1) (Slette-meås 2014b) der det er relevant, for å kunne vurdere endringer over tid. Funnene presenteres i figurer med alternativ tekst.

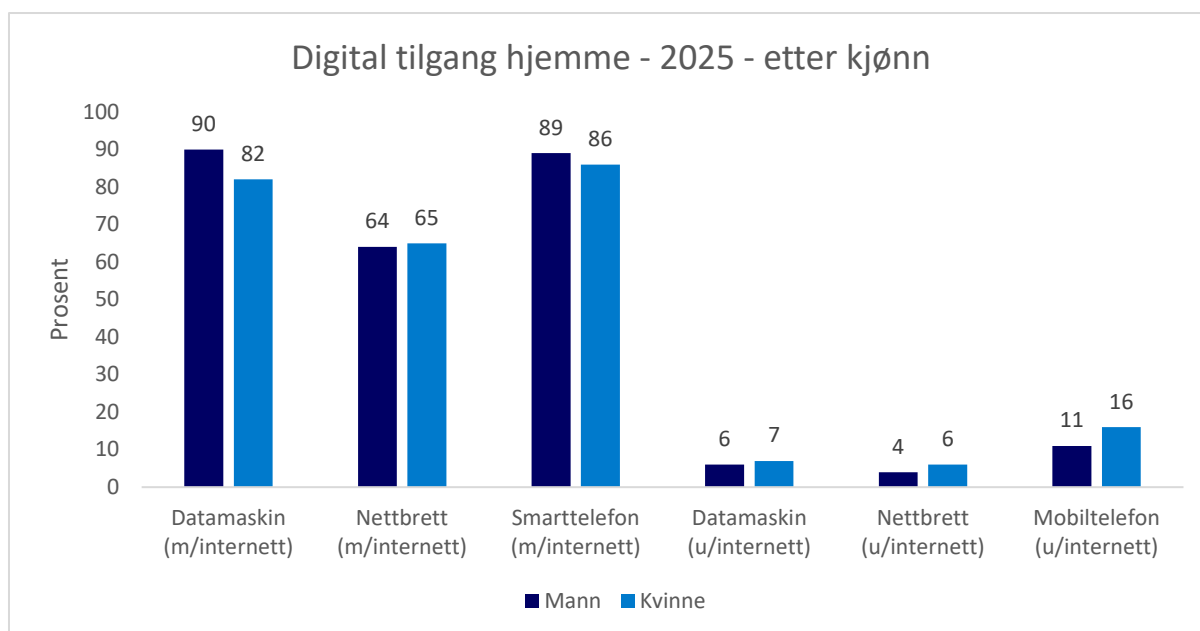
2.1 Digital tilgang blant eldre



Figur 2-1: Spørsmål: «Har du tilgang til følgende teknologier i din husstand?» Andeler i aldersgruppen 61-100 år som har krysset av på de ulike valgene. Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Prosent, 2025 (N=1004), 2018 (N=1000), 2014 (N=1000).

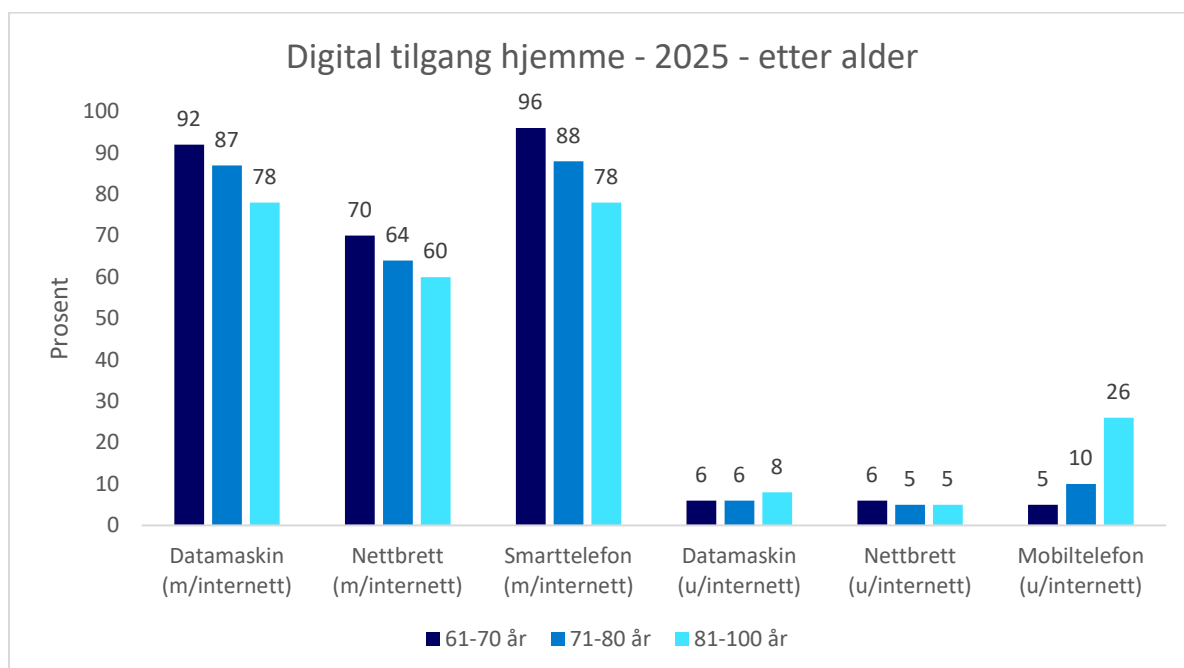
Figuren over viser hvilke plattformer eldre (61-100 år) har tilgang til i hjemme. Vi inkluderer her datamaskin, nettbrett og smarttelefon/mobiltelefon med og uten internett. Figuren viser at så og si «alle» i de tre utvalgene har tilgang til minst ett av de seks alternativene over. Hvis vi tar for oss datamaskin med internett, er det nå rundt 86 prosent totalt sett som har tilgang til internett på denne terminalen, og det har vært en økning i tilgang fra 2014 (74 %) og 2018 (83 %). Samtidig har andelen som har datamaskin hjemme uten internett ligget stabilt på rundt 7-8 prosent i samme periode. For nettbrett med internett har det også vært en økning, fra 37 prosent i 2014, til 59 prosent i 2018, og 65 prosent i 2025. Her har andelen med nettbrett uten internett ligget stabilt på rundt 5 prosent. Den største utviklingen ser vi for smarttelefon med internett. I 2025 er det 88 prosent av de eldre som har nettilgang på mobiltelefonen, mot 67 prosent i 2018 og 37 prosent i 2014. Samtidig har andelen med mobiltelefon uten nettilgang falt kraftig, fra hele 67 prosent i 2014, til 35 prosent i 2018 og til kun 14 prosent i 2025.

Totalt sett i 2025 er det 97 prosent i det ikke-vektede utvalget (98 % i vektet utvalg) som har tilgang til internett på en eller annen enhet hjemme, mens andelen var 89 prosent i 2018 (92 % i vektet utvalg). Med andre ord mangler kun 3 (2) prosent internettilgang i 2025 mot 11 (8) prosent i 2018. Dette er en betydelig endring over tid.



Figur 2-2: Spørsmål: «Har du tilgang til følgende teknologier i din husstand?» Andeler i aldersgruppen 61-100 år som har krysset av på de ulike valgene, etter kjønn. Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Prosent, 2025 (N=1004)

Figuren over viser at det er marginale kjønnsforskjeller i internettilgang i 2025, noe som er naturlig ettersom tilgang gjerne er knyttet til husstander og ikke enkeltpersoner (selv om langt flere i dag har nettilgang også på private terminaler, som smarttelefoner). Kun for datamaskin er det en liten forskjell, der menn (90 %) i større grad enn kvinner (82 %) har tilgang. Mens 2018-tallene også viste marginale kjønnsforskjeller, viste 2014-tallene en viss kjønnsforskjell der menn i noe større grad enn kvinner hadde tilgang til datamaskin, nettbrett og smarttelefon med internett.



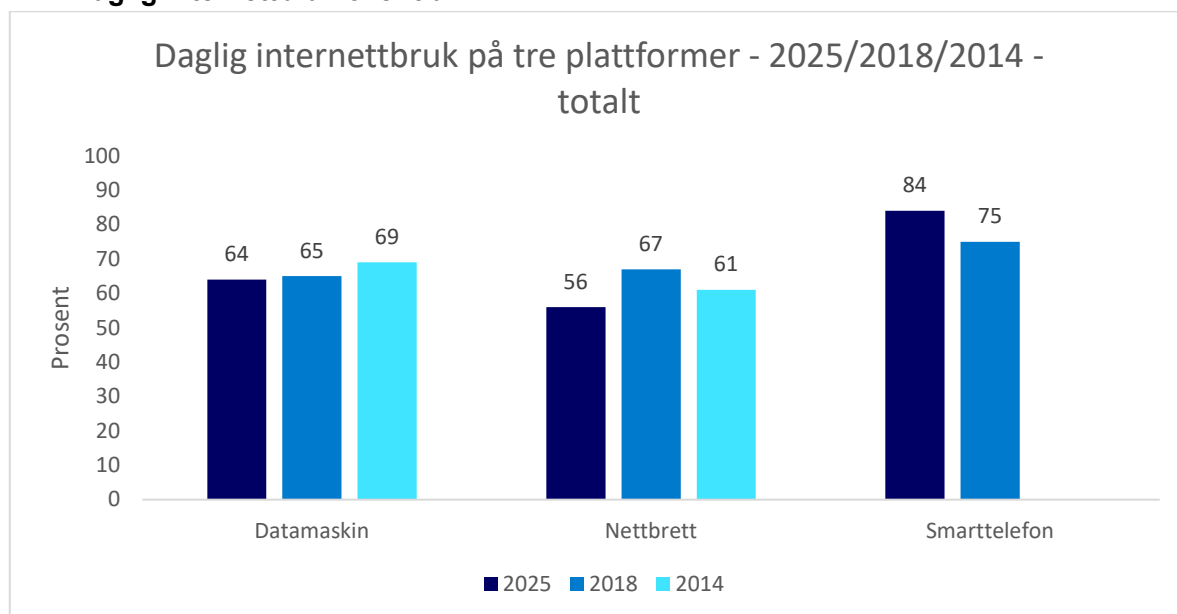
Figur 2-3: Spørsmål: Har du tilgang til følgende teknologier i din husstand? Andeler i ulike aldersgrupper som har krysset av på de ulike valgene. Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Prosent, 2025 (N=1004)

Figuren over viser hvordan tilgangen til de ulike plattformene fordeler seg etter de tre alderskategoriene i 2025. Selv om materialet ikke er vektet er tallene relativt representative for befolkningen som helhet. For datamaskin med internett er det rundt 92 prosent i alderen 61-70 år som har tilgang til dette i 2025. I denne gruppen er det flere som fremdeles er i jobb, og som antakelig benytter PC med internett i jobbsammenheng. Videre er andelen med tilgang til internett på datamaskin 87 prosent i alderen 71-80 år, og 78 prosent i alderen 81-100 år. Mens det er marginal endring fra 2018 til 2025 i de to første aldersgruppene, er økningen i nettilgang på datamaskin størst for de eldste (81-100 år) i denne perioden (tall for 2018; i Slette-meås et al. 2018).

For nettbrett med internett har 70 prosent blant de yngste (61-70 år) tilgang i 2025, mens tilgangen er 64 prosent for 71-80-åringene og 60 prosent for 81-100-åringene. Blant de eldste hadde 44 prosent internetttilgang på nettbrett i 2018 (tall for 2018; i Slette-meås et al. 2018). For smarttelefon med internetttilgang har 96 prosent blant 61-70-åringene tilgang i 2025, mens 88 prosent har det samme blant 71-80-åringene, og 78 prosent blant 81-100-åringene. Ser vi på den eldste gruppen hadde kun 51 prosent smarttelefon med internett i 2018 (tall for 2018; i Slette-meås et al. 2018).

2.2 Digital bruk blant eldre

2.2.1 Daglig internettbruk over tid

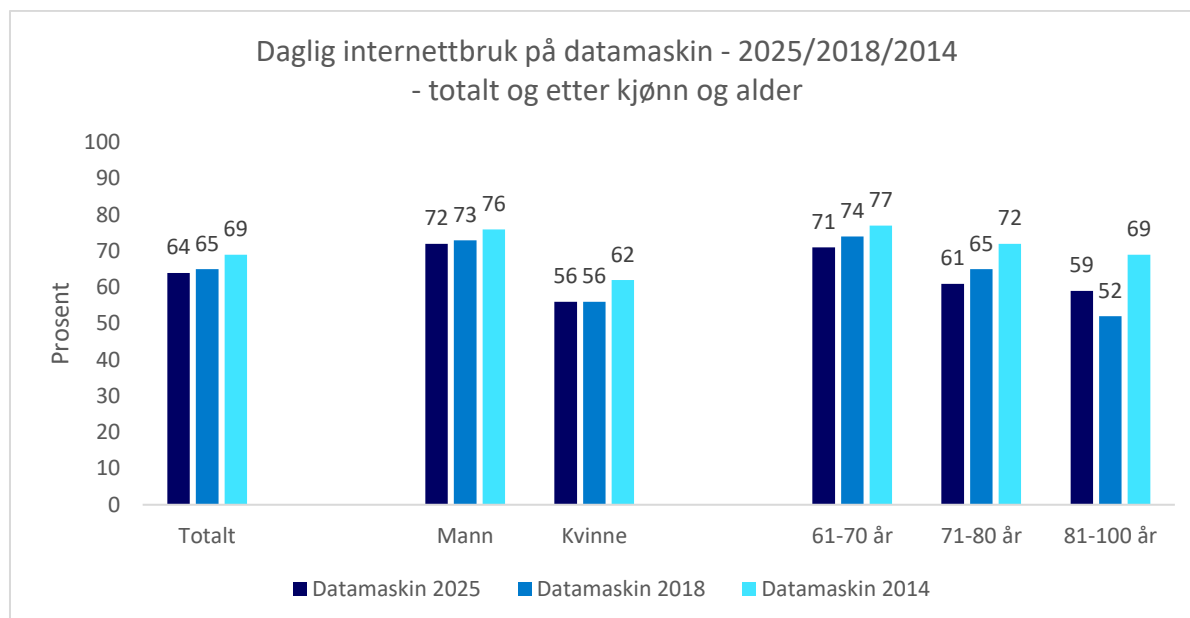


Figur 2-4: Andel av eldre som har tilgang til internett på datamaskin, nettbrett og/eller smarttelefon, som bruker internett daglig på de respektive plattformer. Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Prosent. For 2025: Datamaskin (N=863), nettbrett (N=650), smarttelefon (N=878). For 2018: Datamaskin (N=831), nettbrett (N=585), smarttelefon (N=668). For 2014: Datamaskin (N=741), nettbrett (N=372).

Figuren over viser daglig bruk av internett på alle de tre plattformene over tid (for 2014, 2018 og 2025). Selv om tilgangsfigurene som ble omtalt tidligere viser at flere brukere har kommet til på alle plattformer, så er den daglige nettbruken relativt stabil over tid for datamaskin, mens den viser en betydelig nedgang for nettbrett. For smarttelefon har vi kun tall fra 2018 å sammenlikne med (bruk av internett på smarttelefon ble det ikke spurt om i 2014), men figuren viser en tydelig økning i daglig bruk fra 2018 til 2025. De fleste smarttelefonbrukere har også tilgang til enten

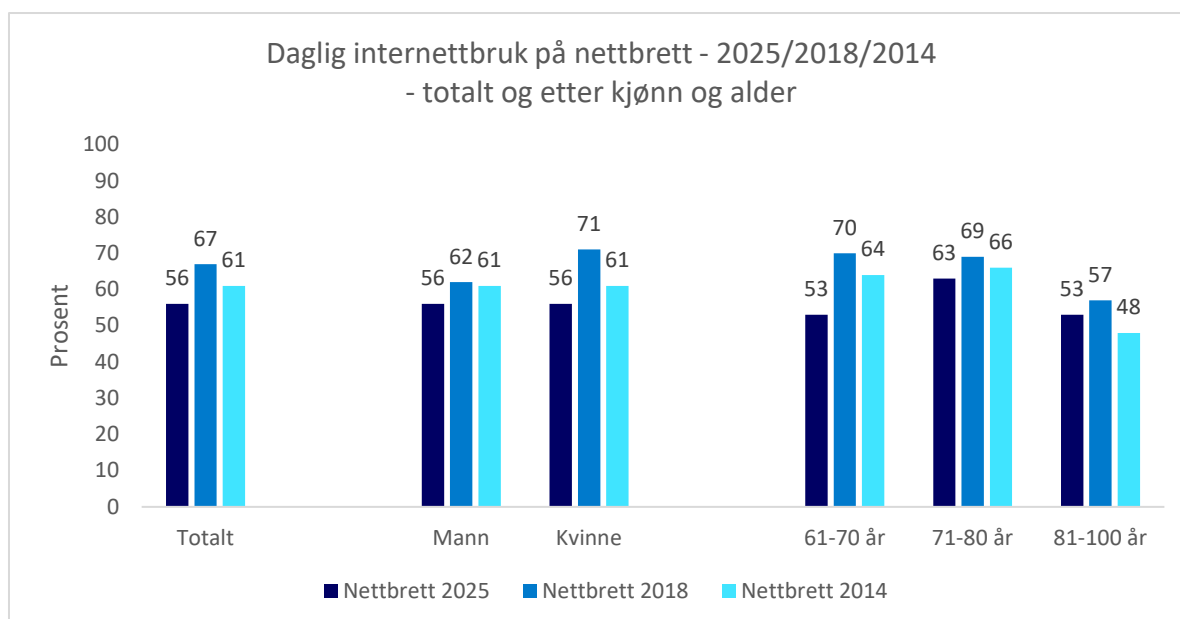
nettbrett eller datamaskin (eller begge deler). Dermed kan vi anta at nettbruken på mobil kommer i tillegg til nettbruken på de andre terminalene. Nedgangen i daglig nettbruk på nettbrett kan antakeligvis forklares med økningen i nettbruk på smarttelefon.

I de tre figurene under viser vi sammenlikninger over tid for hver plattform, fordelt på alder og kjønn.



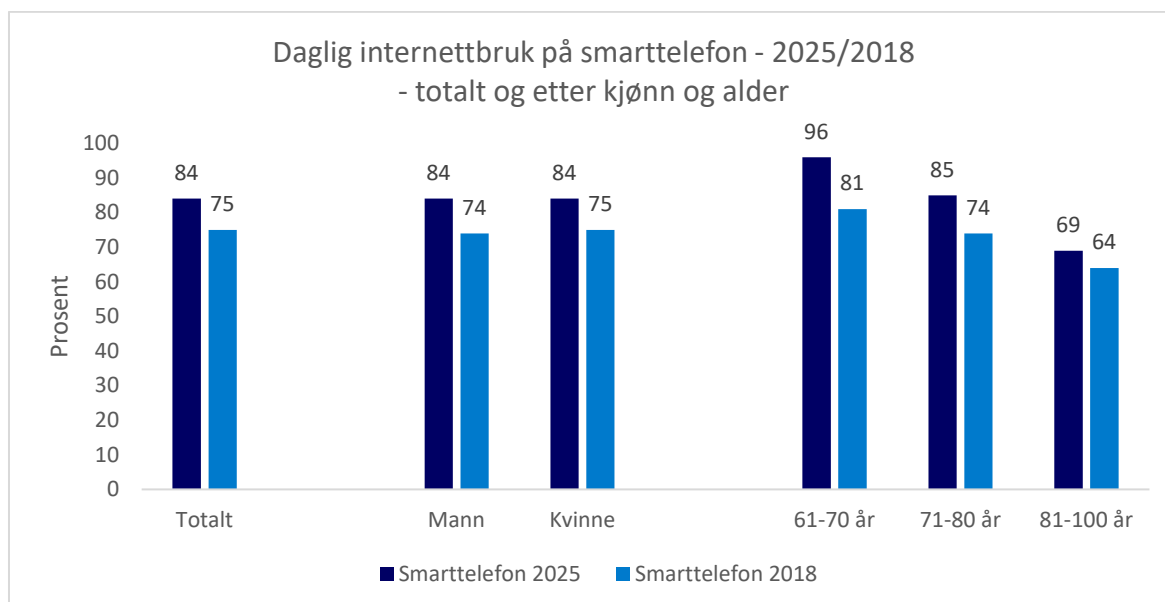
Figur 2-5: Andel av eldre som har tilgang til internett på datamaskin, som bruker internett daglig på denne plattformen. Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Prosent. For 2025 (N=863). For 2018 (N=831). For 2014 (N=741).

Figuren over viser daglig internettbruk på datamaskin (blant datamaskinbrukere) i perioden 2014 til 2025. Vi ser en tendens til noe fallende daglig bruk av internett på datamaskin over tid, totalt og for kjønn, men endringen er tydeligst på aldersvariabelen. For den eldste aldersgruppen (81-100 år) falt nettb Bruken betraktelig fra 2014 (69 %) til 2018 (52 %), mens den har økt igjen i 2024 (59 %).



Figur 2-6: Andel av eldre som har tilgang til internett på nettbrett, som bruker internett daglig på denne plattformen. Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Prosent. For 2025 (N=650). For 2018 (N=585). For 2014 (N=372).

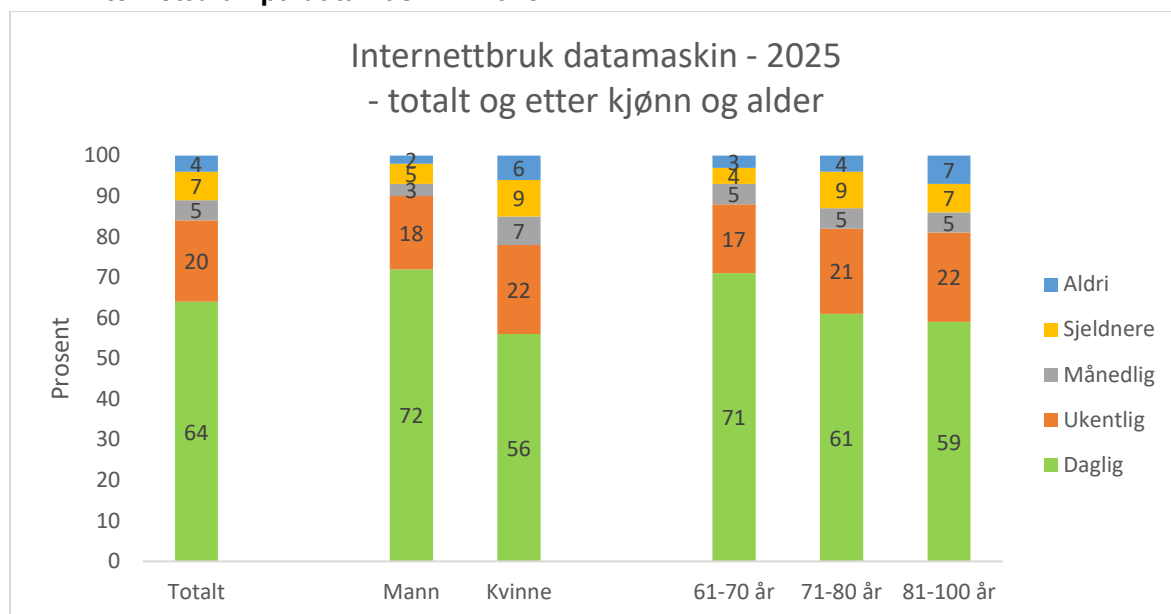
Figuren over viser daglig internettbruk på nettbrett (blant nettbrettbrukere). Hovedtendensen her er en noe økende daglig nettbrettbruk fra 2014 til 2018, hvorpå vi ser et betydelig fall i bruken i 2024, spesielt blant kvinner og i den yngste aldersgruppen (61-70 år). Det kan tenkes at mobiltelefonen nå har tatt over en del av bruksområdene som nettbrettet tidligere har hatt, også blant eldre.



Figur 2-7: Andel av eldre som har tilgang til internett på smarttelefon, som bruker internett daglig på denne plattformen. Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Prosent. For 2025 (N=878). For 2018 (N=668).

Figuren over viser daglig internettbruk på smarttelefon (blant smarttelefonbrukere), kun for 2025 og 2018, ettersom vi ikke har tall å sammenlikne med for 2014. Endringen i daglig nettbrettbruk på mobiltelefon er betydelig både totalt sett og for kjønn og alder. Økningen er mest moderat i den eldste aldersgruppen, fra 64 prosent daglig bruk i 2018, til 69 prosent i 2025.

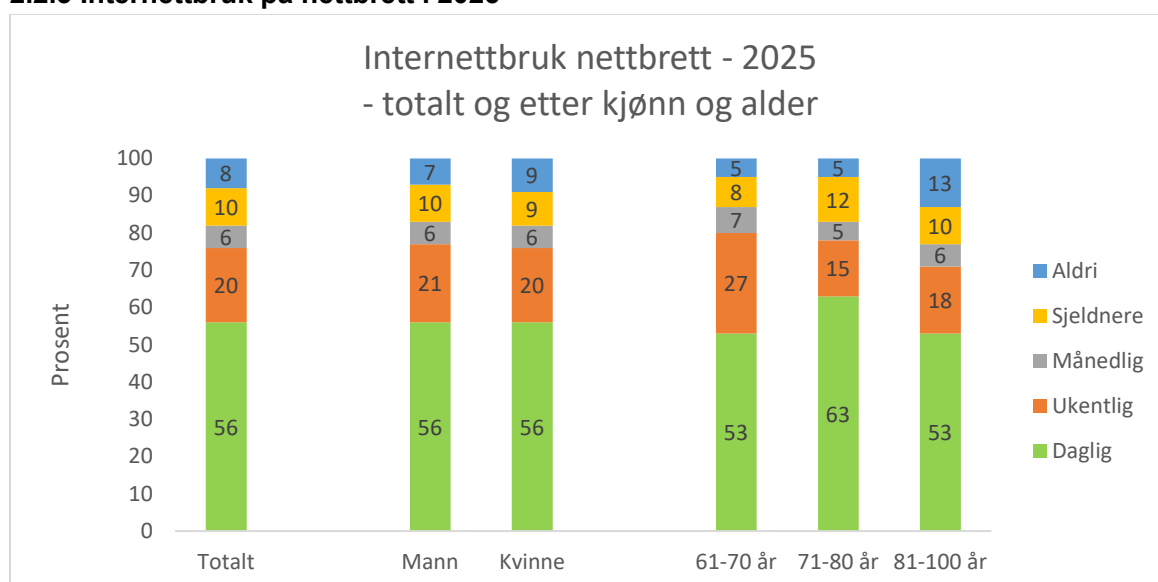
2.2.2 Internettbruk på datamaskin i 2025



Figur 2-8: Andel av dem med tilgang til internett på datamaskin, som bruker internett daglig, ukentlig, månedlig, sjeldnere eller aldri. Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt og etter kjønn og alder. Prosent, 2025 (N=863).

Majoriteten av eldre med tilgang til internett på datamaskin bruker dette daglig (64 %) i 2025. Det er en viss kjønnsforskjell i nettbruken, der menn (72 %) i større grad bruker internett på datamaskin daglig enn det kvinner (56 %) gjør. Det er også en aldersforskjell i den daglige bruken; 71 prosent blant 61-70-åringene er daglige brukere, mot 61 prosent blant 71-80-åringene, og 59 prosent blant 81-100-åringene. Det fleste blant de eldste som aldri bruker internett på datamaskin (7 %).

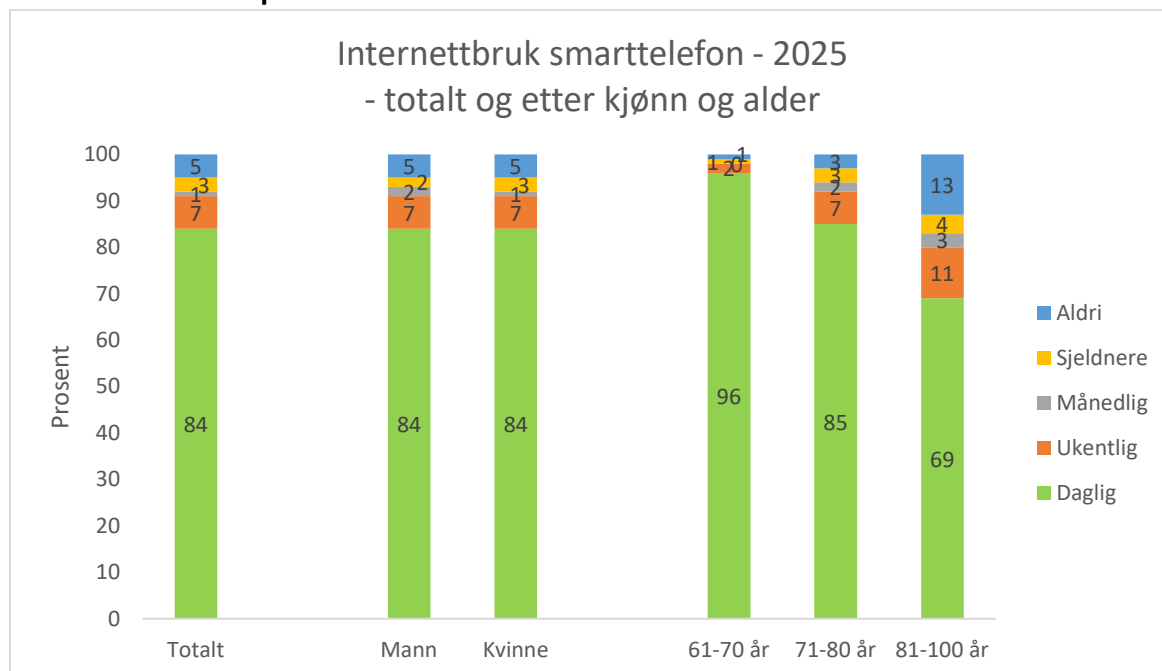
2.2.3 Internettbruk på nettbrett i 2025



Figur 2-9: Andel av dem med tilgang til internett på nettbrett, som bruker internett daglig, ukentlig, månedlig, sjeldnere eller aldri. Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt og etter kjønn og alder. Prosent, 2025 (N=650).

Figuren over viser at 56 prosent av eldre nettbrettbrukere bruker internett på denne terminalen i 2025. Det er ingen kjønnsforskjeller i daglig bruk, mens aldersforskjellen heller ikke er tydelig, selv om vi finner en noe høyere andel daglig nettbrettbrukere blant 71-80-åringene (63 %) enn i de andre aldersgruppene. Det er flest blant de eldste som aldri bruker internett på nettbrett (13 %).

2.2.4 Internettbruk på smarttelefon i 2025



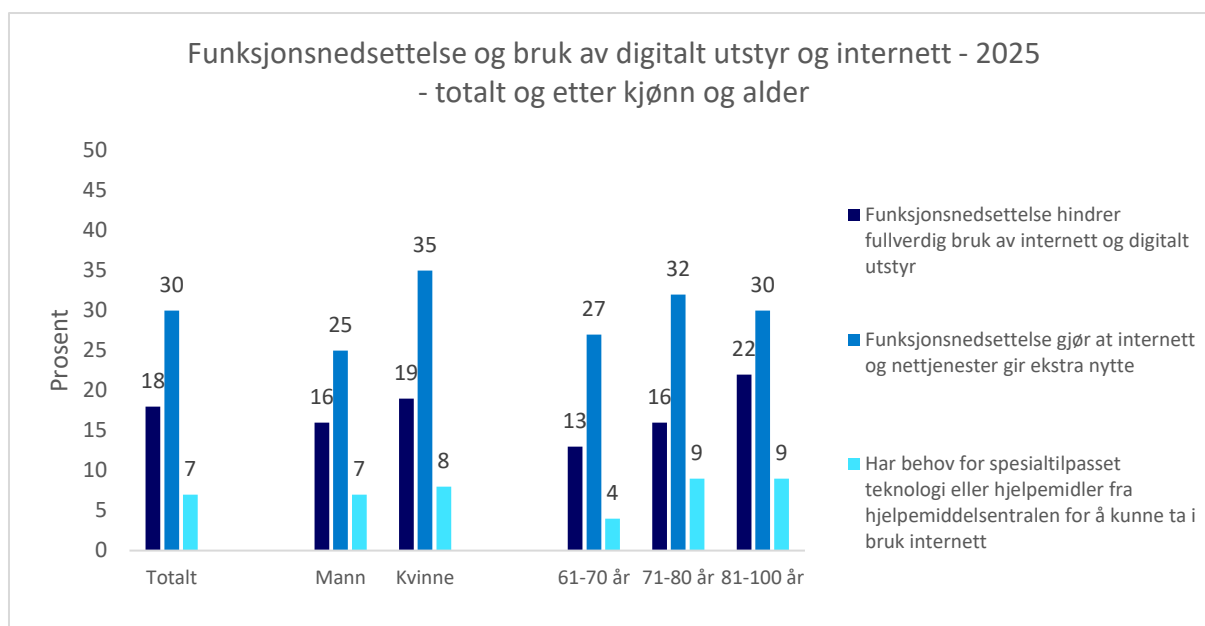
Figur 2-10: Andel av dem med tilgang til internett på smarttelefon, som bruker internett daglig, ukentlig, månedlig, sjeldnere eller aldri. Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt og etter kjønn og alder. Prosent, 2025 (N=878).

I figuren over ser vi at den daglige bruken av internett på smarttelefon er betydelig blant de eldre – 84 prosent totalt sett. Her ser vi heller ikke kjønnsforskjeller, mens det er en tydelig forskjell mellom aldersgruppene. Blant 61-70-åringene er det 96 prosent som bruker internett på smarttelefon daglig, mot 85 prosent blant 71-80-åringene og 69 prosent blant 81-100-åringene. Det er også flest blant eldste som aldri bruker internett på smarttelefon (13 %).

2.3 Digital bruk og nedsatt funksjonsevne

I spørreundersøkelsen fra 2025 er det **27 prosent** i alderen 61-100 år som oppgir at de har en eller flere funksjonsnedsettelse, mot 21 prosent i 2018, og 22 prosent i 2014. Det er **11 prosent** som oppgir å ha en form for bevegelseshemming (10 % i 2018 og 12 % i 2014), mens **7 prosent** oppgir å være hørselshemmet (6 % i 2018 og 4 % i 2014). Det er videre **4 prosent** som oppgir å være svaksynt (4 % i 2018 og 4 % i 2014) og **3 prosent** har hukommelses- eller konsentrasjonsvansker (2 % i 2018 og 1 % i 2014). Det er **8 prosent** som oppgir å ha andre utfordringer enn de som er beskrevet (5 % i 2018 og 7 % i 2014).

Ser vi på de ulike aldersgruppene er det i 2025 totalt **23 prosent** som oppgir å ha nedsatt funksjonsevne blant 61-70-åringene i 2024 (17 % i 2018 og 17 % i 2014), **22 prosent** blant 71-80-åringene (15 % i 2018 og 19 % i 2014), og **37 prosent** i alderen 81 til 100 år (31 % i 2018 og 32 % i 2014).



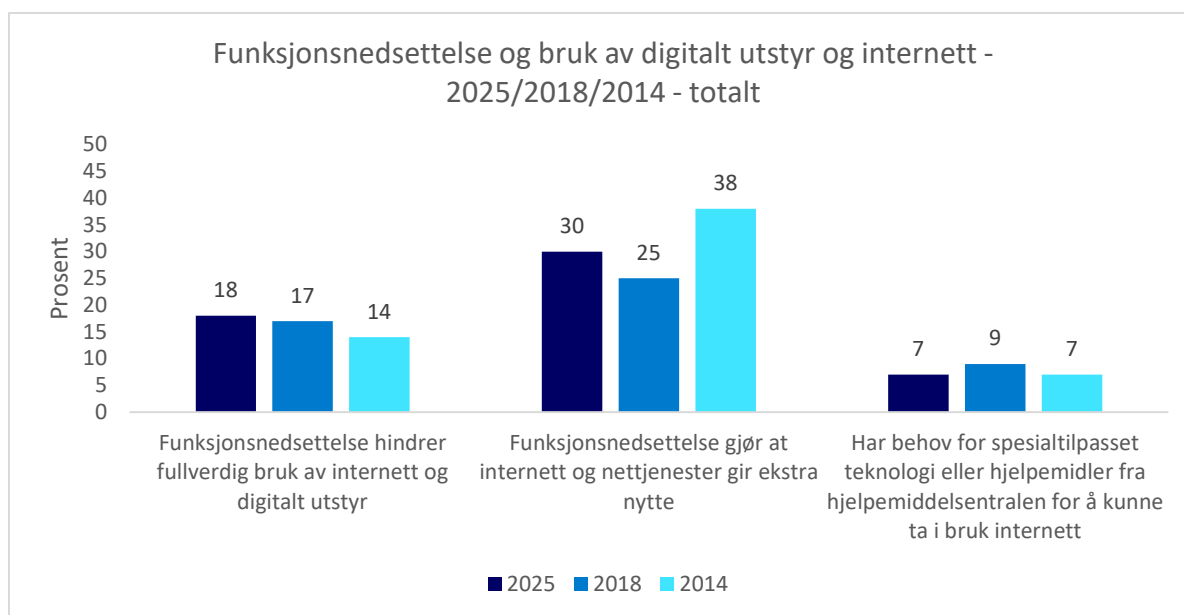
Figur 2-4: Andeler av dem med én eller flere funksjonsnedsettelser som svarer på følgende påstander i figuren, totalt og etter kjønn og alder (svaralternativer: ja, nei, vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt og etter kjønn og alder. Prosent, blant dem med tilgang til internett på datamaskin, nettbrett og/eller smarttelefon i 2025 (N=257).

For dem med funksjonsnedsettelse(r) kan digitalt utstyr og tjenester by på både muligheter og begrensinger. I figuren over har vi tatt for oss noen påstander omkring dette. Figuren viser andeler for 2025, totalt og etter kjønn og alder.

Det er 18 prosent totalt sett i 2025 som mener at deres funksjonsnedsettelse(r) **hindrer fullverdig bruk av internett og digitalt utstyr**. Det er en noe større andel blant kvinner (19 %) enn blant menn (16 %) som mener dette. Andelen er også større blant de eldste (81-100 år) der 22 prosent opplever at digitalbruken hindres, sammenliknet med 71-80-åringene (16 %) og 61-70-åringene (13 %).

Det er samtidig en rundt en tredjedel (30 %) totalt sett i 2025 som mener at **internett og netjtjenester er ekstra nyttig for dem grunnet funksjonsnedsettelse(n)e deres**, og andelen er større blant kvinner (35 %) enn blant menn (25 %). For alder er det ingen klare forskjeller.

Det er 7 prosent totalt i 2025 sett som har **behov for spesialtilpasset teknologi eller hjelpemidler fra hjelpemiddelsentralen** for å kunne ta i bruk internett. Her er det ingen tydelige kjønnsforskjeller. For alder er det 4 prosent som har et slikt behov blant 61-70-åringene, og 9 prosent i de to eldste aldersgruppene.

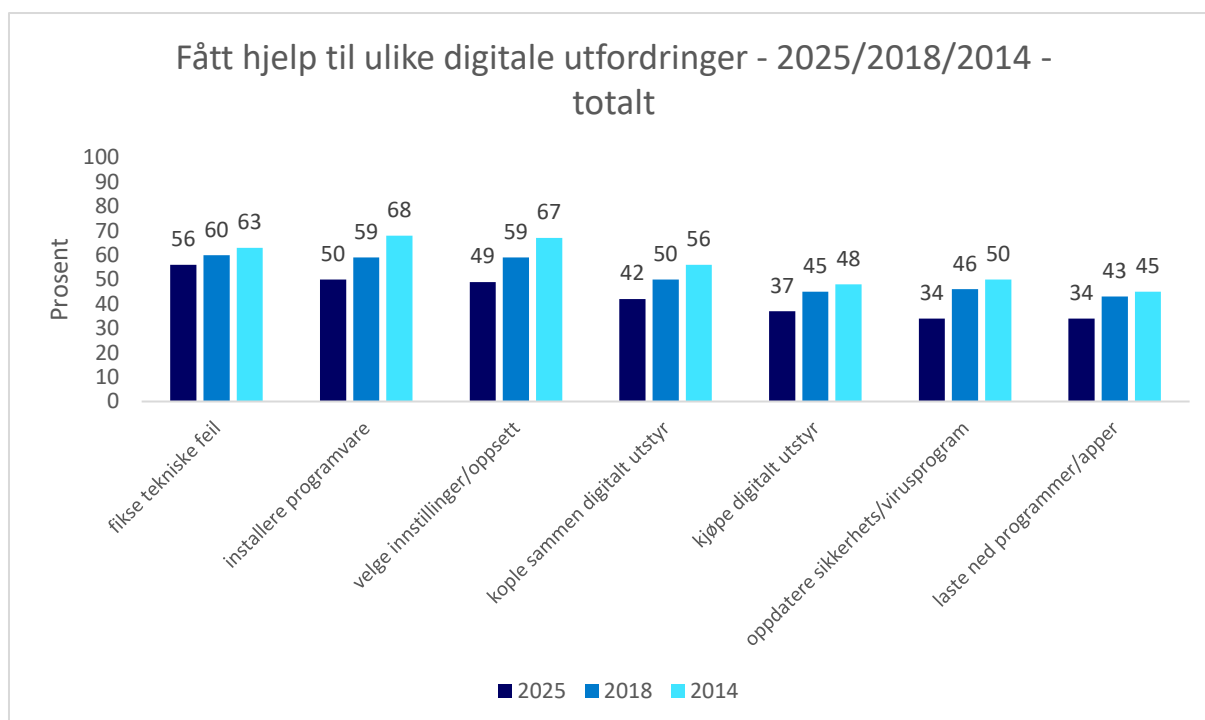


Figur 2-5: Andeler av dem med én eller flere funksjonsnedsettelse, som svarer på følgende påstander i figuren (svaralternativer: ja, nei, vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Prosent, blant dem med tilgang til internett på datamaskin, nettbrett og/eller smarttelefon i 2025 (N=257), 2018 (N=170), og 2014 (N=136).

Hvis vi sammenlikner over tid, viser figuren over en marginal forskjell i hvorvidt funksjonsnedsettelse(n)e hindrer fullverdig bruk av internett og digitalt utstyr. Det er heller ingen tydelige forskjeller over tid for hvorvidt man har behov for spesialtilpasset teknologi og hjelpemidler fra hjelpemiddelsentralen for å kunne ta i bruk internett. Hvorvidt funksjonsnedsettelsen gjør internett ekstra nyttig, mente en større andel dette i 2014 enn i de senere periodene.

2.4 Behov for digital støtte i hverdagen

Bruk internett forutsetter ikke bare kunnskap om selve nettbruken, men også om kjøp av riktig utstyr, installasjon av programvare, og det å fikse tekniske feil. Mange eldre med lav digital kompetanse får gjerne hjelp fra venner og familie til å håndtere slike oppgaver. I tillegg til manglende kompetanse kan aldersrelaterte utfordringer knyttet til syn, motorikk eller bevegelighet gjøre selve utførelsen krevende.



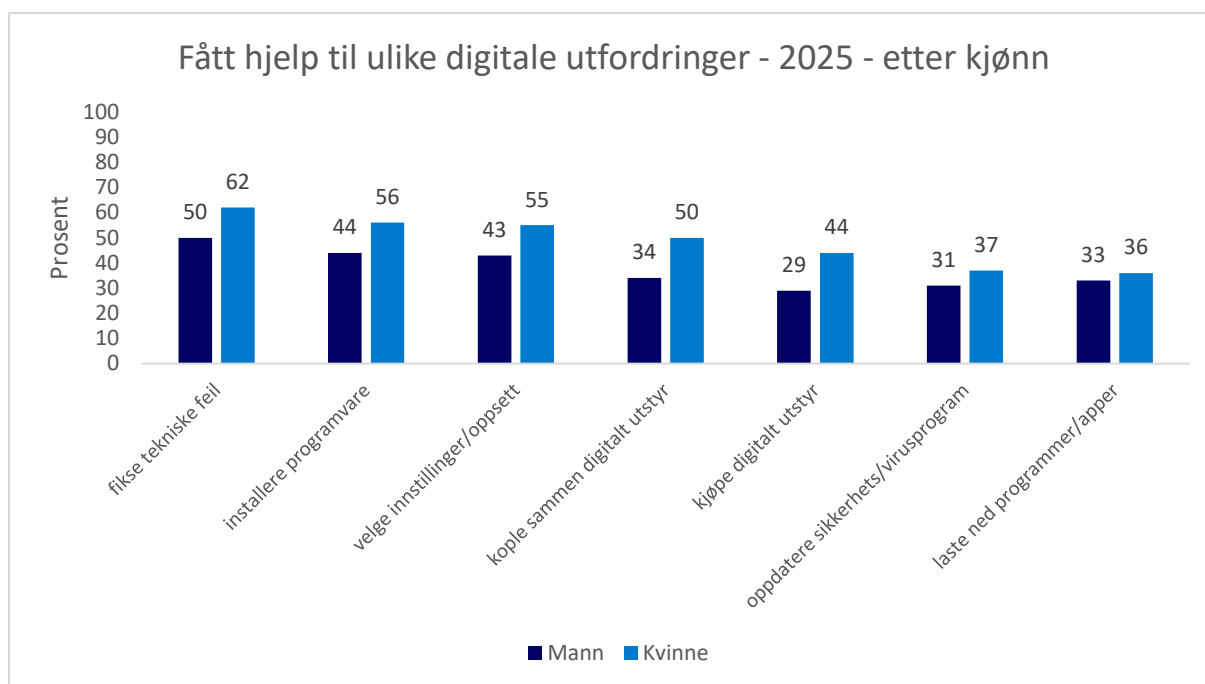
Figur 2-6: Andeler av eldre som har fått digital assistanse fra familie venner eller andre (svaralternativer: ja, nei, ikke relevant). I 2024 ble samtlige spurt, ikke kun dem med nettilgang, mens i 2018 og 2014 ble dem med tilgang til internett på PC og/eller nettbrett spurt. Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Prosent. For 2025 (N=1004). For 2018 (N=868). For 2014 (N=765).

I figuren over har vi spurt de eldre om de har fått assistanse fra familie eller venner til ulike teknologi-relaterte oppgaver. Tallene er ikke direkte sammenliknbare mellom 2025 og 2018/2014, ettersom alle de eldre ble spurt i 2025-undersøkelsen, mens de med tilgang til internett på datamaskin/nettbrett ble spurt i 2018 og 2014.

Hovedbildet er likevel at mange eldre på ett eller annet tidspunkt har hatt behov for ulike former for digital assistanse, men behovet ser ut til å falle over tid. Mens 56 prosent har hatt behov for hjelp til å **fikse tekniske feil på digitalt utstyr** i 2025, var andelen 60 prosent i 2018 og 63 prosent i 2014.

Halvparten (50 %) trengte hjelp til å **installere programvare/apper** i 2025, mot 59 prosent i 2018 og 68 prosent i 2014. Det var omtrent en like stor andel (49 %) som trengte hjelp til å **velge innstillinger og oppsett på digitalt utstyr** i 2025, mot 59 prosent i 2018 og 67 prosent i 2014. Videre er det rundt fire av ti (42 %) som har hatt behov for hjelp til å **kople sammen digitalt utstyr** (f.eks. skriver eller høyttalere) i 2025, mot 50 prosent i 2018 og 56 prosent i 2014. Det er i underkant av fire av ti (37 %) som har hatt behov for hjelp til å **kjøpe inn digitalt utstyr** i 2025, mot 45 prosent i 2018 og 48 prosent i 2014. Til slutt er det 34 prosent som har fått assistanse med å **oppdatere sikkerhetsprogram** i 2025, mot 46 prosent i 2018, og 50 prosent i 2014. Tilsvarende er det 34 prosent som har hatt behov for hjelp til å **laste ned programmer eller apper** i 2025, mot 43 prosent i 2018 og 45 prosent i 2014.

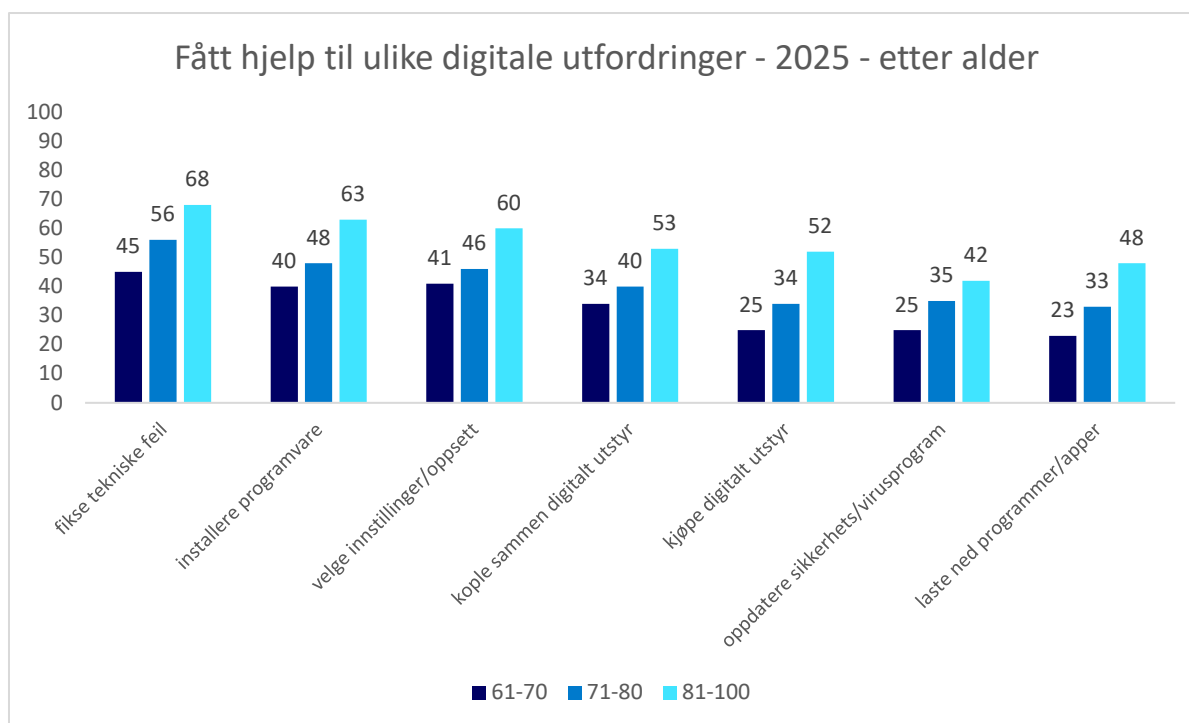
Tendensen ser ut til å være at færre trenger hjelp til ulike digitale oppgaver i 2025 sammenliknet med tidligere år. Dette kan skyldes at de eldre i større grad ordner dette selv (økt kompetanse), og/eller at behandling av utstyr og grensesnitt for installasjon og oppdatering har blitt enklere og mer universelt utformet.



Figur 2-7: Andel av eldre (alle) som har fått digital assistanse fra familie venner eller andre (svaralternativer: ja, nei, ikke relevant), etter kjønn. Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Prosent, 2025 (N=1004).

I figuren over ser vi på kjønnsforskjeller i digitalt hjelpebehov. Her tar vi kun for oss 2025-tallene. Hovedbildet er at kvinner i større grad enn menn signaliserer at de har bedt om digital assistanse på alle områder. Mens eksempelvis én av to menn (50 %) har bedt om hjelp til å **fikse tekniske feil** har rundt tre av fem kvinner (62 %) gjort det samme, og mens 44 prosent av menn har fått hjelp til å **installere programvare**, har 56 prosent av kvinner fått det samme. Videre har 34 prosent av menn fått hjelp til å **kople sammen digitalt utstyr**, mens 50 prosent av kvinner har fått slik hjelp.

Det er én av tre menn (29 %) som i 2025 har fått hjelp til å **kjøpe digitalt utstyr**, mens mer enn to av fem kvinner (44 %) har fått kjøpshjelp. Når det gjelder hjelp til **oppdatering av sikkerhetsprogrammer** er det noe mindre forskjell; 31 prosent blant menn og 37 prosent blant kvinner har bedt om assistanse til oppdateringer. Vi finner kun en marginal kjønnsforskjell når det gjelder hjelp til å **laste ned programmer eller apper** (33 % for menn og 36 % for kvinner).

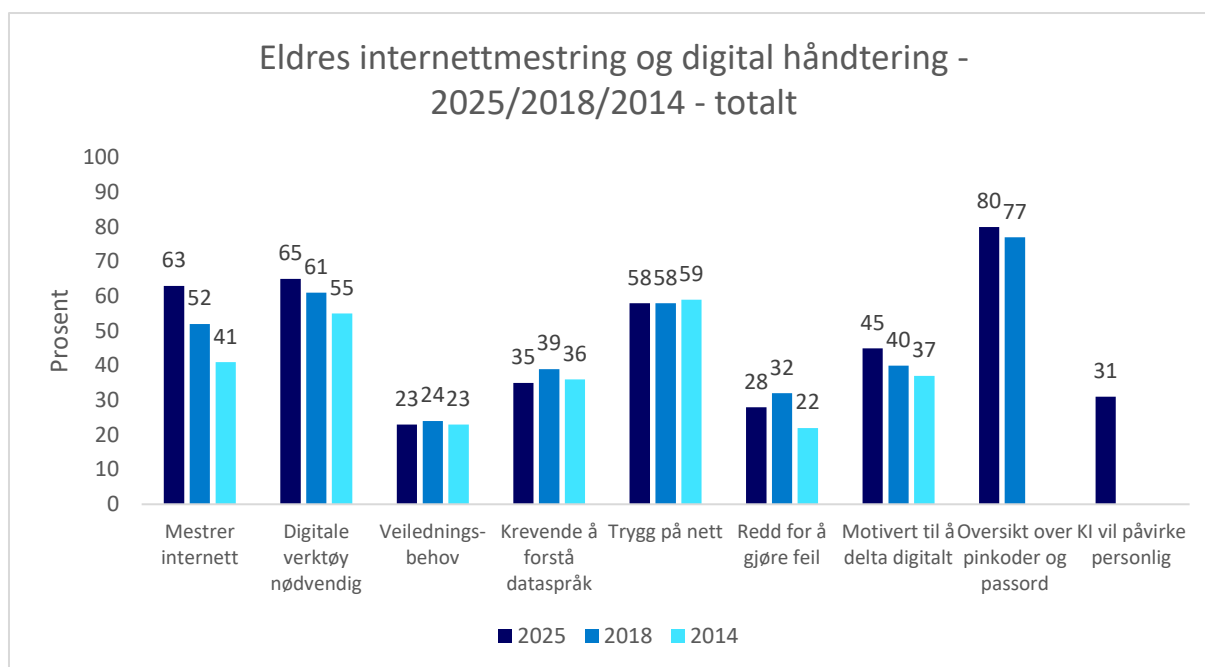


Figur 2-8: Andel av eldre (alle) som har fått digital assistanse fra familie venner eller andre (svaralternativer: ja, nei, ikke relevant), etter alder. Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Prosent, 2025 (N=1004).

Hvis vi ser på alder, er forskjellene mellom aldersgruppene tydelige i 2025. Mens 45 prosent i alderen 61-70 år har fått hjelp til å **fikse tekniske feil**, gjelder dette hele 68 prosent i alderen 81-100 år. To av fem (40 %) 61-70-åringene har fått hjelp til å **installere programvare**, mot hele 63 prosent blant 81-100-åringene. Videre har 41 prosent i alderen 61-70 år bedt om assistanse til å **velge innstillinger og oppsett**, noe hele 60 prosent av 81-100-åringene også har fått. Det er 34 prosent i alderen 61-70 år som har fått hjelp til å **kople sammen digitalt utstyr**, mens 53 prosent av 81-100-åringene har fått det samme. Forskjellen er enda større for **kjøp av digitalt utstyr**, der 25 prosent blant de yngste (61-70 år) har fått slik hjelp, mot 52 prosent blant de eldste (81-100 år). Videre har 25 prosent av 61-70-åringene fått bistand med **oppdatering av virus- eller sikkerhetsprogrammer**, mens 42 prosent av eldste (81-100 år) har fått det samme. Til slutt har kun 23 prosent av de yngste eldre fått hjelp til å **laste ned programmer eller apper**, mens hele 48 prosent av 81-100-åringene har fått slik bistand.

2.5 Internettmestring og digital håndtering

En viktig faktor for å forstå eldres digitale situasjon, utover grad av digital tilgang og nettbruk, er kunnskap om deres følelse av internettmestring, hvor trygge de er på nett, om de har behov for veiledning, og hvor motiverte de er til å delta digitalt.



Figur 2-9: Andeler av eldre som har svart på en rekke spørsmål på en skala fra 1 til 5, der 1 er i svært liten grad og 5 er i svært stor grad. I 2025 ble samtlige spurt, mens i 2014 og 2018 ble dem med tilgang til internett på datamaskin og/eller nettbrett og/eller smarttelefon spurt. I figuren er verdi 4 og 5 slått sammen (i stor grad/i svært stor grad). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Prosent for 2025 (N=1004). Prosent. For 2018 (N=887). For 2014 (N=765).

I figuren over har vi samlet en rekke spørsmål i samme figur og sammenlikner tall fra 2025 med tall fra 2018 og 2014. Stolpene i figuren viser verdien 4 og 5 (i stor grad/i svært stor grad) for hvert spørsmål slått sammen til «stor grad». Tallene er ikke direkte sammenliknbare mellom 2024 og 2018/2014, ettersom alle de eldre ble spurt i 2024-undersøkelsen, mens dem med tilgang til internett på datamaskin/ nettbrett/ smarttelefon ble spurt i 2018 og 2014. Likevel kan tallene sammenliknes, ettersom 97 prosent i det ikke-vektede utvalget har tilgang til internett, og kun 3 prosent mangler nettmuligheter i 2024.

Figuren over viser at den digitale kompetansen blant eldre ser ut til å øke over tid (egenvurdert mestring). Mens 41 prosent mente de **mestret bruken av internett** i 2014, økte dette til 52 prosent i 2018, og videre til 63 prosent i 2025. Det er også en marginal økning i andel eldre som mener at **digitale verktøy er nødvendige i egen hverdag**, fra 55 prosent i 2014 til 61 prosent i 2018 og videre til 65 prosent i 2025.

Når det gjelder behovet for **hjelp og veiledning fra andre** er det ingen forskjell fra 2014 til 2025, der rundt én av fire i stor grad mener de trenger slik støtte. Det samme bildet gjelder for hvorvidt eldre synes **dataspråk¹³ er krevende**, der litt i overkant av én av tre mener språkbruken er lite tilgjengelig. Det er heller ingen endring i følelsen av å være **trygg på nett**, der en relativt stor andel (seks av ti) i stor grad føler seg trygge på nett. Usikkerheten rundt det å **selv gjøre feil på nett** har variert noe over tid. Vi så en markant økning fra 2014 (22 %) til 2018 (32 %), mens frykten for å gjøre feil ser ut til å ha falt igjen mot 2025 (28 %). Dette kan henge sammen med økningen i følelse av mestring på nett.

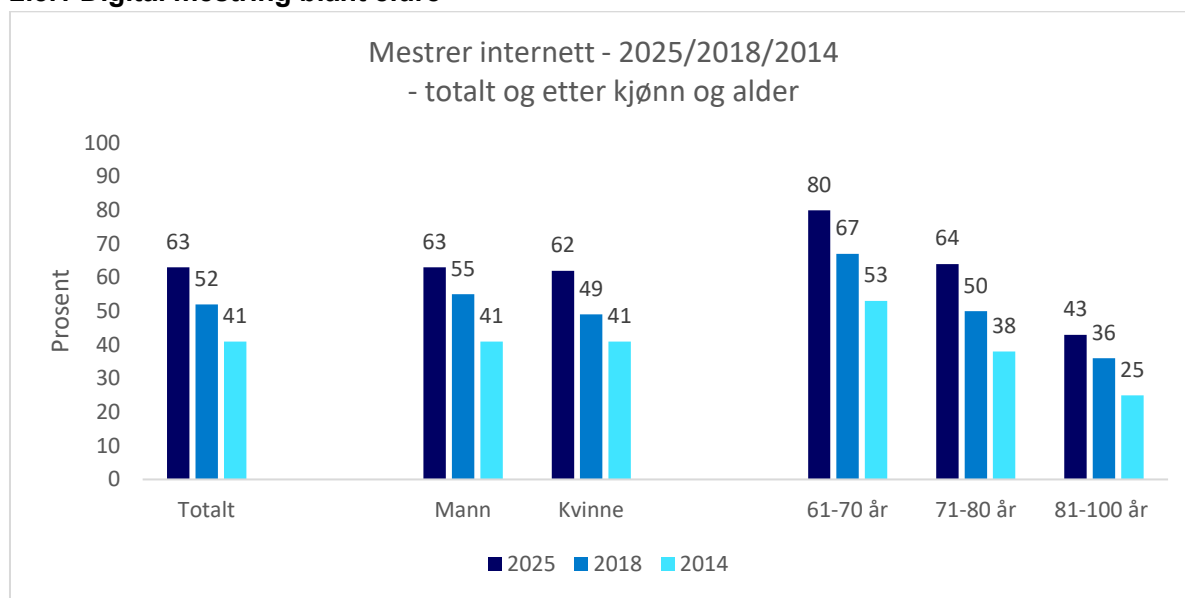
Det er samtidig en økning i andelen som er **motivert til å delta digitalt** over tid. Mens henholdsvis 37 og 40 prosent var motiverte i 2014 og 2018, oppgir 45 prosent at de er digitalt motiverte i 2025. I 2018 inkluderte vi et spørsmål om følelsen av å ha **oversikt over egne**

¹³ Eksempelvis forkortelser, engelsk språk [f.eks. streaming], teknisk språk [gigabyte], spesifikasjoner, osv.

passord og pinkoder. Her er det en stabilt høy andel (80 % i 2025 og 77 % i 2018) som mener de har kontroll og oversikt over passord og pinkoder som de brukes på nett. I 2025 la vi i tillegg til et spørsmål om eldre tror utviklingen av **kunstig intelligens (KI) vil påvirke dem i tiden fremover.** Her mente én av tre at de i stor grad ville oppleve en slik påvirkning.

I figurene nedenfor tar vi for oss hver påstand for seg, og ser både på endring over tid og på kjønn- og aldersforskjeller.

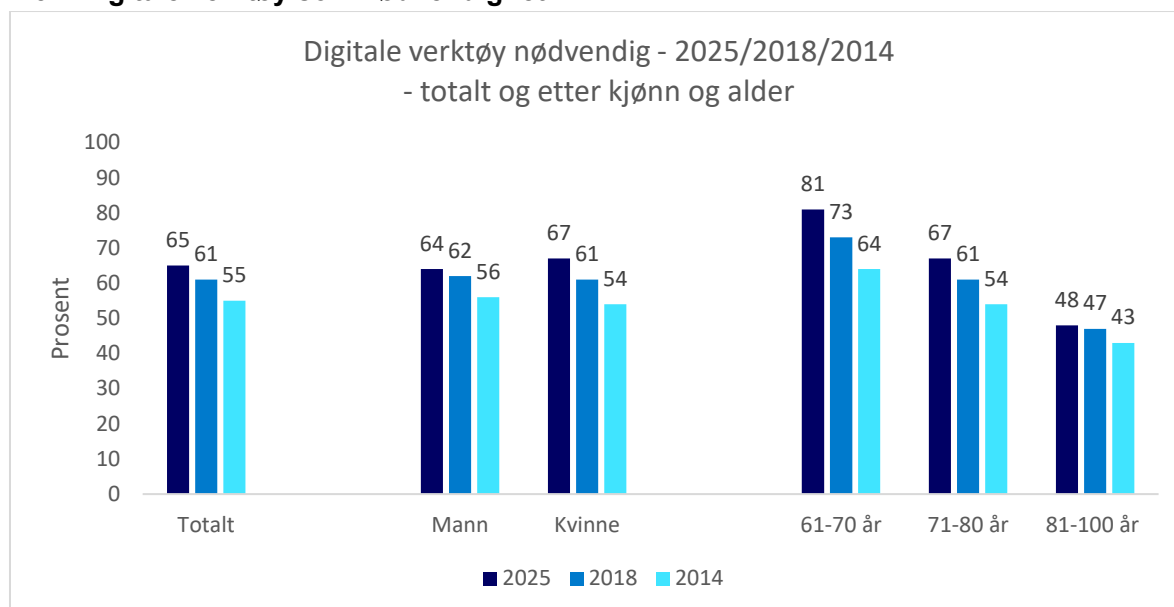
2.5.1 Digital mestring blant eldre



Figur 2-10: Spørsmål: I hvilken grad vil du si du mestrer bruken av internett? Andeler av eldre som har svart på en skala fra 1 til 5, der 1 er i svært liten grad og 5 er i svært stor grad. I 2025 ble samtlige spurt, mens i 2014 og 2018 ble dem med tilgang til internett på datamaskin og/eller nettbrett og/eller smarttelefon spurt. I figuren er verdi 4 og 5 slått sammen (i stor grad/i svært stor grad). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt og etter kjønn og alder. Prosent for 2025 (N=1004). Prosent. For 2018 (N=887). For 2014 (N=765).

Figuren over viser at andelen som mener de i stor grad mestrer internett har økt generelt sett, både på kjønns- og aldersvariabelen. I 2025 er det ingen forskjell på menn og kvinner når det gjelder følelsen av mestring. For alder synker egenvurdert mestring med stigende alder. I 2025 mener hele 80 prosent av 61-70-åringene at de mestrer bruken av internett på en god måte, mens mestringsfølelsen faller til 64 prosent for 71-80-åringene og videre til 43 prosent for de aller eldste (81-100 år). Likevel, hvis vi ser på de aller eldste, så er det en markant og positiv økning i mestringsfølelse over tid, fra 25 prosent i 2014 til 43 prosent i 2025.

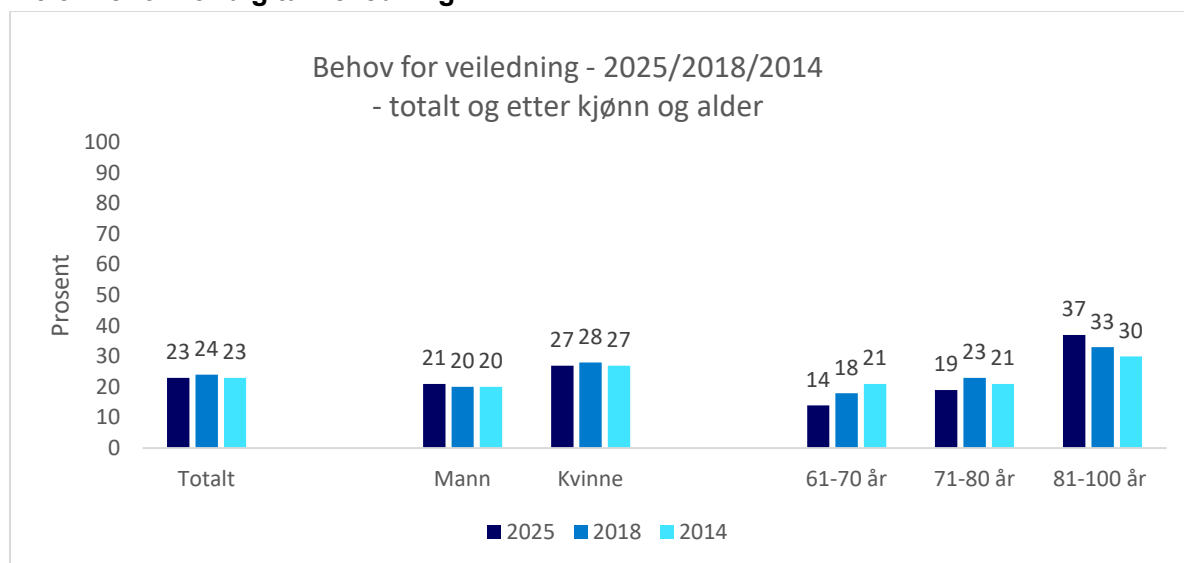
2.5.2 Digitale verktøy som nødvendighet



Figur 2-11: Spørsmål: I hvilken grad vil du si at digital teknologi og internett er nødvendige verktøy i hverdagen din? Andeler av eldre som har svart på en skala fra 1 til 5, der 1 er i svært liten grad og 5 er i svært stor grad. I 2025 ble samtlige spurt, mens i 2014 og 2018 ble dem med tilgang til internett på datamaskin og/eller nettbrett og/eller smarttelefon spurt. I figuren er verdi 4 og 5 slått sammen (i stor grad/i svært stor grad). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt og etter kjønn og alder. Prosent for 2025 (N=1004). Prosent. For 2018 (N=887). For 2014 (N=765).

I figuren over ser vi på hvor nødvendig eldre oppfatter digitale verktøy og internett å være i egen hverdag, totalt og fordelt på kjønn og alder. Hovedbildet er en marginal økning over tid i følelsen av nødvendighet, noe som er naturlig i og med en stadig mer omfattende digitalisering av offentlige og private tjenester. Det er en tendens til at kvinner i noe større grad føler på en slik nødvendighet enn menn, samt økning fra 54 prosent i 2014 til 67 prosent i 2025 for kvinner. Forskjellene er tydeligere når det gjelder alder. For den yngste gruppen (61-70 år) har følelsen av at digital teknologi er nødvendig i hverdagen økt fra 64 prosent i 2014 til 81 prosent i 2025. Følelsen av digital nødvendighet faller jo eldre man er, og endringen er også mer moderat over tid, spesielt blant de aller eldste (61-100 år).

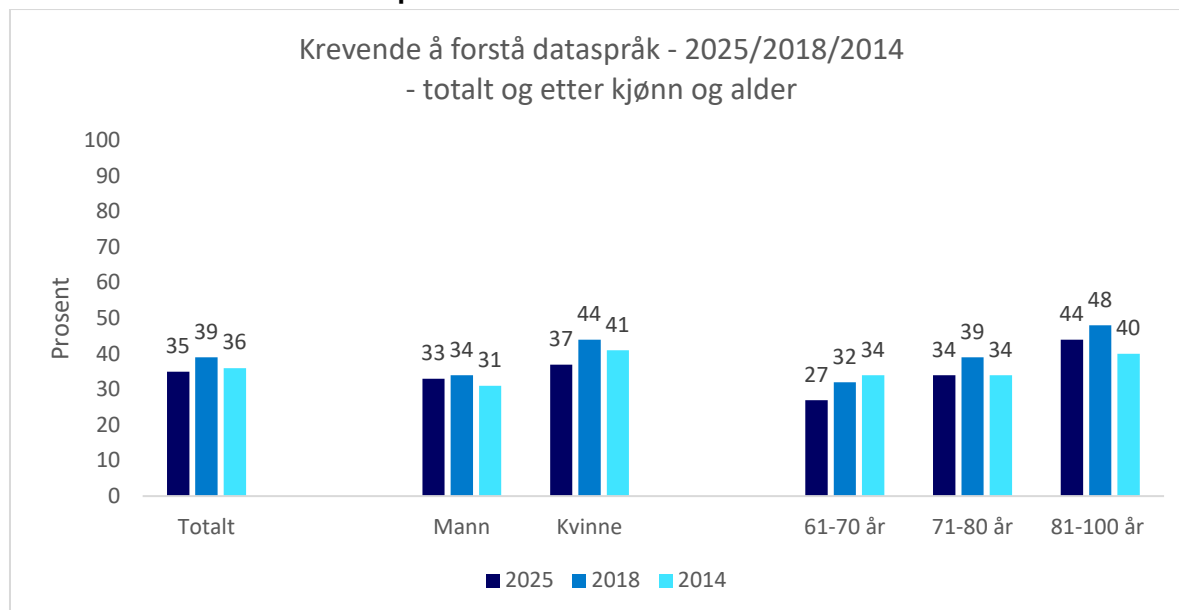
2.5.3 Behov for digital veiledning



Figur 2-12: Spørsmål: I hvilken grad føler du behov for veiledning fra andre for å bruke digitale teknologi og internett i hverdagen? Andeler av eldre som har svart på en skala fra 1 til 5, der 1 er i svært liten grad og 5 er i svært stor grad. I 2025 ble samtlige spurt, mens i 2014 og 2018 ble dem med tilgang til internett på datamaskin og/eller nettbrett og/eller smarttelefon spurt. I figuren er verdi 4 og 5 slått sammen (i stor grad/i svært stor grad). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt og etter kjønn og alder. Prosent for 2025 (N=1004). Prosent. For 2018 (N=887). For 2014 (N=765).

I figuren over ser vi at det totalt sett ikke er noen endring over tid når det gjelder eldre nettbrukeres behov for veiledning fra andre for å kunne bruke digital teknologi og internett i hverdagen (ca. 23 %). Det er en liten kjønnsforskjell mellom menn og kvinner, der en noe større andel kvinner (27 %) føler behov for veiledning enn menn (21 %), men over tid ser vi ingen endring. For alder er det flere mindre endringer; for de yngste (61-70 år) faller behovet for veiledning over tid, fra 21 prosent i 2014, til 14 prosent i 2025. For de eldste øker veiledningsbehovet noe, fra 30 prosent i 2014 til 37 prosent i 2025.

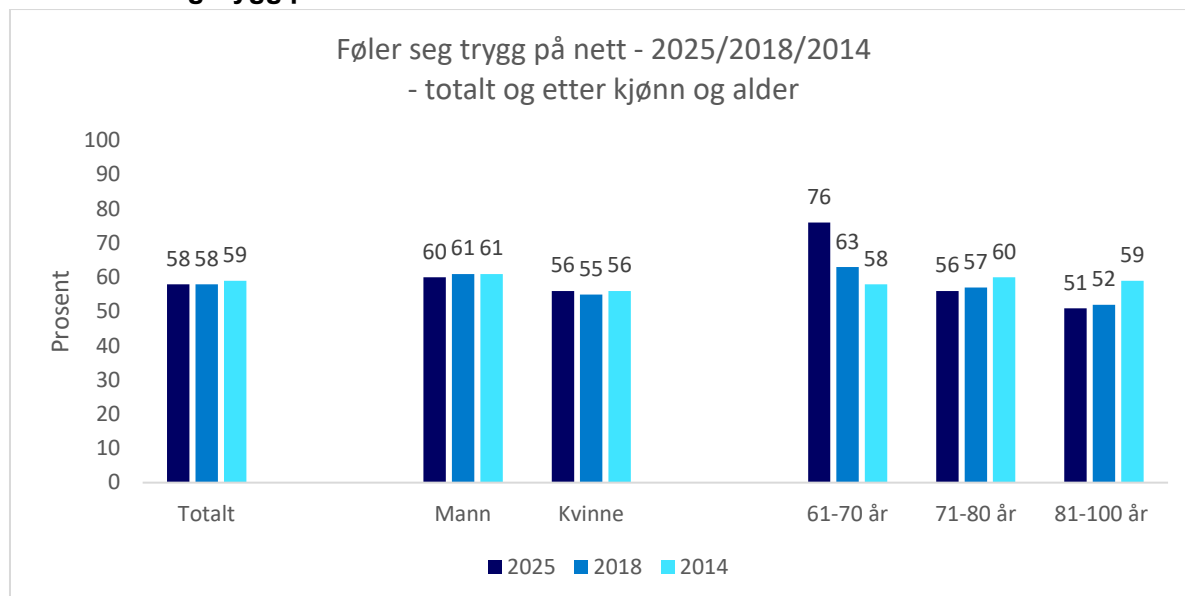
2.5.4 Krevende å forstå dataspråk



Figur 2-13: Spørsmål: I hvilken grad synes du det er krevende å forstå dataspråk? Andeler av eldre som har svart på en skala fra 1 til 5, der 1 er i svært liten grad og 5 er i svært stor grad. I 2025 ble samtlige spurt, mens i 2014 og 2018 ble dem med tilgang til internett på datamaskin og/eller nettbrett og/eller smarttelefon spurt. I figuren er verdi 4 og 5 slått sammen (i stor grad/i svært stor grad). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt og etter kjønn og alder. Prosent for 2025 (N=1004). Prosent. For 2018 (N=887). For 2014 (N=765).

I figuren over ser vi på i hvilken grad eldre nettbbrukere støter på vanskelige ord og uttrykk i sin digitale hverdag, totalt og etter kjønn og alder. Totalt sett er det ingen tydelige endringer, selv om en marginalt lavere andel ser ut til å synes dataspråk er krevende i 2024 (35 %) sammenliknet med 2018 (39 %). Det har vært en liten kjønnsforskjell over tid, der kvinner i noe større grad enn menn mener dataspråk er vanskelig, men denne forskjellen har krympet betraktelig i 2025 (menn 33 % og kvinner 37 %). Det er fremdeles i noe større grad de eldste sammenliknet med de yngre eldre som mener dataspråk er vanskelig, men tendensen er synkende i alle aldersgrupper (27 % for 61-70 år, 34 % for 71-80 år, og 44 % for 81-100 år).

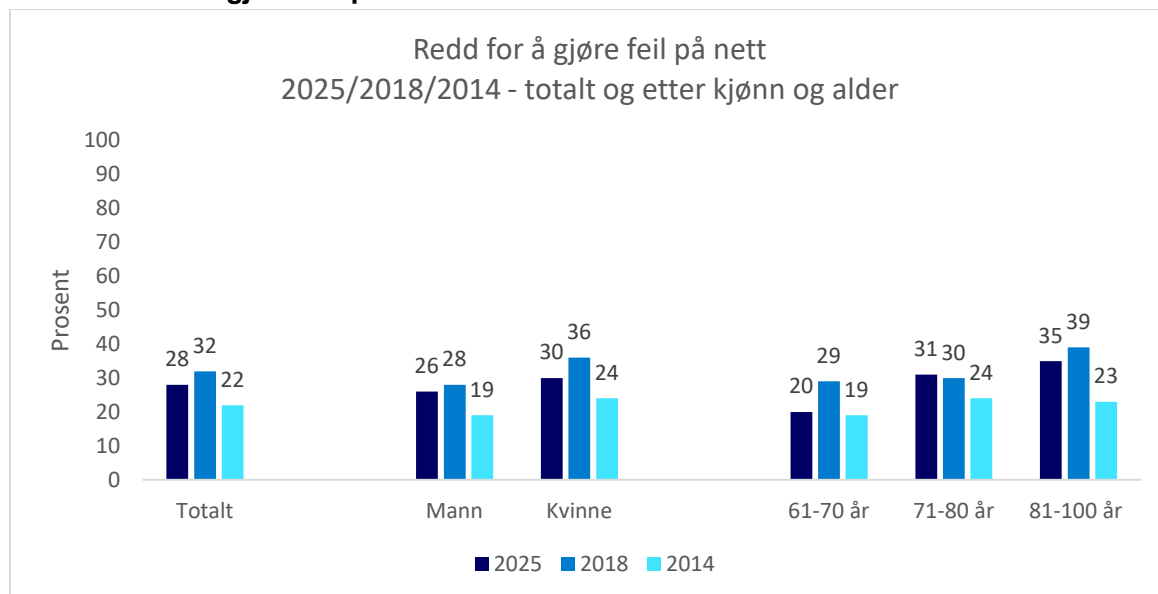
2.5.5 Føler seg trygg på nett



Figur 2-14: Spørsmål: I hvilken grad føler du deg trygg når du bruker internett? Andeler av eldre som har svart på en skala fra 1 til 5, der 1 er i svært liten grad og 5 er i svært stor grad. I 2025 ble samtlige spurt, mens i 2014 og 2018 ble dem med tilgang til internett på datamaskin og/eller nettbrett og/eller smarttelefon spurt. I figuren er verdi 4 og 5 slått sammen (i stor grad/i svært stor grad). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt og etter kjønn og alder. Prosent for 2025 (N=1004). Prosent. For 2018 (N=887). For 2014 (N=765).

Figuren over viser i hvilken grad eldre nettbrukere føler seg trygge når de er på internett, totalt og fordelt på alder og kjønn. Over tid har det ikke skjedd noen endringer totalt sett i følelsen av trygghet på nett (ca. 58 % føler seg i stor grad trygge på nett). Det samme gjelder for kjønnsvariabelen, der det er en marginal kjønnsforskjell der menn i noe større grad føler seg trygge på nett (60 % for menn og 56 % for kvinner i 2025). For alder er det få endringer over tid for de to eldste aldersgruppene, og disse føler seg noe mindre trygge på nett enn den yngste aldersgruppen (61-70 år). Mens følelsen av trygghet har falt marginalt for de to eldste gruppene, har det også skjedd en markant endring i motsatt retning (økt trygghet over tid) for den yngste gruppen – fra 58 prosent i 2014, til 63 prosent i 2018, og til hele 76 prosent i 2025.

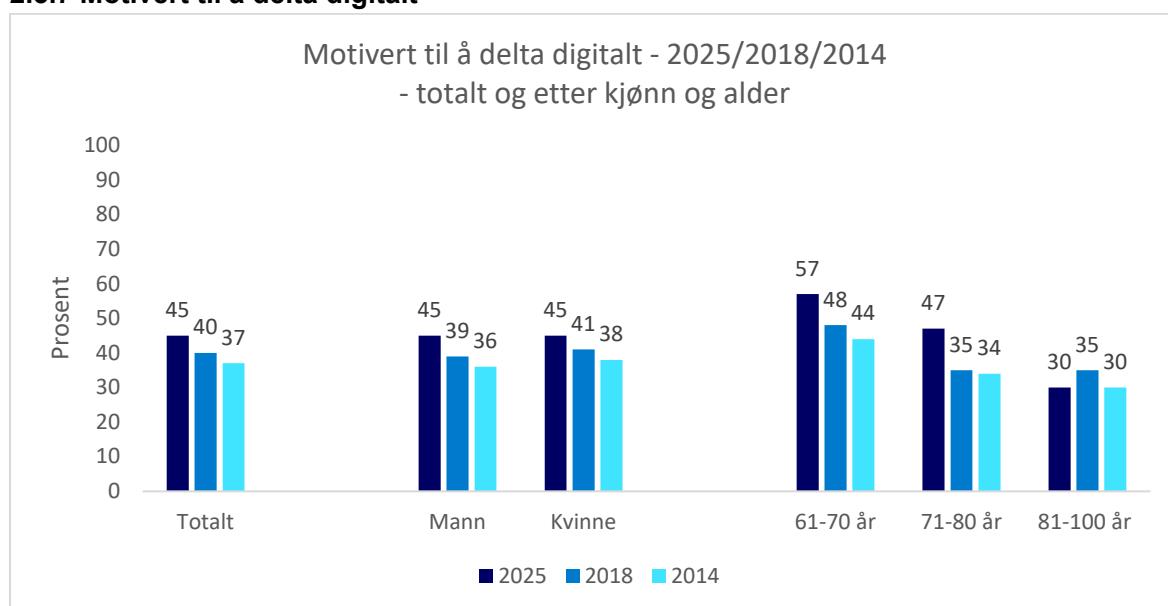
2.5.6 Redd for å gjøre feil på nett



Figur 2-15: Spørsmål: I hvilken grad er du redd for å gjøre feil selv når du bruker internett? Andeler av eldre som har svart på en skala fra 1 til 5, der 1 er i svært liten grad og 5 er i svært stor grad. I 2025 ble samtlige spurt, mens i 2014 og 2018 ble dem med tilgang til internett på datamaskin og/eller nettbrett og/eller smarttelefon spurt. I figuren er verdi 4 og 5 slått sammen (i stor grad/i svært stor grad). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt og etter kjønn og alder. Prosent for 2025 (N=1004). Prosent. For 2018 (N=887). For 2014 (N=765).

Når det gjelder frykten for selv å gjøre feil når de eldre bruker internett, er tendensen ikke helt entydig over tid. Totalt sett har denne bekymringen falt fra 2018 (32 %) til 2025 (28 %), men den var enda lavere i 2014 (22 %). Samme tendens gjelder for kjønnsvariabelen, der også menn (26 %) i noe mindre grad enn kvinner (30 %) er redde for å gjøre feil på nett. Ser vi på alder er de yngste eldre minst engstelige for å gjøre feil sammenliknet med de eldre aldersgruppene (20 % vs. henholdsvis 31 % og 35 % i 2025).

2.5.7 Motivert til å delta digitalt

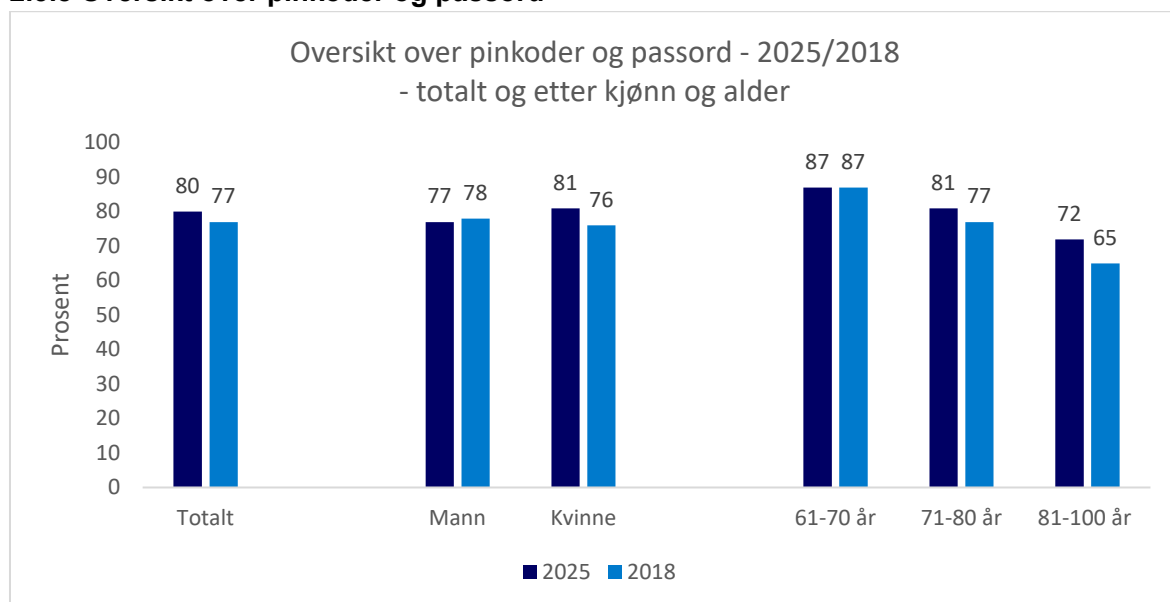


Figur 2-16: Spørsmål: I hvilken grad er du motivert til å delta digitalt? Andeler av eldre som har svart på en skala fra 1 til 5, der 1 er i svært liten grad og 5 er i svært stor grad. I 2025 ble samtlige spurt, mens i

2014 og 2018 ble dem med tilgang til internett på datamaskin og/eller nettbrett og/eller smarttelefon spurt. I figuren er verdi 4 og 5 slått sammen (i stor grad/i svært stor grad). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt og etter kjønn og alder. Prosent for 2025 (N=1004). Prosent. For 2018 (N=887). For 2014 (N=765).

I tillegg til tilgang og følelse av mestring, er det avgjørende å være motivert til å bruke digitale løsninger for å kunne delta digitalt på en fullverdig måte. Figuren over viser en gradvis stigende motivasjon over tid totalt sett, fra 37 prosent i 2014, til 40 prosent i 2018, og videre til 45 prosent i 2025. Den samme tendensen ser vi på kjønnsvariabelen, der det heller ikke er noen forskjell i motivasjon mellom menn og kvinner. På aldersvariabelen ser vi et par endringer. Motivasjonen synker med økende alder. Men der de eldste faktisk også viser redusert motivasjon over tid (fra 35 % i 2018 til 30 % i 2025 for 81-100-åringer), viser de to yngste aldersgruppene en stigende motivasjonskurve. For 71-80-åringer øker motivasjonsandelen fra 35 prosent i 2018 til 47 prosent i 2024, mens for 61-70-åringer øker den fra 48 prosent i 2018 til 57 prosent i 2024.

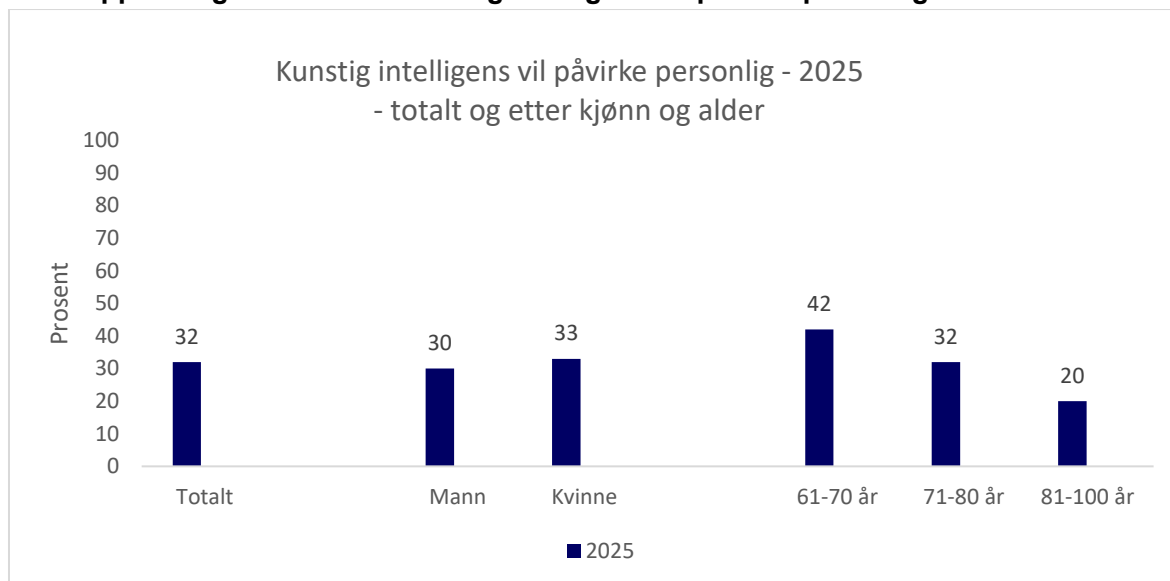
2.5.8 Oversikt over pinkoder og passord



Figur 2-17: Spørsmål: I hvilken grad har du oversikt over dine pinkoder og passord som du benytter på internett? Andeler av eldre som har svart på en skala fra 1 til 5, der 1 er i svært liten grad og 5 er i svært stor grad. I 2025 ble samtlige spurt, mens i 2018 ble dem med tilgang til internett på datamaskin og/eller nettbrett og/eller smarttelefon spurt. I figuren er verdi 4 og 5 slått sammen (i stor grad/i svært stor grad). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt og etter kjønn og alder. Prosent for 2025 (N=1004). Prosent. For 2018 (N=887).

En utfordring i den digitale hverdagen, ettersom man ofte må ha nye passord og pinkoder for hver tjeneste man benytter, er å ha oversikt over, huske og oppbevare disse trygt. I 2018-surveyen utvidet vi med et spørsmål om i hvilken grad de eldre føler de har oversikt over pinkoder og passord som benyttes på internett. Av figuren over ser vi at det fremdeles er en høy andel som mener de har god oversikt over dette (80 prosent i 2025), og kjønnsforskjellen er ubetydelig. Det er en forskjell på alder, der de yngste i større grad enn de eldre mener de har god oversikt. Det har ikke vært endring blant yngste over tid, men for de eldste har følelsen av oversikt økt (fra 65 % i 2018 til 72 % i 2025 for 81-100-åringer, og fra 77 % i 2018 til 81 % i 2025 for 71-80-åringer).

2.5.9 Oppfatning om hvorvidt kunstig intelligens vil påvirke personlig



Figur 2-18: Spørsmål: I hvilken grad tror du utviklingen av kunstig intelligens vil påvirke deg i tiden fremover? Andeler av eldre som har svart på en skala fra 1 til 5, der 1 er i svært liten grad og 5 er i svært stor grad. I figuren vises verdi 4 og 5 slått sammen (i stor grad/i svært stor grad). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Prosent. For 2024 (N=1004)

I 2025 utvidet vi spørsmålene ytterligere for å fange opp hvordan eldre føler at utviklingen av kunstig intelligens (KI) vil påvirke dem i tiden fremover. Totalt sett svarer 32 prosent i 2025 at de i stor eller veldig stor grad ville bli påvirket av KI, og en marginalt større andel blant kvinner (33 %) enn blant menn (30 %) mener dette. Aldersvariabelen gir størst utslag, der de yngste i alderen 61-70 år i større grad (42 %) enn de eldre mener de vil bli påvirket (32 % for 71-80-åringene og kun 20 % for 81-100-åringene).

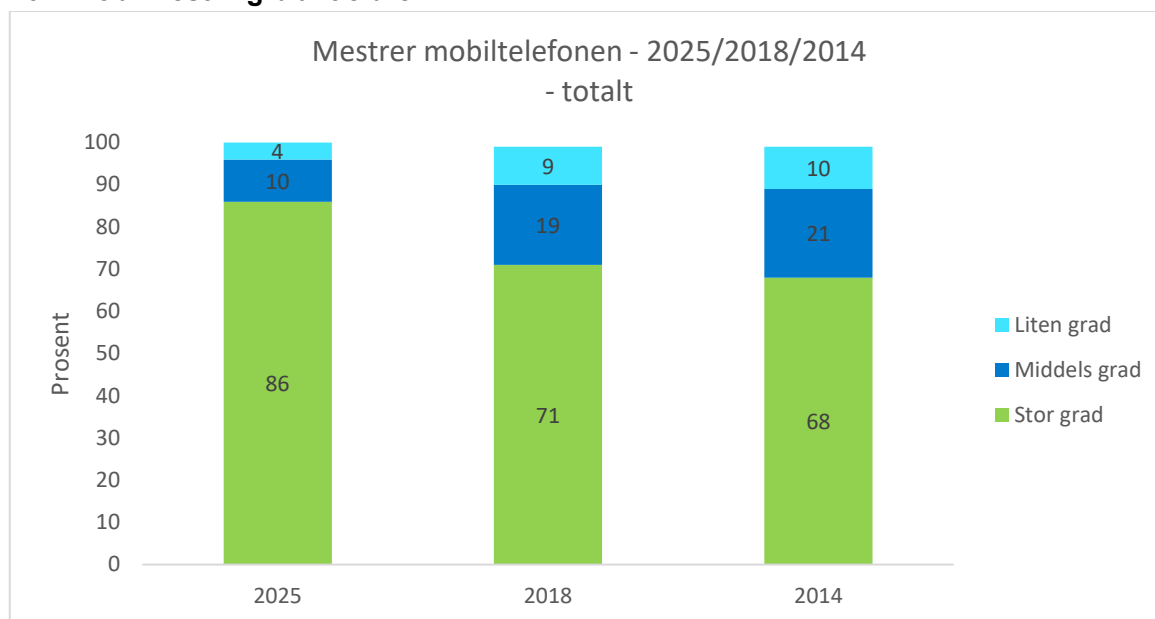
2.6 Mobilbruk blant eldre

I dette kapitlet ser vi på bruken av mobiltelefon blant eldre. Vi har valgt å stille spørsmål til alle mobilbrukere, både med smarttelefon og 'vanlig' telefon, selv om enkelte spørsmål ikke er relevante for alle. Dermed blir 2025-tallene direkte sammenliknbare med tallene fra 2018- og 2014-undersøkelsene.

I 2025 er det 97 prosent totalt sett i det ikke-vektede utvalget som har tilgang til en eller annen form for mobiltelefon (95 % i 2018 og i 2014). Forskjellen over tid ligger i at fordelingen mellom smarttelefon og vanlig mobiltelefon har endret seg dramatisk, noe som kan påvirke hvordan de eldre svarer på spørsmålene under. I 2014 var det 37 prosent av alle eldre i utvalget som hadde tilgang til en smarttelefon, mens 67 prosent hadde tilgang til vanlig mobiltelefon¹⁴. I 2018 var bildet motsatt, da hadde 67 prosent tilgang til smarttelefon og 35 prosent til vanlig mobiltelefon. I 2025 er det hele 88 prosent av de eldre som har smarttelefon, og kun 14 prosent har tilgang til vanlig mobiltelefon.

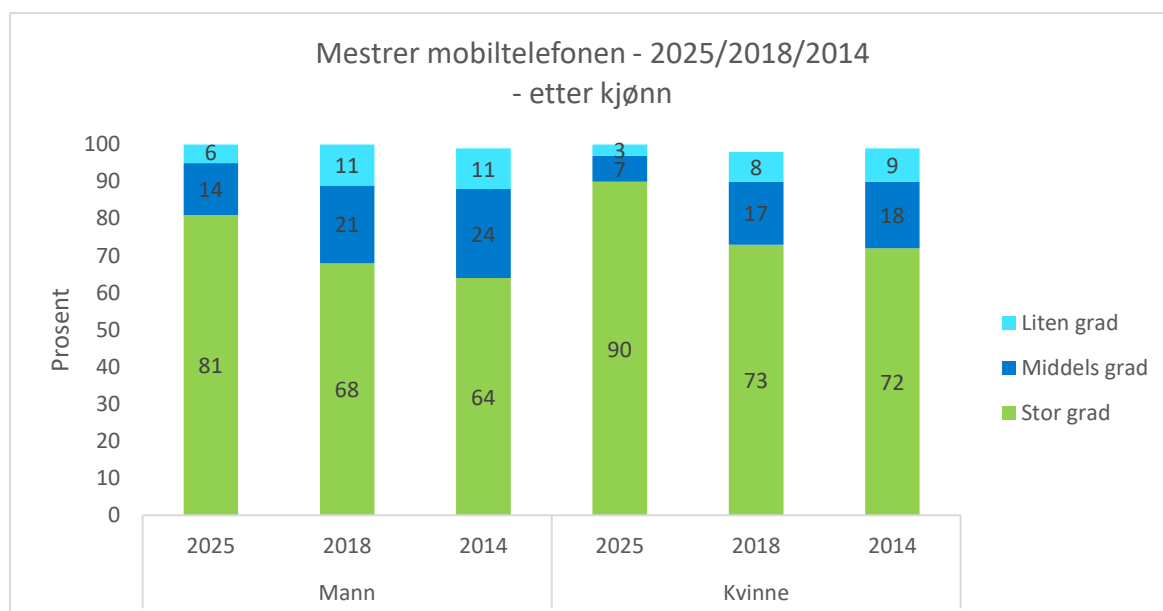
¹⁴ Hver person kan ha tilgang til flere typer telefoner.

2.6.1 Mobilmestring blant eldre



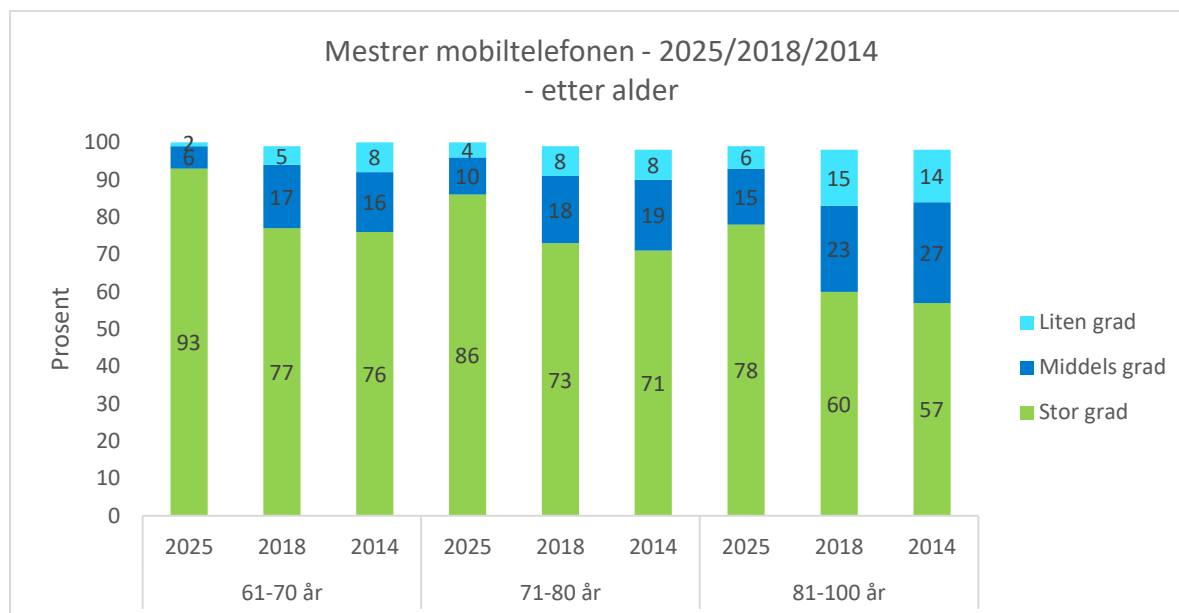
Figur 2-19: Spørsmål: I hvilken grad vil du si du mestrer å bruke mobiltelefon generelt sett? Andeler av eldre med tilgang til smarttelefon og/eller vanlig mobiltelefon som svarer på en skala fra 1 til 5, der 1 er i svært liten grad og 5 er i svært stor grad (samt «ikke relevant»). I stor/svært stor grad er slått sammen til «stor grad» og i liten/svært liten grad er slått sammen til «liten grad». Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt. Prosent. For 2025 (N=972). For 2018 (N=951). For 2014 (N=953).

Blant de eldre mobilbrukerne ser vi at følelsen av å mestre mobiltelefonen har forsterket seg de siste årene, til tross for at langt flere eldre nå håndterer avanserte smarttelefoner med omfattende funksjonalitet. Det er 86 prosent som i 2025 mener de mestrer mobiltelefonen i stor eller svært stor grad, noe som er en relativt stor økning fra 71 prosent i 2018 og 68 prosent i 2014.



Figur 2-20: Spørsmål: I hvilken grad vil du si du mestrer å bruke mobiltelefon generelt sett? Andeler av eldre med tilgang til smarttelefon og/eller vanlig mobiltelefon som svarer på en skala fra 1 til 5, der 1 er i svært liten grad og 5 er i svært stor grad (samt «ikke relevant»). I stor/svært stor grad er slått sammen til «stor grad» og i liten/svært liten grad er slått sammen til «liten grad». Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter kjønn. Prosent. For 2025 (N=972). For 2018 (N=951). For 2014 (N=953).

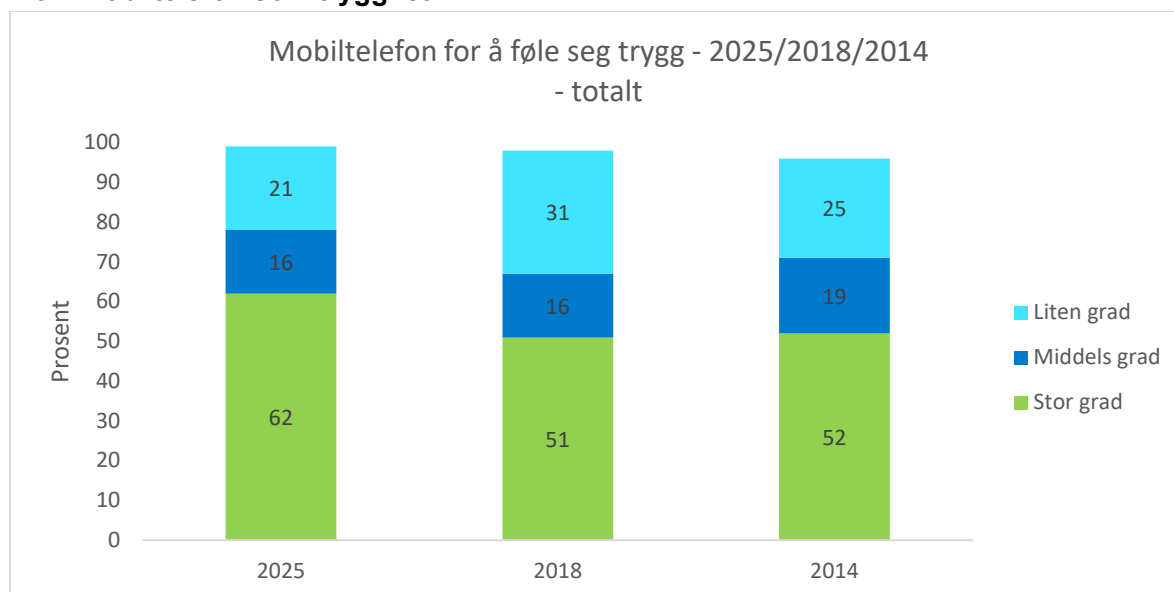
Økningen i andelen som føler de mestrer mobiltelefonen følger samme mønster når vi ser på kjønnsvariabelen, der det er en markant mestringsøkning i 2025 sammenliknet med de to tidligere årene. Kjønnsforskjellen viser seg likevel å være stabil. Det er fremdeles en noe større andel kvinner (90 %) enn menn (81%) som mener de mestrer mobilen i stor grad/svært stor grad.



Figur 2-21: Spørsmål: I hvilken grad vil du si du mestrer å bruke mobiltelefon generelt sett? Andeler av eldre med tilgang til smarttelefon og/eller vanlig mobiltelefon som svarer på en skala fra 1 til 5, der 1 er i svært liten grad og 5 er i svært stor grad (samt «ikke relevant»). I stor/svært stor grad er slått sammen til «stor grad» og i liten/svært liten grad er slått sammen til «liten grad». Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter alder. Prosent. For 2025 (N=972). For 2018 (N=951). For 2014 (N=953).

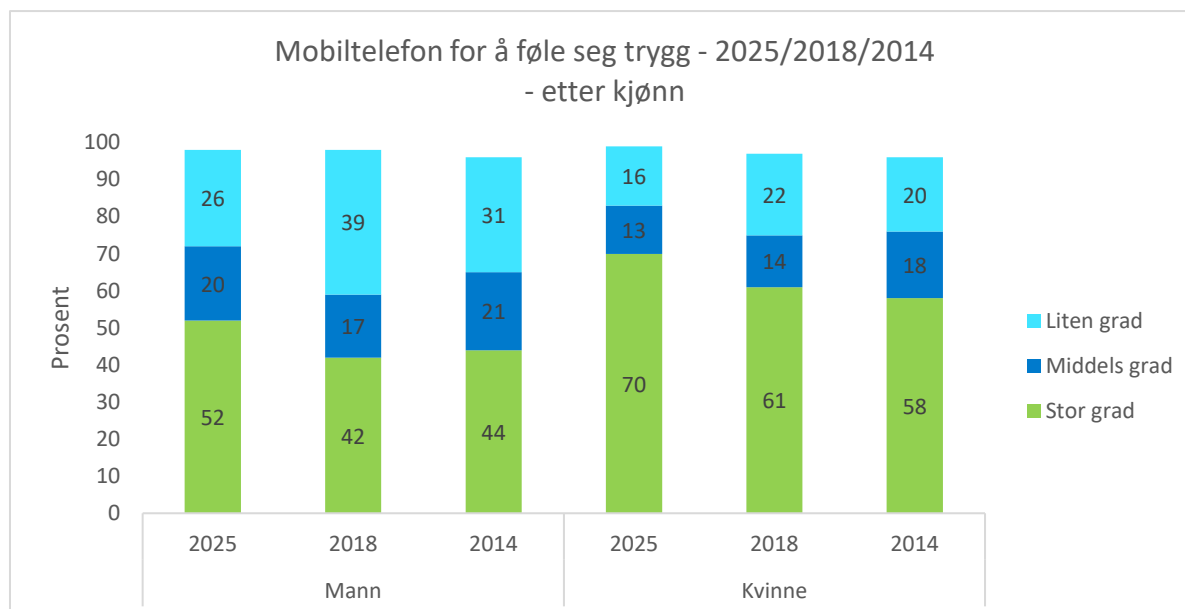
Når vi tar for oss aldersforskjeller over tid, ser vi også en markant økning i mestringsfølelse over tid for alle tre aldersgrupper. I 2025 er det fortsatt slik at de yngste opplever størst grad av mestring (93 % for 61-70-åringene, 86 % for 71-80-åringene, og 78 % for 81-100-åringene). Snur vi på det er det kun 2 prosent blant de yngste som mestrer mobilen i liten grad, og 14 prosent blant de eldste som gjør det samme.

2.6.2 Mobiltelefon som trygghet



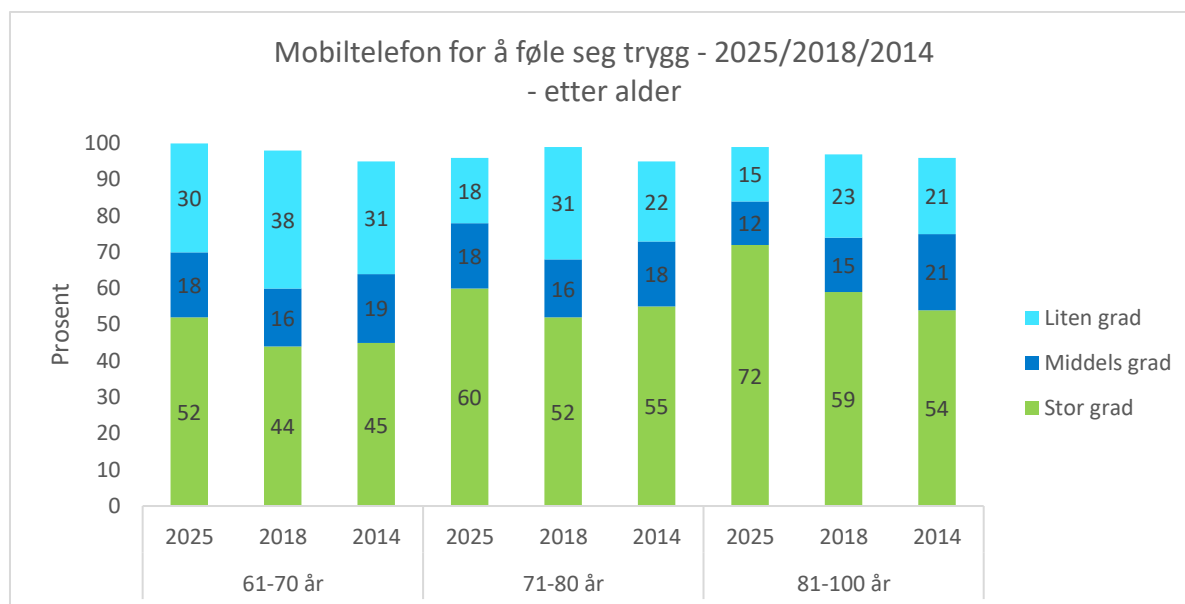
Figur 2-22: Spørsmål: I hvilken grad har du mobiltelefon for å føle deg trygg hjemme eller ute? Andeler av eldre med tilgang til smarttelefon og/eller vanlig mobiltelefon som svarer på en skala fra 1 til 5, der 1 er i svært liten grad og 5 er i svært stor grad (samt «ikke relevant»). I stor/svært stor grad er slått sammen til «stor grad» og i liten/svært liten grad er slått sammen til «liten grad». Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt. Prosent. For 2025 (N=972). For 2018 (N=951). For 2014 (N=953).

Mange eldre benytter mobiltelefonen for å føle seg trygge, slik at de kan kontakte nær familie eller venner ved behov. Her ser vi en endring de siste årene, fra at rundt halvparten av de eldre (61-100 år) i stor grad benyttet mobiltelefon for å føle seg trygge hjemme og ute i 2024 og 2018, til at seks av ti (62 %) ser på mobilen som et trygghetsverktøy i 2025.



Figur 2-23: Spørsmål: I hvilken grad har du mobiltelefon for å føle deg trygg hjemme eller ute? Andeler av eldre med tilgang til smarttelefon og/eller vanlig mobiltelefon som svarer på en skala fra 1 til 5, der 1 er i svært liten grad og 5 er i svært stor grad (samt «ikke relevant»). I stor/svært stor grad er slått sammen til «stor grad» og i liten/svært liten grad er slått sammen til «liten grad». Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter kjønn. Prosent. For 2025 (N=972). For 2018 (N=951). For 2014 (N=953).

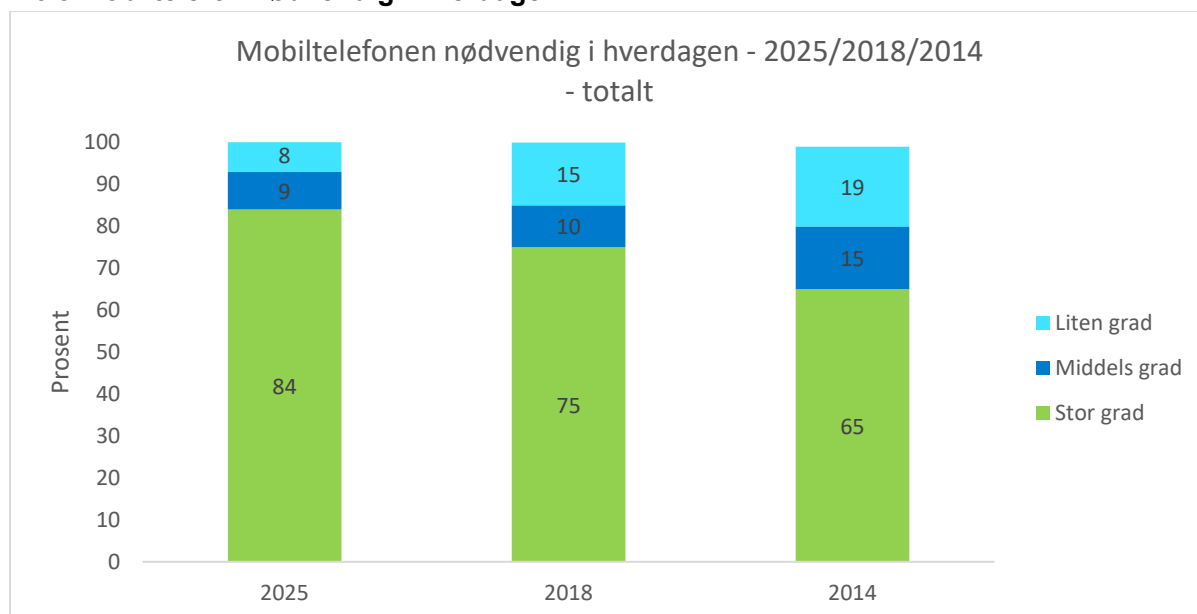
Det er en kjønnsforskjell i bruk av mobiltelefon som trygghetsteknologi. I 2025 benytter 52 prosent blant menn i stor grad mobilen for å føle seg trygge, mot 70 prosent blant kvinner. I begge tilfeller har andelen økt med rundt ti prosentpoeng fra 2018. I perioden 2014 til 2018 var det marginale endringer, både for menn og kvinner. Dette styrker bildet av at mobilen over tid har blitt viktigere for eldre på flere områder i hverdagen.



Figur 2-24: Spørsmål: I hvilken grad har du mobiltelefon for å føle deg trygg hjemme eller ute? Andeler av eldre med tilgang til smarttelefon og/eller vanlig mobiltelefon som svarer på en skala fra 1 til 5, der 1 er i svært liten grad og 5 er i svært stor grad (samt «ikke relevant»). I stor/svært stor grad er slått sammen til «stor grad» og i liten/svært liten grad er slått sammen til «liten grad». Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter alder. Prosent. For 2025 (N=972). For 2018 (N=951). For 2014 (N=953).

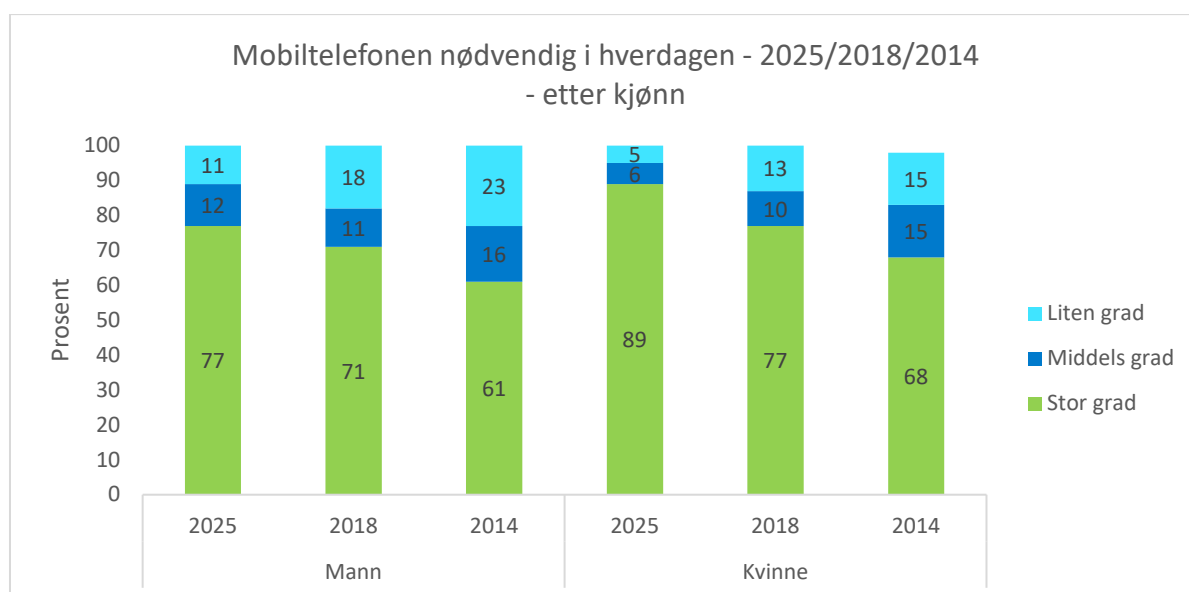
Ser vi på aldersvariabelen har andelen som i stor grad har mobiltelefon for å føle seg trygge økt for alle tre aldersgrupper, mens det var ubetydelige endringer fra 2014 til 2018. Blant de yngste (61-70) er andelen på 52 prosent, for 71-80-åring er den 60 prosent, og for de eldste (81-100 år) er den på 72 prosent.

2.6.3 Mobiltelefon nødvendig i hverdagen



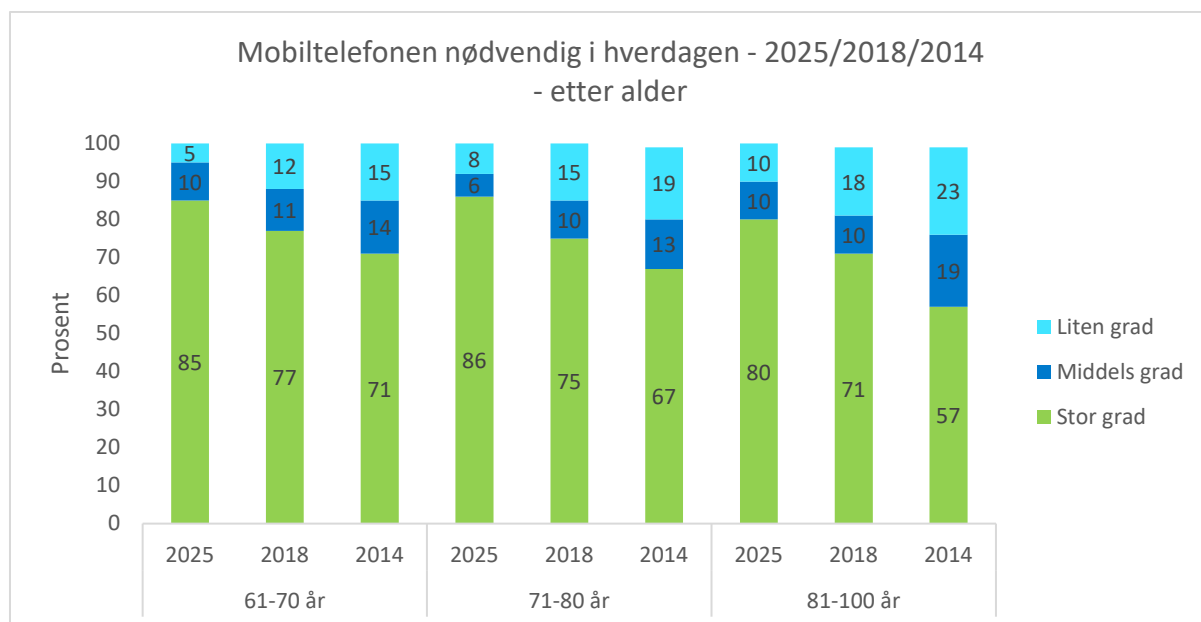
Figur 2-25: Spørsmål: I hvilken grad er mobiltelefonen en nødvendighet i hverdagen din? Andeler av eldre med tilgang til smarttelefon og/eller vanlig mobiltelefon som svarer på en skala fra 1 til 5, der 1 er i svært liten grad og 5 er i svært stor grad (samt «ikke relevant»). I stor/svært stor grad er slått sammen til «stor grad» og i liten/svært liten grad er slått sammen til «liten grad». Prosent. Totalt. For 2025 (N=972). For 2018 (N=951). For 2014 (N=953).

Det er stadig flere eldre som over tid føler at mobiltelefonen har blitt en nødvendighet i hverdagen. I 2014 var det 65 prosent totalt som mente mobiltelefonen i stor grad var nødvendig, mens andelen økte til 75 prosent i 2018, og videre til 84 prosent i 2025. Med andre ord knyttes mobilen stadig tettere til nordmenns hverdagslige tjenester og gjøremål, også i den eldre delen av befolkningen.



Figur 2-26: Spørsmål: I hvilken grad er mobiltelefonen en nødvendighet i hverdagen din? Andeler av eldre med tilgang til smarttelefon og/eller vanlig mobiltelefon som svarer på en skala fra 1 til 5, der 1 er i svært liten grad og 5 er i svært stor grad (samt «ikke relevant»). I stor/svært stor grad er slått sammen til «stor grad» og i liten/svært liten grad er slått sammen til «liten grad». Prosent. Etter kjønn. For 2025 (N=972). For 2018 (N=951). For 2014 (N=953).

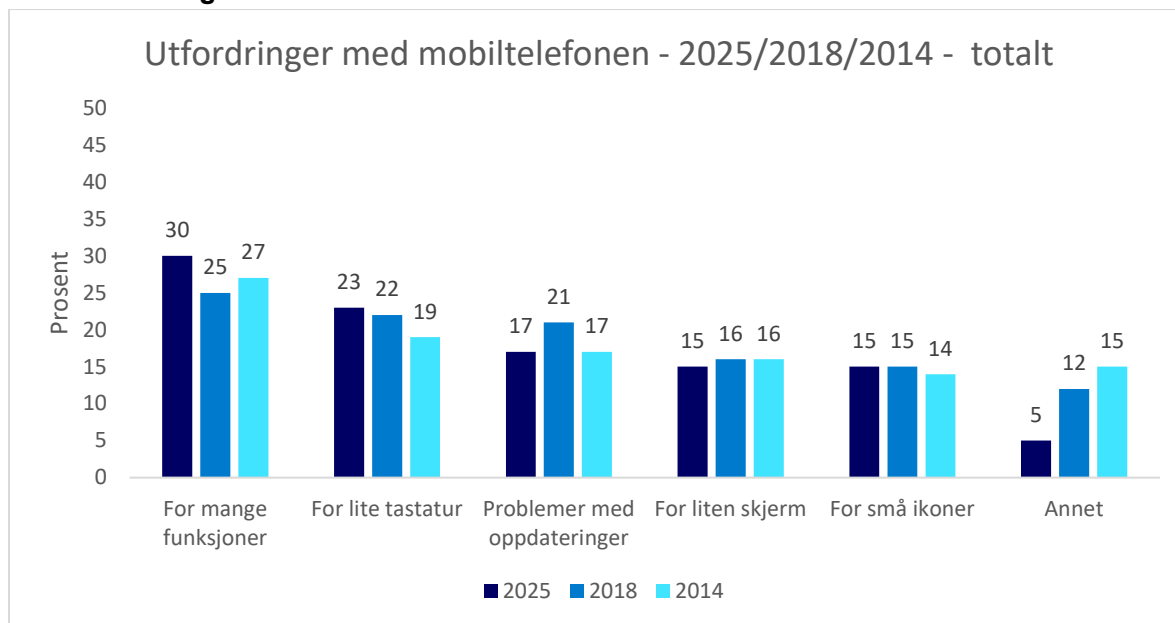
Det fremdeles en kjønnsforskjell i opplevelsen av mobiltelefonen som nødvendighet blant eldre. I 2025 er det en større andel blant kvinner (89 %) som mener at behovet for mobiltelefon er stort, sammenliknet med blant menn (77 %). På ca. ti år (fra nov. 2014 til jan. 2025) har følelsen av at mobiltelefonen er integrert del av hverdagen økt fra 61 til 71 prosent blant menn, og fra 68 til 89 prosent blant kvinner.



Figur 2-27: Spørsmål: I hvilken grad er mobiltelefonen en nødvendighet i hverdagen din? Andeler av eldre med tilgang til smarttelefon og/eller vanlig mobiltelefon som svarer på en skala fra 1 til 5, der 1 er i svært liten grad og 5 er i svært stor grad (samt «ikke relevant»). I stor/svært stor grad er slått sammen til «stor grad» og i liten/svært liten grad er slått sammen til «liten grad». Prosent. Etter alder. For 2025 (N=972). For 2018 (N=951). For 2014 (N=953).

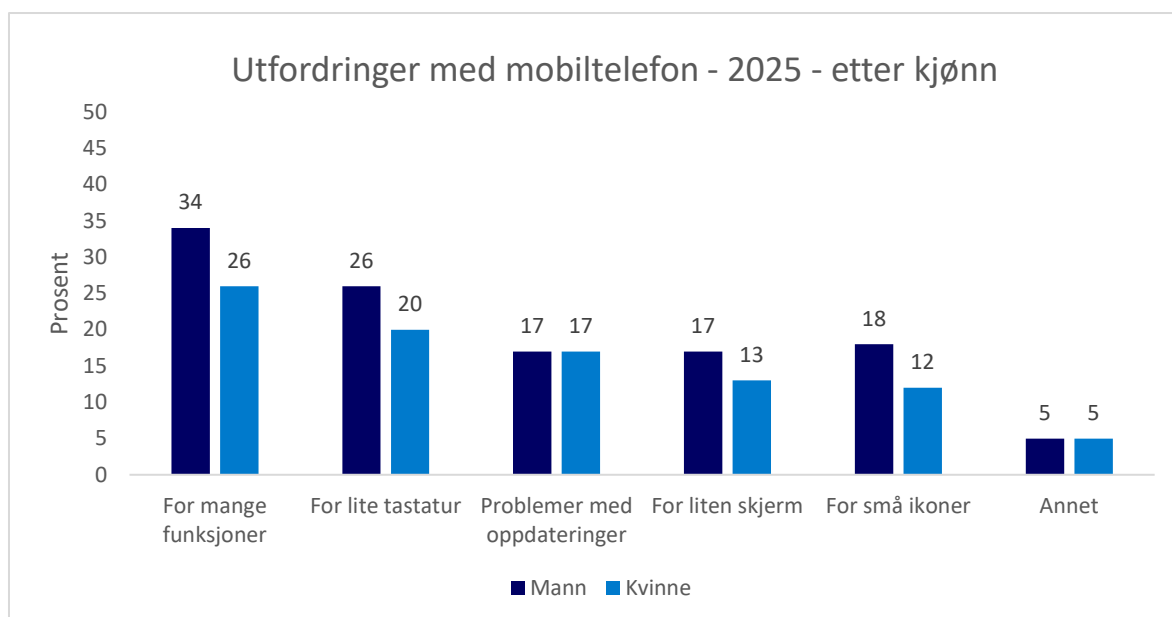
Aldersvariabelen viser også en jevn økning over tid for alle tre aldersgrupper når det gjelder følelsen av at mobiltelefonen i stor grad er nødvendig i hverdagen. For den yngste gruppen (61-70 år) har andelen økt fra 71 til 85 prosent på ti år (2014 til 2025), for den mellomste gruppen (71-80 år) har andelen økt fra 67 til 86 prosent, og for den eldste gruppen (81-100 år) har den økt fra 57 til 80 prosent. Vi ser likevel at det ikke er betydelig forskjell på tvers av aldersgruppene (hvh. 85 %, 86 % og 80 % i de tre gruppene mener mobiltelefonen i stor grad er nødvendig i 2025).

2.6.4 utfordringer med mobiltelefonen



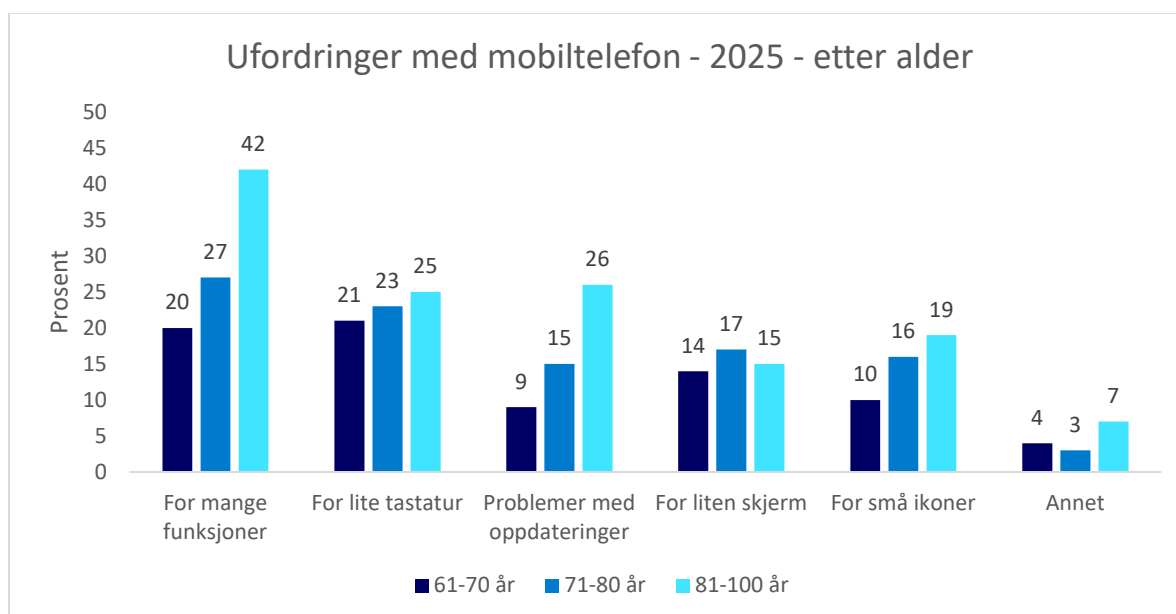
Figur 2-28: Spørsmål: Opplever du følgende problemer med bruken av mobiltelefon? Andeler av eldre med tilgang til smarttelefon og/eller vanlig mobiltelefon som krysser av på en rekke alternativer (flere svar mulig) Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt. Prosent. For 2025 (N=972). For 2018 (N=951). For 2014 (N=953).

Selv om eldre mobilbrukere over tid ser ut til å mestre mobilbruken stadig bedre, kan de oppleve ulike utfordringer med mobilens fysiske utforming, grensesnitt eller funksjonalitet. I figuren over har vi sammenliknet opplevelsen av slike utfordringer over tid. Det er størst andel som mener mobiltelefonen har **for mange funksjoner** (30 % i 2025), en marginal økning fra tidligere år. Videre er **for lite tastatur** (23 % i 2025) et opplevd problem, men endringen er ubetydelig over tid. En del har også **problemer med oppdateringer** på mobiltelefonen (17 % i 2025), og her ser vi en liten nedgang fra 2018. Det er også noen som har problemer med **for liten skjerm** (15 % i 2025) og **for små ikoner** på skjermen (15 % i 2025), men her er det ingen endring over tid. Det er i tillegg en liten andel (5 % i 2024) som opplever **andre typer problemer** med utforming og design.



Figur 2-29: Spørsmål: Opplever du følgende problemer med bruken av mobiltelefon? Andeler av eldre med tilgang til smarttelefon og/eller vanlig mobiltelefon som krysser av på en rekke alternativer (flere svar mulig) Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter kjønn. Prosent. For 2025 (N=972).

Hvis vi tar for oss kjønnsforskjeller i 2025, synes menn (34 %) i noe større grad enn kvinner (26 %) at dagens mobiltelefoner har **for mange funksjoner**. Det er også en kjønnsforskjell der en større andel menn (26 %) enn kvinner (20 %) mener at **tastaturet er for lite**, og at **skjermen er for liten** (hhv. 17 % for menn og 13 % for kvinner), og at **skjermikonene er for små** (hhv. 18 % for menn og 12 % for kvinner). Det er ingen kjønnsforskjeller når det gjelder opplevde problemer med **oppdateringer på mobiltelefonen**.



Figur 2-30: Spørsmål: Opplever du følgende problemer med bruken av mobiltelefon? Andeler av eldre med tilgang til smarttelefon og/eller vanlig mobiltelefon som krysser av på en rekke alternativer (flere svar mulig) Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter alder. Prosent. For 2025 (N=972).

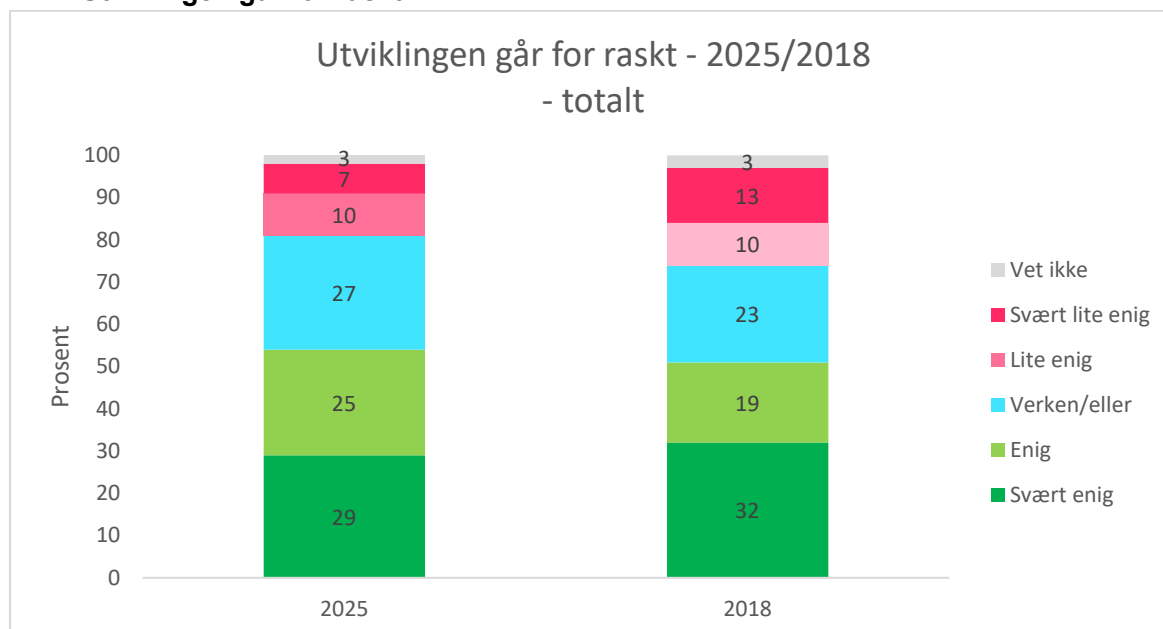
På aldersvariabelen er det også forskjeller mellom aldersgruppene i 2025. Det er en langt høyere andel blant de eldste (61-100 år) som opplever at mobilen har **for mange funksjoner** (42%), sammenliknet med hva 71-80-åringene (27%) og 61-70-åringene (20 %) opplever. Det er også en tydelig aldersforskjell når det kommer til **oppdateringsproblemer** på mobilen. Mens kun 9 prosent i alderen 61-70 år opplever slike problemer, og 15 prosent i alderen 71-80 år, er det 26 prosent som har slike problemer i alderen 81-100 år. Det er også en aldersforskjell i opplevelsen av **ikonstørrelse på skjerm**; mens 10 prosent i alderen 61-70 år opplever dette som utfordrende, mener 16 prosent i alderen 71-80 år og 19 prosent i alderen 81-100 år det samme. Når det gjelder utfordringer med **for lite tastatur** eller **for liten skjerm**, er det ingen tydelige aldersforskjeller.

2.7 Holdninger til teknologiutviklingen

I 2025-undersøkelsen følger vi opp holdningsspørsmål som ble stilt til eldre i 2018 om deres vurderinger knyttet til dagens teknologiutvikling. Ettersom spørsmålene i 2018 ble endret fra det som ble brukt i 2014, kan vi ikke sammenlikne disse over tid. I 2014 stilte vi spørsmål (til alle de eldre i utvalget) om i hvilken grad de følte de deltok i informasjonssamfunnet og hvilken holdning de hadde til digitalt førstevalg i det offentlige (jf. Slettemeås 2014b).

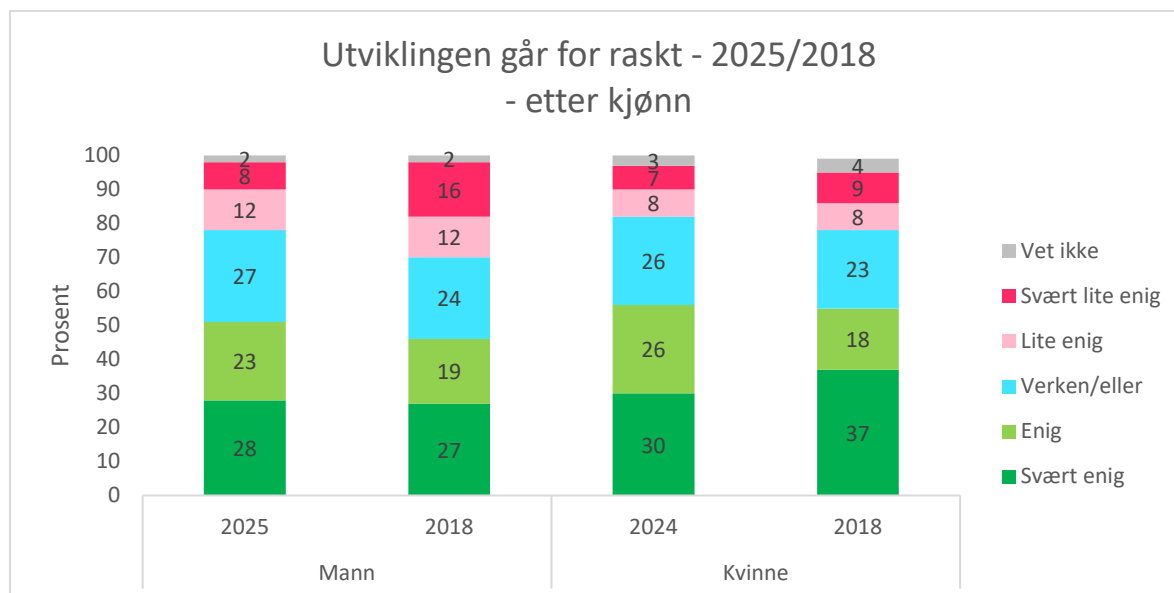
Spørsmålene nedenfor omhandler både generelle vurderinger rundt teknologiutviklingen, men også personlige opplevelser. Spørsmålene/påstandene er stilt i blandet rekkefølge, men nedenfor viser vi figurer og beskrivelser mer systematisert der fire generelle påstander først presenteres, så tre personlige påstander, deretter en generell påstand som omhandler ikke-digitale tjenester, og til slutt en ny påstand som omhandler kunstig intelligens.

2.7.1 Utviklingen går for raskt



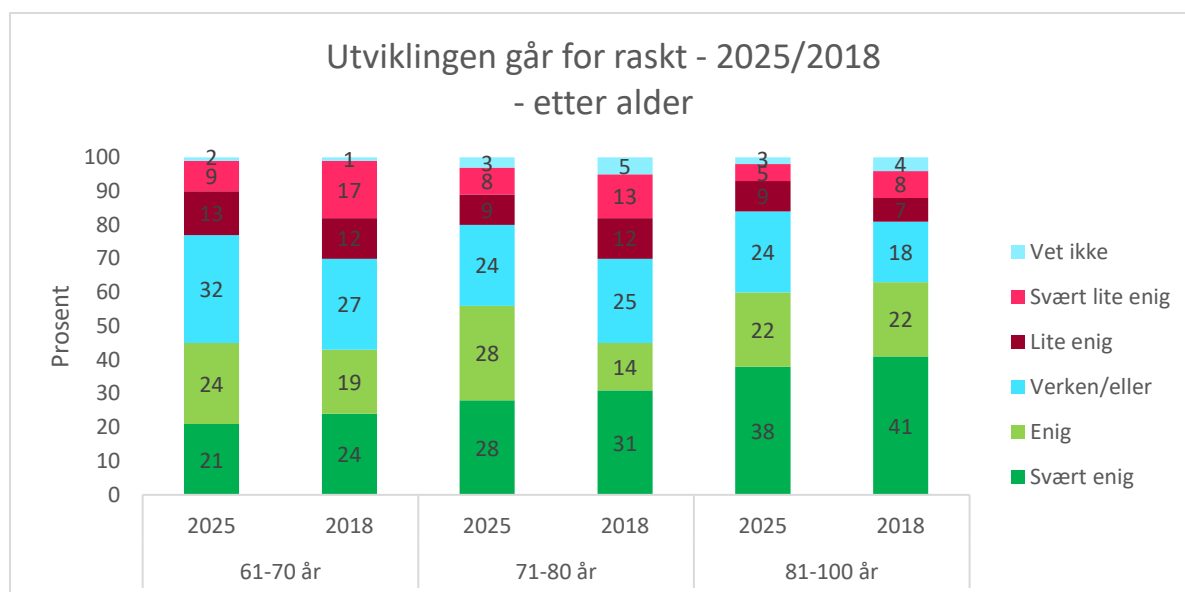
Figur 2-31: Spørsmål: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Jeg synes denne utviklingen går for raskt». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt. Prosent, 2025 (N=1004), 2018 (N=1000).

I figuren over ser vi at rundt halvparten av de eldre i utvalget mener teknologi- og digitaliseringsutviklingen går for raskt (54 % enig/svært enig). Her er det ingen tydelig endring fra 2018 (51 %). Det er 17 prosent i 2024 som er uenige i at utviklingen går for raskt, mot 23 prosent i 2018.



Figur 2-32: Spørsmål: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Jeg synes denne utviklingen går for raskt». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter kjønn. Prosent, 2025 (N=1004), 2018 (N=1000).

Det var i 2018 en kjønnsforskjell der kvinner (37 %) i større grad enn menn (30 %) sa seg svært enige i påstanden om at teknologiutviklingen går for raskt. I 2025 har denne kjønnsforskjellen jevnet seg ut, og det er en omtrent like stor andel menn (28 %) som kvinner (27 %) som er svært enige i at utviklingen går for raskt.

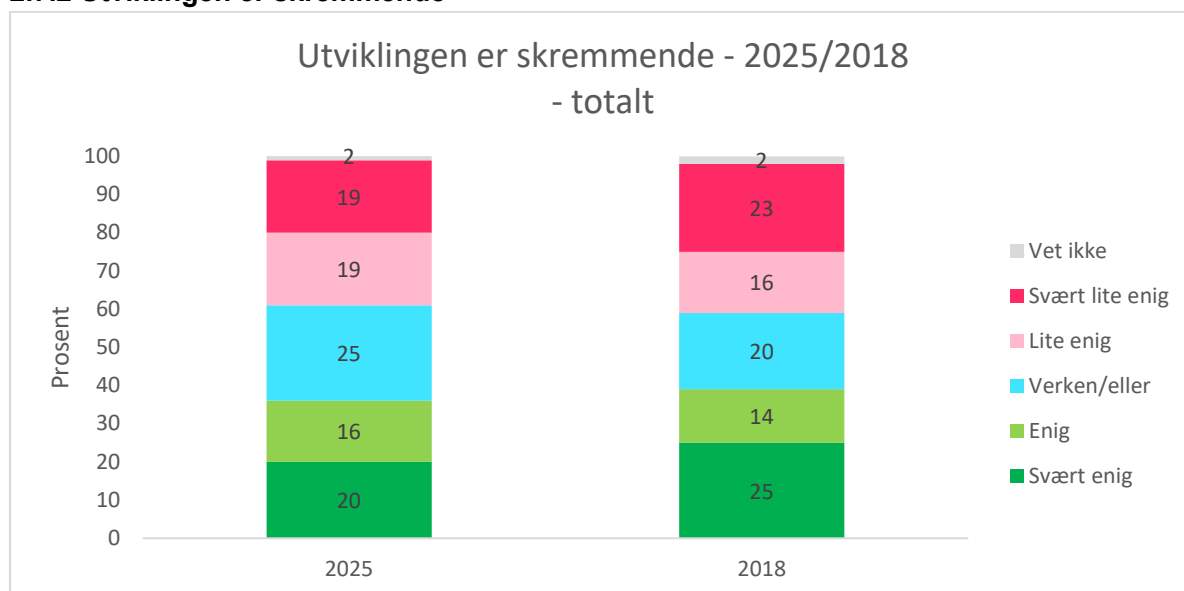


Figur 2-33: Spørsmål: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Jeg synes denne utviklingen går for raskt». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig

(samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter alder. Prosent, 2024 (N=1004), 2018 (N=1000).

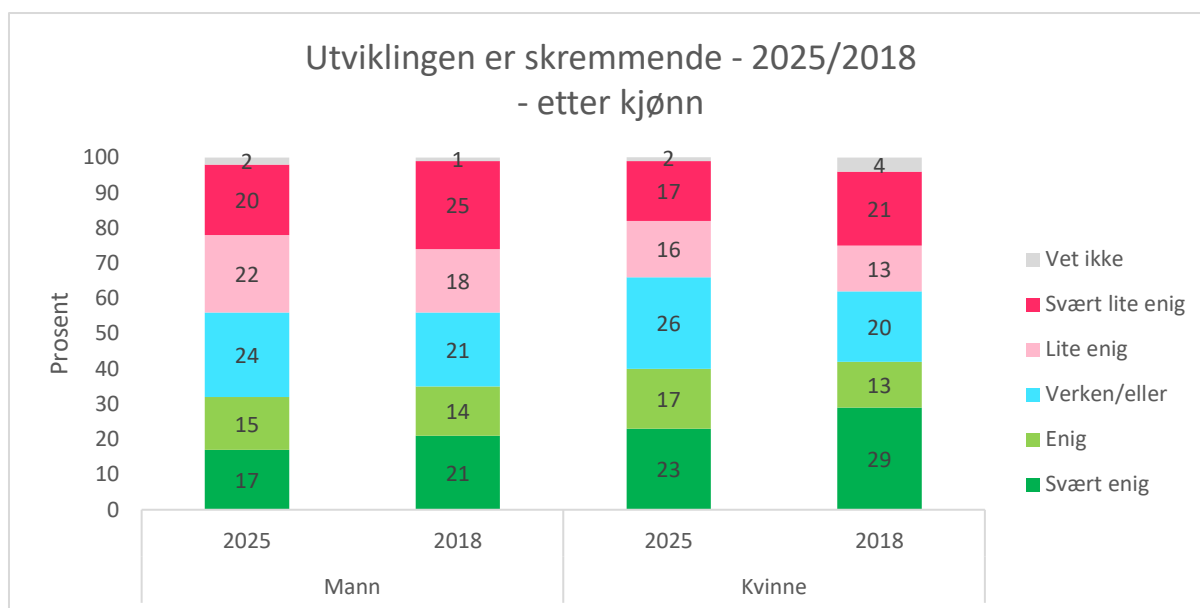
For alder er det en større andel av de aller eldste som er svært enige i at utviklingen går for raskt, sammenliknet med de to andre aldersgruppene. I 2024 var 38 prosent av de eldste (81-100 år) svært enige i at teknologien utviklet seg for raskt, mot 28 prosent for 71-80-åringene og 21 prosent for 61-70-åringene.

2.7.2 Utviklingen er skremmende



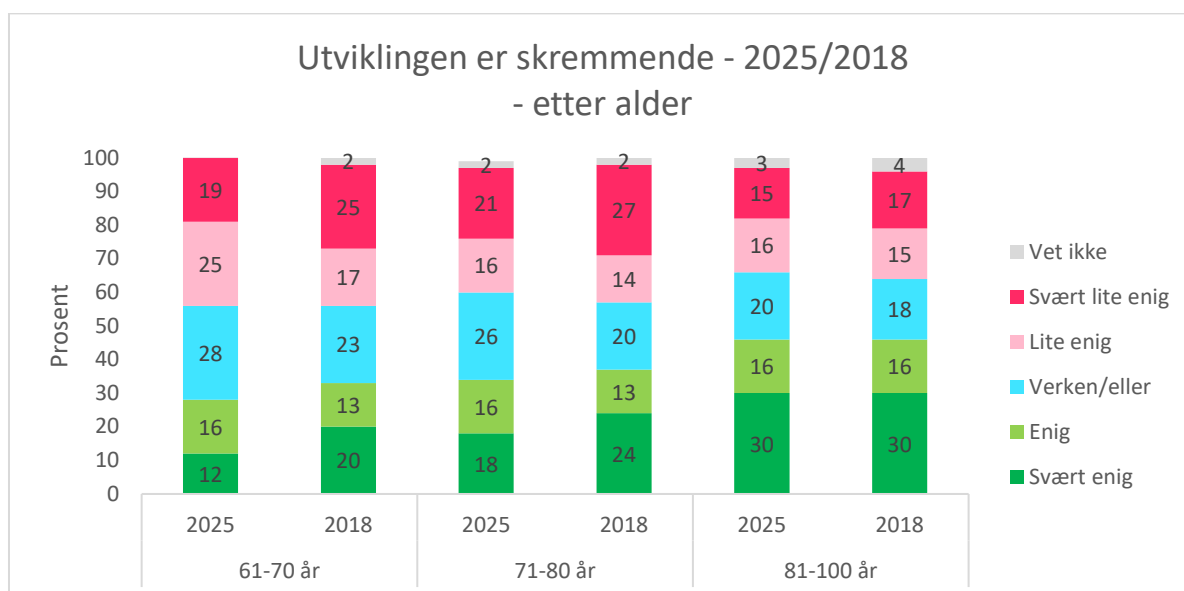
Figur 2-34: Spørsmål: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Jeg synes denne utviklingen er skremmende». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt. Prosent, 2025 (N=1004). 2018 (N=1000).

I tillegg til å mene at utviklingen går for raskt, er det en del eldre som også mener at dagens digitale og teknologiske utvikling er skremmende, selv om andelen her er lavere. Det er i overkant én av tre (36 %) som er enige/svært enige i påstanden, men like mange er uenige i påstanden (38 %). Her er det også ubetydelige endringer fra 2018 til 2024, totalt sett.



Figur 2-35: Spørsmål: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Jeg synes denne utviklingen er skremmende». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter kjønn. Prosent, 2024 (N=1004). 2018 (N=1000).

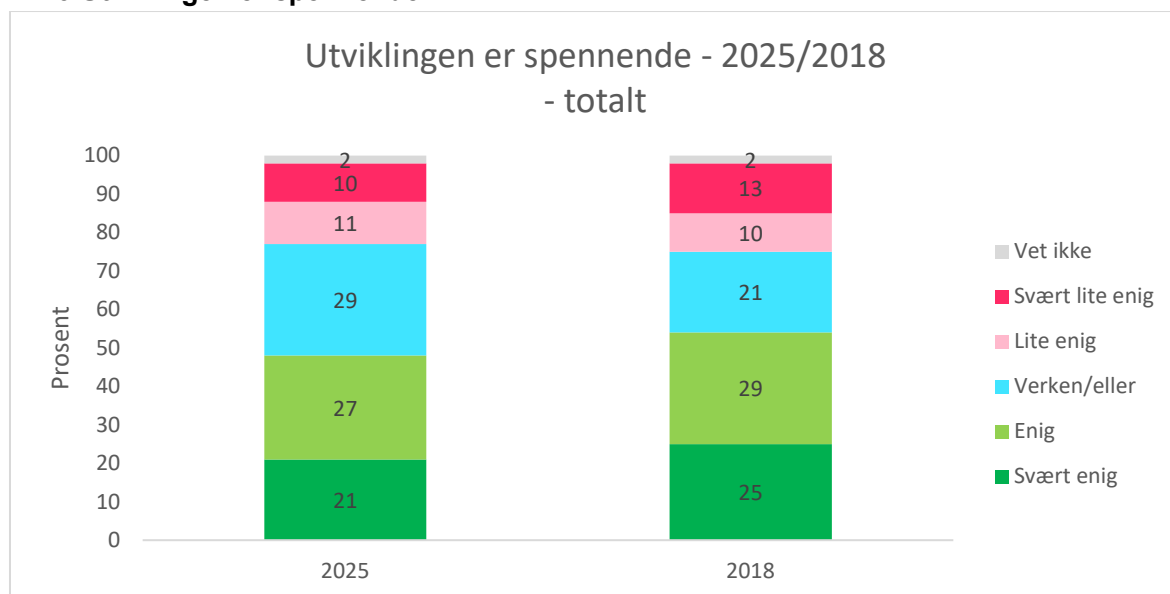
Det er en liten kjønnsforskjell i 2025, der en noe større andel kvinner (40 %) mener utviklingen er skremmende sammenliknet med menn (32 %). Samtidig er det en tendens til at følelsen av en skremmende teknologiutvikling faller marginalt over tid, fra 2018 til 2025.



Figur 2-36: Spørsmål: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Jeg synes denne utviklingen er skremmende». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter alder. Prosent, 2025 (N=1004). 2018 (N=1000).

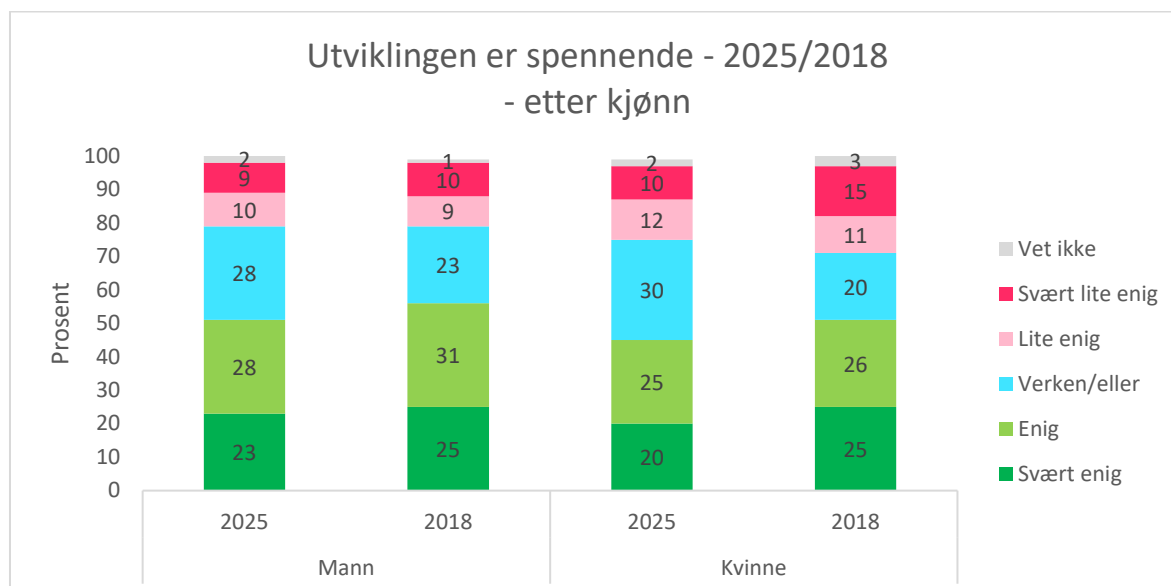
Det er en liten aldersforskjell knyttet til følelsen av en skremmende teknologiutvikling, der denne følelsen øker med alder. Mens 28 prosent i alderen 61-70 år synes utviklingen er skremmende i 2025, synes 34 prosent det samme i alderen 71-80 år, og 46 prosent i alderen 81-100 år. Det er samtidig ingen tydelig endring over tid.

2.7.3 Utviklingen er spennende



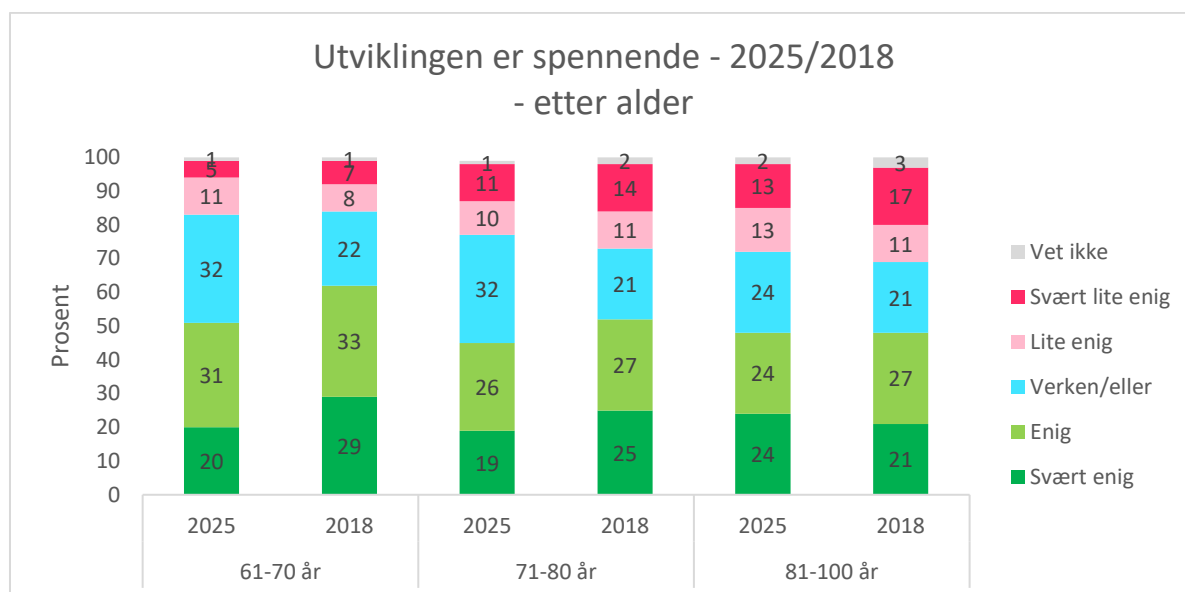
Figur 2-37: Spørsmål: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Jeg synes denne utviklingen er spennende». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt. Prosent, 2025 (N=1004), 2018 (N=1000).

Selv om en del eldre synes den digitale og teknologiske utviklingen går for raskt, og at den kan være skremmende, er det likevel mange som mener utviklingen også er spennende. Det nesten halvparten av de eldre i 2025 som synes utviklingen er spennende (48 %), en liten nedgang fra 2018 (54 %). Med andre ord er det langt flere eldre som mener utviklingen er spennende enn skremmende.



Figur 2-38: Spørsmål: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Jeg synes denne utviklingen er spennende». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter kjønn. Prosent, 2024 (N=1004), 2018 (N=1000).

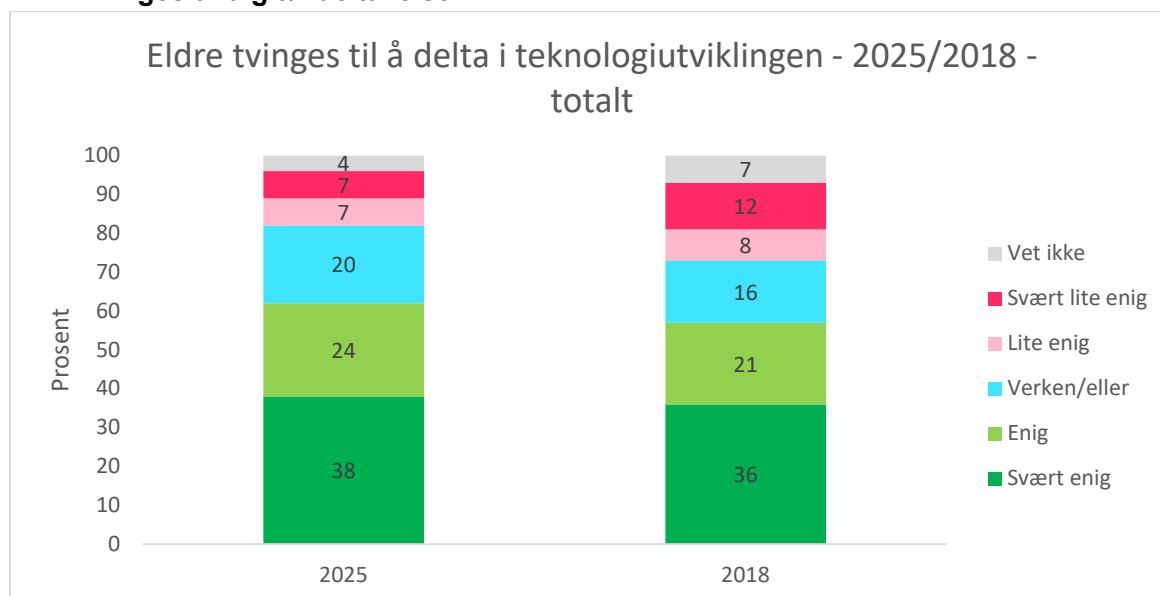
Ser vi på kjønnsforskjellen er det en tendens til at menn i noe større grad synes teknologiutviklingen er spennende. Det er 51 prosent blant eldre menn som mener dette i 2025, mot 45 prosent blant eldre kvinner. Det er ingen betydelig endring fra 2018 til 2025.



Figur 2-39: Spørsmål: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Jeg synes denne utviklingen er spennende». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter alder. Prosent, 2025 (N=1004), 2018 (N=1000).

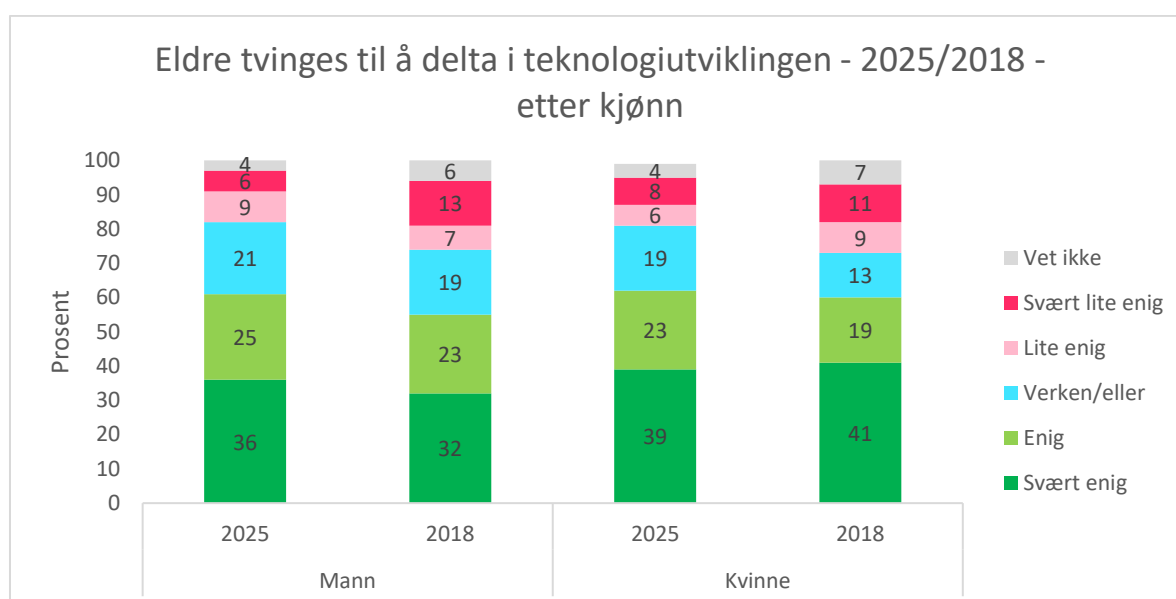
I 2018 var følelsen av at teknologiutviklingen var spennende mer markant blant de yngste eldre (61-70 år) at enn blant de eldste (71-80 år og 81-100 år). I 2018 mente 62 prosent at utviklingen var spennende blant de yngste mot hhv. 52 prosent og 48 prosent for de eldste. I 2025 har denne forskjellen jevnet seg ut, og det er blant de yngste at endringen er størst. I 2025 er det 51 prosent blant de yngste som mener teknologiutviklingen er spennende, mot hhv. 45 prosent og 48 prosent for de eldste.

2.7.4 Tvinges til digital deltakelse



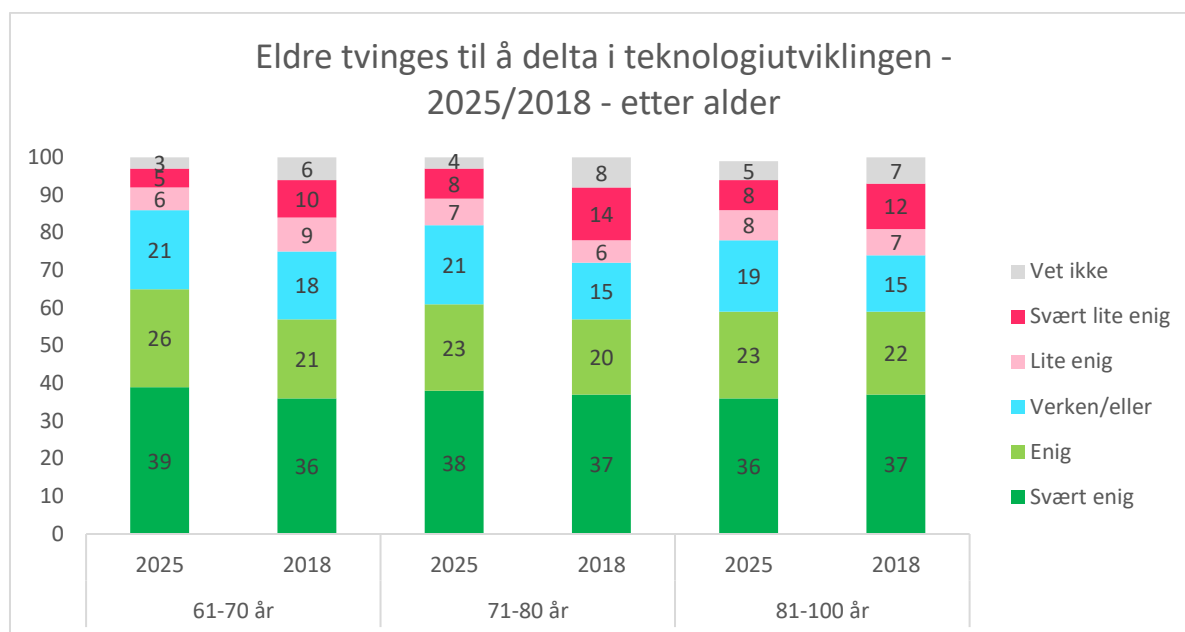
Figur 2-40: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Jeg føler at mange eldre tvinges til å delta i denne utviklingen selv om de ikke ønsker det». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt. Prosent, 2025 (N=1004), 2018 (N=1000).

I figuren over vises andeler som mener at eldre generelt sett tvinges til å delta digitalt selv om de ikke nødvendigvis ønsker det. Dette kan knyttes til den omfattende digitaliseringen av tjenester der mange eldre samtidig opplever at tilgangen til analoge eller tradisjonelle kontaktpunkt og tjenester forsvinner. Mens 57 prosent totalt sett mente at mange eldre tvinges til å delta digitalt i 2018, har andelen økt til 62 prosent i 2025.



Figur 2-41: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Jeg føler at mange eldre tvinges til å delta i denne utviklingen selv om de ikke ønsker det». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter kjønn. Prosent, 2025 (N=1004), 2018 (N=1000).

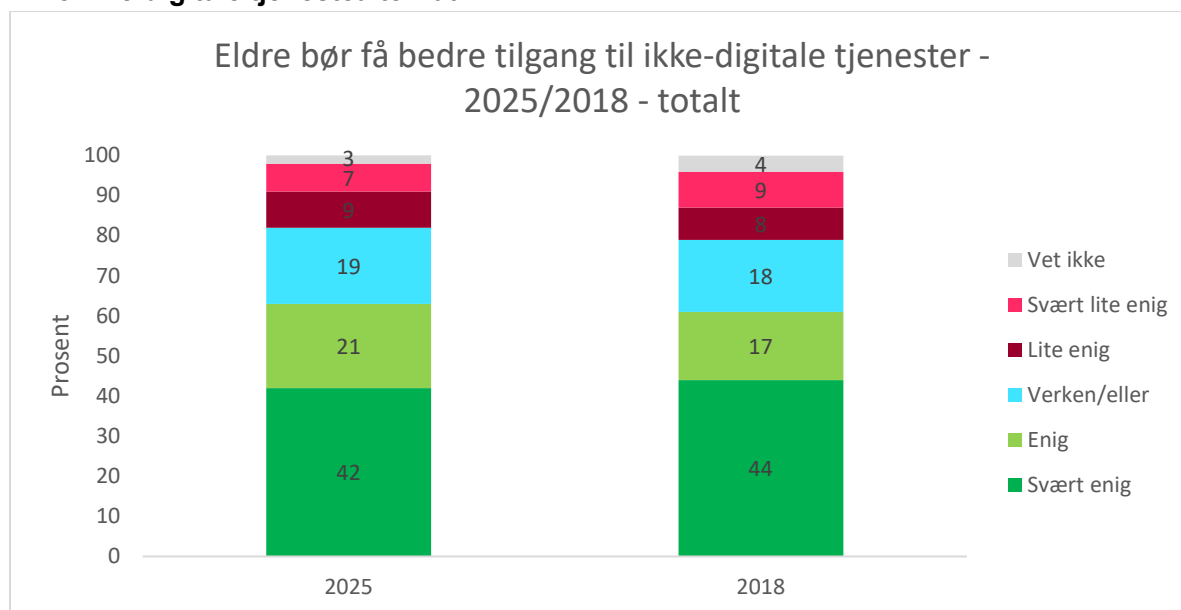
Ser vi på kjønnsfordelingen er det ingen tydelige forskjeller mellom menn og kvinner på spørsmålet om man føler at mange eldre tvinges til å delta digitalt. Det er en liten tendens til at flere mener dette over tid blant menn (55 % i 2018 mot 61 % i 2025).



Figur 2-42: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Jeg føler at mange eldre tvinges til å delta i denne utviklingen selv om de ikke ønsker det». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter alder. Prosent, 2025 (N=1004), 2018 (N=1000).

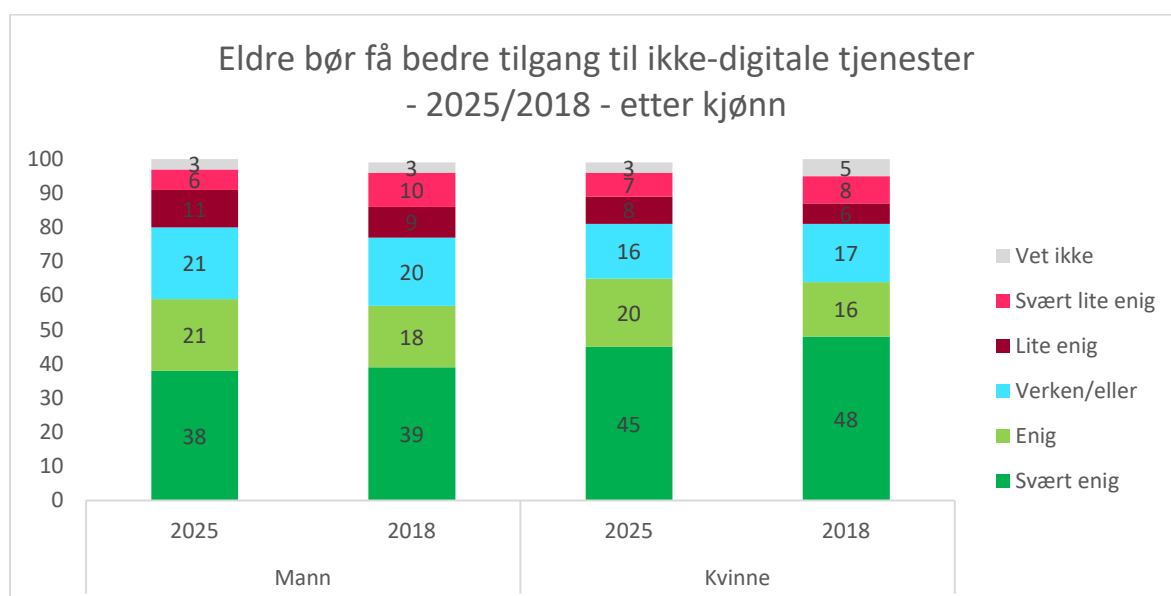
Det er ingen aldersforskjeller på dette spørsmålet om hvorvidt man føler at mange eldre tvinges til å delta digitalt, og heller ingen tydelige endringer over tid. Blant de yngste (61-70 år) følte 57 prosent at mange eldre tvinges til å delta digitalt i 2018, og her ser vi en marginal økning til 65 prosent i 2025.

2.7.5 Ikke-digitale tjenestealternativ



Figur 2-50: Spørsmål: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Jeg synes eldre burde få bedre tilgang til ikke-digitale tjenester (filialer, brev i postkassen, telefon)». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt. Prosent, 2025 (N=1004), 2018 (N=1000).

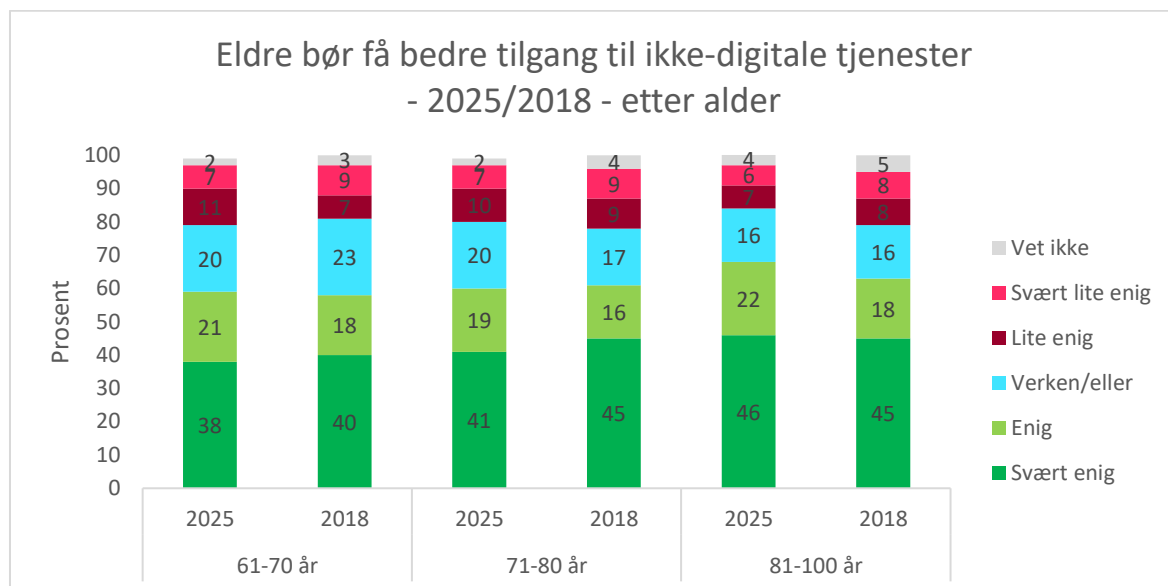
Vi ser at eldre kan være positive til, og ha god nytte av, digital teknologi og tjenester, selv om flere synes utviklingen både kan være skremmende og diskriminerende. Deler av kritikken mot digitaliseringen er heller ikke rettet mot digitaliseringen i seg selv, men mot det å fjerne analoge eller tradisjonelle alternativer, som filialer/butikker, telefonmuligheter, brevkorrespondanse, etc. som mange eldre er vant til å bruke. I figuren over ser vi at flertallet mener at eldre burde få bedre tilgang til ikke-digitale tjenester. I 2025 er det 63 prosent totalt sett som mener dette, og endringen er marginal fra 2018 da 61 prosent mente det samme.



Figur 2-51: Spørsmål: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Jeg synes eldre burde få bedre tilgang til ikke-digitale tjenester (filialer, brev i postkassen, telefon)». På en

skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter kjønn. Prosent, 2025 (N=1004), 2018 (N=1000).

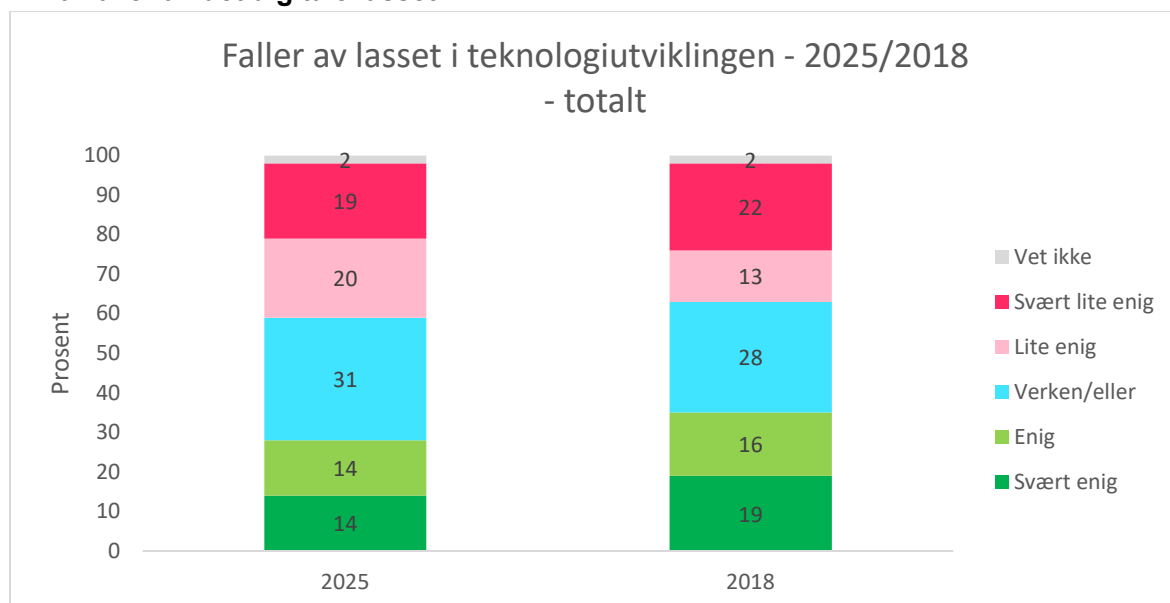
I 2025 er det en noe lavere andel blant menn (59 %) enn blant kvinner (65 %) som mener at ikke-digitale alternativer i større grad burde tilbys eldre. Det har ikke vært en endring av betydning fra 2018 til 2024 (57 % for menn og 64 % for kvinner i 2018).



Figur 2-52: Spørsmål: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Jeg synes eldre burde få bedre tilgang til ikke-digitale tjenester (filialer, brev i postkassen, telefon)». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter alder. Prosent, 2025 (N=1004), 2018 (N=1000).

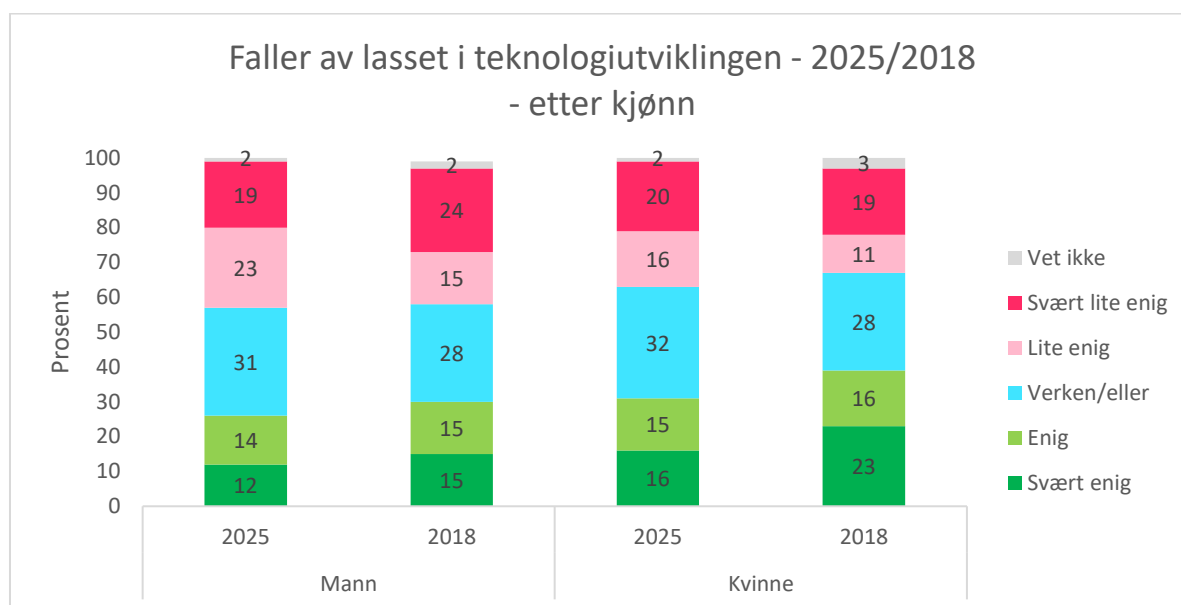
På aldersvariabelen er det ikke markante forskjeller mellom aldersgruppene, heller ikke over tid. Det er en liten forskjell på de yngste og eldste, der 68 prosent blant de eldste (81-100 år) mot 59 prosent blant de yngste (61-70 år) mener at eldre burde få bedre tilgang til ikke-digitale alternativer.

2.7.6 Faller av det digitale lasset



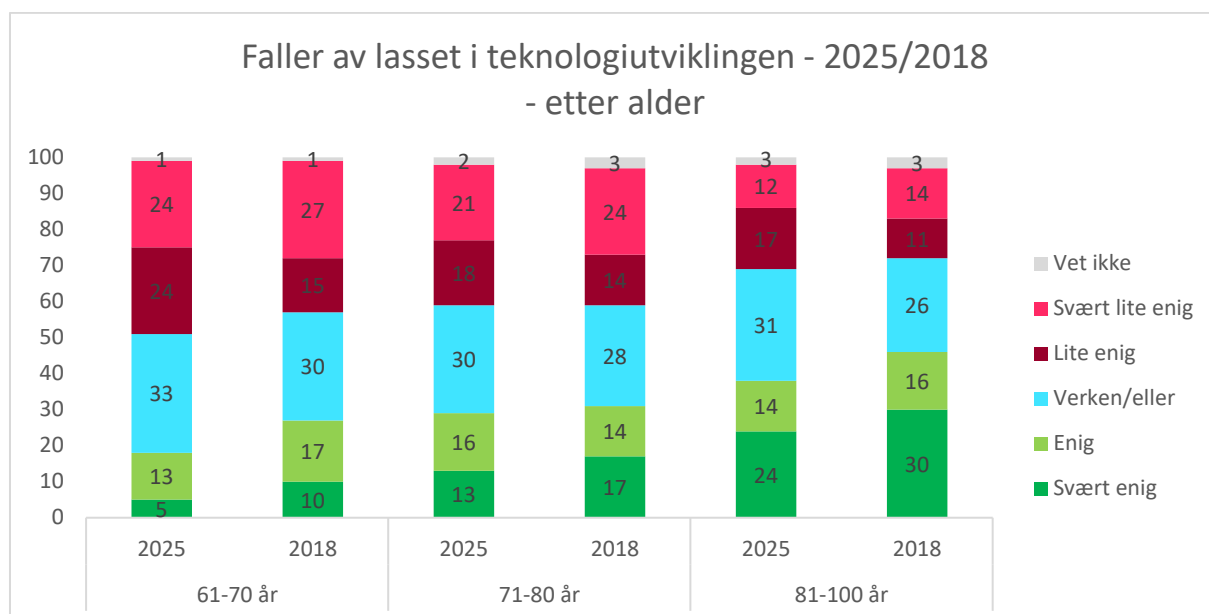
Figur 2-53: Spørsmål: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Jeg føler jeg faller av lasset i og med denne utviklingen». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt. Prosent, 2025 (N=1004), 2018 (N=1000).

De fem første spørsmålene omhandlet mer generelle vurderinger rundt teknologiutviklingen. De neste tre figurene tar for seg hvordan de eldre føler de selv blir påvirket personlig av den digitale/ teknologiske utviklingen. I figuren over ser vi på påstanden om hvorvidt de eldre selv føler de faller av lasset i og med den digitale/ teknologiske utviklingen. Tendensen ser ut til å være positive; at stadig færre føler de faller av over tid. Mens 35 prosent av enige i påstanden i 2018, har andelen falt til 28 prosent i 2024.



Figur 2-54: Spørsmål: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Jeg føler jeg faller av lasset i og med denne utviklingen». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter kjønn. Prosent, 2025 (N=1004), 2018 (N=1000).

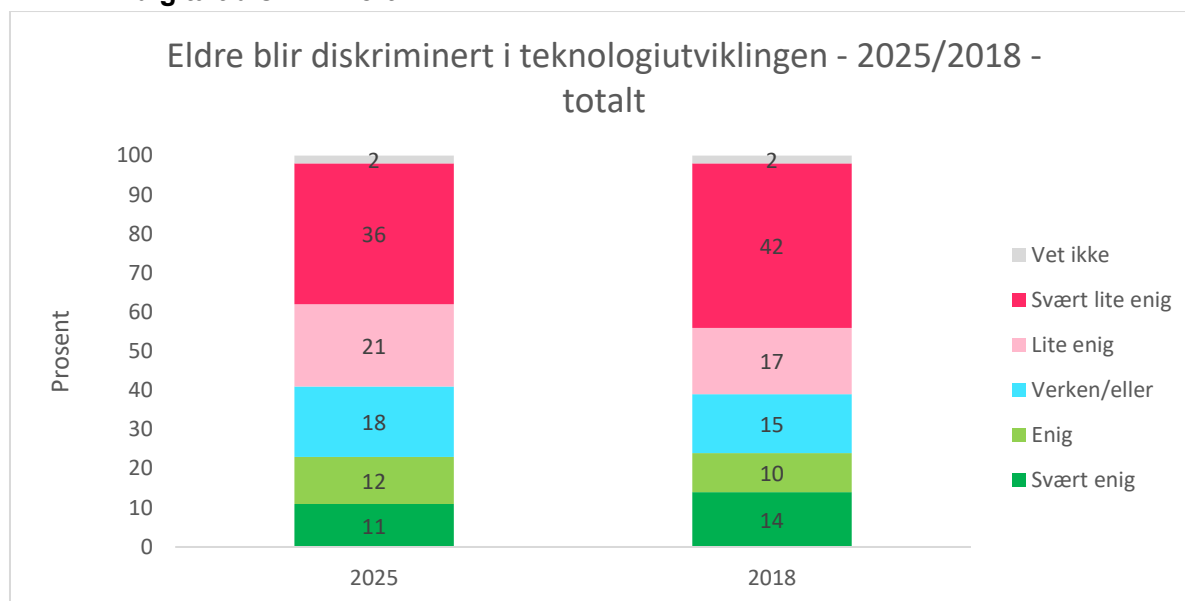
I 2018 var det en større andel kvinner (39 %) enn menn (30 %) som sa seg enige i at de faller av lasset i og med den teknologiske utviklingen. I 2025 er det ikke lenger en tydelig kjønnsforskjell, men tendensen til å føle at man faller av lasset er marginalt synkende for begge kjønn.



Figur 2-55: Spørsmål: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Jeg føler jeg faller av lasset i og med denne utviklingen». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter alder. Prosent, 2025 (N=1004), 2018 (N=1000).

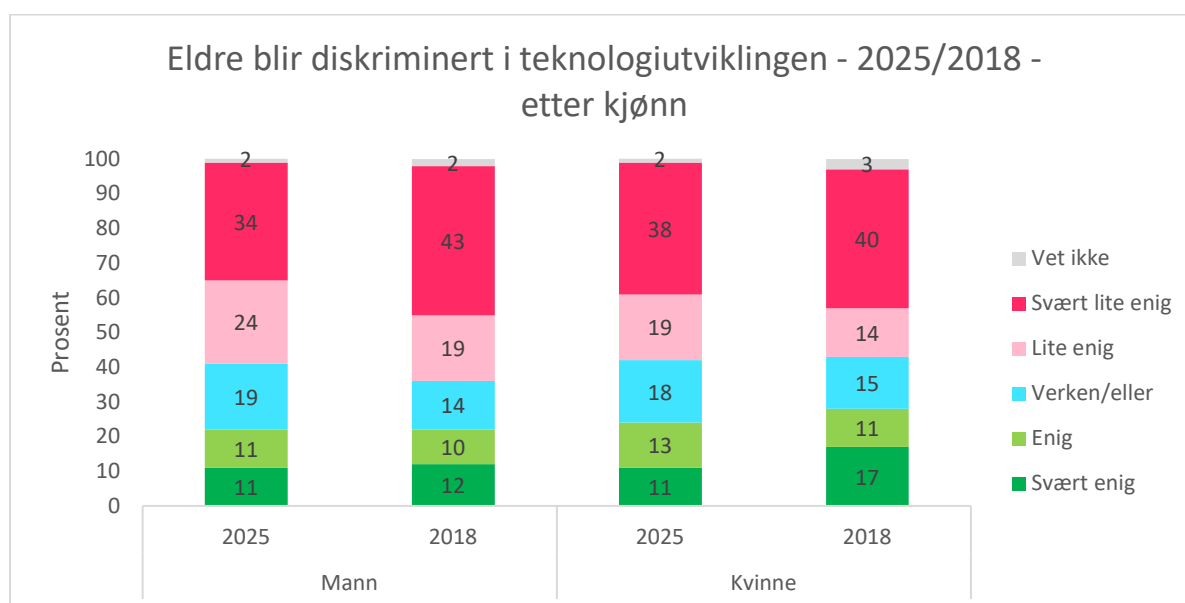
På spørsmålet om eldre føler de selv faller av lasset i og med den teknologiske utviklingen, ser tendensen ut til å være synkende over tid for alle tre aldersgrupper. Samtidig føler den eldste gruppen at de i størst grad faller av lasset, sammenliknet med de yngre aldersgruppene. Blant de eldste (81-100 år) følte 46 prosent at de faller av lasset i 2018, mot 38 prosent i 2025. For de i alderen 71-80 år følte 31 prosent at de faller av lasset i 2018, mot 29 % i 2025 (ingen endring av betydning). Til slutt, for de i alderen 61-70 år følte 27 prosent at de faller av lasset i 2018, mot kun 18 prosent i 2025.

2.7.7 Blir digitalt diskriminert



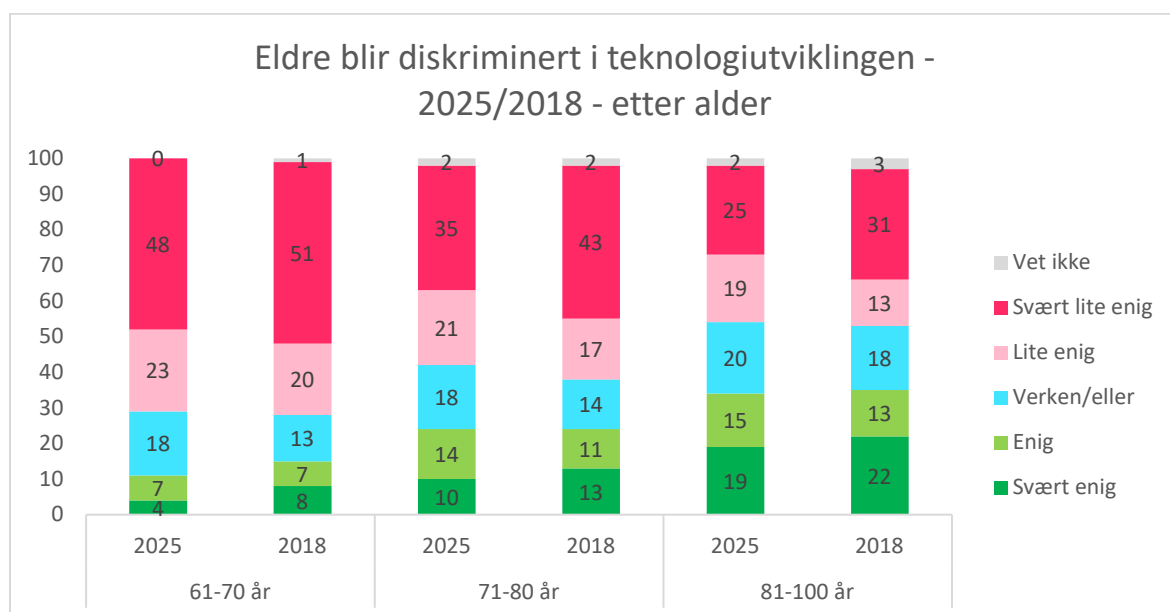
Figur 2-56: Spørsmål: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Jeg føler meg diskriminert som eldre i denne utviklingen». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt. Prosent, 2025 (N=1004), 2018 (N=1000).

Den forrige figuren tok for seg følelsen av å personlig falle av lasset i og med den digitale/teknologiske utviklingen. Figuren over tar påstanden et hakk videre og gir en indikasjon på om eldre føler seg diskriminert ved at teknologiutviklingen, og tjenester de møter i hverdagen, ikke tar hensyn til deres behov som eldre. Figuren viser at de færreste eldre føler seg diskriminert, og det er ingen endring av betydning over tid. I 2025 er det likevel 23 prosent som mener de blir diskriminert, og 11 prosent er svært enige i påstanden, noe som er bekymringsfullt.



Figur 2-57: Spørsmål: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Jeg føler meg diskriminert som eldre i denne utviklingen». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter kjønn. Prosent, 2024 (N=1004), 2018 (N=1000).

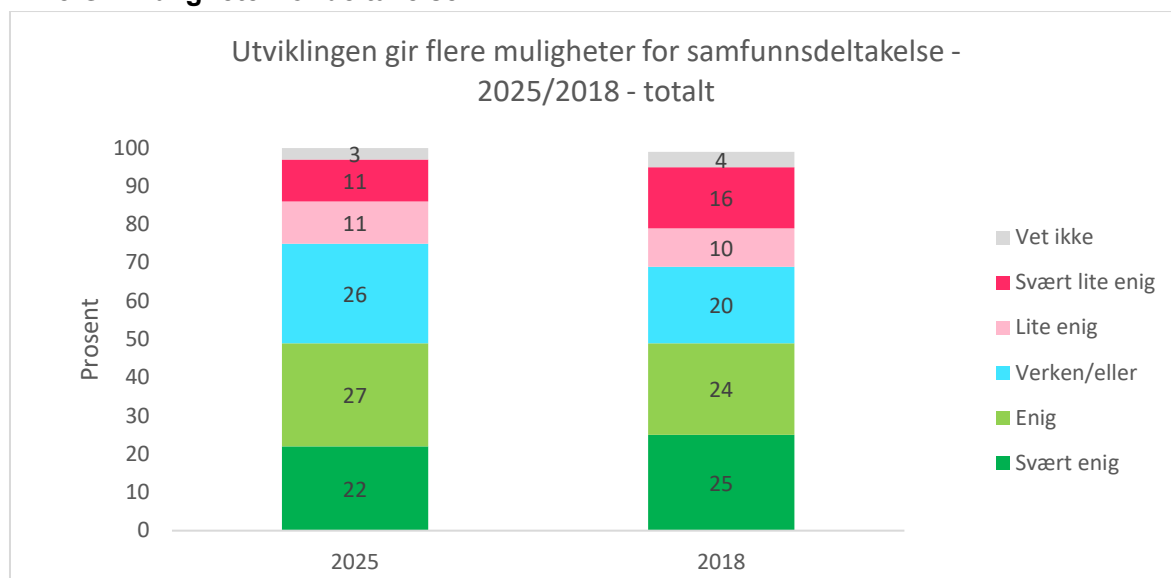
I 2018 var det en noe større andel kvinner (28 %) som følte seg diskriminert sammenliknet med menn (22 %). I 2025 er denne forskjellen utjevnet (hhv. 24 % for kvinner og 22 % for menn).



Figur 2-58: Spørsmål: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Jeg føler meg diskriminert som eldre i denne utviklingen». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter alder. Prosent, 2024 (N=1004), 2018 (N=1000).

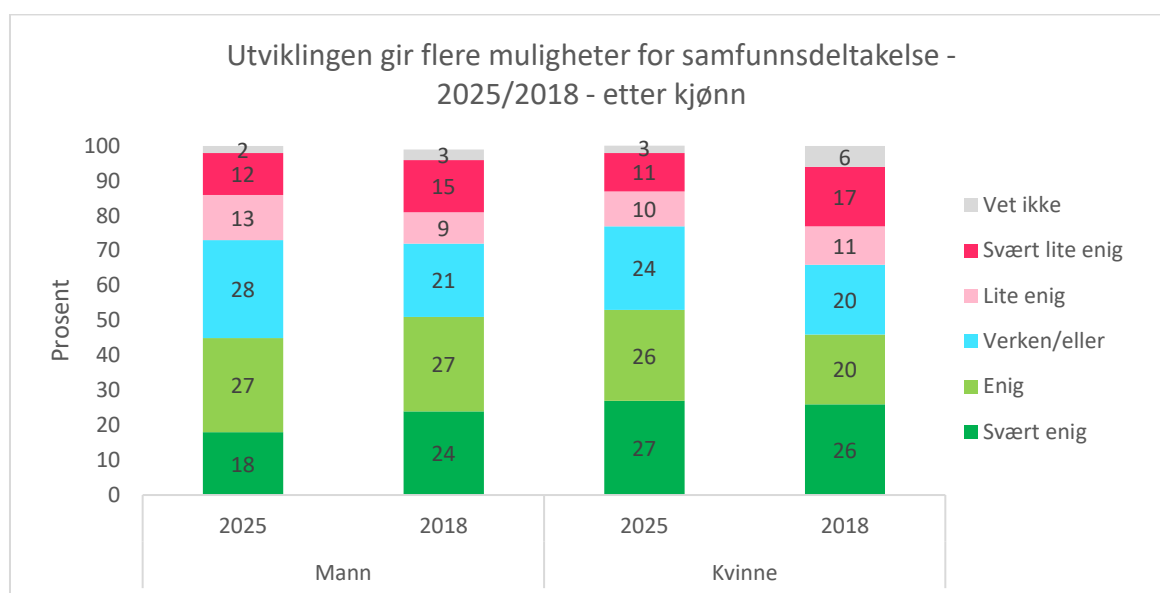
Følelsen av å bli diskriminert ser ut til å øke med stigende alder, men det er ingen endring over tid (kun marginalt hos den yngste gruppen). I 2025 føler 34 prosent av 81-100-åringene seg digitalt diskriminert. Det er utfordrende at en tredjedel av de eldste føler på en form for diskriminering i sitt digitale hverdagsliv. Blant 71-80-åringene er det 24 prosent som føler det samme, mens kun 11 prosent har denne opplevelsen blant de yngste (61-70 år).

2.7.8 Gir muligheter for deltakelse



Figur 2-43: Spørsmål: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Denne utviklingen og de nye teknologiene gir meg flere muligheter til å delta i samfunnet». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt. Prosent, 2025 (N=1004), 2018 (N=1000).

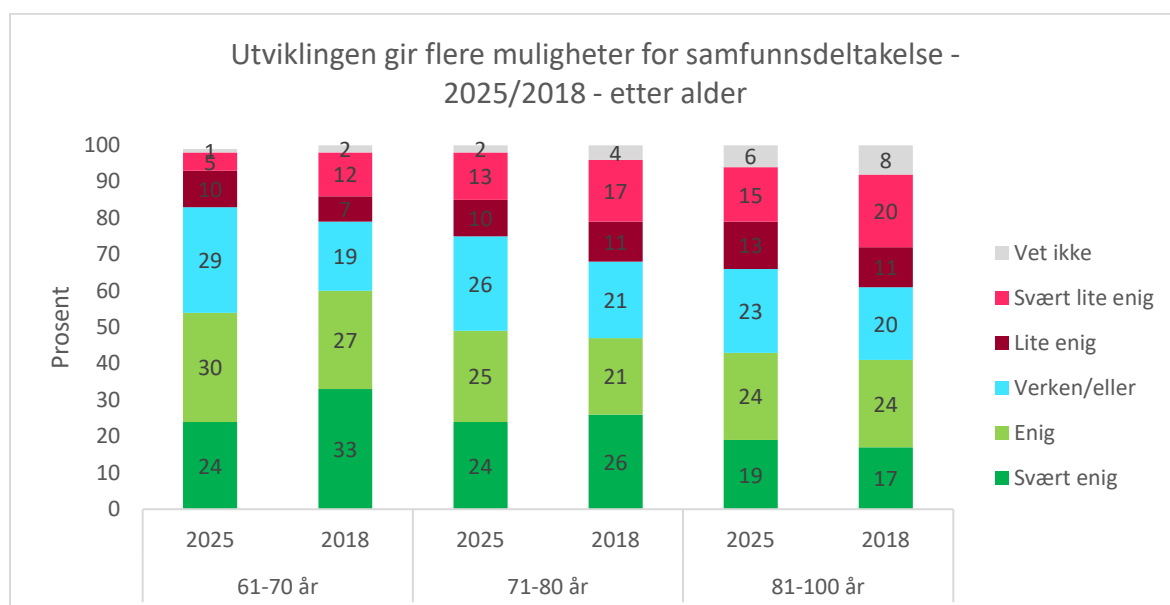
Selv om flere eldre opplever utfordringer med digitaliseringen, også personlig, er det mange som mener utviklingen gir dem flere verktøy og muligheter for deltakelse i samfunnet. Figuren over viser at halvparten av de eldre totalt sett er enige/svært enige i dette i 2024, og det er ingen endring siden 2018.



Figur 2-60: Spørsmål: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Denne utviklingen og de nye teknologiene gir meg flere muligheter til å delta i samfunnet». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter kjønn. Prosent, 2025 (N=1004), 2018 (N=1000).

Det er ingen store kjønnsforskjeller når det gjelder påstanden om at den digitale utviklingen gir flere muligheter for samfunnsdeltakelse, og endringen over tid er marginal. Det er et lite skifte fra at en marginalt større andel menn enn kvinner i 2018 mente utviklingen var positiv for

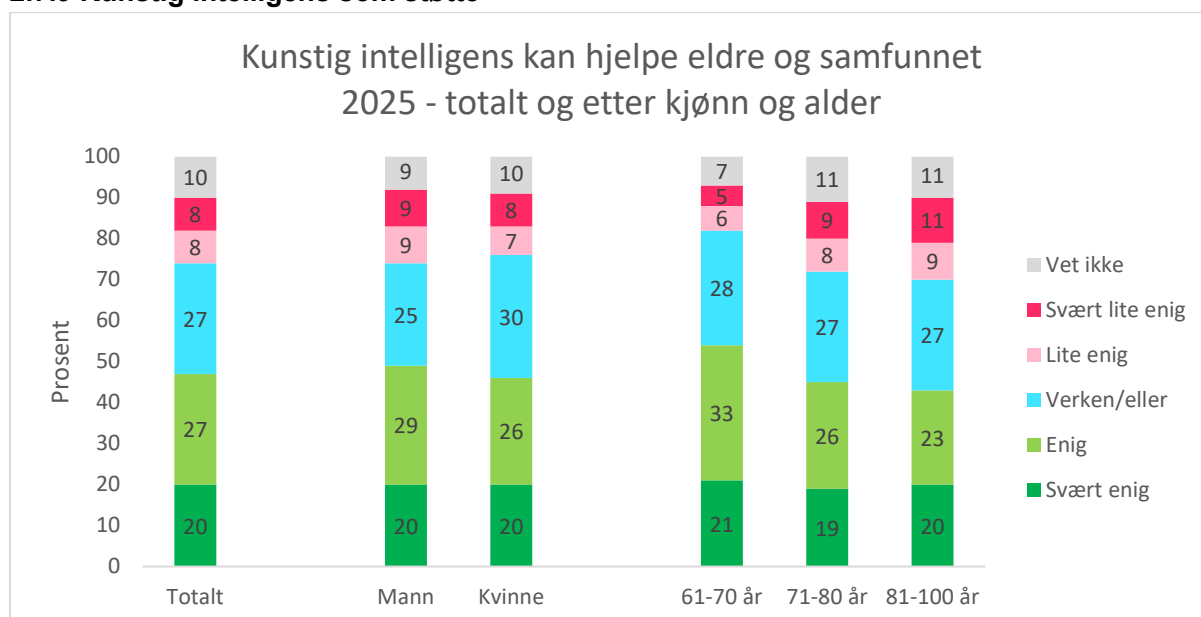
samfunnsdeltakelse, til at kvinner i større grad enn menn mener dette i 2025 (menn: 45 % vs. kvinner 53 % i 2025).



Figur 2-61: Spørsmål: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Denne utviklingen og de nye teknologiene gir meg flere muligheter til å delta i samfunnet». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter alder. Prosent, 2025 (N=1004), 2018 (N=1000).

For alder er det marginale endringer over tid innen hver aldersgruppe, bortsett fra blant de yngste (61-70 år). Der har følelsen av at teknologiutviklingen gir flere muligheter til samfunnsdeltakelse falt fra 60 prosent i 2018 til 54 prosent i 2025.

2.7.9 Kunstig intelligens som støtte



Figur 2-44: Svar på følgende utsagn knyttet til dagens digitale og teknologiske utvikling: «Jeg tror kunstig intelligens sin evne til å lære og utføre komplekse oppgaver kan hjelpe eldre og samfunnet på flere

måter». På en skala fra 1 til 5, der 1 er svært lite enig og 5 er svært enig (samt vet ikke/ikke relevant). Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt, og etter kjønn og alder. Prosent, 2025 (N=1004)

I 2025 ble det introdusert et nytt spørsmål om kunstig intelligens (KI). Utvalget ble bedt om å svare på et utsagn om hvorvidt de tror KIs evne til læring og til å utføre komplekse oppgaver kan hjelpe eldre og samfunnet på ulike måter (spørsmål om KI vil bli fulgt opp senere i rapporten, og dekkes av en kompletterende survey-undersøkelse).

Figuren over viser at nær halvparten av de eldre (47 %) mener at KI kan være til hjelp, både for eldre og for samfunnet som helhet, og 20 prosent er svært enige i dette. I motsatt ende er det kun 16 prosent som er uenige i at KI kan være til hjelp. 27 prosent har ikke en sterk mening om dette, og 10 prosent svarer "vet ikke".

Det er ingen nevneverdig forskjell mellom eldre kvinner og menn, mens yngre eldre er noe mer positivt innstilt til KIs potensielle bidrag enn de eldste; blant de i alderen 61-70 år er det 54 prosent som mener KI vil kunne bidra positivt, mot 45 prosent for 71-80-åringene, og 43 prosent for 81-100-åringene.

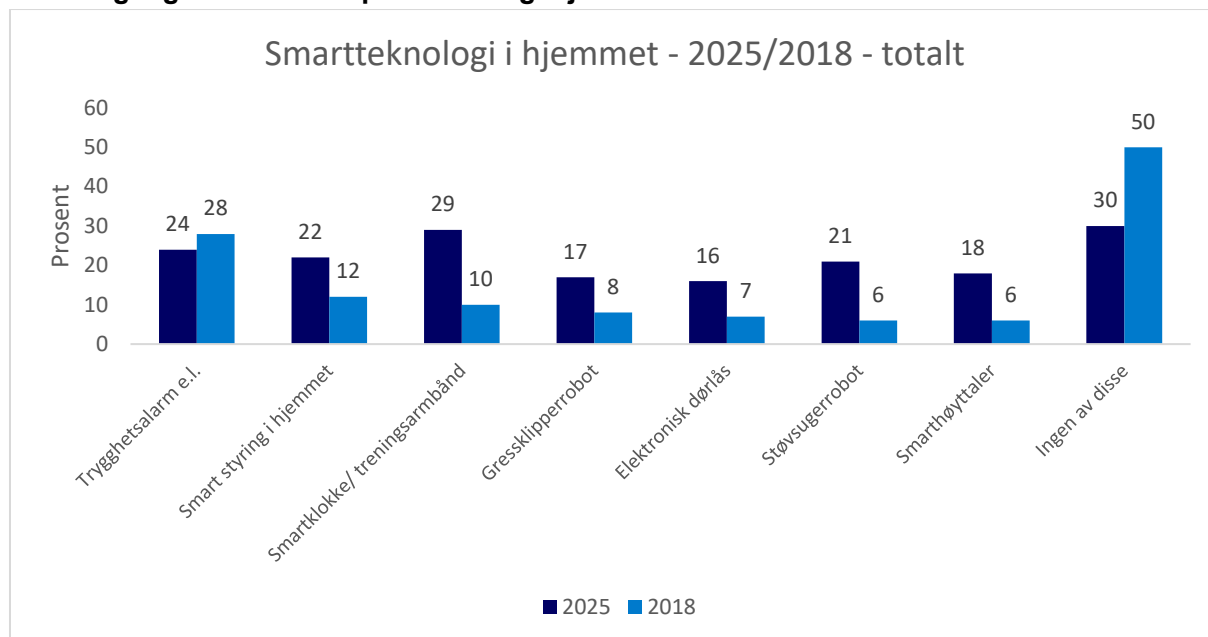
2.8 Smartteknologi blant eldre

I denne delen av rapporten vurderes omfanget av smart-/velferdsteknologi eldre har i sine hjem, basert på spørreundersøkelsene D2 (2018) og D3 (2025), der tallene fra 2025 sammenliknes med tall fra 2018. Det er ikke tilgjengelig tall fra 2014-undersøkelsen (D1), ettersom smartteknologi ikke var et tema i undersøkelsen.

Internettilkoplet smart-/velferdsteknologi er enten generell eller dedikert teknologi som kan støtte eldre i hverdagen, og forenkle oppgaver for personer med funksjonsnedsettelse. Mye basisteknologi finnes allerede i dagens hjem, som datamaskiner, internett, trådløst nettverk, fjernsyn, smarttelefoner, nettbrett, innbrudds- og brannalarmer osv. Kommersiell smarthusteknologi og smarte forbruksprodukter er blitt stadig mer vanlig, rimeligere og mer tilgjengelig i norske elektronikkbutikker (Slettebakk, 2019).

Jo mer utstyr som kjøpes enkeltvis av forbrukere i butikker, desto mer ansvarlig blir den enkelte i å organisere, kople sammen, håndtere og oppdatere eget utstyr. Til dette kreves en utvidet digitalkompetanse, der det digitale hjemmet i større grad må ses som en integrert enhet. Dessuten må både sikkerhets- og personvernmessig risiko vurderes, og komplisert teknologi må 'temmes' for å fremstå som meningsfull og ikke fremmedgjørende for brukerne.

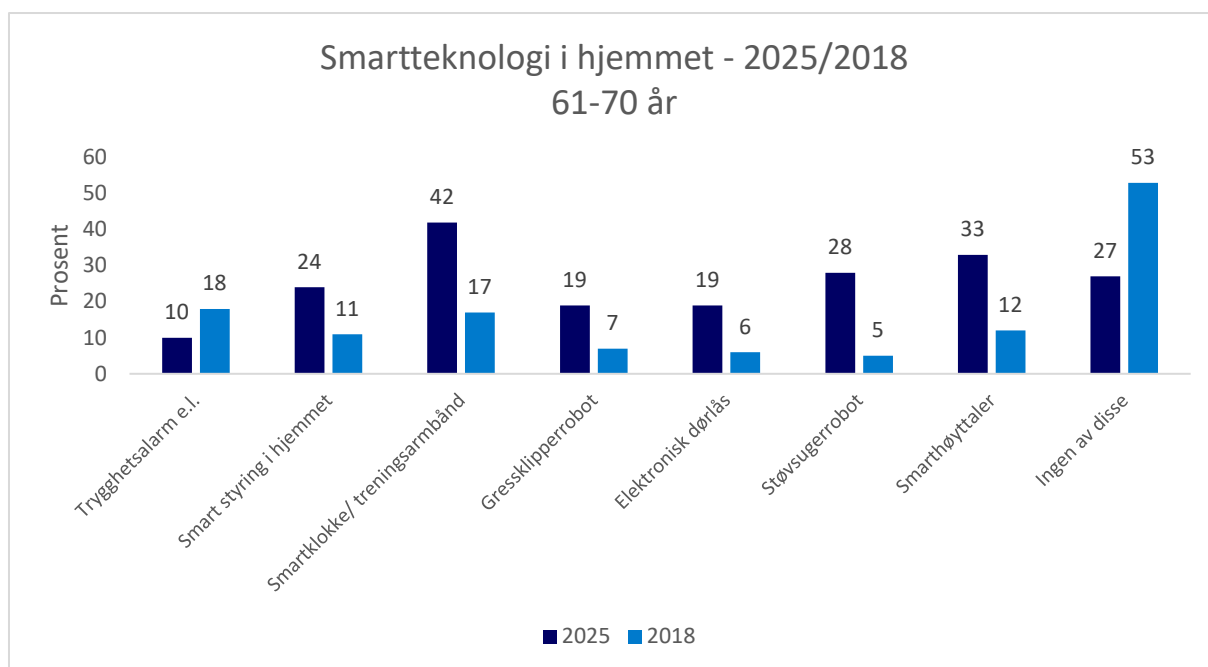
2.8.1 Tilgang til smart/tilkoplest teknologi hjemme



Figur 2-45: Spørsmål: «Har du tilgang til følgende elektroniske tjenester i ditt hjem?» Kryss av på de ulike alternativene. Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Totalt. Prosent, 2025 (N=1004). Prosent, 2018 (N=1000).

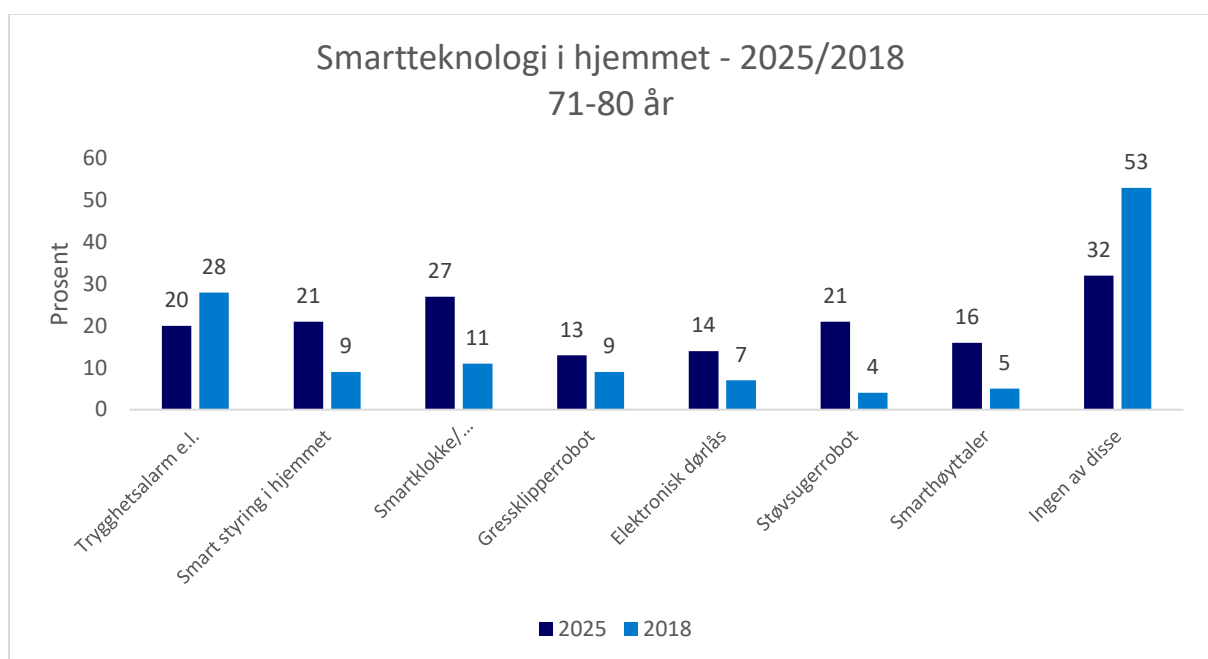
Figuren over viser tilgang til en rekke elektroniske tjenester/smartteknologi blant eldre, og eventuelle endringer fra 2018 til 2025. Listen er ikke uttømmende og ny teknologi tilpasset hjemmet blir stadig mer populært, enten som individuell teknologi eller som del av større pakker av smarthus-/velferdsteknologi. Vi ser at trygghetsalarmer og annen trygghetsteknologi (som fallsensor osv.) var mest utbredt i 2018 (28 %), etterfulgt av smart styring i hjemmet av f.eks. temperatur, belysning, komfyr osv. (12 %), og smartklokker/treningsarmbånd (10 %). Teknologi med lavere utbredelse var i 2018 gressklipperroboter (8 %), elektronisk dørlås (7 %), støvsugerrobot (6 %) og smarthøytaler (6 %). I 2018 var det halvparten av utvalget som ikke hadde tilgang til noen av disse produktene.

Dette bildet har endret seg en del i 2025. Vi ser at smartklokke/ treningsarmbånd er mest utbredt (29 %), etterfulgt av trygghetsalarm (24 %), smart styring i hjemmet (22 %) og støvsugerroboter (21 %). Deretter følger smarthøytalere (18 %), gressklipperroboter (17 %) og elektronisk dørlås (16 %). For flere av smartteknologiene/-produktene ser vi at tilgangen har endret seg betydelig fra 2018 til 2025; smartklokker/treningsarmbånd har økt fra 10 til 29 prosent, støvsugerrobot fra 6 til 21 prosent, smarthøytaler fra 6 til 18 prosent, gressklipperrobot fra 8 til 17 prosent, og elektronisk dørlås fra 7 til 16 prosent.



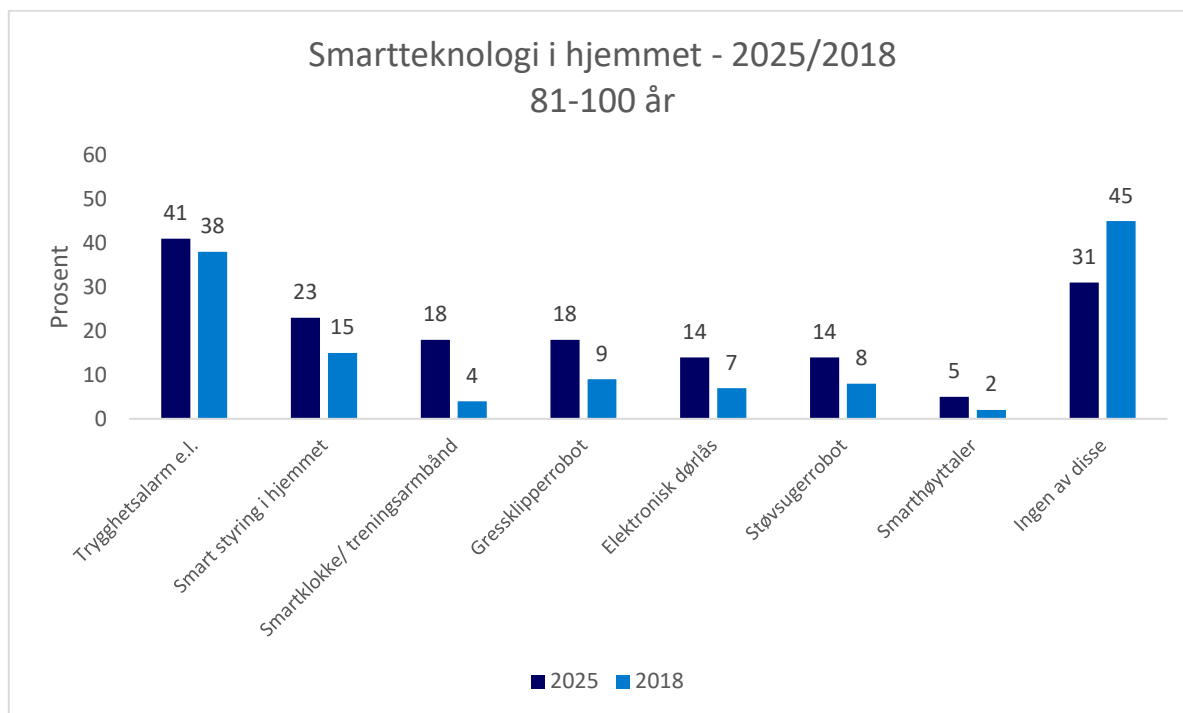
Figur 2-46: Spørsmål: «Har du tilgang til følgende elektroniske tjenester i ditt hjem?» Kryss av på de ulike alternativene. Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). For aldersgruppen 61-70 år. Prosent, 2025 (N=1004). Prosent, 2018 (N=1000).

Figuren over viser tilgang til smart-/ velferdsteknologi for aldersgruppen 61-70 år. Her ser vi at andelen med smartklokke/ treningsarmbånd er høy (42 prosent i 2025), en betydelig økning fra 17 prosent i 2018. Det er også en stor andel som har smarthøytalere (33 %) og støvsugerroboter (28 %). Andelen med trygghetsalarm har i denne aldersgruppen falt mer enn i utvalget som helhet; fra 18 prosent i 2018 til 10 prosent i 2025. Denne type teknologi kan være erstattet av annen teknologi, eller at behovet av andre grunner har blitt redusert over tid.



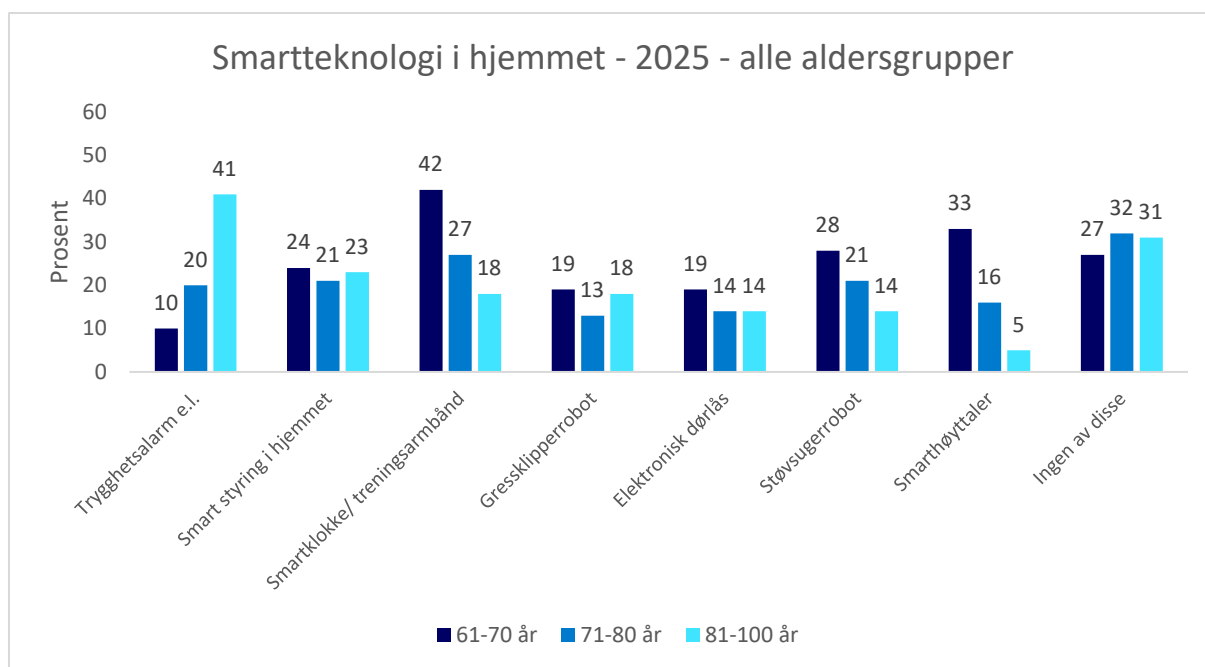
Figur 2-47: Spørsmål: «Har du tilgang til følgende elektroniske tjenester i ditt hjem?» Kryss av på de ulike alternativene. Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). For aldersgruppen 71-80 år. Prosent, 2025 (N=1004). Prosent, 2018 (N=1000).

Denne figuren viser tilgang til smart-/velferdsteknologi for aldersgruppen 71-80 år. Det er jevnt over færre som har tilgang til ulike smartteknologier i denne aldersgruppen, enn blant 61-70-åringene, bortsett fra trygghetsalarm. I 2025 har 20 prosent tilgang til slik alarm i denne aldersgruppen. Men også her har det vært en nedgang i tilgangen fra 28 prosent i 2018. Det er flest i denne aldersgruppen som i 2025 har tilgang til smartklokke/treningsarmbånd (27 %) etterfulgt av støvsugerrobot (21 %) og smart styring i hjemmet (21 %). Videre er det 16 prosent som har smarthøytaler, 14 prosent som har elektronisk dørlås, og 13 prosent som har gressklipperrobot.



Figur 2-48: Spørsmål: «Har du tilgang til følgende elektroniske tjenester i ditt hjem?» Kryss av på de ulike alternativene. Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). For aldersgruppen 81-100 år. Prosent, 2025 (N=1004). Prosent, 2018 (N=1000).

Når vi tar for oss de eldste (81-100 år), er det flest som har trygghetsalarm eller liknende (41 %). Det er også mange som har smart styring av hjemmet (23 %), smartklokke/treningsarmbånd (18 %), og gressklipperrobot (18 %). Videre er det 14 prosent som har elektronisk dørlås, 14 prosent som har støvsugerrobot og 5 prosent som har smarthøytaler. Det er rundt én av tre som ikke har tilgang til noen av disse teknologiene, en nedgang fra 45 prosent i 2018.



Figur 2-49: Spørsmål: «Har du tilgang til følgende elektroniske tjenester i ditt hjem?» Kryss av på de ulike alternativene. Ikke-vektet responderende utvalg (se metode). Etter alder. Prosent, 2025 (N=1004).

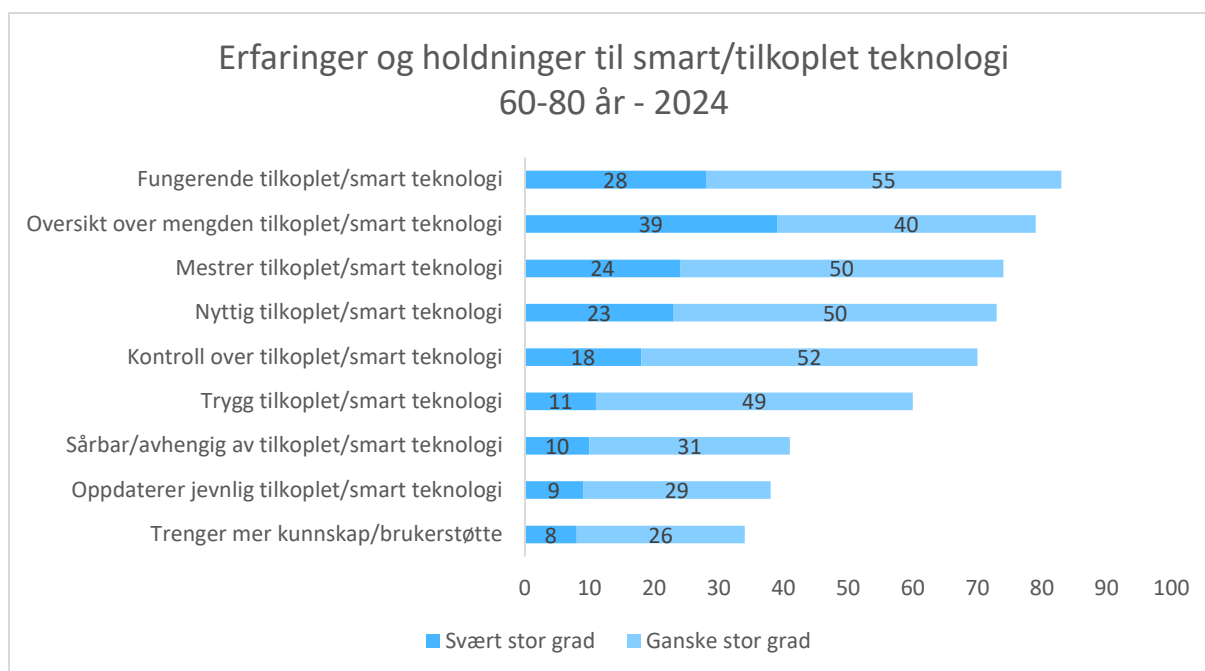
I figuren over viser vi et samlet bilde av smart-/velferdsteknologi i hjemmet, fordelt på de ulike aldersgruppene i 2025. Figuren viser tydelige forskjeller i tilgang til enkelte teknologier, spesielt trygghetsalarm, der de eldste dominerer, og smartklokker/treningsarmbånd der de yngste dominerer. Når det gjelder tilgang til de andre teknologiene er det i hovedsak de yngste som har størst tilgang, spesielt til smarthøytalere og støvsugerroboter.

2.8.2 Holdninger og egne erfaringer med smart/tilkoplest teknologi

For å supplere bildet av hvordan eldre nordmenn forholder seg til smart/tilkoplest teknologi hjemme, benytter vi tall fra en kompletterende spørreundersøkelse gjennomført høsten 2024, knyttet til det SIFO-ledete prosjektet RELINK¹⁵, der enkelte indikatorer er utviklet i samarbeid med AI AGE-prosjektet. Dette datasettet (D4) tar for seg hele befolkningen (18 til 80 år), men har ikke representative tall for den eldste delen av befolkningen (81-100 år), slik de opprinnelige surveyundersøkelsene (D1, D2 og D3) vi benyttet har¹⁶.

¹⁵ <https://uni.oslomet.no/relink/>

¹⁶ Undersøkelsen er gjennomført som web-survey og ikke ved telefonintervjuer (som undersøkelsen i AI AGE), noe som betyr at alle respondentene har tilgang på internett. Tallene er her vektet for representativitet mht. alder og kjønn



Figur 2-50: Andel som har tilgang på ulike tilkoblede produkter/systemer, som svarer på følgende spørsmål: «Vi ønsker at du gjør følgende generelle vurderinger rundt de tilkoblede produktene / systemene du har oppgitt å ha i din husstand (gjelder ikke PC, mobil, nettbrett)». 60-80 år. Prosent, 2024 (N=945).

Figuren over viser erfaringer og holdninger med smart eller tilkoplede teknologi respondentene faktisk har tilgang til i aldersgruppen 60-80 år¹⁷. Hovedbildet er at denne aldersgruppen er godt fornøyd med de teknologiene de allerede benytter i egen hverdag. Hele 83 prosent mener teknologiene fungerer som de skal uten større feil, mens 79 prosent har god oversikt over mengden smart/tilkoplede teknologi i hjemmet. Det er videre tre av fire (74 %) som føler at de i stor grad mestrer denne teknologien (23 % mener de mestrer den i svært stor grad), men én av tre (34 %) mener de trenger mer kunnskap, brukerstøtte eller verktøy for å håndtere tilkoblede produkter/ systemer på en bedre og sikrere måte. Det er 73 prosent som mener at disse teknologiene er nyttige for dem i hverdagen, og 70 prosent har god kontroll over teknologien. Det er også en stor andel (60 %) som mener produktene/systemene de bruker er trygge med tanke på sikkerhet og personvern, og kun 7 prosent mener de i liten grad er trygge.

Selv om mye er positivt er det samtidig 41 prosent som mener at de tilkoblede produktene gjør dem (og husstanden) mer sårbare og avhengige av å være digitale, fordi de konstant er koplet til internett. Det er videre rundt to av fem (38 %) som jevnlig gjør tiltak som å endre passord, gjennomgå innstillinger og oppdatere programvare for å sikre at tilkoblede produkter/ systemer fungerer trygt og sikkert.

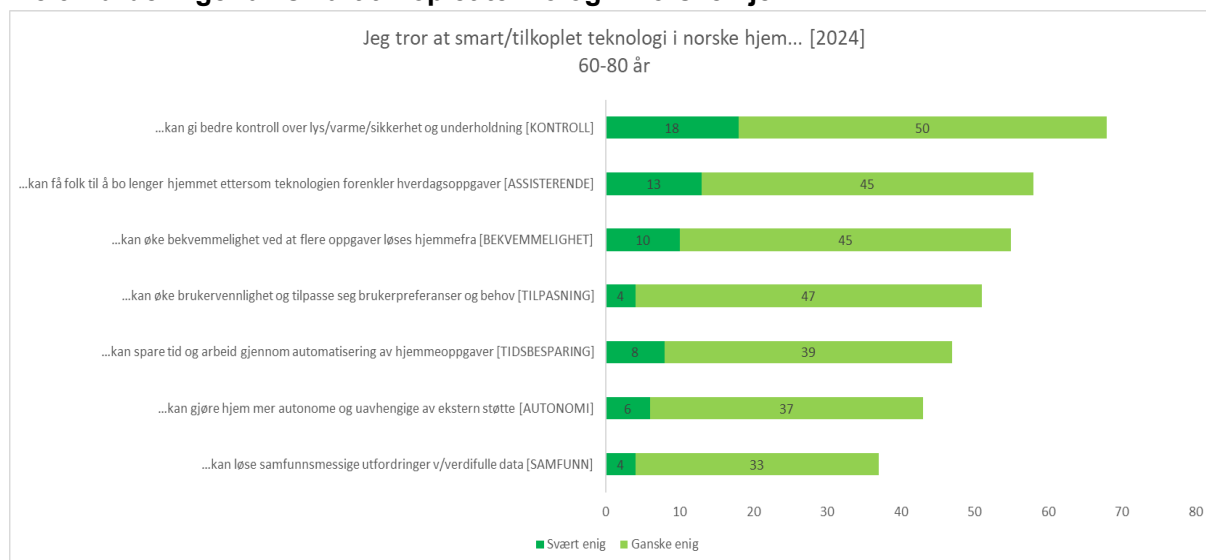
Utover dette er det 40 prosent¹⁸ som engstelige for at sikkerhetssituasjonen i verden skal gjøre de tilkoblede/smarte produktene deres mindre trygge, f.eks. på grunn av fare for cyberangrep fra ondsinnede stater. Det er også 53 prosent som hevder de bevisst unngår å kjøpe smart/tilkoplede teknologi fra enkelte land, som f.eks. Kina (34 prosent svarer at de i «svært stor grad» unngår dette). Samtidig har 52 prosent i stor grad tillit til at smarte/tilkoblede systemer som selges fra

¹⁷ Oversikt over disse teknologiene vises ikke her. Det er 945 respondenter som svarer på dette, noe som betyr at 95 % har tilgang til en eller flere tilkoblede/smarte teknologier.

¹⁸ Viser ikke i figuren

norske leverandører¹⁹ er trygge, og 57 prosent har tillit til at slike produkter som selges i norske butikker²⁰ er trygge.

2.8.3 Vurderinger av smart/tilkoplest teknologi i norske hjem

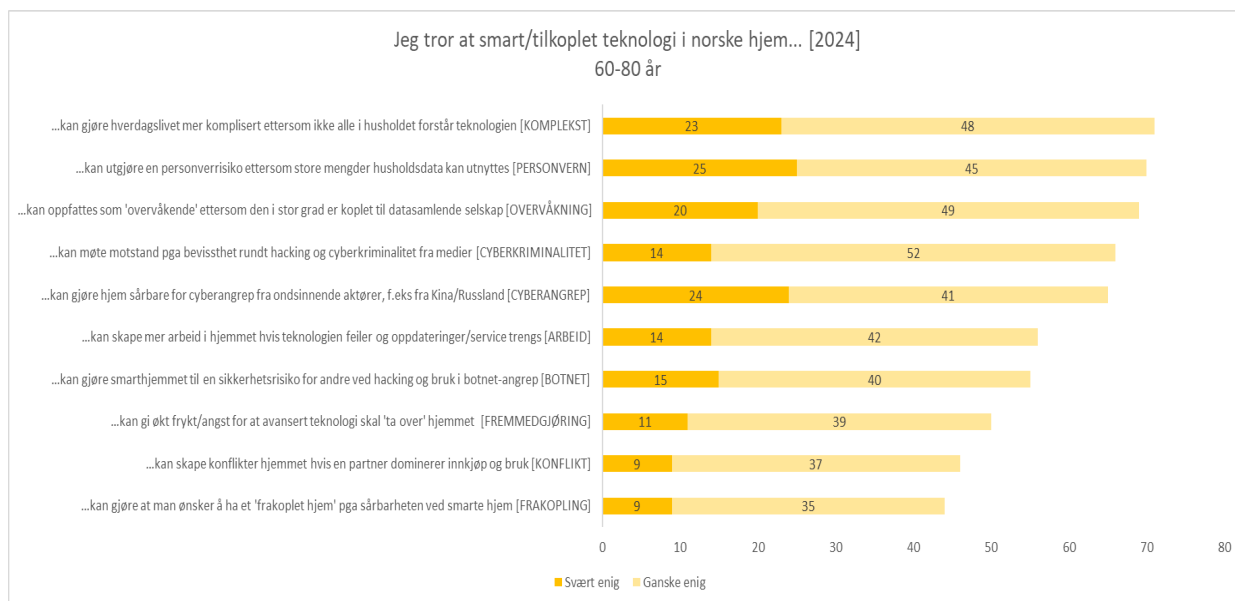


Figur 2-51: Andel som svarer på følgende spørsmål: «Norske hjem blir fylt av stadig mer teknologi, som også er koblet til internett (tilkoplest) og som delvis kan operere på egen hånd (smart og automatisert). I hvilken grad vil du si deg enig eller uenig i følgende påstander? Jeg tror smart / tilkoplest teknologi i hjemmet ...». 60-80 år. Prosent, 2024 (N=1005).

I figuren over benytter vi igjen datasett D4, der vi har samlet en rekke påstander om hvordan de eldre (60-80 år) mener smart/tilkoplest teknologi kan påvirke norske hjem mer generelt. Det er 68 prosent som mener at slik teknologi kan gi husstandene **bedre kontroll** over lys, varme, sikkerhet og underholdning hjemme. Nesten seks av ti (58 %) mener teknologien kan bidra med assistanse og dermed få folk til å **bo lenger hjemme**. Det er også mange (55 %) som støtter tanken om at denne type teknologi kan gi økt **bekvemmelighet** ettersom mange oppgaver/tjenester kan løses hjemmefra. 51 prosent mener videre at smart teknologi kan øke **brukervennligheten** ved å bidra med bedre tilpasning til brukerpreferanser. **Tidsbesparing** anses også som en mulig positiv effekt av 47 prosent i alderen 60-80 år, i tillegg til større grad av **autonomi og uavhengighet** (43 %). Det er samtidig en relativt stor andel (37 %) som mener at smart/tilkoplest teknologi i norske hjem kan bidra med verdifulle data til å **løse samfunnsmessige utfordringer**. I motsatt ende er 20 prosent uenig i en slik mulighet/ løsning.

¹⁹ F.eks. Sector Alarm, Futurehome, Tibber, osv.

²⁰ F.eks. Elkjøp, Clas Ohlson, Power, IKEA, osv.



Figur 2-52: Andel som svarer på følgende spørsmål: «Norske hjem blir fylt av stadig mer teknologi, som også er koblet til internett (tilkoplede) og som delvis kan operere på egen hånd (smart og automatisert). I hvilken grad vil du si deg enig eller uenig i følgende påstander? Jeg tror smart / tilkoplede teknologi i hjemmet ...». 60-80 år. Prosent, 2024 (N=1005).

Selv om mange i alderen 60-80 år er positive til det smart/tilkoplede teknologi kan bidra med, er det en rekke utfordringer flere er bekymret for. I størst grad er det knyttet bekymring til at slik avansert teknologi ikke bare forenkler hverdagen, men også kan gjøre den **mer komplisert** for husstandsmedlemmer som ikke forstår teknologien. Hele 71 prosent mener dette er en utfordring. Hvis vi fortsetter med utfordringer i hjemmet, er det 56 prosent som tror smart teknologi kan skape **mer arbeid i hjemmet**, fordi teknologien trenger oppdateringer og service dersom den feiler. Det er også en betydelig andel av 60-80-åringene som mener at **konflikter kan oppstå i hjemmet** dersom det viser seg at én partner dominerer både innkjøp og bruk av teknologien (46 %).

Tar vi for oss personvern- og sikkerhetsutfordringer, er det en svært høy andel 60-80-åringene (70 %) som mener at omfattende innsamling av husstandsdata gjennom tilkoplede teknologi kan utgjøre en **personvernsrisiko**, og at den kan oppfattes som **overvåkende** (69 %) fordi teknologien i stor grad er koplet til selskaper som samler inn og bruker personlige/ husstandsdata. Videre mener en stor andel at smart/tilkoplede teknologi kan møte **motstand** fordi bevisstheten om hacking og cyberkriminalitet øker i befolkningen (66 %), og at hjem kan bli sårbare for **cyberangrep** fra ondsinnede aktører, f.eks. fra Russland og Kina (65 %). Det er også en stor andel som vurderer det tilkoplede hjemmet som en sikkerhetsrisiko i seg selv, dersom hjemmet blir hacket og «tatt over», slik at det kan brukes i **botnet-angrep** mot andre personer, hjem eller institusjoner (55 %).

Til slutt er det rundt halvparten i alderen 60-80 år som mener smart og tilkoplede teknologi i norske hjem kan bidra til økt frykt eller angst for at avansert teknologi skal «**ta over hjemmet**» (50 %). Det er også en relativt stor andel som antar at sårbarheten smarte/tilkoplede hjem utgjør kan medføre at flere ønsker seg et mer «**frakoplet hjem**» (44 %).

2.9 Kunstig intelligens

I denne delen av rapporten trekker vi inn hvilket forhold eldre har til utviklingen av kunstig intelligens. Som i forrige kapittel supplerer vi de opprinnelige komparative undersøkelsene D1 (2014), D2 (2018), og D3 (2025) med tall fra den kompletterende spørreundersøkelsen D4, tilknyttet RELINK-prosjektet²¹, som ble gjennomført høsten 2024.

I tillegg benyttes tall fra en ny spørreundersøkelse gjennomført i mars 2025, som hovedsakelig fokuserer på kunstig intelligens (D5). Denne er også utformet i dialog mellom RELINK-prosjektet og AI AGE-prosjektet. Dette datasettet tar for seg hele befolkningen, inkludert en yngre aldersgruppe (15-17 år). Dermed dekker undersøkelsen aldersgruppen 15 til 80 år. Undersøkelse D5 har på samme måte som D4 heller ikke representative tall for den eldste delen av befolkningen (81-100 år)²², slik de innledende undersøkelsene (D1, D2 og D3) har. I figurene fra undersøkelse D4 og D5 vises andeler totalt sammenliknet med aldersgruppen 60-80 år.



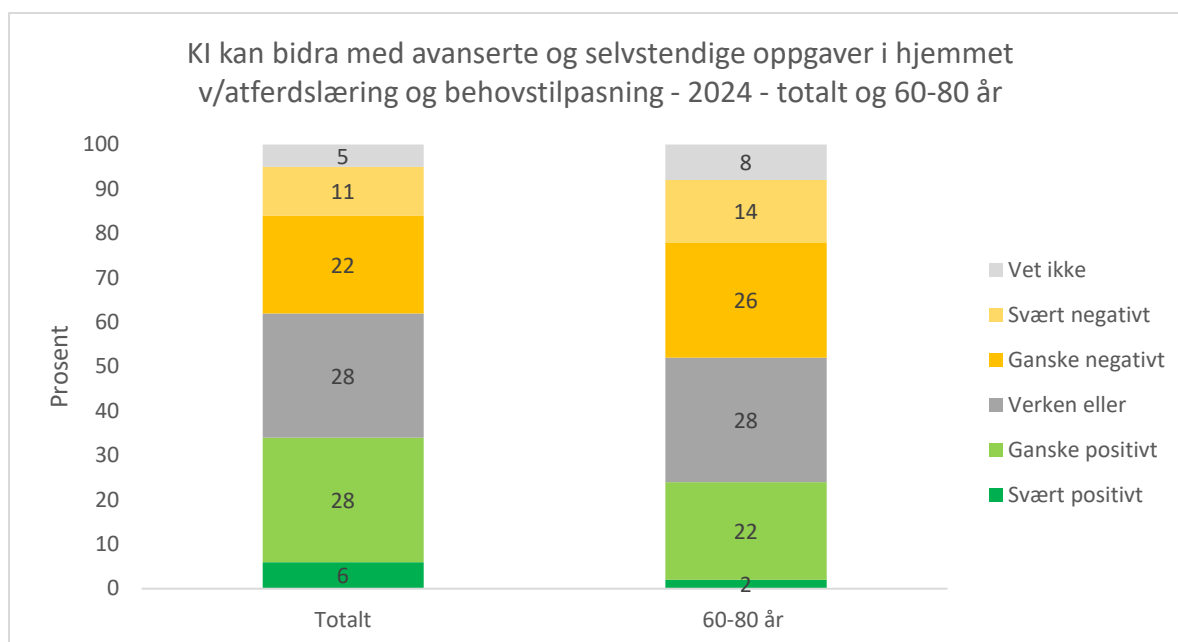
Kilde: www.linkedin.com/pulse/future-ai-agents-revolutionizing-interaction-bayram-eker-t3wof/

2.9.1 Bruk av kunstig intelligens hjemme

I dette underkapitlet tar vi for oss tall fra spørreundersøkelse D4, gjennomført i 2024, som tar for seg spørsmål om tilkoblede/smarte hjem og kunstig intelligens. I figurene under ser på hvilke muligheter og risiko respondentene ser for seg ved bruk av KI i hjemmet.

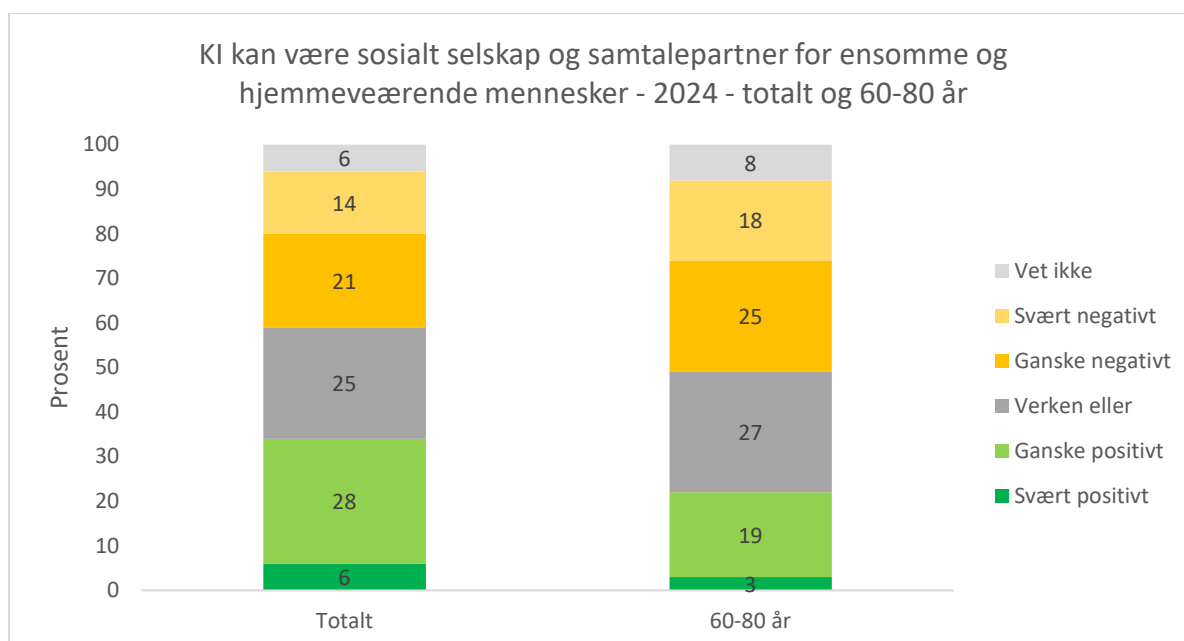
²¹ <https://uni.oslomet.no/relink/>

²² Undersøkelsen er gjennomført som web-survey og ikke ved telefonintervjuer (som undersøkelsen i AI Age), noe som betyr at alle respondentene har tilgang på internett. Tallene er også vektet for representativitet mht. alder og kjønn



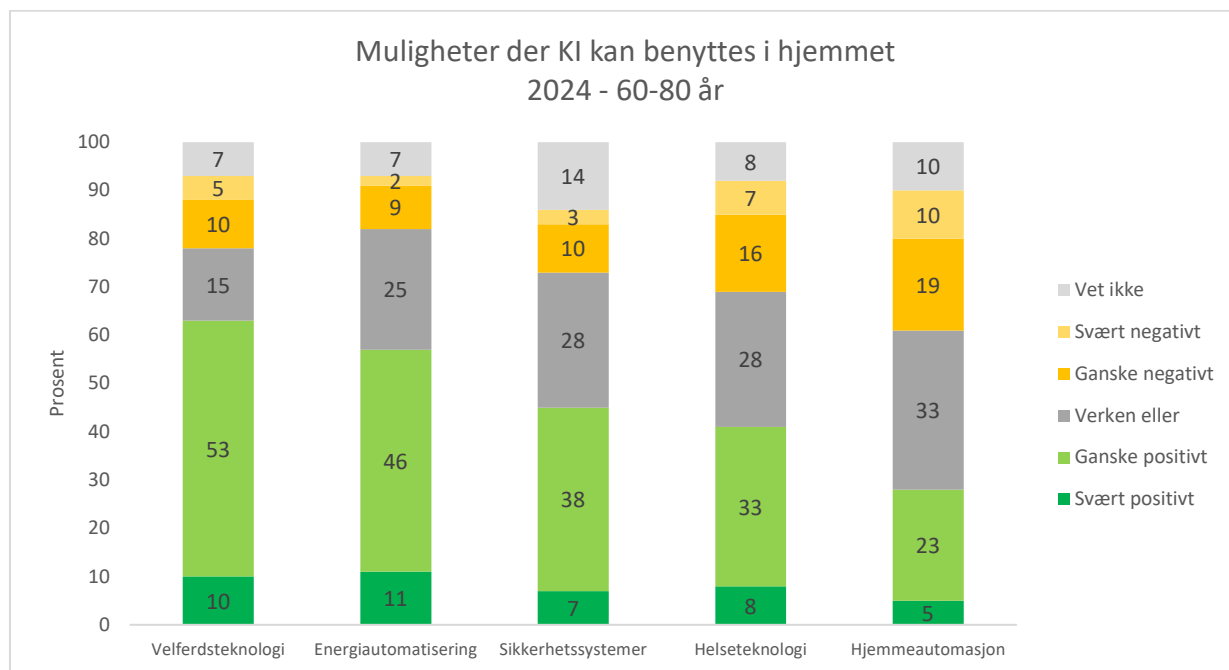
Figur 2-53: Andel som svarer på følgende spørsmål: «Den siste tiden har det vært mye snakk om kunstig intelligens i mediene. Hva tenker du om en utvikling der kunstig intelligens i større grad kan bidra med avanserte og selvstendige oppgaver i hjemmet, ved å lære av husstandens atferd og tilpasse tjenester etter deres behov?» (D4). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2024 (N=1005).

Figuren over andeler totalt og i aldersgruppen 60-80 år som vurderer KI-støtte i hjemmet som enten positivt eller negativt. Her utdypes det at KI kan bidra med avanserte og selvstendige oppgaver i hjemmet, ved å lære av husstandens atferd og tilpasse tjenester etter deres behov. I aldersgruppen 60-80 år er det en noe lavere andel (24 %) som er positive til KI-støtte i norske hjem enn i befolkningen totalt (34 %). Det er også en høyere andel blant de eldre som er negative til KI-støtte hjemme (40 %) enn totalt sett (33 %).



Figur 2-54: Andel som svarer på følgende spørsmål: «Hva tenker du om at kunstig intelligens (KI) i større grad kan være sosialt selskap og samtalepartnere for mennesker som er mye hjemmeværende eller ensomme (f.eks. sosiale roboter eller stemmeassistenter)?» (D4). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2024 (N=1005).

I figuren over ser vi hvordan befolkningen generelt og de i alderen 60-80 år vurderer KI (f.eks. sosiale roboter eller stemmeassistenter) som sosialt selskap og samtalepartnere for ensomme og hjemmевærende mennesker. Igjen er det en lavere andel blant 60-80-årsgruppen (22 %) enn totalt sett (34 %) som er positive til KIs selskapspotensiale. I totalgruppen er det like mange som negative (35 %) som positive, men det er en større andel som er svært negative (14 %) enn som er svært positive (6 %). I den eldste gruppen er det også en stor andel som er negative til KIs sosiale tilstedeværelse (43 %), og 18 prosent av disse er svært negative (mot 3 % svært positive).



Figur 2-55: Andel som svarer på hva de synes om følgende muligheter der kunstig intelligens (KI) kan benyttes i hjemmet (D4). 60-80 år. Prosent, 2024 (N=1005).

Over ser vi på hva eldre (60-80 år) tenker om ulike muligheter der kunstig intelligens kan benyttes i hjemmet i en samlet figur.

Den største andelen eldre er positive til å benytte KI i **velferdsteknologi**. Her ble det presisert at KI kan hjelpe eldre og de med funksjonsnedsettelse å bo lenger hjemme, f.eks. ved at KI overvåker medisiner, skreddersyr påminnelser til oppgaver eller avtaler, eller avdekker uheldige hendelser hos demenspasienter gjennom læring av beboeres atferd. Hele 63 prosent er positive til slike løsninger, mens 15 prosent er negative, og 22 prosent har ingen sterk mening ('verken eller', eller 'vet ikke').

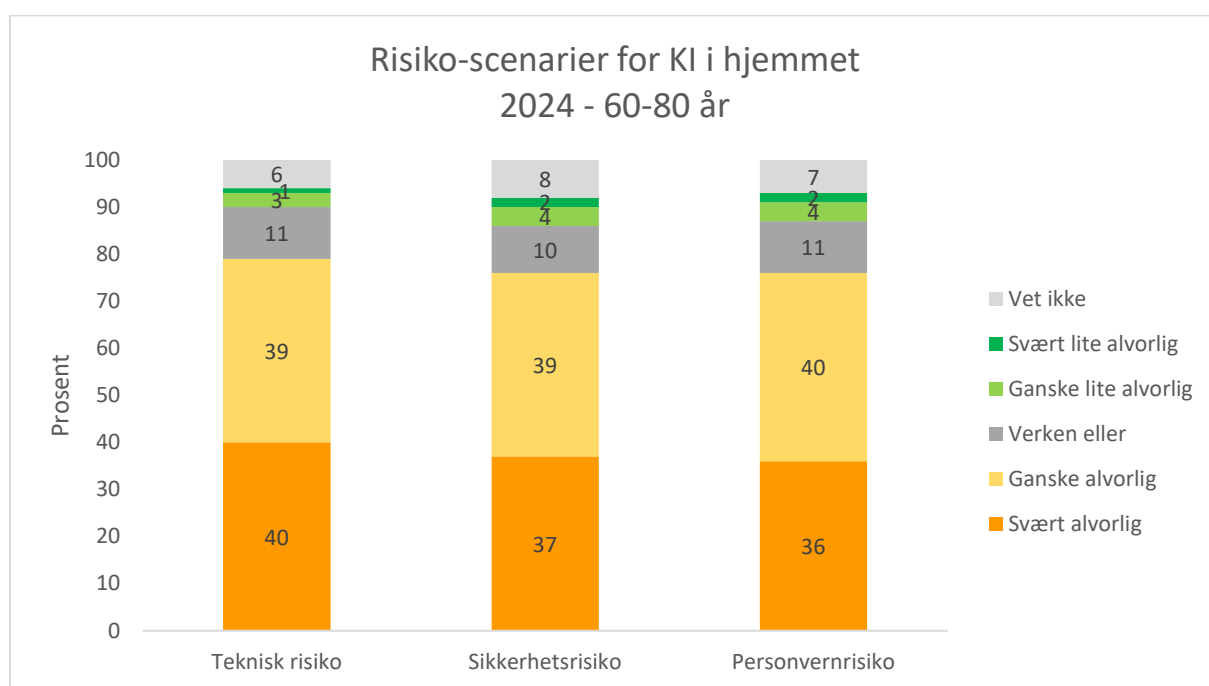
Deretter følger KI til **energiautomatisering**. Her ble det forklart at KI kan bidra til å redusere strømforbruket, f.eks. ved at en KI-algoritme lærer seg hverdagsrutiner i hjemmet og styrer lys, varme og strømforbruk basert på denne læringen. Det er 57 prosent som stiller seg positive til dette, og kun 11 prosent er negative, mens 32 prosent ikke har noe sterk mening.

Videre er relativt mange positive til KI i **sikkerhetssystemer**. Det ble forklart at KI kan bidra til økt sikkerhet i hjemmet, f.eks. ved at en KI-algoritme lærer seg rutiner som kan avdekke mistenkelig aktivitet, som at døren åpnes på uvante tidspunkt. 45 prosent viser seg å være positive og 13 prosent negative, mens hele 42 prosent ikke har noen sterk mening om slike løsninger.

Når det gjelder **helseteknologi**, ble det informert om at KI kan bidra til bedre helse, f.eks. ved at KI analyserer data fra smartvekter og aktivitetsmålere og gir personlige helseanbefalinger,

treningsrutiner eller måltidsplaner. Det er 41 prosent som er positive til KI i slike helseløsninger, mens 23 prosent er negative. Igjen er det en stor andel som ikke har noen sterk mening (36 % 'verken eller', eller 'vet ikke').

KI til **hjemmeautomasjon** er den muligheten de i alderen 60-80 år er minst positive til. Her ble det forklart at kunstig intelligens kan bidra til å automatisere oppgaver og kontrollsystemer hjemme, f.eks. ved at en KI-algoritme kan tilpasse lys etter visse tidspunkt eller til enkeltpersoners humør. Det er 28 prosent som er positive til slike løsninger, men nesten like mange er negative (29 %). Igjen er det en stor andel som ikke har noen sterk mening (43 % 'verken eller' eller 'vet ikke').



Figur 2-56: Andel som svarer på «Hvordan ser du på mulige konsekvenser av ulike risiko-scenarier knyttet til bruk av kunstig intelligens i hjemmet?» (D4). 60-80 år. Prosent, 2024 (N=1005).

Når vi tar for oss hva aldersgruppen 60-80 tenker rundt ulike risiko-scenarier ved bruk av kunstig intelligens i hjemmet, er vurderingen av alvorlighetsgrad relativt lik for de tre scenariene som vises i figuren over.

Den marginalt største andelen mener at konsekvensene ved **teknisk sammenbrudd** kan bli alvorlige (79 %), og hele 40 prosent mener de kan bli svært alvorlige. Her ble respondentene informert om at omfattende bruk av KI-basert teknologi kan skape utfordringer for huseiere, dersom internett eller strøm faller bort og teknologien gjøres utilgjengelig, og dersom det ikke finnes analoge back-up systemer.

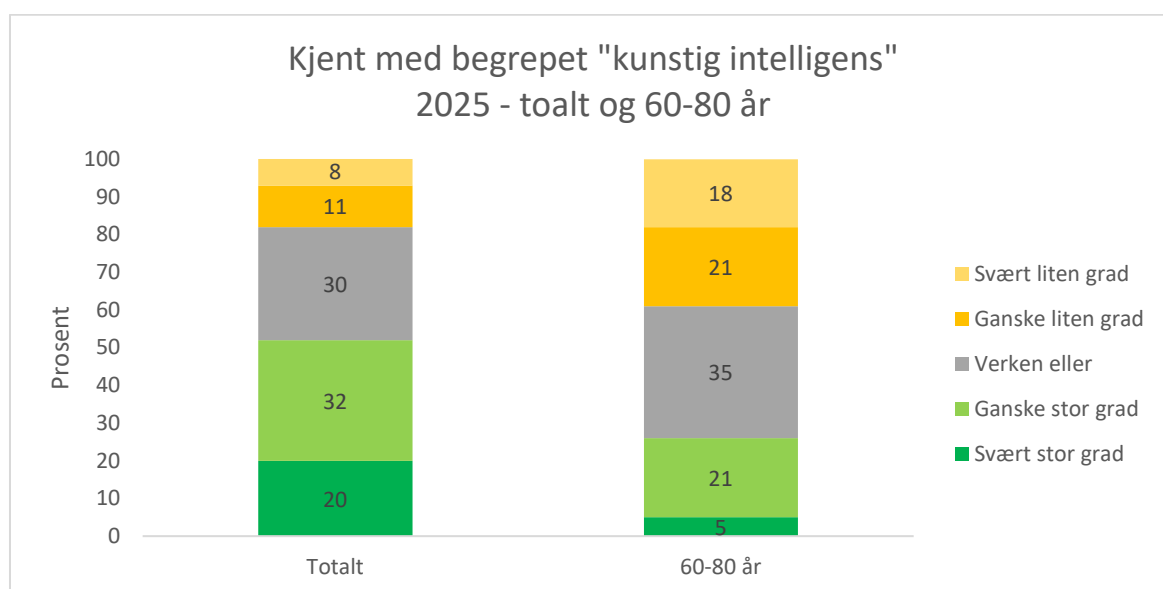
Videre er det 76 prosent som mener at konsekvensene ved **sikkerhetsrisiko** kan bli alvorlige, og 37 prosent mener konsekvensene kan bli svært alvorlige. Her ble det forklart at KI-basert teknologi kan utgjøre en stor sikkerhetsrisiko, f.eks. ved at ondsinnede aktører hacker teknologien for å få tilgang til smarthjem-nettverket, og dermed skaffe seg kontroll over dørlåser, sikkerhetskameraer, eller annet.

Tilsvarende mente 76 prosent at den potensielle alvorlighetsgraden ved **personvernrisiko** er høy, og 36 prosent vurderer mulige konsekvenser som svært alvorlige. Her ble det informert om

at bruk av KI-basert teknologi i hjemmet kan generere store mengder data om huseieres preferanser og atferd, og at slike data gjør huseiere sårbare dersom uvedkommende får tilgang til data eller ved at data misbrukes til formål som ikke er i huseiernes interesse.

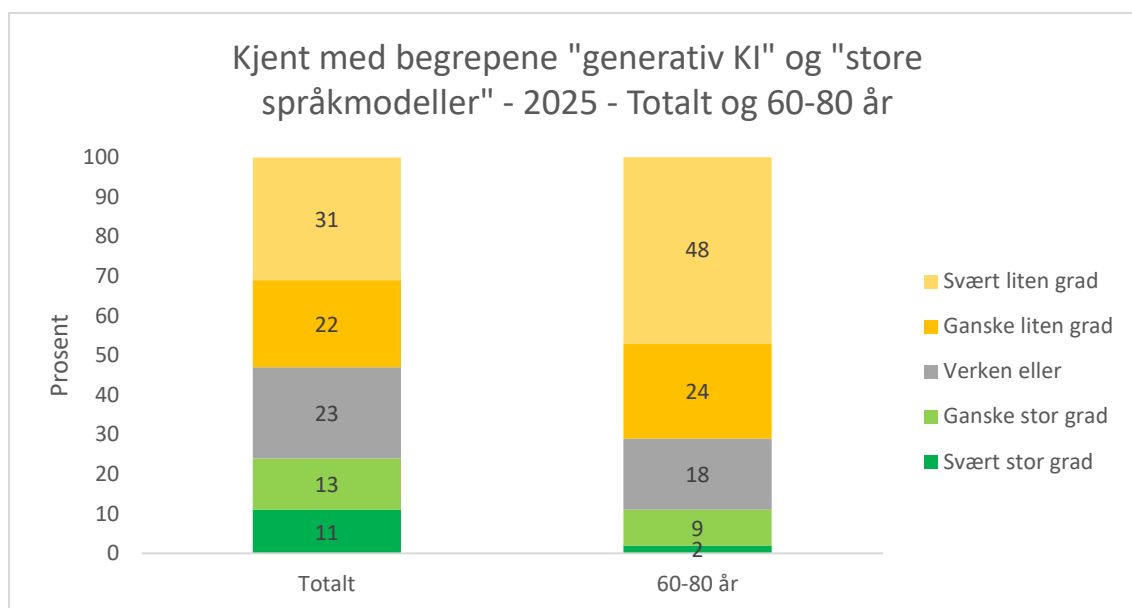
2.9.2 Kjennskap til og bruk av kunstig intelligens

I dette underkapitlet tar vi for oss tall fra spørreundersøkelse D5, gjennomført i mars 2025, som i hovedsak tar for seg spørsmål om kunstig intelligens. I figurene under ser på kjennskap til KI, bruk av KI-tjenester, hvilke muligheter og utfordringer respondentene ser for helse og eldre, og hva de tenker om KI-utviklingen fremover.



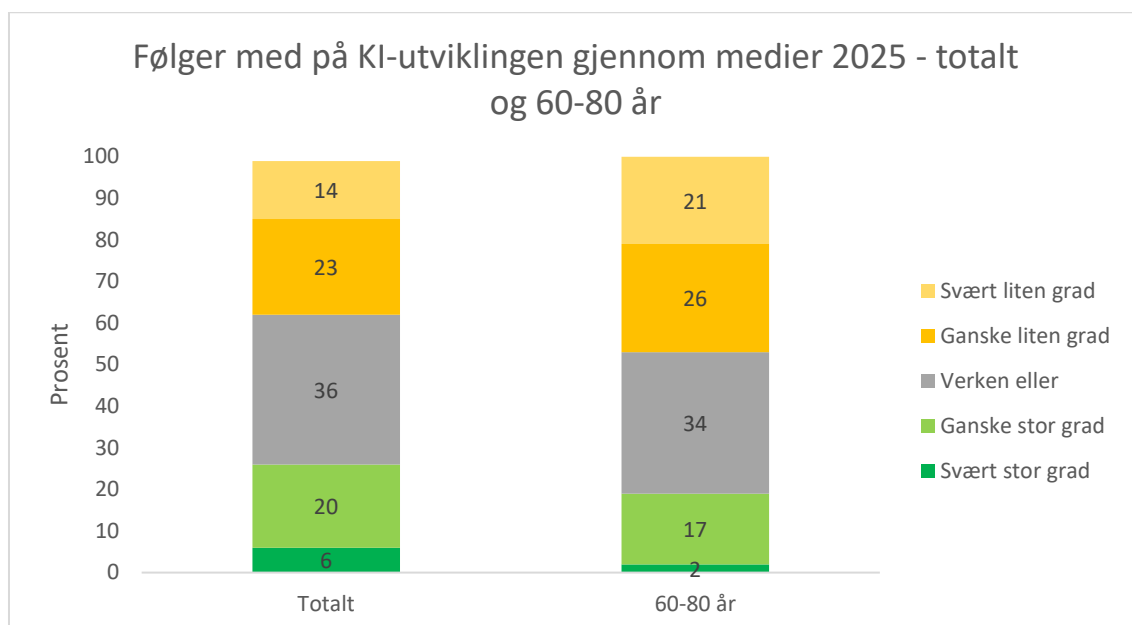
Figur 2-74: Andel som svarer på spørsmålet: «I hvilken grad er du kjent med begrepet 'kunstig intelligens?»» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Figuren over viser at i aldersgruppen 60-80 år er kjennskapen til begrepet kunstig intelligens langt lavere (26 %) enn i befolkningen totalt sett (52 %). Her har vi spurt om en egenvurdering av kjennskap til begrepet, og ikke om de har hørt om begrepet. Det er i motsatt ende er det 39 % i alderen 60-80 år som i liten grad er kjent med begrepet, og 35 prosent har ikke tatt et tydelig standpunkt.



Figur 2-75: Andel som svarer på spørsmålet: «I hvilken grad er du kjent med begrepene 'generativ kunstig intelligens' og 'store språkmodeller'?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

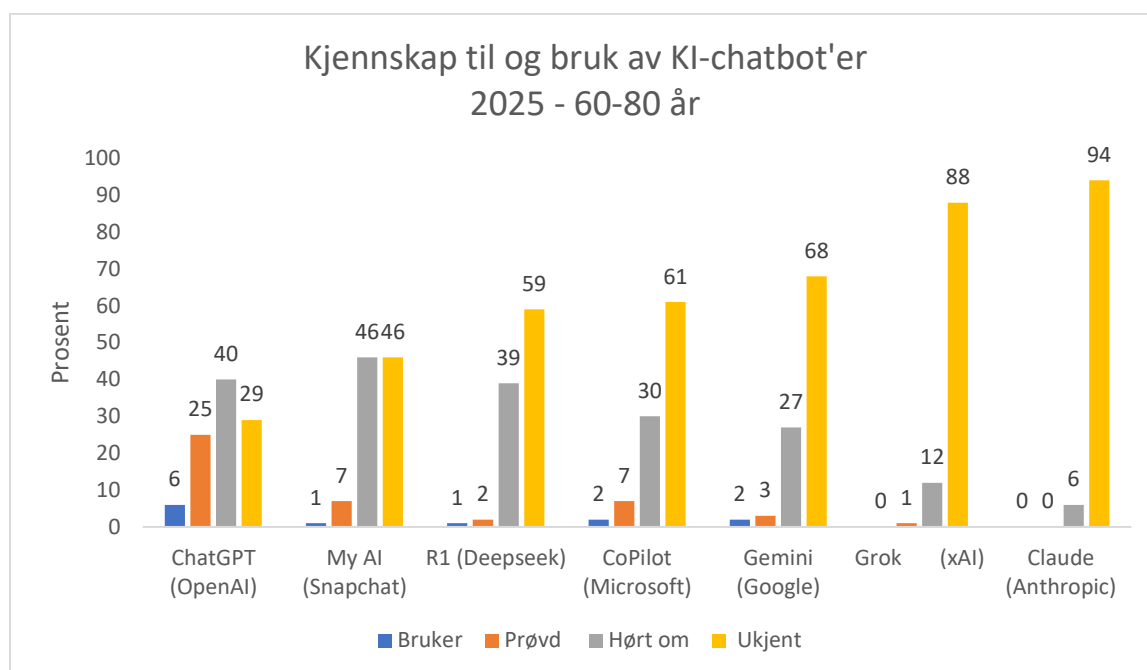
Når det gjelder begrepene «generativ kunstig intelligens» og «store språkmodeller», som har vært mye omtalt i mediene den siste tiden, er kjennskapen langt lavere enn for begrepet kunstig intelligens mer generelt. Det er 11 prosent i alderen 60-80 år som i stor grad kjenner til disse begrepene, mot 24 prosent totalt sett. Det er 72 prosent i den eldste gruppen som sier de i liten grad kjenner til begrepene, mot 53 prosent totalt.



Figur 2-76: Andel som svarer på spørsmålet: «I hvilken grad følger du med på utviklingen av kunstig intelligens gjennom mediene?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Kunstig intelligens har vært mye omtalt i mediene de siste årene, også mer spesialiserte begrep som chatbot'er, generativ kunstig intelligens og store språkmodeller. Likevel vil det variere i hvilken grad befolkningen har fått med seg dette, eller viser interesse for denne type teknologitematikk. Figuren over viser at rundt én av fem (19 %) i aldersgruppen 60-80 år i stor

grad følger med på KI-utviklingen i mediene, mens rundt én av fire (26 %) totalt sett gjør det samme.

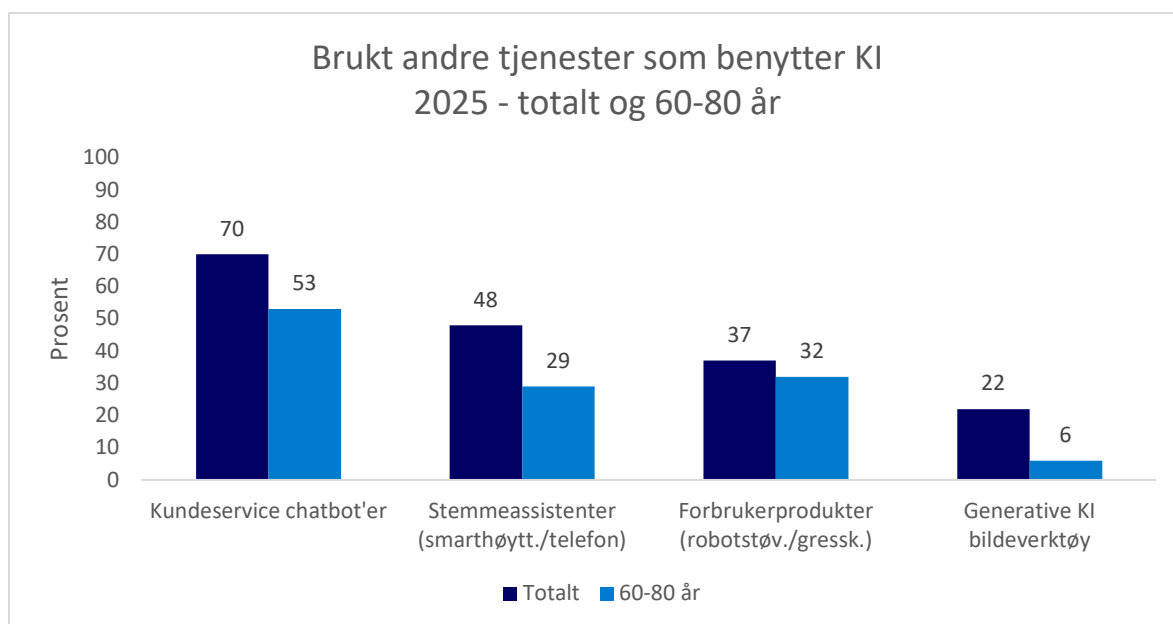


Figur 2-77: Andel som svarer på spørsmålet: «Har du hørt om følgende KI-chatbot'er, og hvilke har du prøvd ut?» (D5). 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Figuren over viser et utvalg av forbrukerorienterte KI-chatbot'er, som er omtalt i mediene, og 60-80-åringers relasjon til disse. Det viser seg at ChatGPT, ikke overraskende, er den mest kjente chatbot'en. Det er seks prosent av de eldre som regelmessig bruker ChatGPT, mens 25 prosent har prøvd den ut, og ytterligere 40 prosent har hørt om den. For rundt én av tre (29 %) er chatbot'en ukjent. Til sammenlikning er det 26 prosent i befolkningen som bruker ChatGPT regelmessig.



Av de andre chatbot'ene er andelen aktive brukere svært lav. Det er to prosent som bruker Copilot fra Microsoft regelmessig (7 % har prøvd den ut), og like mange bruker Gemini fra Google regelmessig (3 % har prøvd den ut). Det er én prosent som bruker My AI fra Snapchat regelmessig (7 % har prøvd den ut) og like mange bruker R1 fra DeepSeek regelmessig (2 % har prøvd den ut). Grok fra xAI og Claude fra Anthropic er lite brukt. Det er 12 prosent i alderen 60-80 år som hevder de har hørt om Grok, mens seks prosent har hørt om Claude.

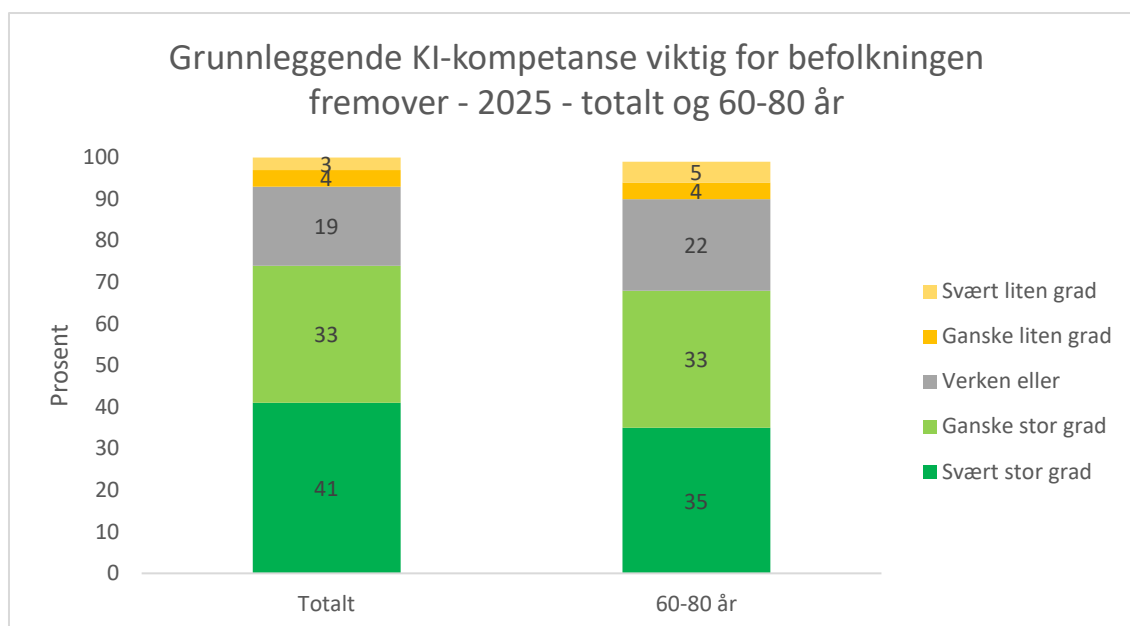


Figur 2-78: Andel som svarer på spørsmålet: «Har du brukt andre tjenester som benytter kunstig intelligens?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Figuren over viser i hvilken grad 60-80-åringene benyttet andre typer KI-tjenester. Dette kan være kundeservice-chatbot'er hos bedrifter og offentlige tjenester (53 %), eller stemmeassistenter, f.eks. på smarthøytalere eller smarttelefon (29 %). Det er 32 prosent av de eldre som har vært i kontakt med kunstig intelligens gjennom forbrukerprodukter som robotstøvsugere og robotgressklippere, mens 6 prosent har benyttet kunstig intelligens gjennom generative KI-verktøy som lager bilder, som Midjourney eller Dall-E. Vi ser at bruken i befolkningen generelt ligger noe høyere på alle de fire kategoriene, og spesielt på generative bildeverktøy.

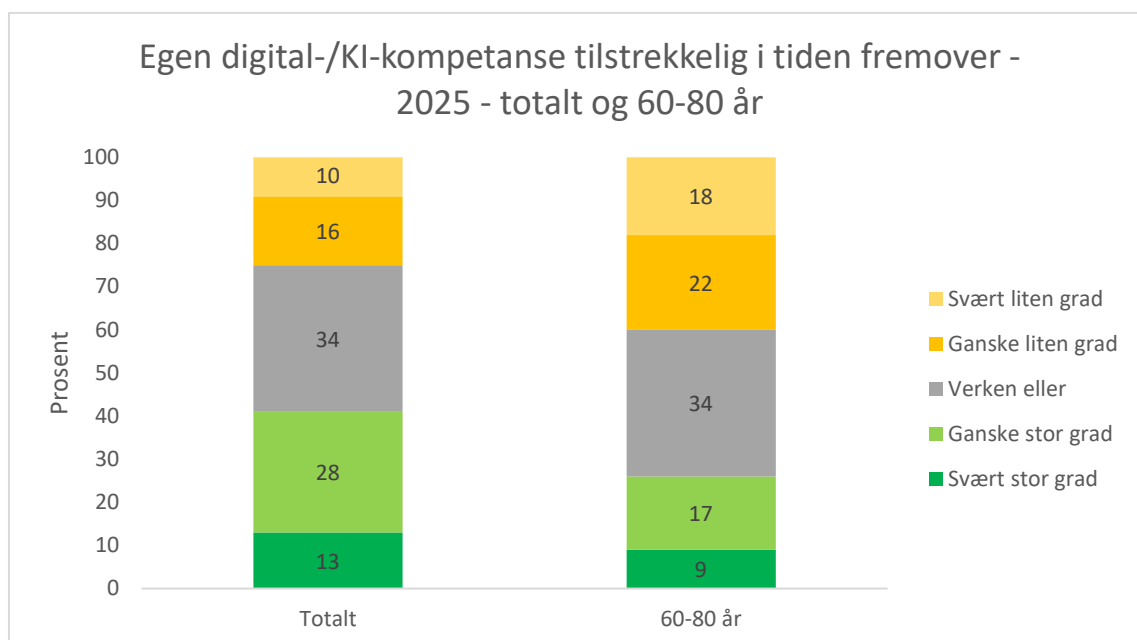
2.9.3 Kunstig intelligens – kompetanse og kompetansebehov

Så langt har vi sett på kjennskap til KI-begreper og konkrete KI-tjenester, samt bruken av disse. I dette kapitlet tar vi for oss hvilke kompetansebehov aldersgruppen 60-80 år ser for seg i og med den raske utviklingen av kunstig intelligens.



Figur 2-79: Andel som svarer på spørsmålet: «I hvilken grad tror du grunnleggende KI-kompetanse (det å forstå, bruke og kritisk reflektere rundt KI) vil være viktig for befolkningen i tiden fremover?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Figuren over viser at det er stor enighet om viktigheten av grunnleggende KI-kompetanse i befolkningen i tiden fremover. Dette innebærer både å forstå, bruke og kritisk reflektere rundt bruken av kunstig intelligens. I aldersgruppen 60-80 år mener 68 prosent at dette i stor grad er viktig (35 % i svært stor grad), mens 74 prosent totalt sett mener dette i stor grad er viktig (41 % i svært stor grad).

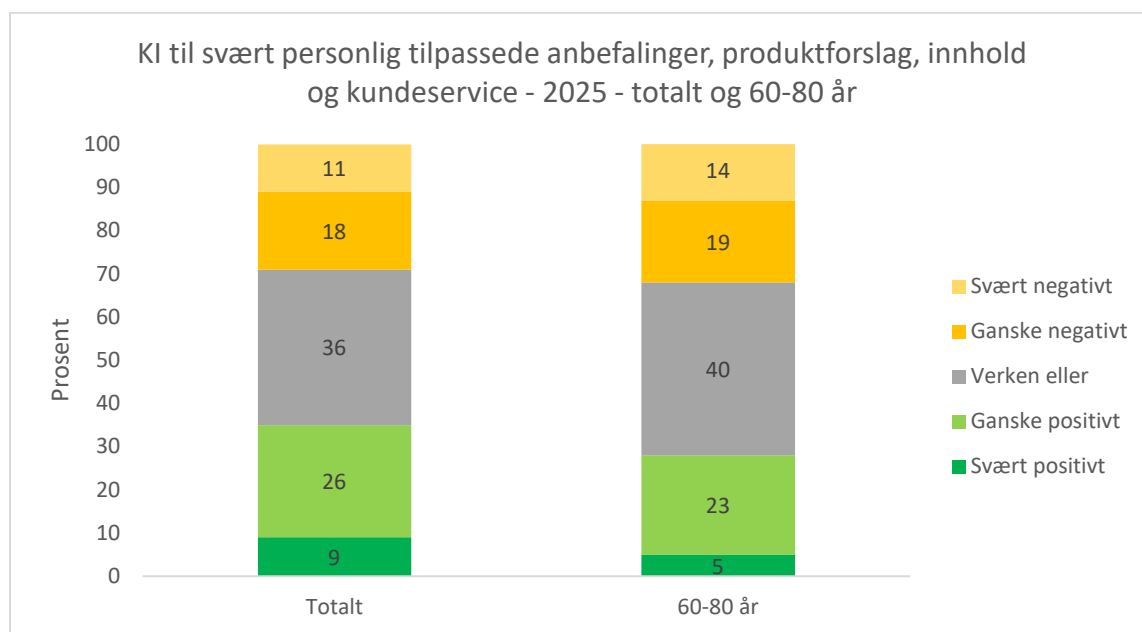


Figur 2-80: Andel som svarer på spørsmålet: «I hvilken grad mener du din egen digitale kompetanse er tilstrekkelig til å møte den raske teknologiske utviklingen fremover, inkludert KI-utviklingen?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Når vi ser på hva respondentene mener om sin egen digitale kompetanse, er det bare 26 prosent i aldersgruppen 60-80 år som mener kompetansen deres per i dag er tilstrekkelig, mens 40 prosent mener den i liten grad er tilstrekkelig til å holde tritt med den raske utviklingstakten. I befolkningen generelt er det 41 prosent totalt sett som mener kompetansen i stor grad er tilstrekkelig til å møte den raske teknologiske utviklingen fremover, inkludert KI-utviklingen, mens 26 prosent i liten grad mener at deres egen digitale/KI-kompetanse er tilstrekkelig.

2.9.4 Muligheter med kunstig intelligens i hverdagen

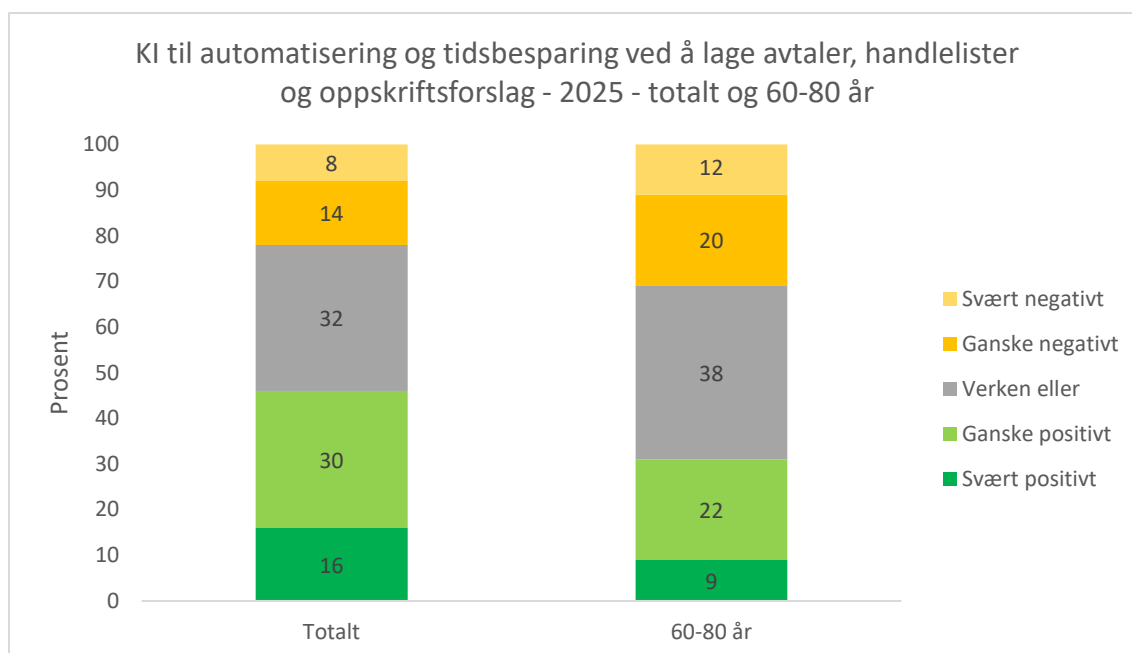
I dette underkapitlet ser vi nærmere på hva de eldre mener om bruk av KI i ulike hverdagslige kontekster, der KI antas å kunne bidra med personlig tilpasning, automatisering, tidsbesparing og hyperpersonalisering, i tillegg til at roboter kan hjelpe til hjemme.



Figur 2-81: Andel som svarer på spørsmålet: «Kunstig intelligens (KI) kan brukes på flere måter. Hva tenker du om følgende muligheter: Når forbrukere skal handle kan KI analysere store datamengder og gi svært personlig tilpassede anbefalinger, produktforslag, innhold og kundeservice» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

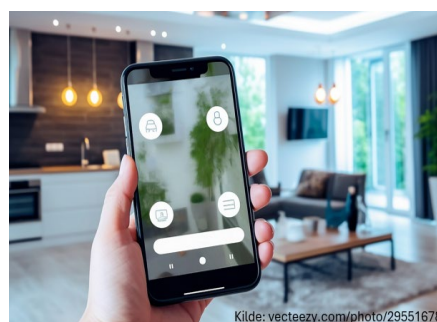
Figuren over viser at det er en relativt liten andel 60-80-åring (28 %) som er positive til at KI kan bidra til **personlig tilpasning**, ved å analysere store datamengder og gi svært personlig tilpassede anbefalinger, produktforslag og kundeservice, mens en noe større andel (35 %) totalt sett i befolkningen er positive til dette.

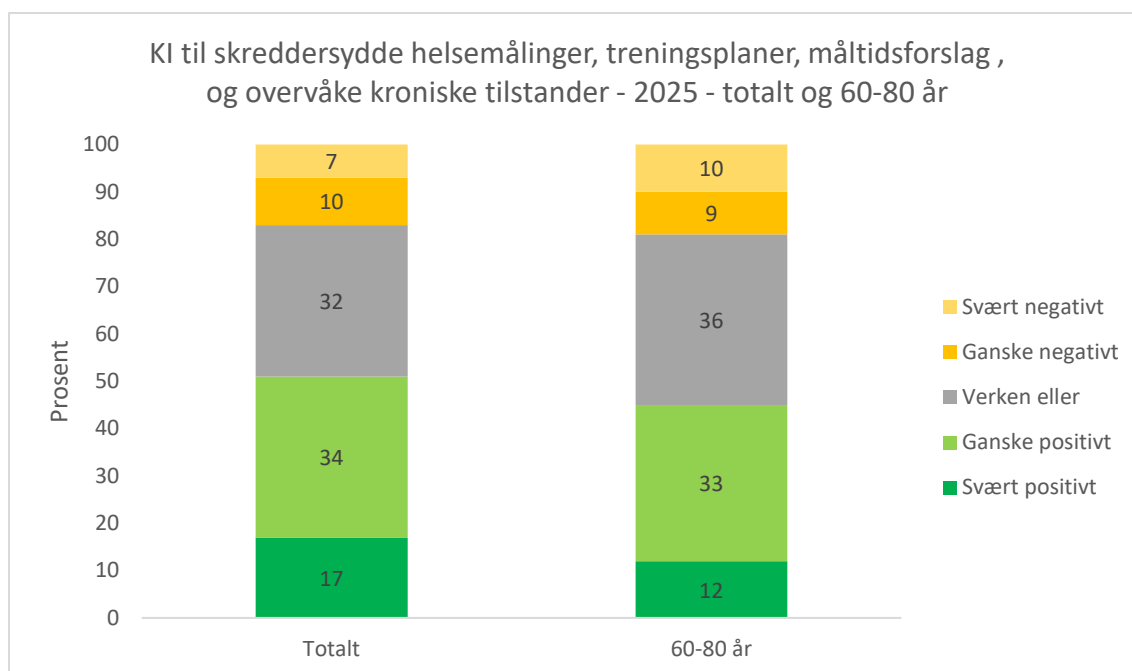
Det er 29 prosent som er negativt innstilt blant 60-80-åring, mens 36 prosent ikke har tatt et tydelig standpunkt til bruk av KI til svært individuell tilpasning.



Figur 2-82: Andel som svarer på spørsmålet: «Kunstig intelligens (KI) kan brukes på flere måter. Hva tenker du om følgende muligheter: KI-verktøy kan automatisere rutineoppgaver og spare tid for husholdningen, som å lage avtaler, handlelister og foreslå måltider» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

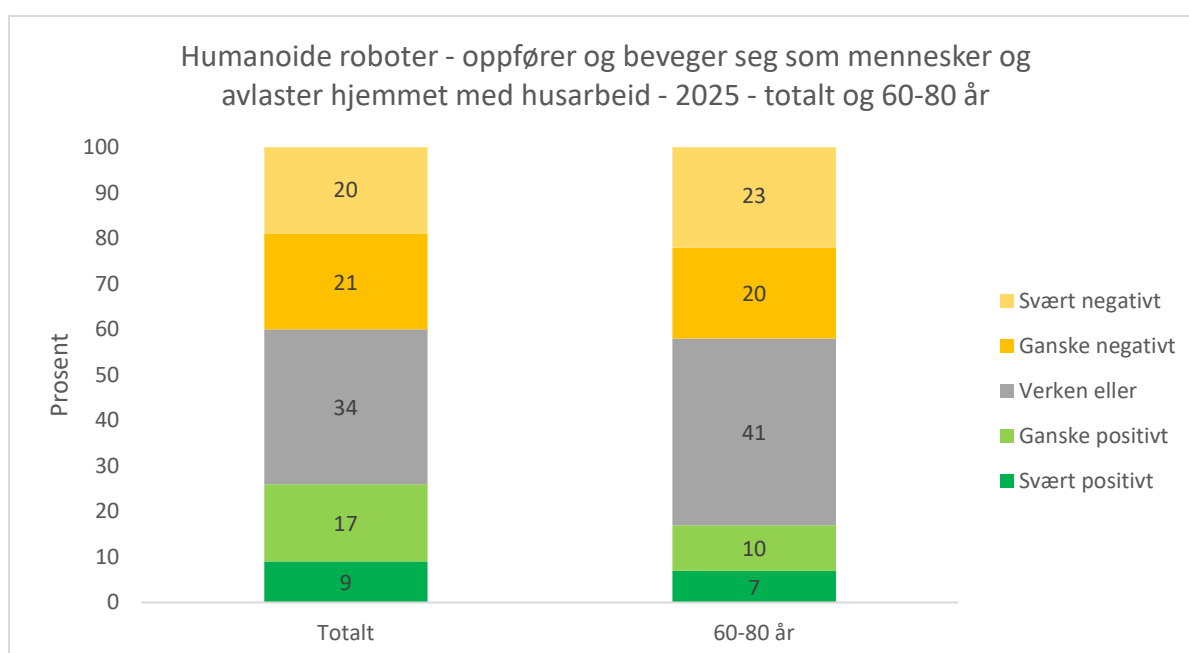
Ideen om at KI kan automatisere en del rutineoppgaver og dermed bidra med **tidsbesparing** for husholdningen, ved å hjelpe til med å lage avtaler, handlelister og oppskriftsforslag, blir i mindre grad positivt mottatt i den eldre aldersgruppen enn i befolkningen generelt; kun 31 prosent er positive til dette og like mange er negative (32 %). Her er det en stor andel (38 %) som ikke har tatt et aktivt standpunkt. I det totale utvalget er nesten halvparten (46 %) positive, mens 22 prosent er negative.





Figur 2-83: Andel som svarer på spørsmålet: «Kunstig intelligens (KI) kan brukes på flere måter. Hva tenker du om følgende muligheter: KI-apper kan hjelpe forbrukere med helsemålinger, lage skreddersydde treningsplaner, gi måltidsforslag basert på personlige helsebehov, og overvåke kroniske tilstander» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

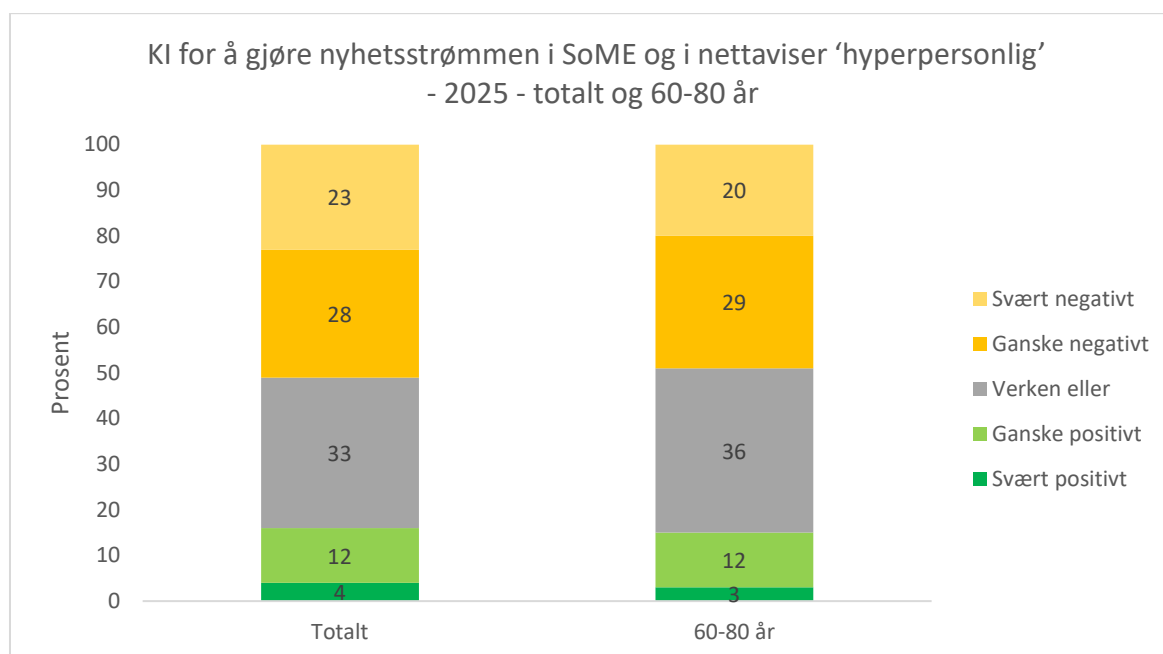
Når det gjelder KI-appers kapasitet til å bistå forbrukere med **personlig velferd**, gjennom helsemålinger, skreddersydde treningsplaner, måltidsplaner basert på helseprofil, og overvåking av kroniske tilstander, er en stor andel positive. Det er 45 prosent i alderen 60-80 år som stiller seg positive til denne type KI-løsninger, mot 51 prosent totalt sett. Andelen negativt innstilte er lav (hhv. 19 % for 60-80 år og 17 % totalt).



Figur 2-85: Andel som svarer på spørsmålet: «Kunstig intelligens (KI) kan brukes på flere måter. Hva tenker du om følgende muligheter: Det utvikles nå såkalte «humanoide» roboter (som NEO fra norske 1X)

som oppfører og beveger seg som mennesker. En slik robot kan trenes til å avlaste husholdet med å re senger, ta ut av oppvaskmaskinen, henge opp klær o.l.» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Det forskes på bruk av roboter i hjemmet²³, og respondentene ble informert om at det også utvikles såkalte «humanoide» roboter (som NEO fra norske 1X)²⁴ som oppfører og beveger seg som mennesker, og at en slik robot kan trenes til å avlaste husholdet med å re senger, ta ut av oppvaskmaskinen, henge opp klær o.l.». Flere aktører internasjonalt utvikler denne type humanoide hjemmeroboter for forbrukermarkedet. Figuren over viser at det er en relativt lav andel som er positive til dette blant 60-80-åringene (17 %), men 43 prosent er negative. Flere er positive totalt sett, men andelen er likevel relativt lav (26 %).



Figur 2-86: Andel som svarer på spørsmålet: «Flere sosiale medier-plattformer og aviser / nyhetsnettsteder benytter i økende grad KI for å gjøre innhold i nyhetsstrømmen 'hyperpersonlig' for brukerne» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

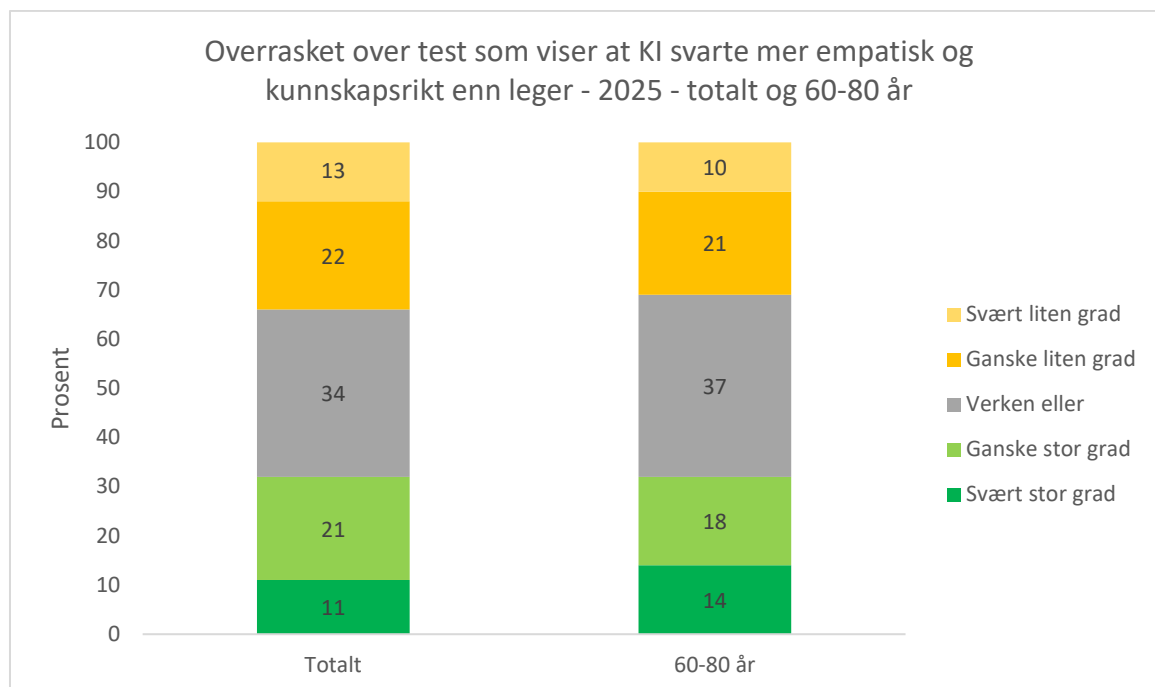
Figuren over viser hva respondentene tenker om at KIs bidrag til **hyperpersonalisering**, der nyhetsstrømmen i sosiale medier, og innholdet i nettaviser, gjøres enda mer personlig enn det er i dag. Det er bare 15 prosent i gruppen 60-80 år som er positive til økende grad av hyperpersonalisering, mens 49 prosent er negative. Det er omtrent likt som i befolkningen som helhet.

²³ Ref: <https://www.forskning.no/etikk-helsetjenester-kunstig-intelligens/mennesket-har-en-egenskap-som-ki-og-roboter-enna-ikke-har/2441774>

²⁴ Ref: <https://www.tekna.no/magasinet/norske-roboter-i-hjemmet/>

2.9.5 Tillit til kunstig intelligens innen helse

I dette underkapitlet ser vi på tilliten eldre har til bruk av KI i ulike helsekontekster, som helseinformasjon, skreddersydde diagnoser og personlig målrettet behandling, samt til lege-/behandlerstøtte og personlig støtte til et mer selvstendig liv.



Figur 2-87: Andel som svarer på spørsmålet: «En norsk studie sammenliknet svar fra leger og fra KI på helse-spørsmål. Testen viste at KI svarte mer empatisk og kunnskapsrikt enn legene. I hvilken grad overrasker dette deg?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

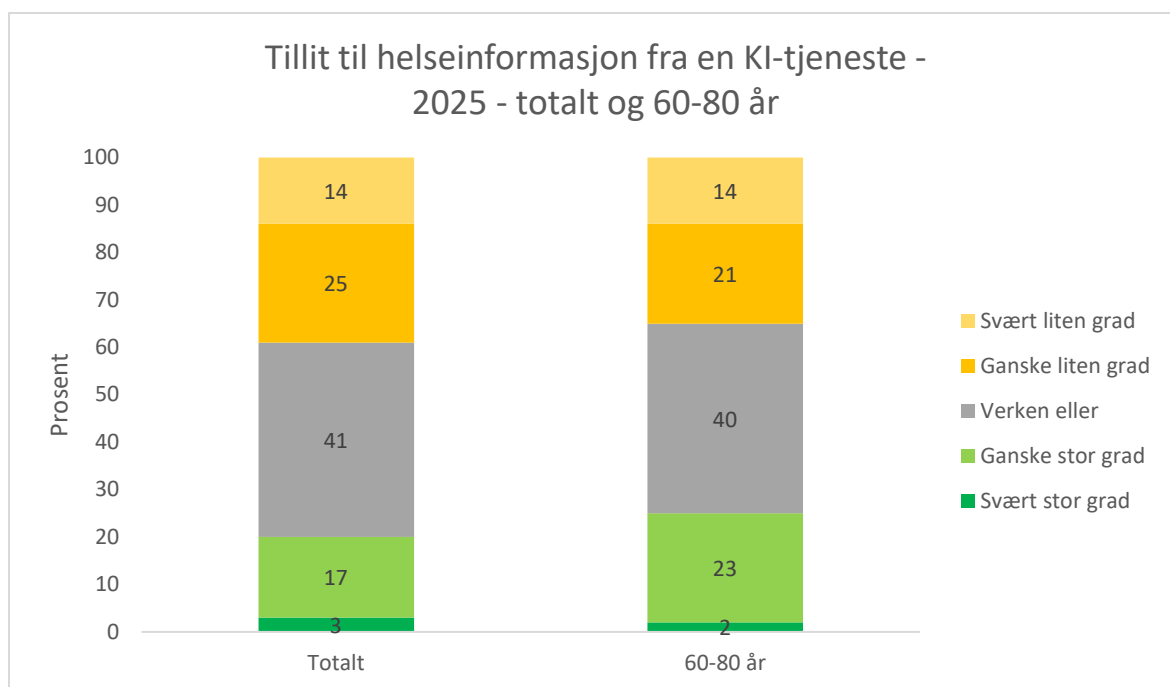
Respondentene ble forespeilet resultater fra en norsk undersøkelse, der en test viste at KI svarte mer empatisk og kunnskapsrikt enn legene som var med i undersøkelsen²⁵. Det er 32 prosent i alderen 60-80 år i vår undersøkelse som viser seg å være overrasket over dette, og som nok hadde sett for seg at legene ville svart mer empatisk enn en KI. Likevel har det blitt trukket frem at manglende «tekstlig» empati fra leger ikke er overraskende, fordi mange er stresset og lite tid²⁶. Det er 31 prosent av de eldre som ikke er overrasket over resultatet.



Kilde: <https://health.economictimes.indiatimes.com/>

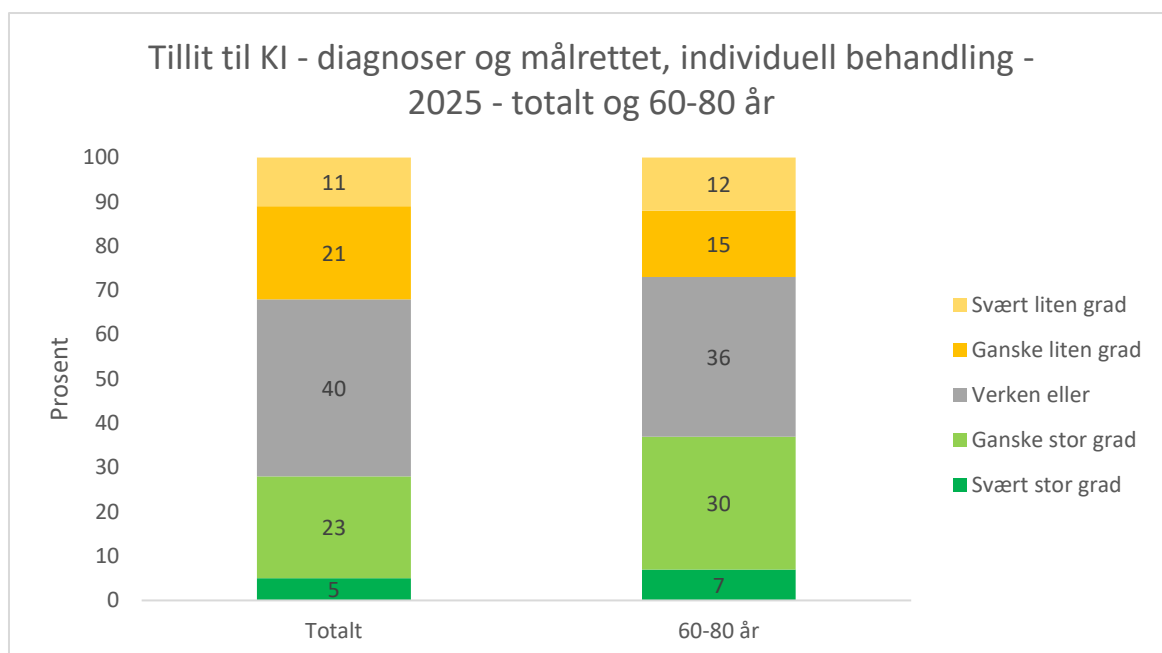
²⁵ Ref: <https://www.nrk.no/vestland/ny-studie-kunstig-intelligens-er-meir-empatisk-og-hjelpsa-enn-norske-legar-1.17273922>

²⁶ Ibid.



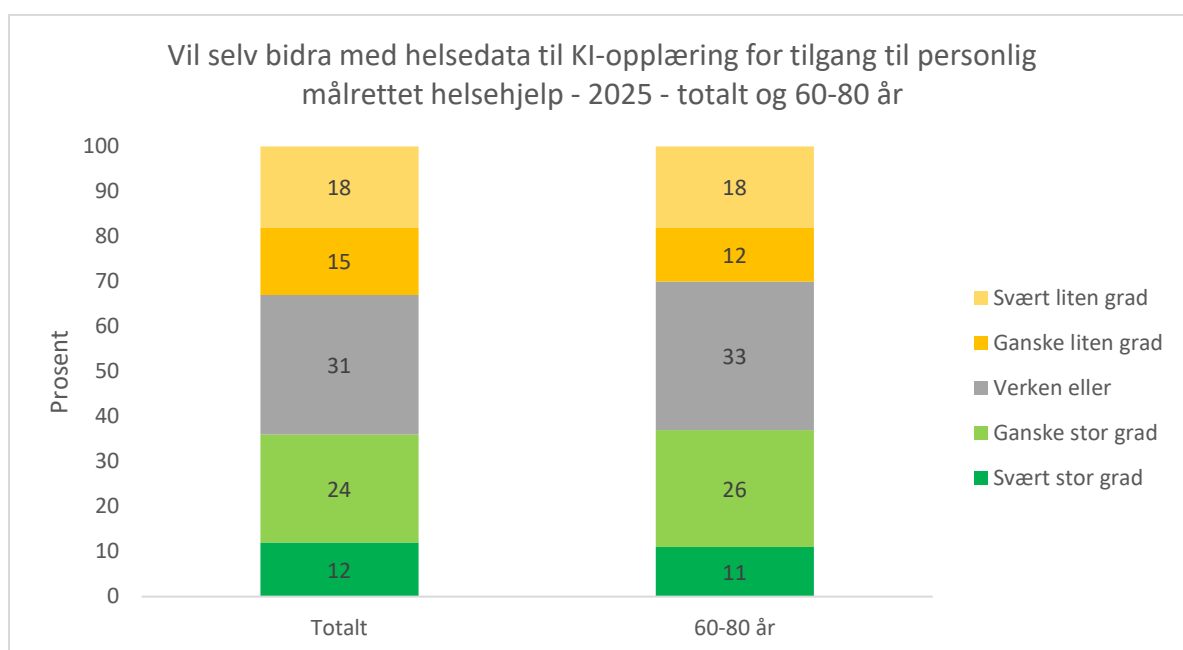
Figur 2-88: Andel som svarer på spørsmålet: «I hvilken grad ville du selv stolt på helseinformasjon fra en KI-tjeneste?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Det er svært mange nordmenn som googler helseinformasjon på nett. I figuren over ser vi spesielt på tilliten de eldre (60-80 år) har til helseinformasjon dersom den skulle komme fra en KI-tjeneste heller enn gjennom Google-søk eller en annen form for informasjonsinnhenting. Det ser det ut til at tiltroen til KI-basert helseinformasjon primo 2025 er lav. Det er 25 prosent av de eldre som i stor grad ville stolt til slik informasjon, mens 35 prosent i liten grad ville gjort det samme. Det er samtidig en stor andel (40 %) som ikke har tatt et tydelig standpunkt. Det er enda lavere tiltro i befolkningen generelt, der kun 20 prosent ville hatt tiltro til helseinformasjon fra en KI-tjeneste.



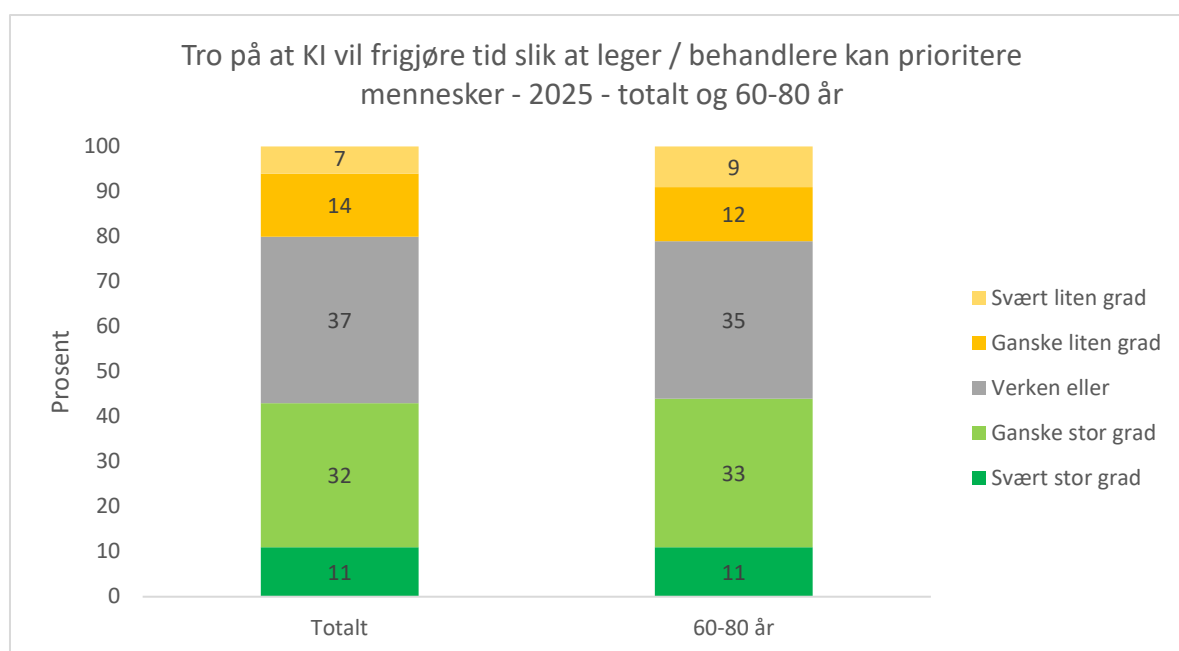
Figur 2-89: Andel som svarer på spørsmålet: «Det hevdes at KI raskere kan hente ut data, se nye mønstre, stille diagnoser, og målrette individuell behandling. I hvilken grad har du tillit til KI kan stille gode nok diagnoser og skreddersy behandling?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Figuren over viser at tilliten er noe større til mer målrettet bruk av KI, for eksempel i tilfeller der teknologien brukes til å lete etter mønstre, stille diagnoser og målrette individuell behandling. Det er 37 prosent i alderen 60-80 år som har tillit til at en KI kan stille gode nok diagnoser og skreddersy behandling, mens 27 prosent har liten tillit til dette (36 % har ikke tatt et tydelig standpunkt). Figuren viser også at tilliten er noe større blant de eldre enn i befolkningen generelt (28 %).



Figur 2-90: Andel som svarer på spørsmålet: «I hvilken grad ville du selv bidratt med egne helsedata til opplæring av KI for å kunne få tilgang til personlig målrettet helsehjelp?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

En utfordring med utviklingen av KI-baserte helsetjenester er å få befolkningen til samtykke til bruk av personlige helsedata til trening av KI-modeller. Dette har møtt motstand i andre sammenhenger, som da Meta ønsket å trene sin KI-modell på Facebook-brukernes innhold²⁷. Vi ser av figuren over at det en større andel i gruppen 60-80 år som i stor grad kan tenke seg å bidra med egne helsedata til KI-trening (37 %) enn de som i liten grad ønsker det (30 %). Det er samtidig 33 prosent som ikke har tatt noe tydelig standpunkt. Bildet ser relativt likt ut for befolkningen generelt.

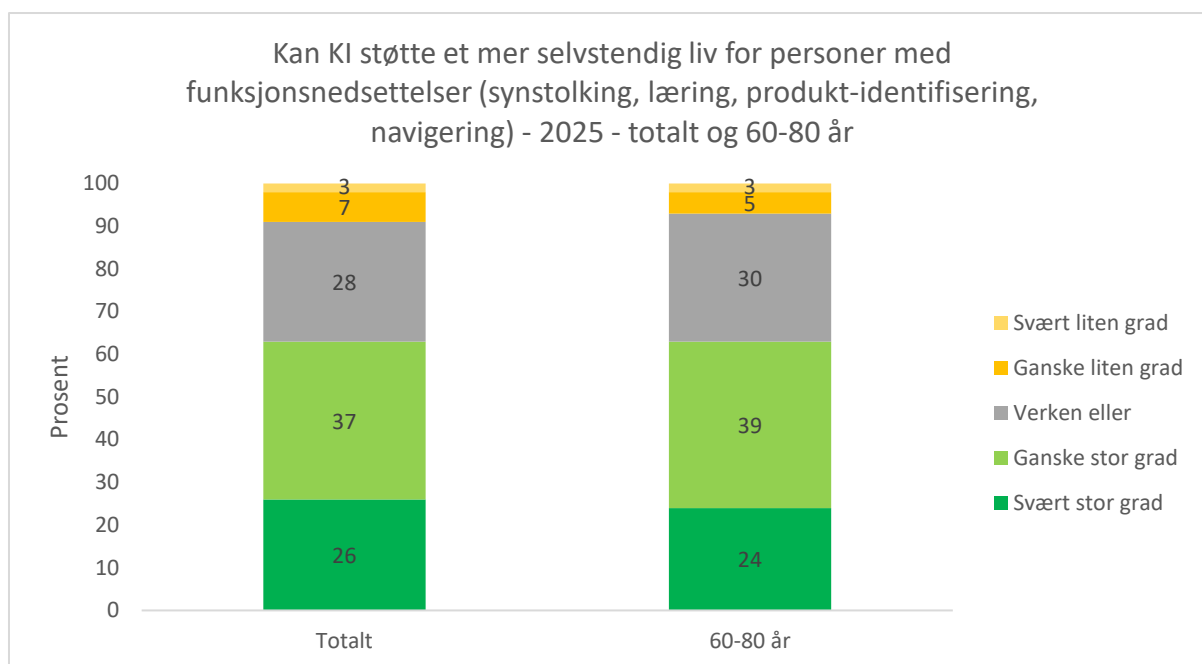


Figur 2-91: Andel som svarer på spørsmålet: «I fremtiden vil det ikke være nok 'varme hender' i helsesektoren hevdes det. I hvilken grad tror du at KI vil frigjøre tid slik at leger / behandlere kan prioritere mennesker?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Det har vært en bekymring at det i tiden fremover blir for lite «varme hender» til å ta vare på en økende aldrende befolkning. På den ene siden har man vært bekymret for at «kald teknologi» skal byttes ut med menneskelig kontakt. På den andre siden har man sett muligheten for at, spesielt KI-basert teknologi, kan frigjøre tid ved å overta rutineoppgaver, slik at leger og behandlere får mer tid til menneskekontakt²⁸. I Figuren over ser vi at en relativ stor andel (44 %) i alderen 60-80 år har tro på at KI kan frigjøre tid til prioritering av menneske-menneskekontakt, mens 21 prosent i liten grad har tro på dette. Det er 35 prosent som ikke har tatt et tydelig standpunkt. Bildet er relativt likt for befolkningen som helhet.

²⁷ Ref: <https://www.nrk.no/norge/meta-gir-etter--stanser-ki-grep-midlertidig-1.16923265>

²⁸ Ref: <https://academic.oup.com/biomedgerontology/article/79/2/glad279/7592003>

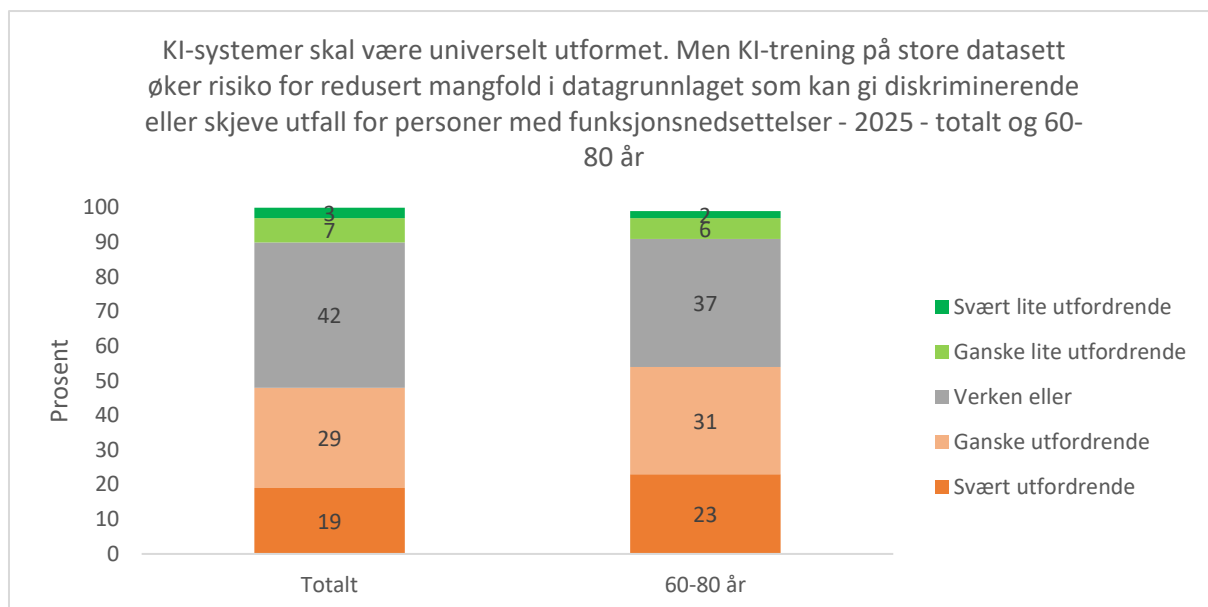


Figur 2-92: Andel som svarer på spørsmålet: «KI kan støtte personer med funksjonsnedsettelse, ved å identifisere produkter i butikker, hjelpe til med å navigere i byen, synstolke bilder på Facebook, gi skreddersydd læring for de med kognitive funksjonsnedsettelse, og gi ikke-verbale individer mulighet til å uttrykke seg. I hvilken grad tror KI kan bidra til et mer selvstendig liv for personer med funksjonsnedsettelse?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

I figuren over har vi tatt for oss troen på at KI kan bidra til et mer selvstendig liv for personer med funksjonsnedsettelse, gjennom tjenester som produktidentifisering, navigering i byrom, synstolking av bilder, skreddersydd læring for de med kognitive funksjonsnedsettelse, og nye muligheter for å uttrykke seg for ikke-verbale individer. Her ser vi at en stor andel – hele 63 prosent i alderen 60-80 år – har tro på bruk av KI til denne type formål, mens kun 8 prosent har liten tro på dette. Andelene er relativt like det vi ser i resten av befolkningen.

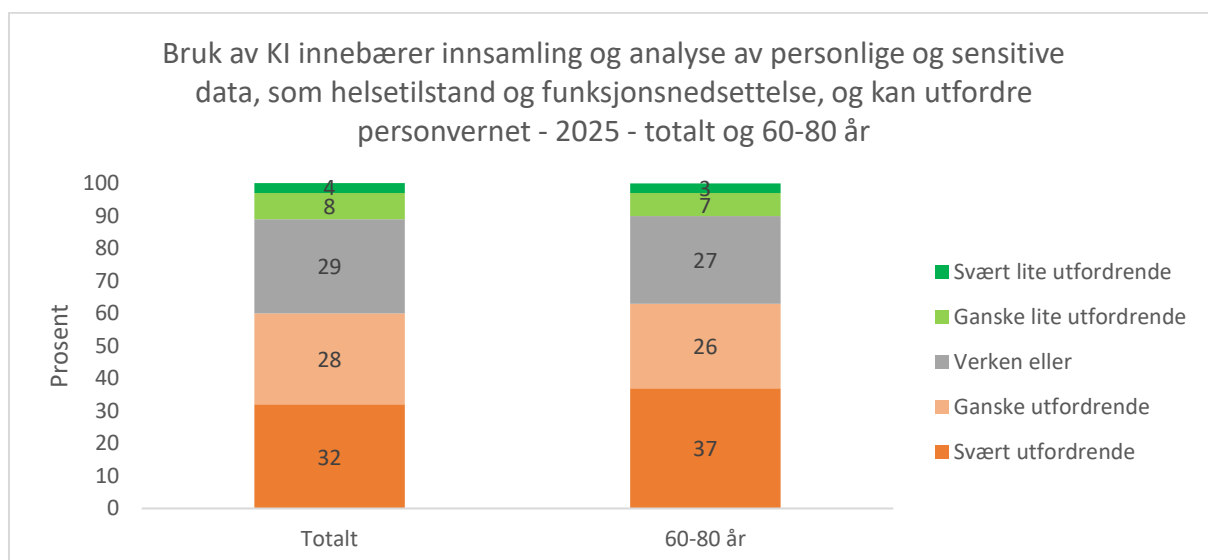
2.9.6 utfordringer med kunstig intelligens innen helse

I dette underkapitlet tar vi for oss utfordringer ved bruk av KI på helsefeltet, som manglende mangfold i KI-treningsgrunnlaget, personvernutfordringer, kostbar teknologi, og økt avhengighet og sårbarhet ved bruk av stadig mer «selvstendig» teknologi.



Figur 2-93: Andel som svarer på spørsmålet: «Det er også identifisert utfordringer knyttet til kunstig intelligens (KI) innenfor helse og omsorg. Hvor utfordrende opplever du følgende? KI-systemer skal være universelt utformet og tilgjengelig for alle. Men KI trenes på store datasett som øker risikoen for redusert mangfold i datagrunnlaget. Dette kan resultere i diskriminerende eller skjeve utfall for personer med funksjonsnedsettelse» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

I figuren over reflekteres det rundt en utfordring der KI-systemer skal være universelt utformet og tilgjengelig for alle, men der problemstillingen ligger i at KI ofte trenes på store datasett som øker risikoen for at mangfoldet i datagrunnlaget forsvinner. Dette kan resultere i diskriminerende eller skjeve utfall for personer med funksjonsnedsettelse²⁹. Det er 54 prosent i alderen 60-80 år som i stor grad ser på manglende mangfold og potensiell diskriminering som utfordrende, mens en liten andel (8 %) ikke ser utfordringen i dette. Bekymringen for dette er noe mindre i befolkningen generelt enn blant de eldre.

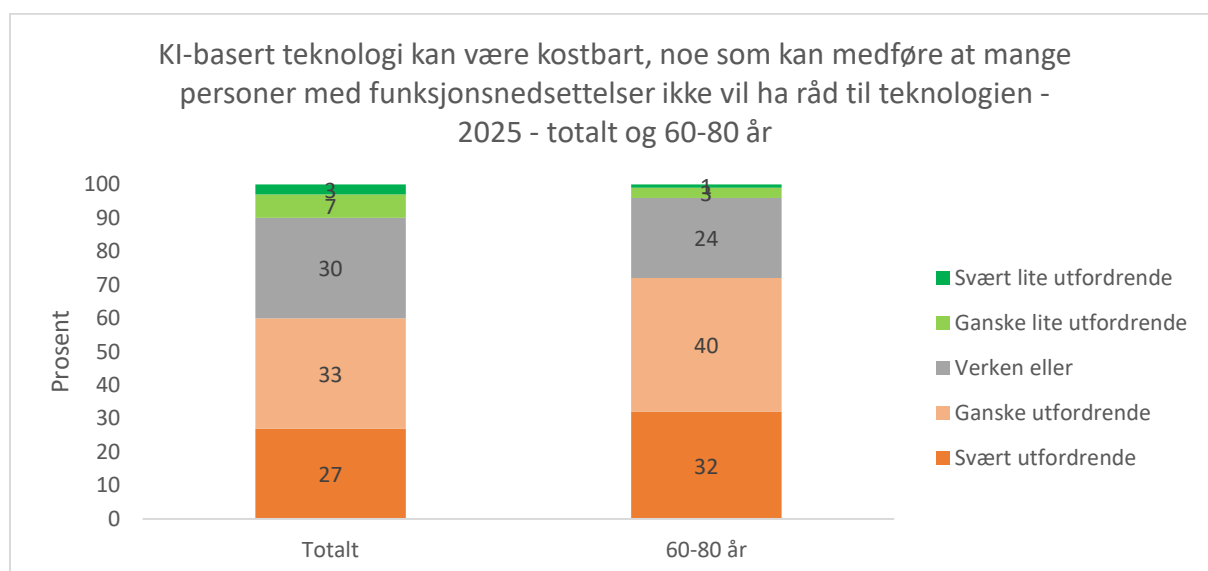


Figur 2-94: Andel som svarer på spørsmålet: «Det er også identifisert utfordringer knyttet til kunstig intelligens (KI) innenfor helse og omsorg. Hvor utfordrende opplever du følgende? Bruk av KI innebærer

²⁹ Ref: <https://www.digitallearninginstitute.com/blog/leveraging-ai-in-accessible-design>

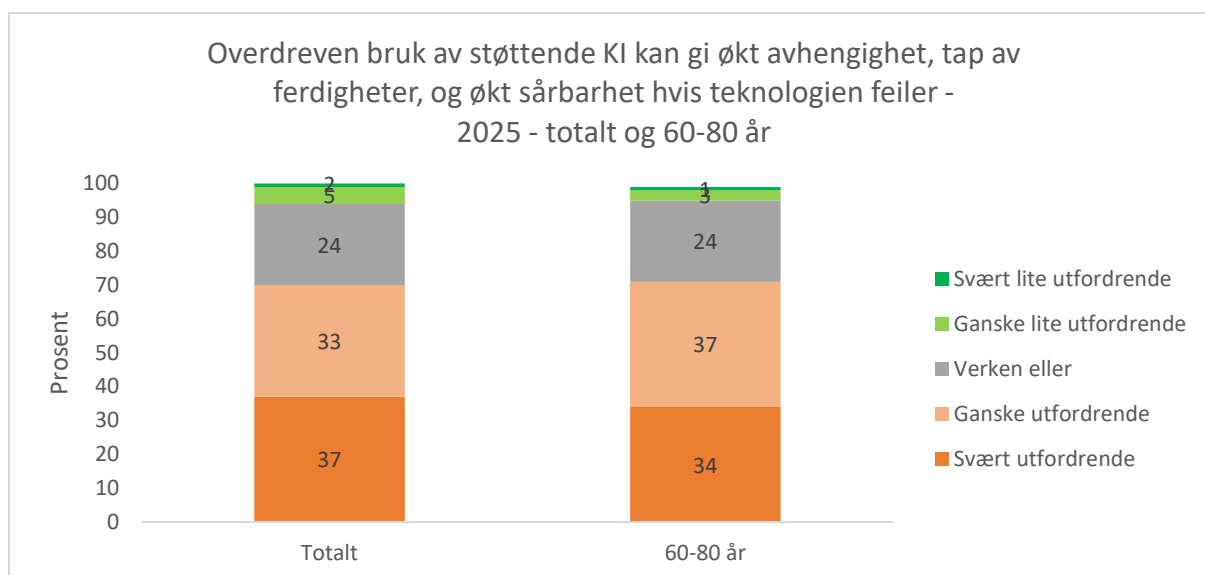
innsamling og analyse av personlige og sensitive data, som helsetilstand og funksjonsnedsettelse, noe som kan utfordre personvernet» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Figuren over tar for seg personvernutfordringen knyttet til innsamling og analyse av personlige og sensitive data, som helsetilstand og funksjonsnedsettelse, ved bruk av KI. I alderen 60-80 år er det 63 prosent som ser utfordringer knyttet til personvernet, mens en liten andel, 10 prosent, ikke vurderer dette som problematisk. Det 27 prosent som ikke har tatt et tydelig standpunkt. Bildet ganske likt for befolkningen generelt.



Figur 2-95: Andel som svarer på spørsmålet: «Det er også identifisert utfordringer knyttet til kunstig intelligens (KI) innenfor helse og omsorg. Hvor utfordrende opplever du følgende? KI-basert teknologi kan være kostbart, noe som kan medføre at mange personer med funksjonsnedsettelser ikke vil ha råd til teknologien» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

En annen utfordring, som kan bidra til det digitale klaseskillet, er at kostnader ved innkjøp og bruk av KI-basert teknologi som støtte for de med funksjonsnedsettelser kan bli høye dersom det ikke finnes støtteordninger for dette. Mange tjenester og «hverdagsteknologier» tilbys i dag i forbrukermarkedet, og med økt press fra den kommende eldrebølgen, kan det flere måtte ty til privatfinansierte tjenesteløsninger. Figuren over viser at det faktisk er en høyere andel eldre (60-80 år) som finner dette utfordrende (72 %) sammenliknet med personvernrisiko (63 %) og fare for diskriminering (54 %), som vi så av figurene før. Det er også en høyere andel eldre enn i befolkningen generelt (60 %) som vurderer høye kostnader for KI-basert teknologi som utfordrende.



Figur 2-96: Andel som svarer på spørsmålet: «Det er også identifisert utfordringer knyttet til kunstig intelligens (KI) innenfor helse og omsorg. Hvor utfordrende opplever du følgende? Overdreven bruk av støttende KI kan gi økt avhengighet, tap av ferdigheter, og økt sårbarhet hvis teknologien feiler». Totalt og 60-80 år (D5). Prosent, 2025 (N=1005).

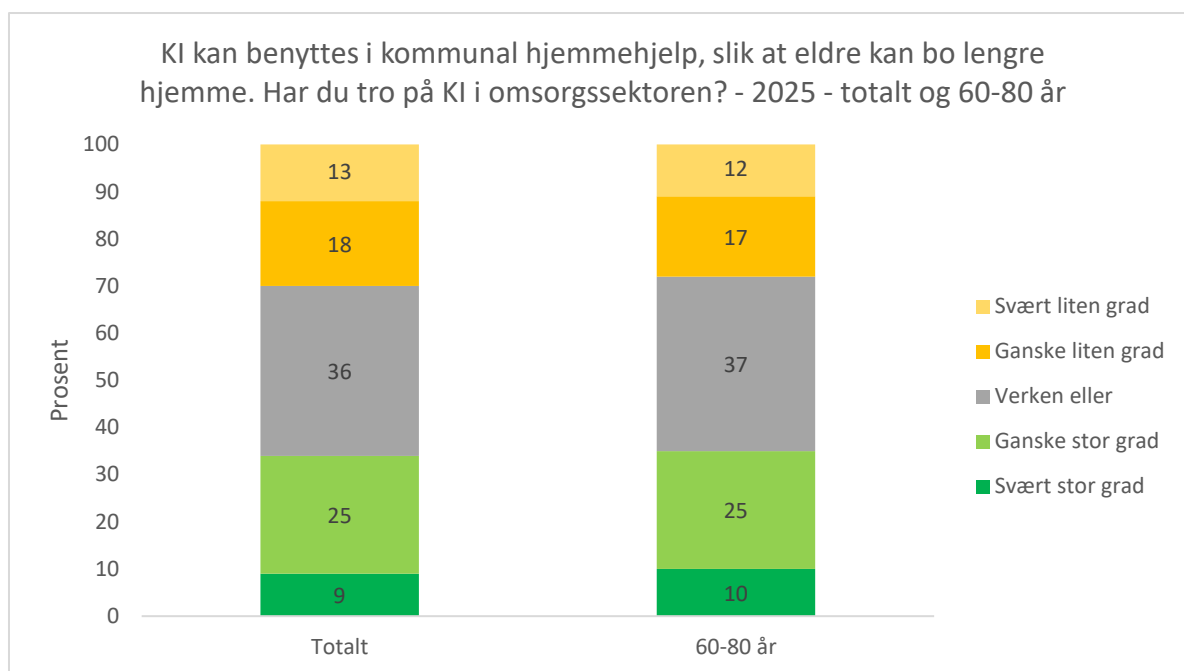
En siste utfordring vi her vurderer ved bruk av KI på helsefeltet, er hvorvidt omfattende eller overdreven bruk av KI-teknologi som skal støtte personer til et mer uavhengig liv, samtidig kan bidra til økt avhengighet, tap av eksisterende ferdigheter, og dermed økt sårbarhet dersom teknologien feiler. Det er hele 71 prosent i alderen 60-80 år som mener dette kan være utfordrende, og kun 4 prosent mener det motsatte. Andelene er relativt like det befolkningen generelt mener.

2.9.7 Kunstig intelligens blant eldre

I dette underkapitlet ser vi mer spesifikt på hva de eldre selv mener om KI brukt i kontekster der man vurderer at eldre kan ha nytte av KI-baserte tjenester og produkter. Dette kan være KI-basert hjemmehjelp, KI-støtte ved kognitive svekkelser, sosiale roboter for avhjelping ensomhet, smarte sikkerhetssystemer, bruk av KI til å redusere digital svindel rettet mot eldre, eller hvorvidt eldre kan oppleve uro i menneskeliknende teknologirelasjoner.

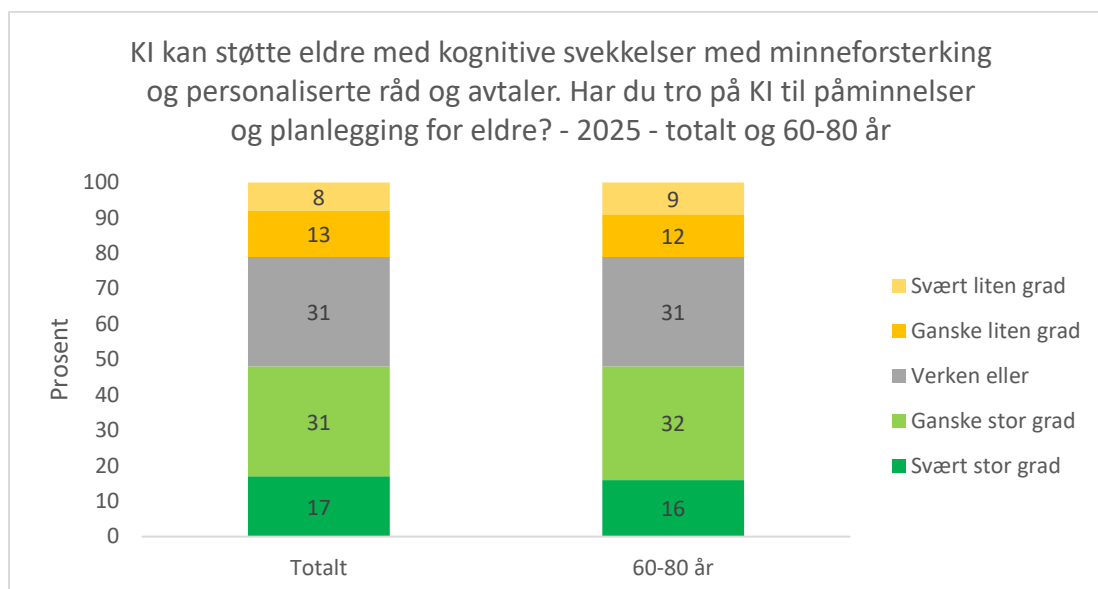


Kilde: vecteezy.com/photo/35719936



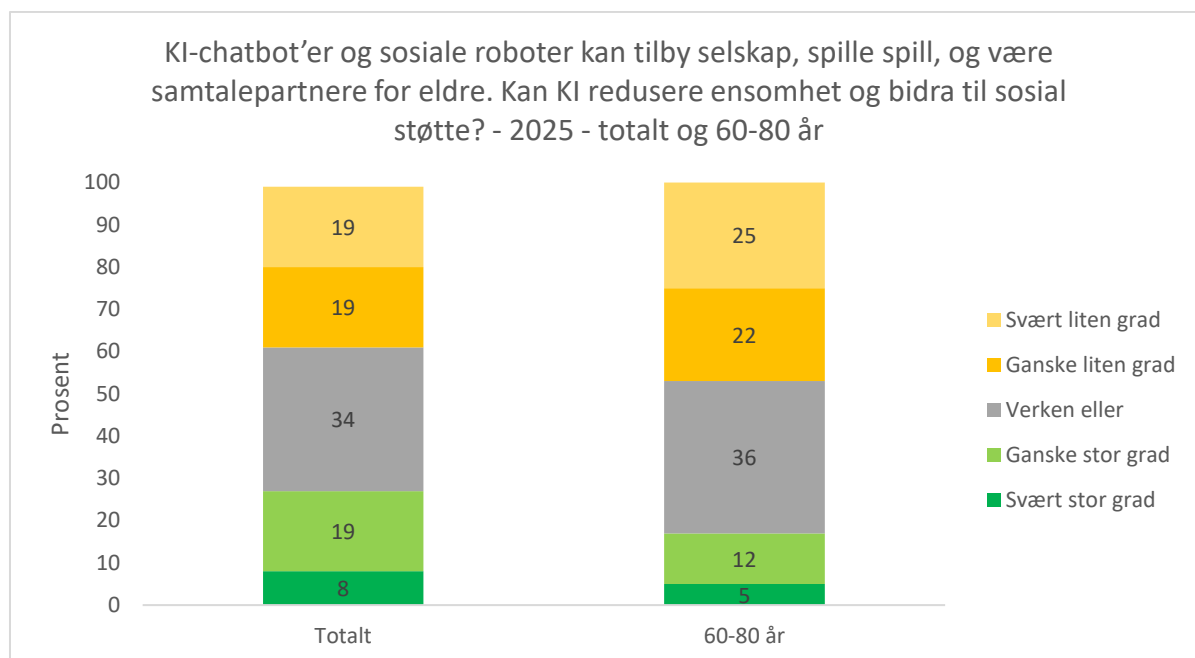
Figur 2-97: Andel som svarer på spørsmålet: «Kunstig intelligens kan benyttes i kommunal hjemmehjelp, og slik at eldre kan bo lengre hjemme. I hvilken grad har du tro på KI i omsorgssektoren?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Figuren over viser at det er 35 prosent i alderen 60-80 år som i stor grad har tro på KI i omsorgssektoren, eksempelvis at teknologien kan benyttes i kommunal hjemmehjelp slik at eldre kan bo lenger hjemme. Det er 29 prosent som har liten tro på dette, og 37 prosent har ikke tatt noe tydelig standpunkt. Bildet er omtrent likt for befolkningen generelt som for den eldste aldersgruppen.



Figur 2-98: Andel som svarer på spørsmålet: «KI kan støtte eldre med kognitive svekkelser gjennom minneforsterking og personaliserte anbefalinger, som å planlegge avtaler, påminne om medisiner, gi ernæringsråd, eller tilpasse trimforslag. I hvilken grad har du tro på KI til påminnelser og planlegging for eldre?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

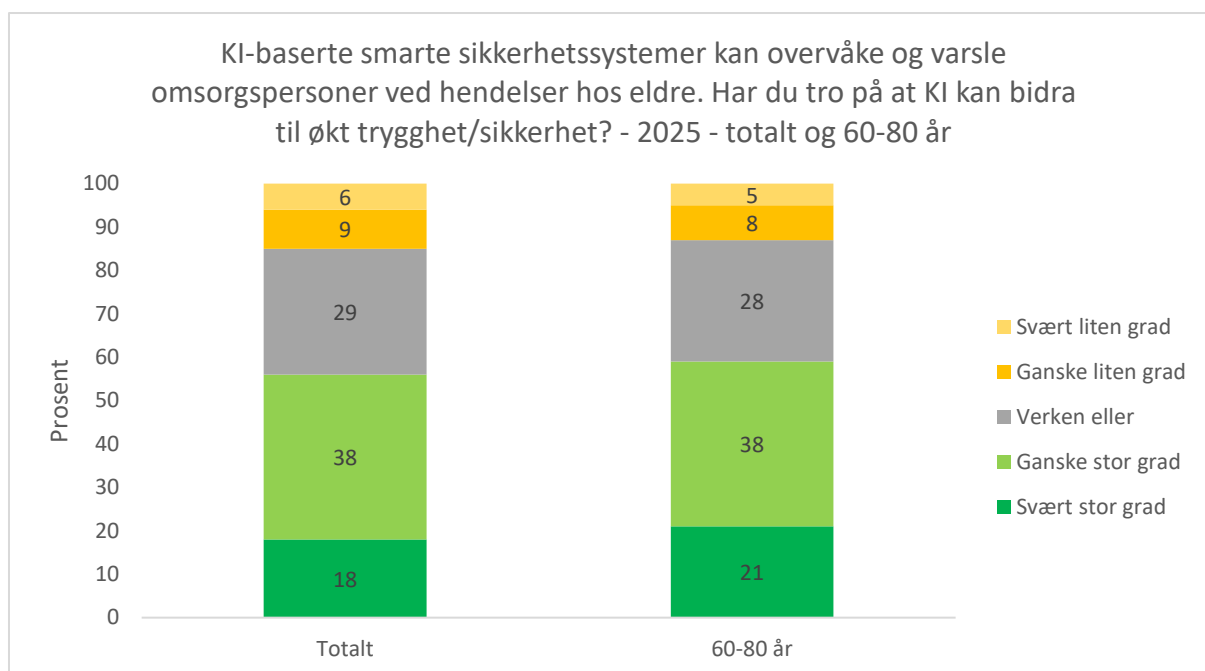
Når det gjelder muligheter for at KI kan bidra til å støtte eldre med kognitive svekkelser gjennom minneforsterking og personaliserte anbefalinger, som å planlegge avtaler, påminne om medisiner, gi ernæringsråd, eller tilpasse trimforslag, så har 48 prosent i alderen 60-80 år tro på dette, mens 21 prosent i liten grad har tro på slik bruk a KI. Dette er tilsvarende det vi ser i befolkningen generelt.



Figur 2-99: Andel som svarer på spørsmålet: «KI-chatbot'er og sosiale roboter kan tilby selskap, spille spill, og være samtalepartnere for eldre og dermed avhjelpe ensomhet og kjedsomhet. I hvilken grad har du tro på at KI kan redusere ensomhet og bidra til sosial støtte?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

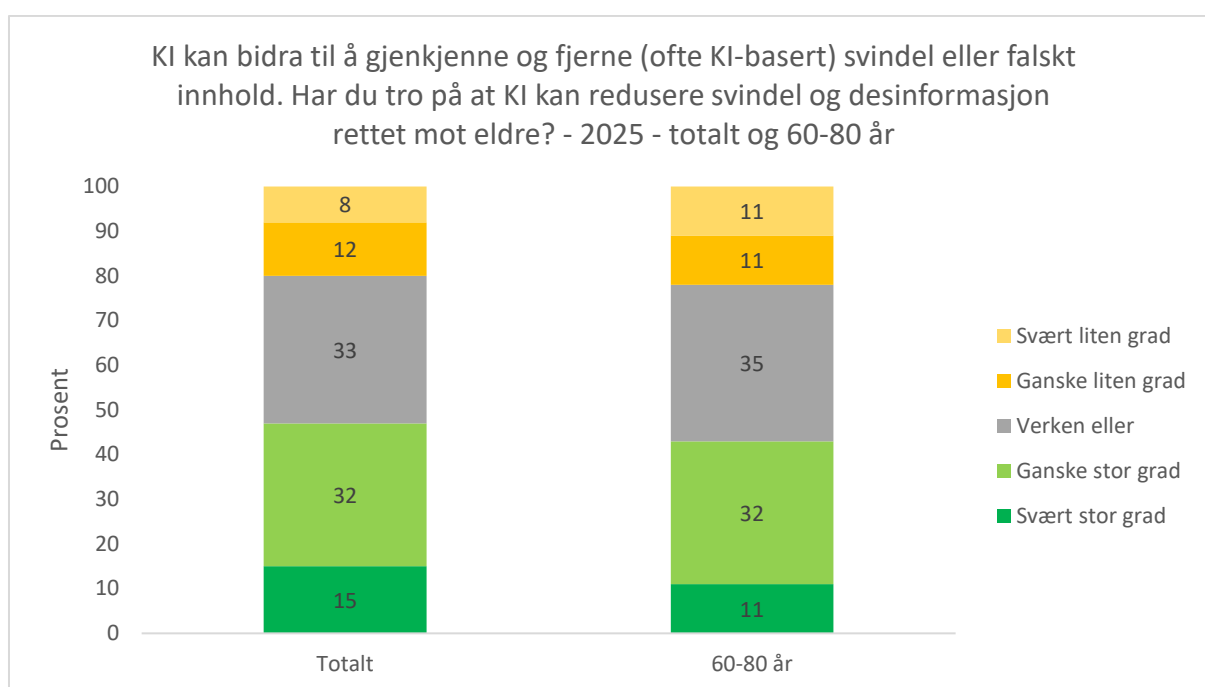
KI-chatbot'er og sosiale roboter er allerede tatt i bruk som samtalepartnere og aktivitetsstøtte for eldre, for å bidra til å avhjelpe ensomhet og kjedsomhet³⁰. Når vi spør eldre hva de selv mener om bruk av KI i sosiale kontekster, er det få som i stor grad har tro på dette – kun 17 prosent i alderen 60-80 år. I motsatt ende er det 47 prosent som i liten grad har tro på sosial-KI for eldre. Det er en større andel i befolkningen generelt, enn blant eldre, som har tro på KI-chatbot'er og sosiale roboter som selskap for eldre (27 %).

³⁰ Ref: <https://www.nrk.no/kultur/xl/agnete-90-er-venn-med-chatgpt-jeg-er-ikke-ensom-1.16561709>



Figur 2-100: Andel som svarer på spørsmålet: «KI-baserte smarte sikkerhetssystemer kan overvåke og varsle omsorgspersoner ved ulike hendelser hjemme hos eldre. I hvilken grad har du tro på at KI kan bidra til økt trygghet og sikkerhet?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

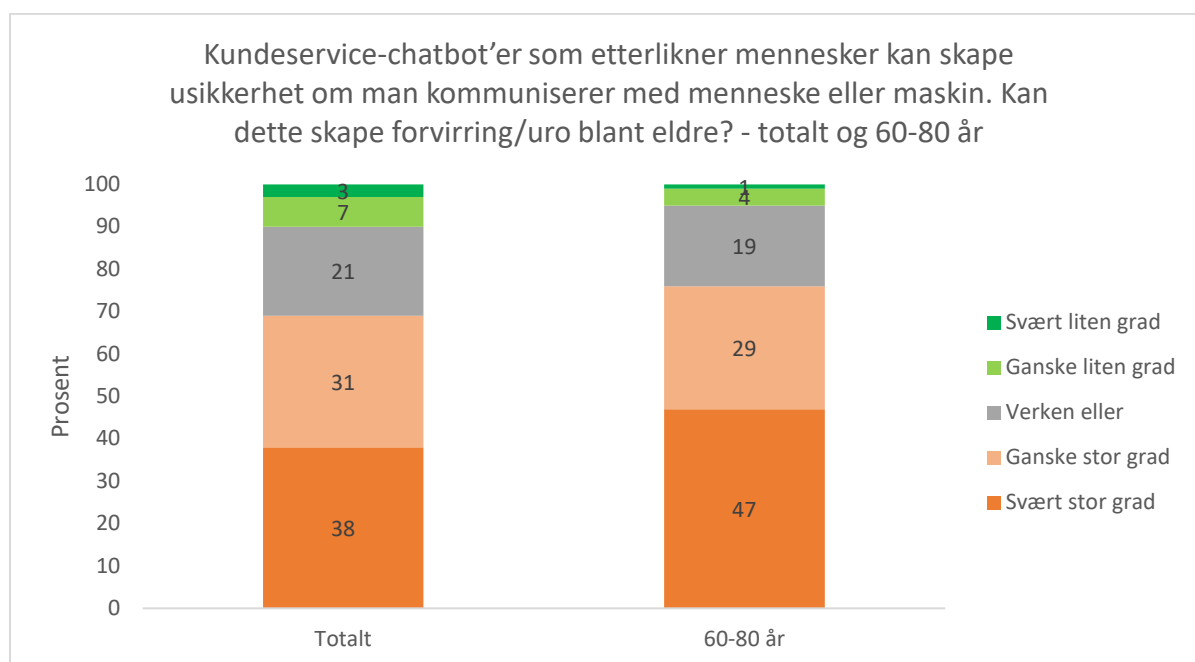
KI-baserte sikkerhetssystemer kan bidra til økt trygghet og sikkerhet gjennom å overvåke og varsle omsorgspersoner ved uforutsette hendelser hjemme hos eldre. Figuren over viser at eldre (60-80 år), som ofte viser seg å være opptatt av trygghet, har tro på at KI-systemer kan bidra til økt trygghet og sikkerhet hos eldre (59 %). Det er bare 13 prosent som ikke har tro på dette, mens 28 prosent ikke har tatt et tydelig standpunkt. Bildet er omtrent likt i befolkningen som helhet.



Figur 2-101: Andel som svarer på spørsmålet: «Ettersom mange svindelforsøk er rettet mot eldre, kan KI bidra til å gjenkjenne og fjerne (ofte KI-basert) svindel eller falskt innhold. I hvilken grad har du tro på at

KI kan redusere svindel og desinformasjon rettet mot eldre?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Det er en relativt stor andel (43 %) i alderen 60-80 år som har tro på at KI kan bidra til å gjenkjenne og redusere (ofte KI-generert) svindel eller falskt innhold. Mye av denne type svindel er rettet mot nettopp eldre, såkalt «Olga-svindel»³¹, og denne aldersgruppen vil derfor være svært utsatt dersom KI-basert svindel øker i omfang. Det er likevel 22 prosent blant de eldre som har liten tro på at KI-teknologi kan rydde opp i svindelmengden.



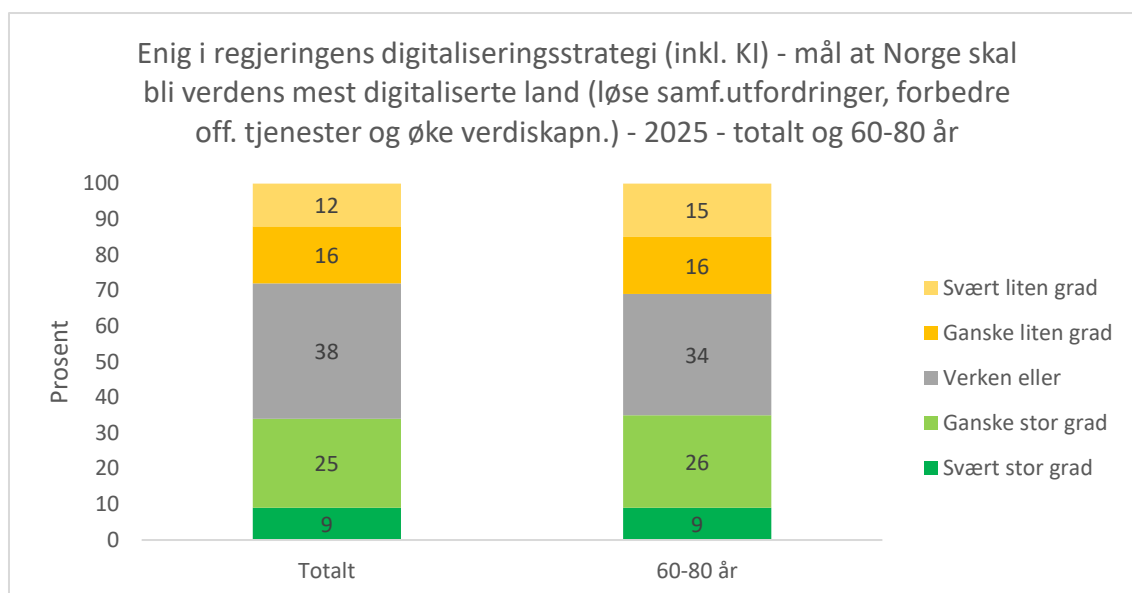
Figur 2-102: Andel som svarer på spørsmålet: «Kundeservice-chatbot'er som etterlikner mennesker kan gjøre eldre usikre på om de kommuniserer med et menneske eller en maskin. I hvilken grad tror du dette kan skape forvirring eller uro blant eldre mennesker?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

En utfordring som har blitt adressert i medier og i forskningen er dersom eksempelvis chatbot'er blir for menneskelige, uten å tilkjenne at de er maskiner og ikke mennesker. Dette kan skape både forvirring og uro, spesielt blant eldre, dersom de ikke er vant til å kritisk vurdere hva de står overfor (jf. Kaur og Chen, 2023). I undersøkelsen er det 76 prosent av de eldre (60-80 år) som i stor grad ser dette som en utfordring, mens bare 5 prosent vurderer det motsatte. Det er en noe lavere andel i befolkningen generelt (69 %) som mener dette kan skape uro og forvirring.

2.9.8 Kunstig intelligens – utviklingen fremover

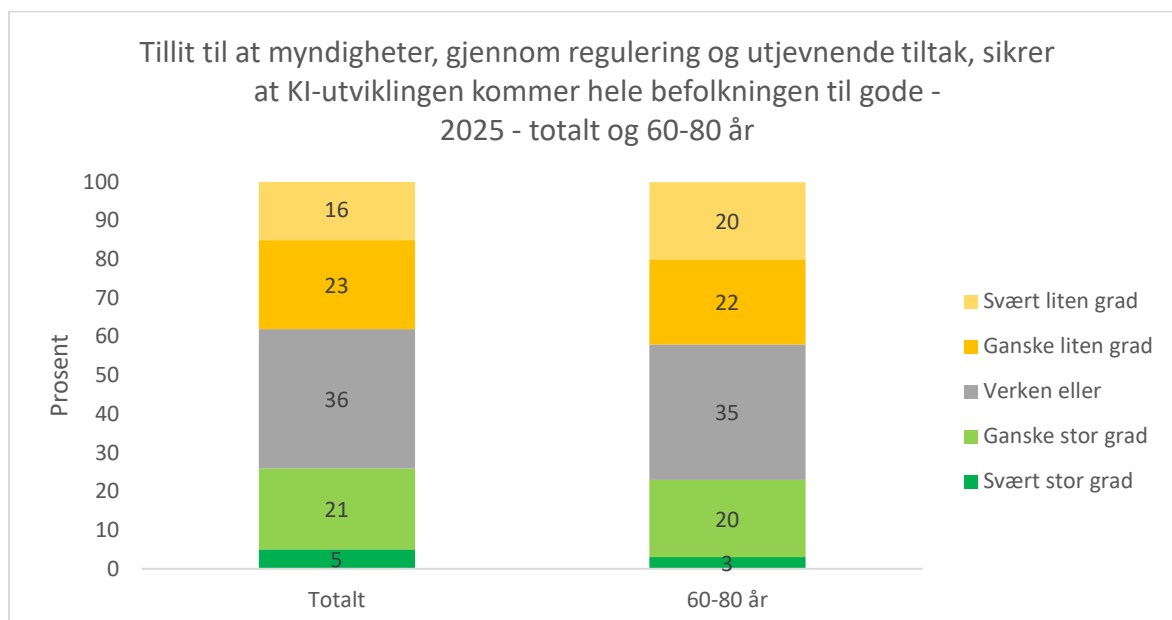
I dette siste underkapitlet tar vi for oss en rekke temaer rundt kunstig intelligens som har vært adressert politisk og i mediene de siste par årene, med nedslagsfelt både nasjonalt og globalt. Dette kan dreie seg om regjeringens digitaliseringsstrategi og regulering, globalt KI-kappløp og KI som «eksistensiell trussel», uro for bruk av KI til valgmanipulasjon, masseovervåkning, svindel, spredning av desinformasjon, personlig følelsesmanipulasjon, og faren for økt avhengighet og sårbarhet, og redusert mulighet til å skille det kunstige fra det ekte.

³¹ Ref: <https://vipps.no/nyheter/2024/11/01/bruker-kunstig-intelligens-for-a-stoppe-olga-svindlere>



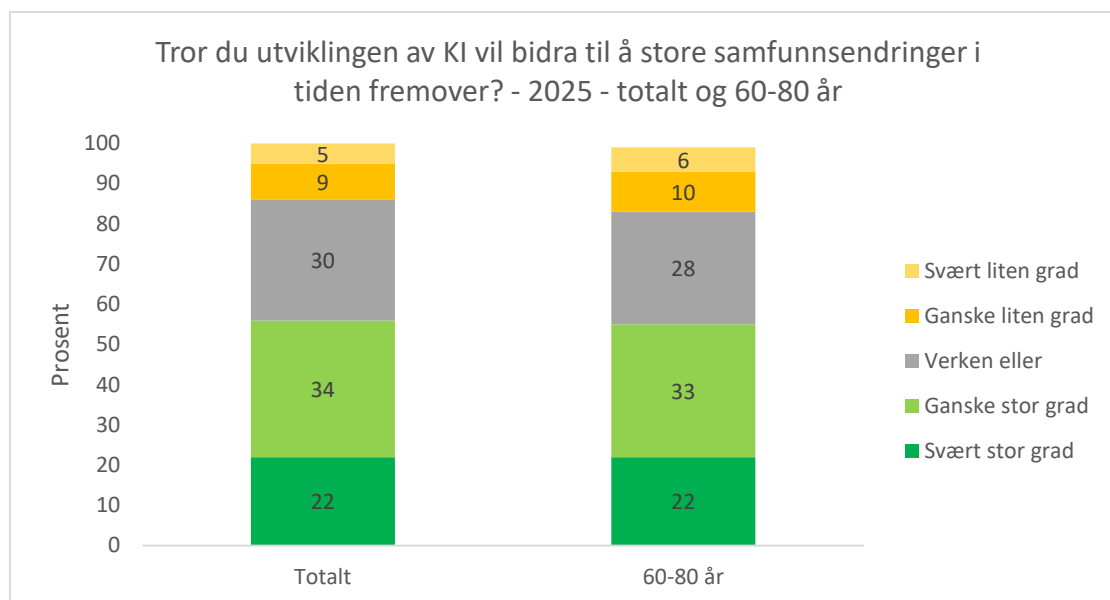
Figur 2-103: Andel som svarer på spørsmålet: «Regjeringens digitaliseringsstrategi, som inkluderer KI, har som mål å gjøre Norge til verdens mest digitaliserte land, for å kunne løse samfunnsutfordringer, forbedre offentlige tjenester, og øke verdiskapingen. I hvilken grad er du enig i en slik digital strategi?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

I figuren over ser vi på de eldres vurdering av regjeringens ambisiøse digitaliseringsstrategi, der målet er å gjøre Norge til verdens mest digitaliserte land, noe som innbefatter økt satsing på bruk av KI i offentlig sektor. Figuren viser at det er rundt én av tre (34 %) eldre i alderen 60-80 år som i stor grad er enig i regjeringens digitaliseringsstrategi, mens omtrent like mange (31 %) i liten grad er enige i strategien. Det er 34 prosent som ikke har tatt et tydelig standpunkt. Bildet er relativt likt for befolkningen som helhet.



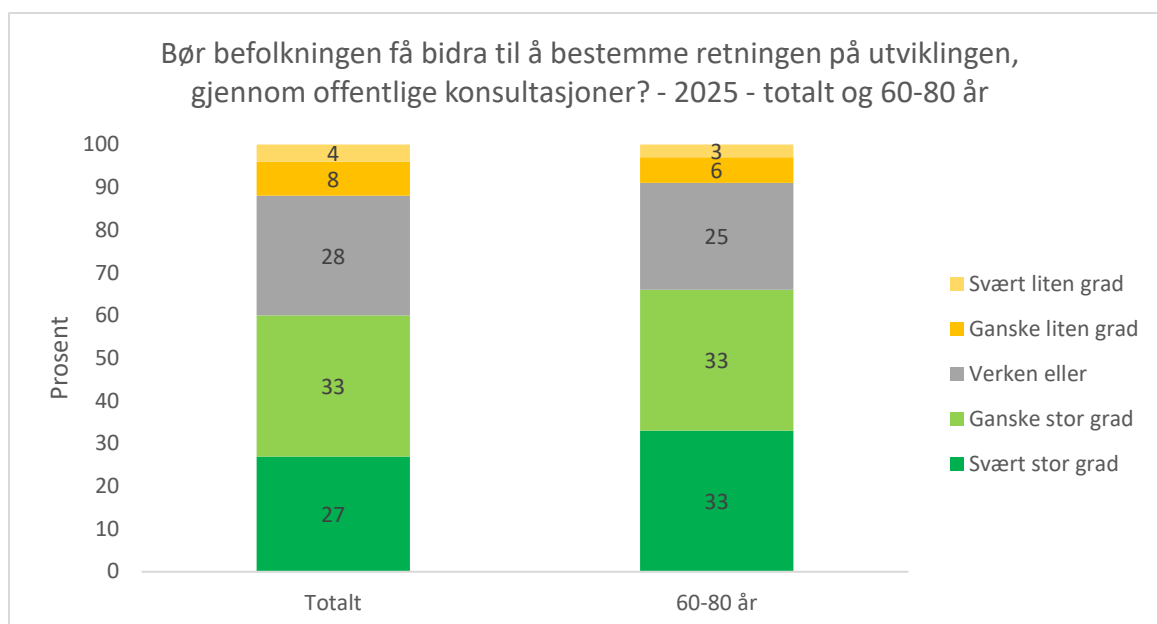
Figur 2-104: Andel som svarer på spørsmålet: «I hvilken grad har du tillit til at myndigheter, gjennom regulering og utjevnerende tiltak, vil sikre at KI-utviklingen kommer hele befolkningen til gode?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

I og med en større satsing på digitalisering vil det være avgjørende at myndighetene regulerer og iverksetter utjevnerende tiltak, slik at spesielt KI-utviklingen kan komme hele befolkningen til gode. Tilliten til en slik utjevnerende politikk har derimot ikke feste i befolkningen generelt eller hos de eldre. Det er bare 23 prosent i alderen 60-80 år som har tro på en godt regulert og utjevnerende KI-politikk, mens 42 prosent mangler slik tillit. 35 prosent har ikke tatt et tydelig standpunkt.



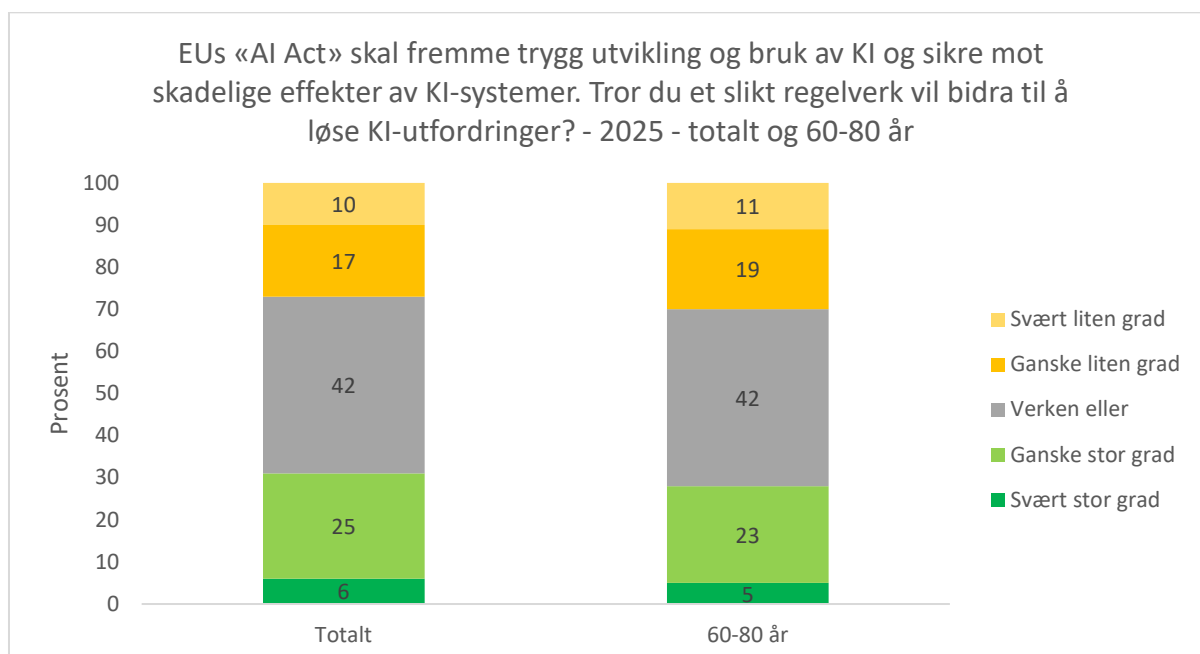
Figur 2-105: Andel som svarer på spørsmålet: «I hvilken grad tror du utviklingen av KI vil bidra til å store samfunnsendringer i tiden fremover?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Utviklingen innen kunstig intelligens har gått enormt raskt de siste årene, noe som gjenspeiles i nesten daglig medieoppslag om nye utviklingstrekk. Dette kan påvirke opinionens vurderinger av hvorvidt samfunnet står overfor omfattende endringer i tiden fremover med KI i førersetet. Figuren over viser at 55 prosent i alderen 60-80 år i stor grad tror på store samfunnsendringer med KI, mens bare 16 prosent i liten grad tror på dette. Dette er relativt likt det befolkningen mener.



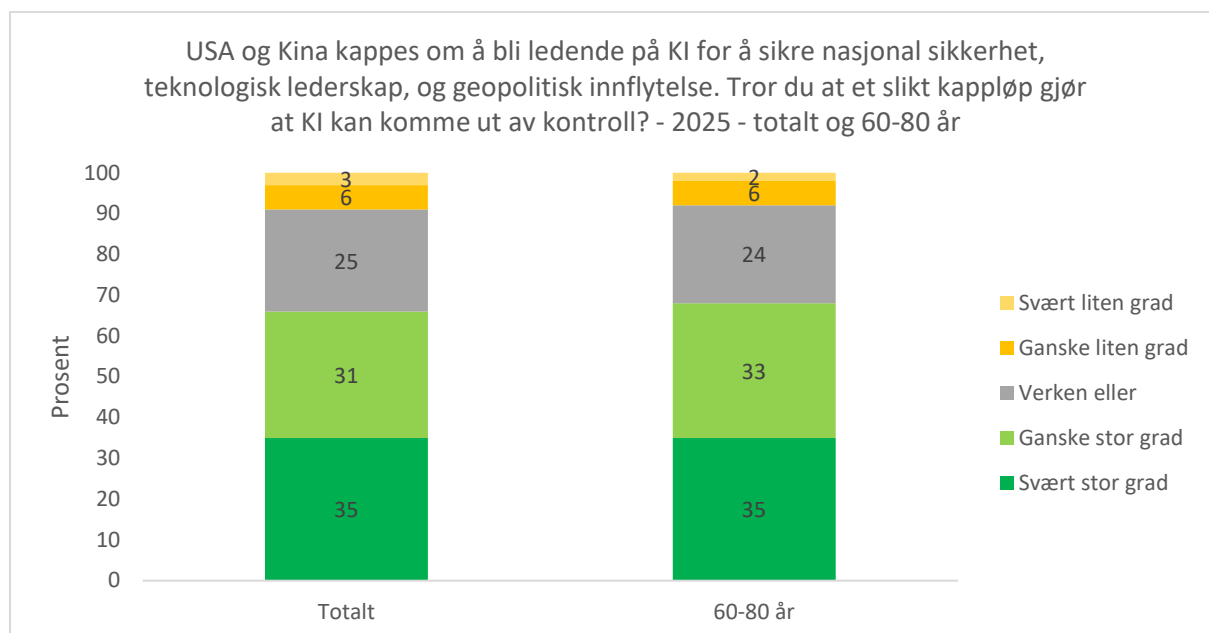
Figur 2-106: Andel som svarer på spørsmålet: «I hvilken grad mener du befolkningen bør få bidra til å bestemme retningen på denne utviklingen, gjennom offentlige konsultasjoner» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Ettersom forventningene til at KI vil påvirke samfunnet på fundamental måte er store, kan det være naturlig å involvere befolkningen i utformingen av fremtidens samfunn, i større eller mindre grad. Det er 66 prosent i gruppen 60-80 år som mener befolkningen bør få medbestemme gjennom offentlige konsultasjoner, og dette er en noe høyere andel enn i befolkningen generelt (60 %).



Figur 2-107: Andel som svarer på spørsmålet: «EU har utviklet et felles regelverk for KI kalt «AI Act» med mål om å fremme trygg utvikling og bruk av KI og sikre mot skadelige effekter av KI-systemer. I hvilken grad har du tro på at et slikt regelverk vil bidra til å løse KI-utfordringer?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

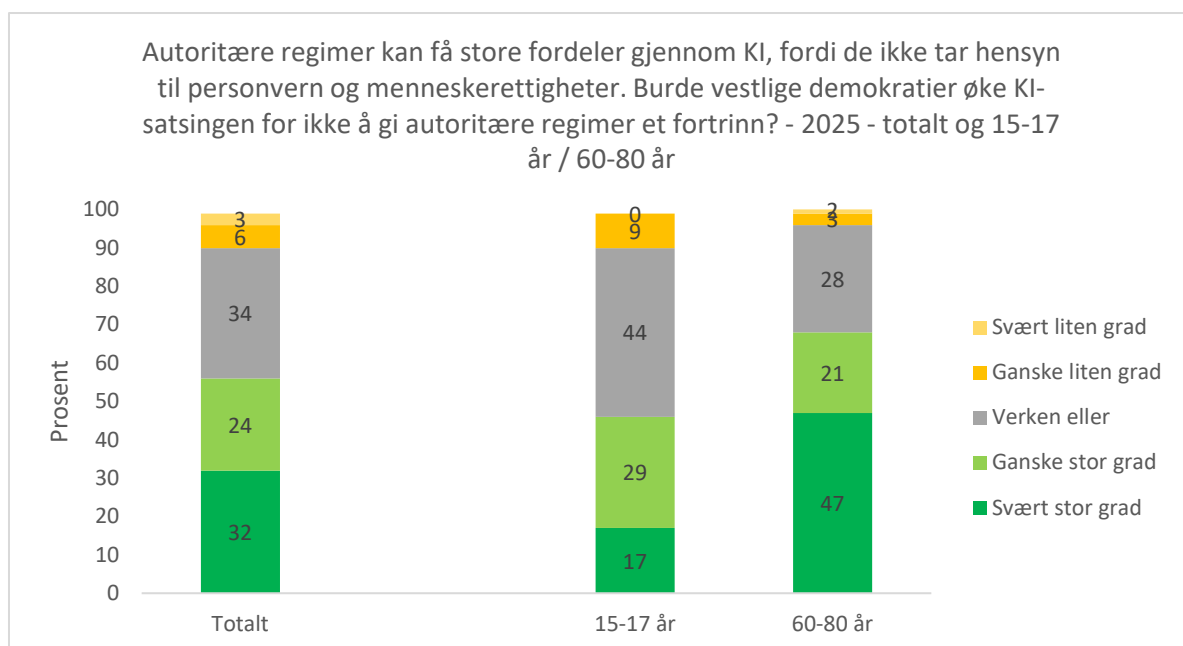
Utviklingen i Norge påvirkes dessuten sterkt av det som skjer i EU-området, ettersom nye EU-forordninger ofte tas inn i norsk lov. Figuren over viser at tiltroen til at EUs omfattende regelverk rettet mot KI-utviklingen (AI Act) skal bidra til å løse mange av KI-utfordringene man står overfor, er relativt lav. Det er 28 prosent av 60-80-åringene som i stor grad har tiltro til dette, mens omtrent like mange, 30 prosent, i liten grad har tro på AI Act.



Figur 2-108: Andel som svarer på spørsmålet: «Det pågår et «kappløp» mellom USA og Kina om å bli ledende på KI, for å sikre nasjonal sikkerhet, teknologisk lederskap, og geopolitisk innflytelse. I hvilken grad tror du at et slikt kappløp gjør at KI kan komme ut av kontroll?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Det er en relativt stor andel (68 %) blant de eldre i gruppen 60-80 år som mener at KI-kappløpet mellom stormaktene³², i deres søken etter teknologisk lederskap (og geopolitisk innflytelse), kan føre til at KI kommer ut av kontroll. Det er dessuten 35 prosent blant de eldre som i svært stor grad tror på ukontrollerbar KI. Andelen er omtrent lik for resten av befolkningen.

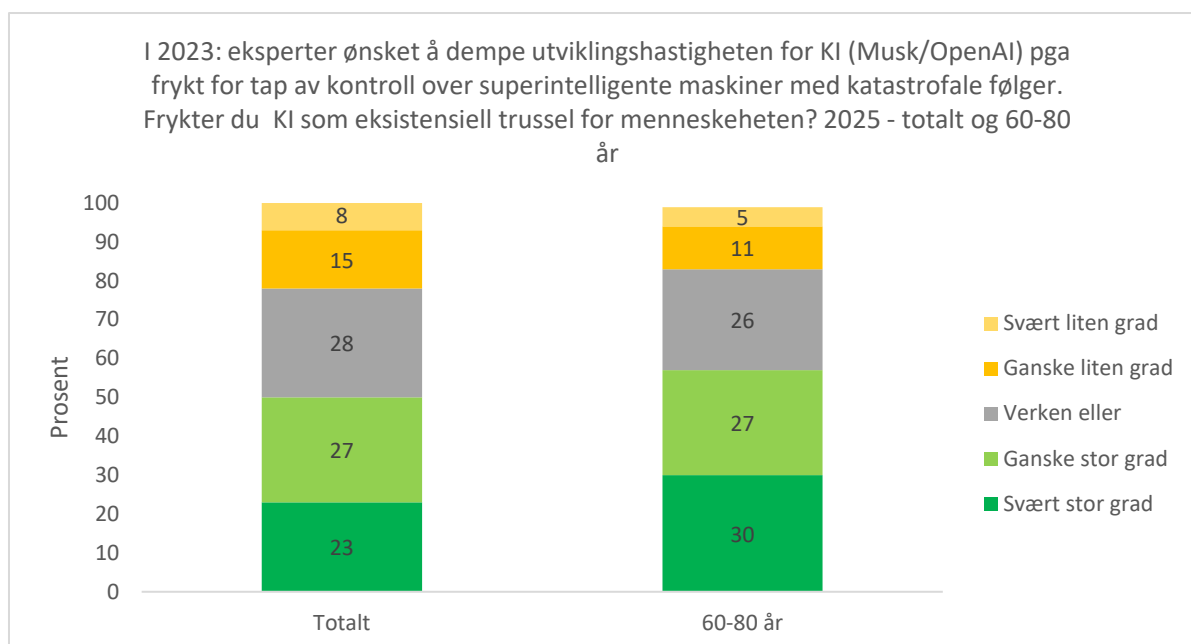
³² Ref: <https://aiindex.stanford.edu/vibrancy/>



Figur 2-109: Andel som svarer på spørsmålet: «Autoritære regimer kan få store fordeler ved å utvikle og bruke KI, fordi de ikke tar hensyn til personvern og menneskerettigheter. I hvilken grad burde vestlige demokratier øke sin egen KI-satsing for ikke å gi autoritære regimer et fortrinn?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Selv om mange eldre frykter et KI-kappløp mellom Vesten (USA) og Kina, er det samtidig en stor andel som støtter vestlig/demokratisk utvikling av KI, for å sikre at vesten ikke blir heftet av i konkurranse med autoritære regimer og dermed gir disse et fortrinn. Autoritære regimer tar i mindre grad hensyn til personvern og menneskerettigheter, og møter dermed færre indrepolitiske barrierer i utviklingen av KI³³. I gruppen 60-80 år er det en større andel (68 %) som mener vestlige demokratier bør øke KI-satsingen enn det vi ser i befolkningen generelt (56 %). Det er kanskje noe overraskende at yngre er mer restriktive på dette området; det er 46 prosent i alderen 15-17 år som mener man bør unngå å gi autoritære regimer et KI-fortrinn.

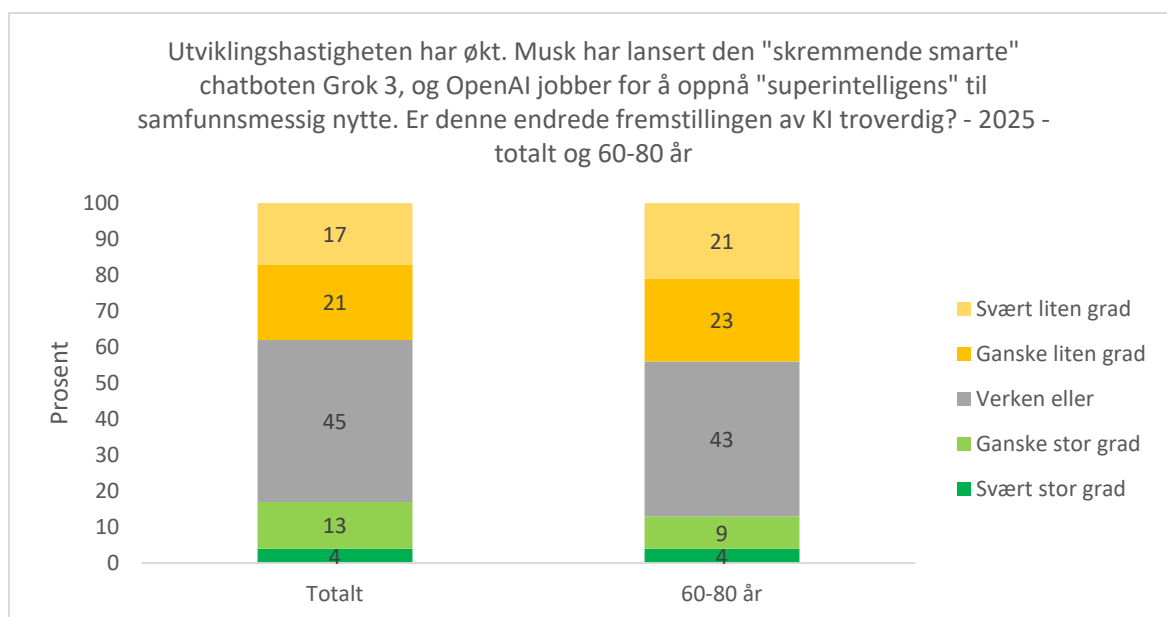
³³ Ref: <https://www.nbcnews.com/tech/innovation/chatgpt-intensified-fears-us-china-ai-arms-race-rcna71804>



Figur 2-110: Andel som svarer på spørsmålet: «I 2023 ba eksperter om en pause i KI-utviklingen (blant annet Elon Musk), og mange signerte opprop for å redusere eller dempe utviklingshastigheten for KI (blant annet OpenAI). Man fryktet tap av kontroll over superintelligente maskiner med katastrofale følger for menneskeheten og planeten. I hvilken grad frykter du at KI skal utgjøre en eksistensiell trussel for menneskeheten?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Respondentene ble forespeilet en tekst der det blir forklart at en rekke teknologiekspert i 2023 ba om en pause i KI-utviklingen³⁴ (blant annet Elon Musk), og mange signerte et opprop for å redusere eller dempe utviklingshastigheten for KI (blant annet OpenAI). Man fryktet tap av kontroll over superintelligente maskiner med katastrofale følger for menneskeheten og planeten. På spørsmål om hvorvidt respondentene selv frykter at KI skal utgjøre en eksistensiell trussel for menneskeheten, er det en noe større andel i alderen 60-80 år (57 %) som i stor grad frykter dette enn i befolkningen generelt (50 %).

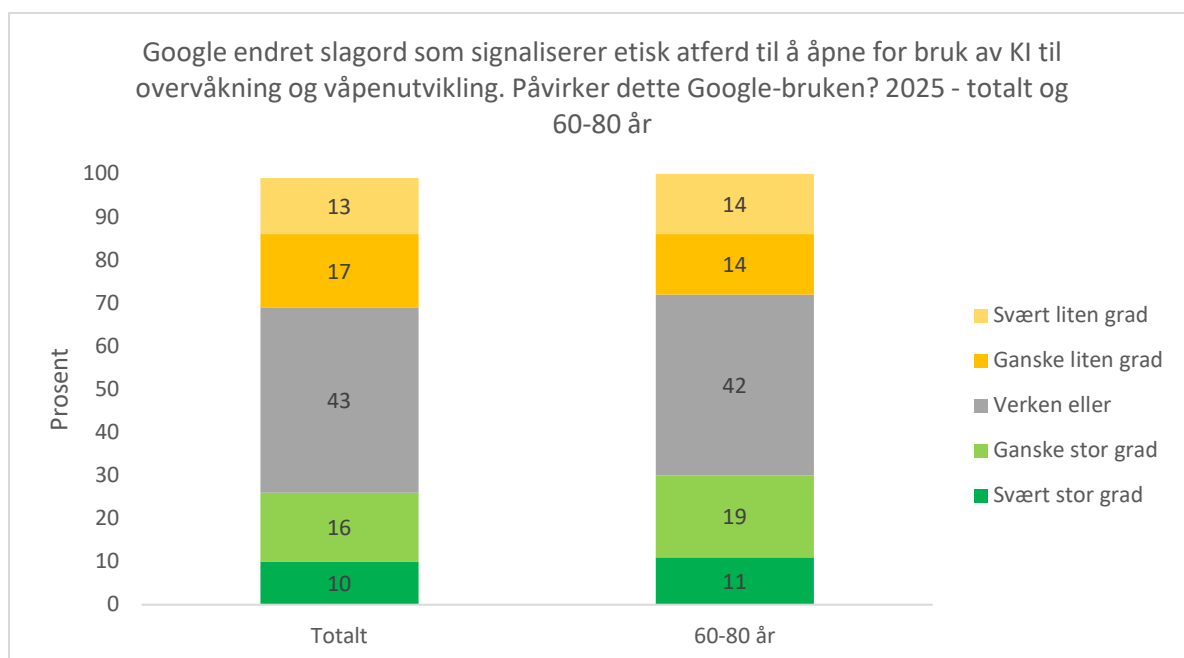
³⁴ Ref: <https://www.universitetsavisa.no/kunstig-intelligens/kunstig-intelligens-utgjor-eksistensiell-trussel/380841> & <https://www.forskning.no/kunstig-intelligens-ntb/toppforsker-slutter-i-google-og-advarer-mot-kunstig-intelligens/2192484>



Figur 2-111: Andel som svarer på spørsmålet: «Utviklingshastigheten har ikke blitt dempet, men heller økt. Nylig har Elon Musk lansert chatboten Grok 3 som har svært få restriksjoner på seg, og som han selv kaller «skremmende smart», mens OpenAI har endret standpunkt fra å se KI som eksistensiell trussel til å jobbe for å oppnå superintelligens til nytte for vitenskap, helse og klima. I hvilken grad mener du denne endrede fremstillingen av KI er troverdig?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Selv med tydelige advarsler mot utviklingshastigheten i 2023, har fremstillingen av KI blant mange teknologi-aktører endret seg dramatisk frem til 2025. Nå fremheves det i større grad hvilke store muligheter KI kan gi heller enn eksistensielle utfordringer og farer. Respondentene ble forespeilet en tekst som påpeker at KI-utviklings-hastigheten ikke har blitt dempet, men heller økt. Den skisserer også at Elon Musk nylig har lansert chatboten Grok 3, som har svært få restriksjoner på seg, og som han selv kaller «skremmende smart»³⁵. Samtidig har OpenAI endret standpunkt fra å se KI som eksistensiell trussel til å jobbe for å oppnå superintelligens til nytte for vitenskap, helse og klima. Med dette bakgrunnsteppet ble respondentene spurt om de mener denne endrede fremstillingen av KI – fra trussel til mulighet – er troverdig. Det er en svært liten andel blant 60-80-åringene (13 %), og i befolkningen generelt (17 %), som faktisk mener denne radikale endringen i fremstilling er troverdig. Blant 60-80-åringene er det 44 prosent som mener det i liten grad er troverdig, mens en stor andel (43 %) har ikke valgt et tydelig standpunkt.

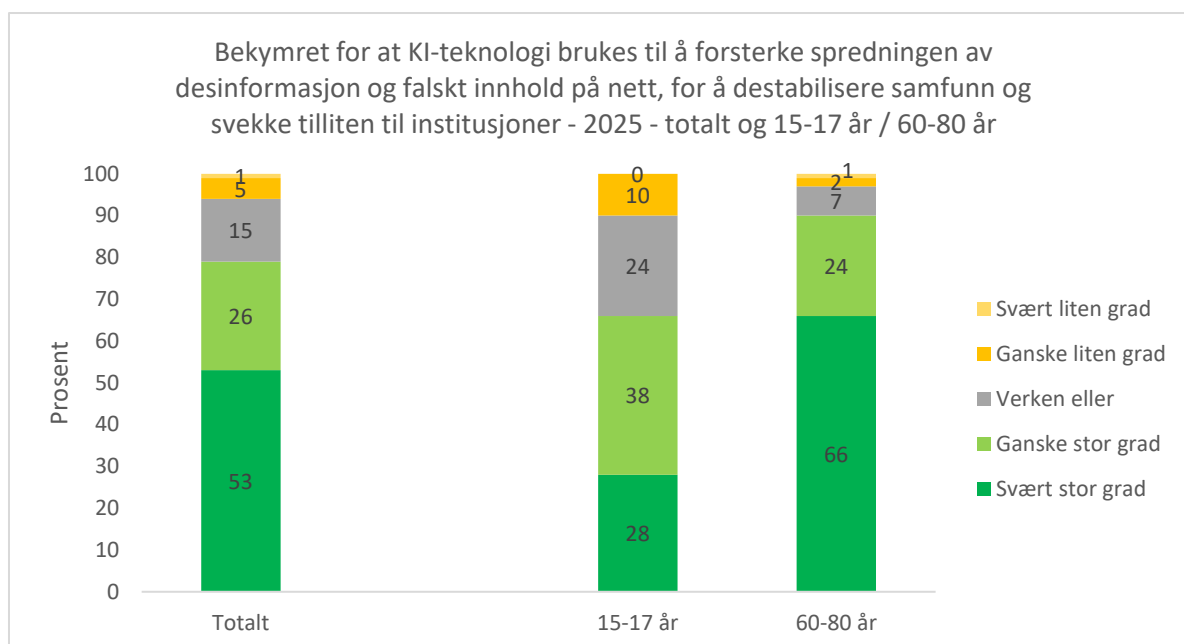
³⁵ Ref: https://www.tek.no/nyheter/nyhet/i/rP4G0A/elon-musk-lanserer-grok-3-et-program-for-kunstig-intelligens?srsId=AfmBOoquqVjOqvSDCwr0VtLdkd8PO-iCwaPDe1h_lpdAu5lJdb0YNG1y



Figur 2-112: Andel som svarer på spørsmålet: «Google har tidligere brukt slagordet «Don't be evil» og «Do the right thing» for å fremheve selskapets mål om etisk atferd. Nylig har selskapet åpnet for å bruke KI til å utvikle våpen og overvåkningsverktøy, ved å fjerne prinsippet som utelukker bruk som «sannsynligvis kan gjøre skade». I hvilken grad vil en slik prinsippendring påvirke din bruk av Google-verktøy?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Respondentene ble forespeilet en prinsippendring fra Google, der selskapet tidligere har brukt slagordet «Don't be evil» og «Do the right thing» for å fremheve selskapets mål om etisk atferd. Nylig har selskapet åpnet for å kunne bruke KI til å utvikle våpen og overvåkningsverktøy. Dette har de gjort ved å fjerne prinsippet som utelukker bruk som «sannsynligvis kan gjøre skade»³⁶. Figuren over viser at det er rundt én av tre (30 %) i aldersgruppen 60-80 år som hevder de vil vurdere å endre bruken sin av Google-tjenester som et svar på denne prinsippendringen, en marginalt høyere andel enn i resten av befolkningen (26 %).

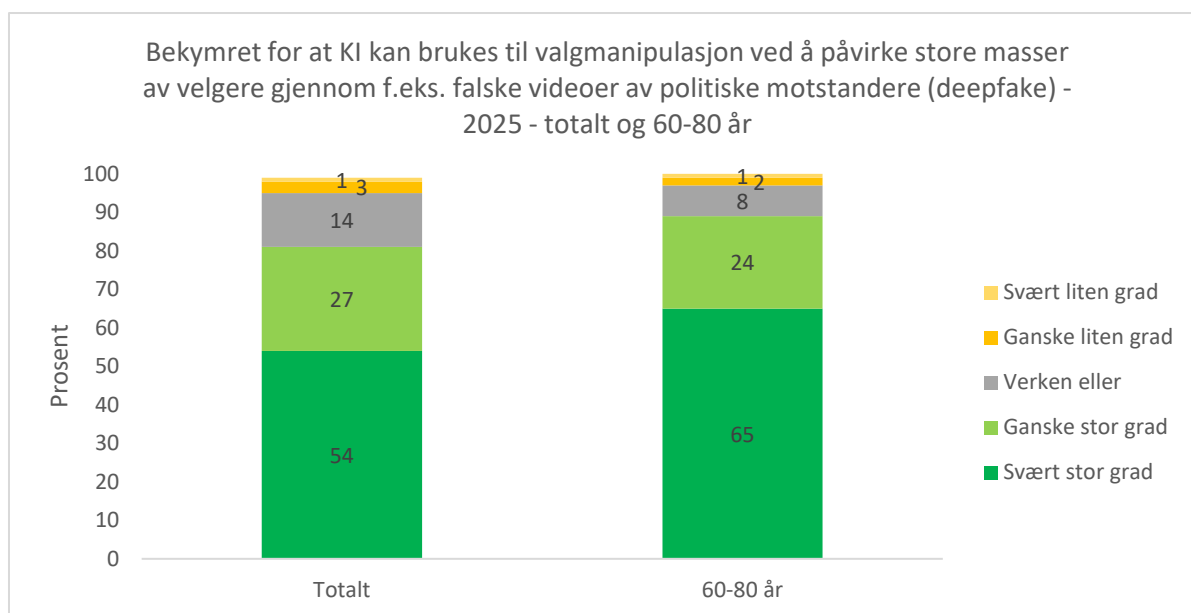
³⁶ Ref: <https://gizmodo.com/google-lifts-self-imposed-ban-on-using-ai-for-weapons-and-surveillance-2000559287>



Figur 2-113: Andel som svarer på spørsmålet: «I hvor stor grad er du bekymret for følgende scenarier: At KI-teknologi brukes til å forsterke spredningen av desinformasjon og falskt innhold på nett, for å destabilisere samfunn og svekke tilliten til institusjoner?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

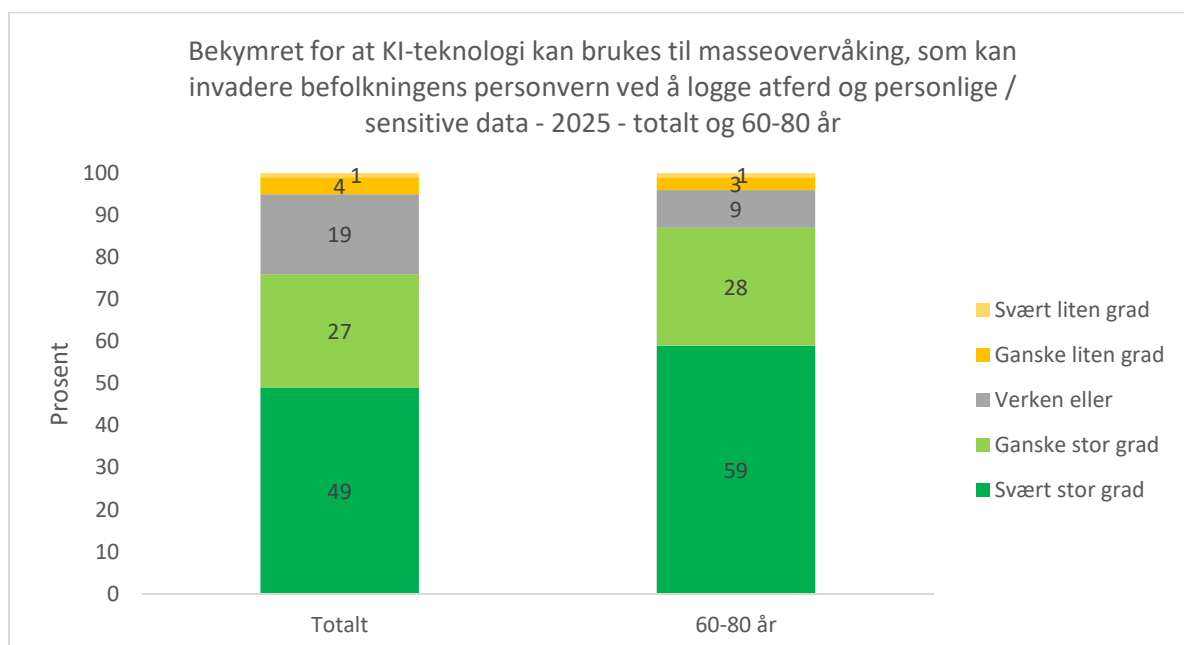
Figuren over viser at eldre (60-80 år) er svært bekymret for at KI skal brukes til å forsterke spredningen av desinformasjon og falskt innhold på nett³⁷, og dermed kunne destabilisere samfunn og svekke tilliten til institusjoner. Det er 90 prosent av de eldste som er bekymret for dette, og 66 prosent av disse er svært bekymret. Andelen bekymrede blant de yngste (15-17 år) er langt lavere (66 %), og av disse er 29 prosent svært bekymret. Totalt sett er det 79 prosent som er bekymret for KI-spredning av desinformasjon/falskt innhold, og 53 prosent av disse er svært bekymret.

³⁷ Ref.: <https://akademie.dw.com/en/generative-ai-is-the-ultimate-disinformation-amplifier/a-68593890>



Figur 2-114: Andel som svarer på spørsmålet: «I hvor stor grad er du bekymret for følgende scenarier: At KI kan brukes til valgmanipulasjon ved å påvirke store masser av velgere gjennom f.eks. falske videoer av politiske motstandere?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

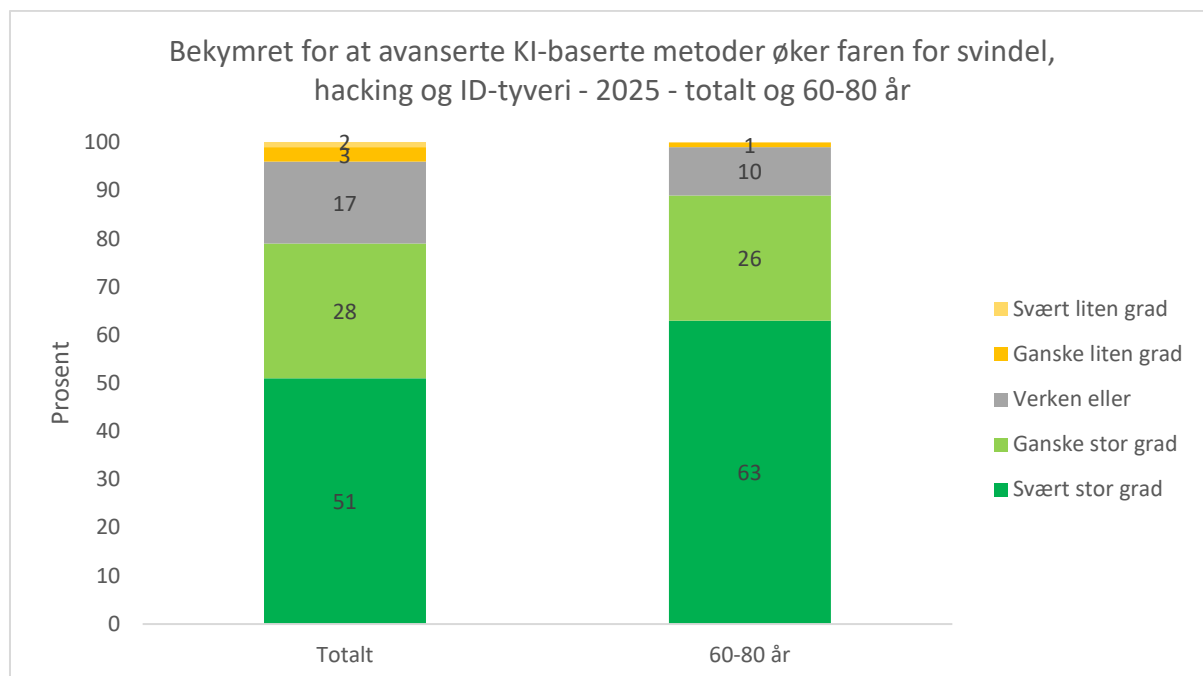
Det er en økende bekymring for at KI kan benyttes til å manipulere demokratiske valg³⁸. Figuren over viser at aldersgruppen 60-80 år er mer bekymret for at KI kan brukes til valgmanipulasjon gjennom f.eks. bruk av falske videoer (deepfake) av politikere, enn befolkningen generelt. Det er 89 prosent av de eldre som er bekymret for dette, og 65 prosent er svært bekymret.



Figur 2-115: Andel som svarer på spørsmålet: «I hvor stor grad er du bekymret for følgende scenarier: At KI-teknologi kan brukes til masseovervåking, som kan invadere befolkningens personvern ved å logge atferd og personlige / sensitive data?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

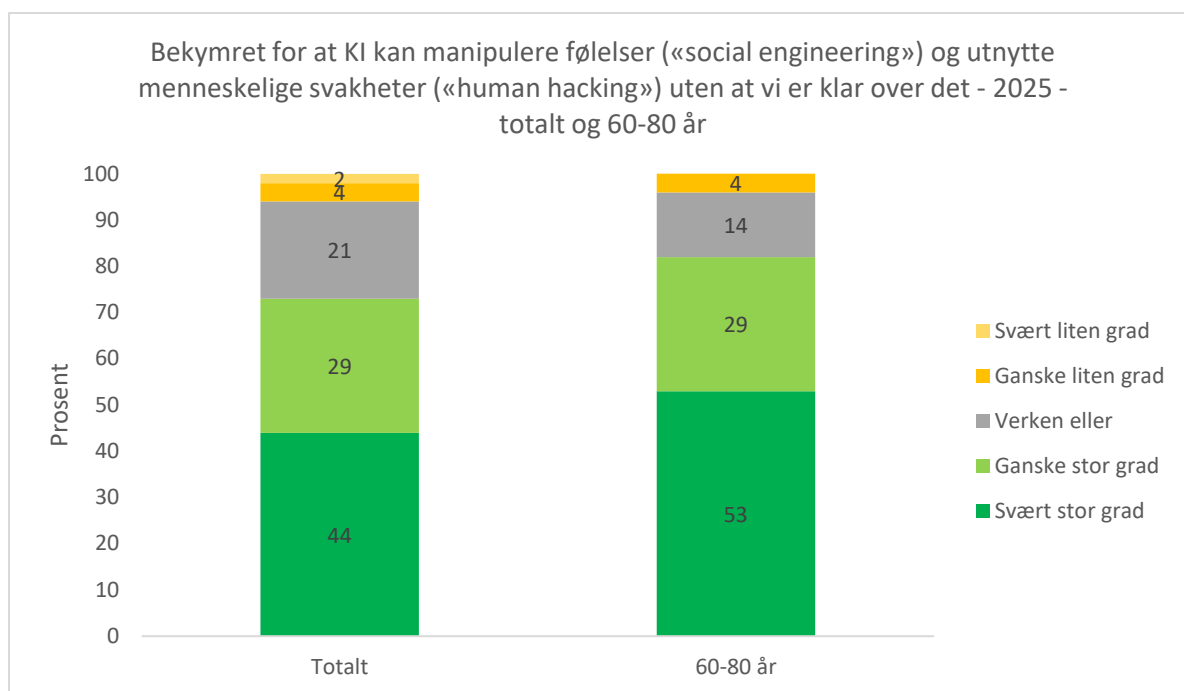
³⁸ Ref.: <https://apnews.com/article/artificial-intelligence-elections-disinformation-chatgpt-bc283e7426402f0b4baa7df280a4c3fd>

Det er videre en stor andel blant 60-80-åringene (87 %) som i stor grad er bekymret for bruk av KI-teknologi til masseovervåkning, der potensialet for å invadere personvernet kan være stort. Av disse er 59 prosent i svært stor grad bekymret. Til sammenlikning er 76 prosent av befolkningen generelt sett bekymret for KI-assistert masseovervåkning.



Figur 2-116: Andel som svarer på spørsmålet: «I hvor stor grad er du bekymret for følgende scenarier: At avanserte KI-baserte metoder øker faren for svindel, hacking og ID-tyveri?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

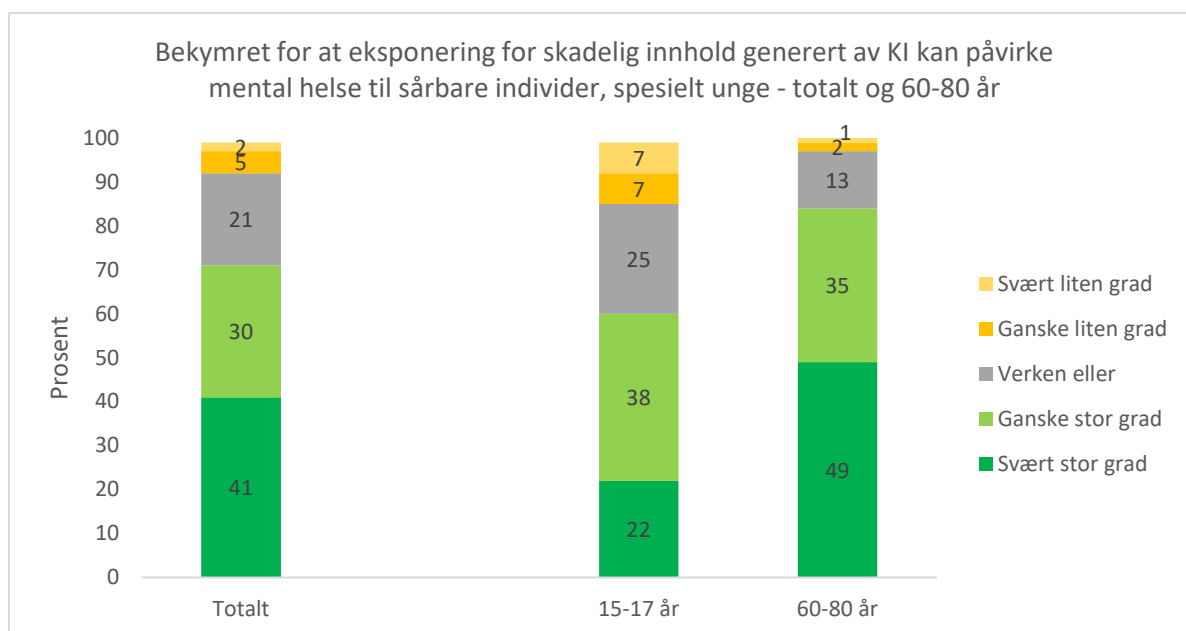
Det er videre en stor andel eldre (60-80 år) som er bekymret for at avansert KI skal øke risikoen for svindel, hacking og ID-tyveri. Det er 89 prosent totalt i denne aldersgruppen som er bekymret for svindel og hacking, og 63 prosent av disse er svært bekymret. I befolkningen generelt er 79 prosent bekymret, og 51 prosent av disse svært bekymret.



Figur 2-117: Andel som svarer på spørsmålet: «I hvor stor grad er du bekymret for følgende scenarier: At KI kan manipulere følelser («social engineering») og utnytte menneskelige svakheter («human hacking») uten at vi er klar over det?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

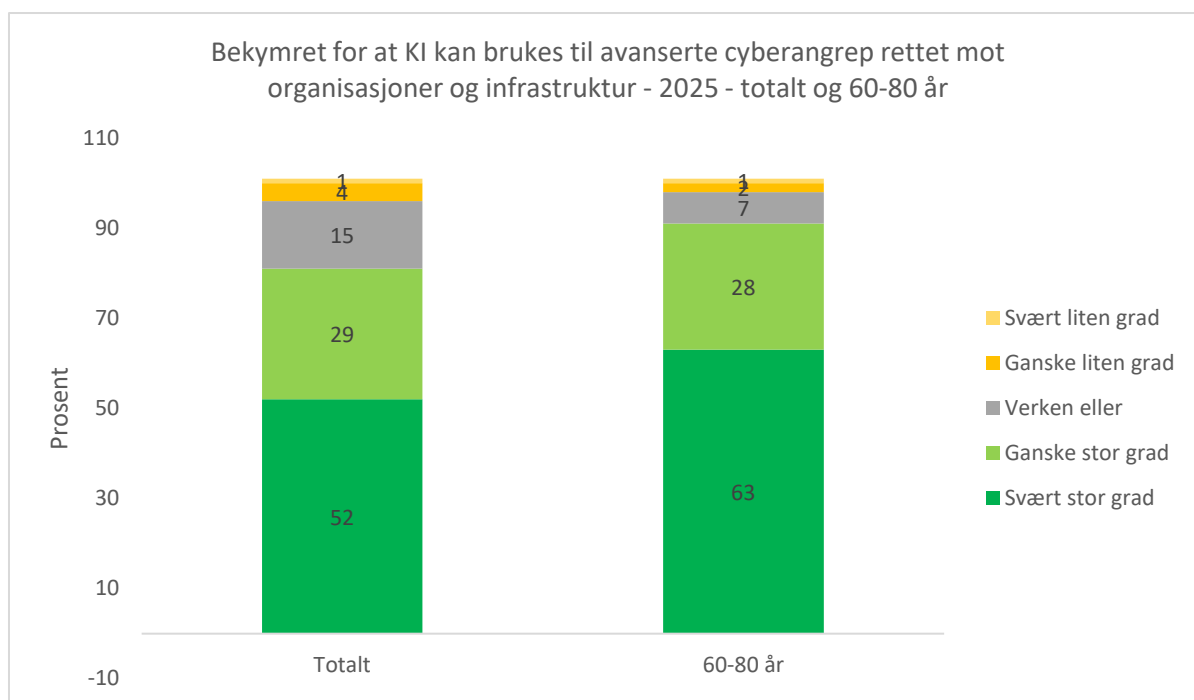
Bruk av KI til følelsesmanipulasjon er dessuten noe som bekymrer de eldre, der KI-agenter i tiden fremover antas å kunne utnytte atferdspsykologi, kognitiv bias, og dyp innsikt i enkeltindivider til målrettet påvirkning/manipulasjon³⁹. Det er 82 prosent som er bekymret for at KI kan benyttes til å manipulere følelser («social engineering») og utnytte menneskelige svakheter («human hacking»). Det er en større andel blant eldre enn i befolkningen generelt (73 %) som er bekymret for dette.

³⁹ Ref: <https://medium.com/predict/the-ai-manipulation-problem-is-urgent-and-not-being-addressed-ed0dd5e0b3e>



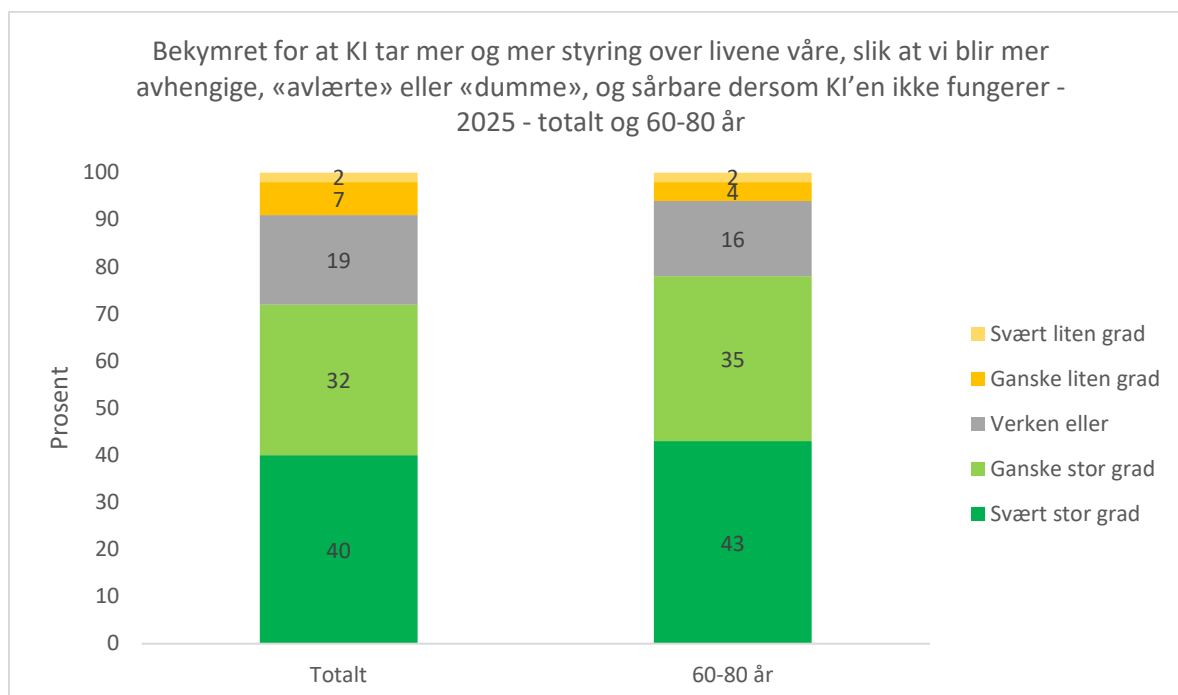
Figur 2-118: Andel som svarer på spørsmålet: «I hvor stor grad er du bekymret for følgende scenarier: At eksponering for skadelig innhold generert av KI kan påvirke mental helse til sårbare individer, spesielt unge» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Av figuren over ser vi at mange er bekymret for eksponering for KI-generert skadelig innhold, og i størst grad de eldste. I gruppen 60-80 år er 84 prosent bekymret for at KI-innhold kan påvirke mental helse negativt, spesielt hos unge, og 49 prosent er svært bekymret for dette. Vi ser samtidig at de yngste (15-17 år) ikke i like stor grad er bekymret for dette, selv om de fleste også her uttrykker bekymring. Det er 60 prosent i denne aldersgruppen som i stor grad er bekymret, og av disse 22 prosent svært bekymret for negativ påvirkning fra skadelig KI-generert innhold. I befolkningen generelt er 71 prosent i stor grad bekymret at skadelig innhold kan påvirke mental helse.



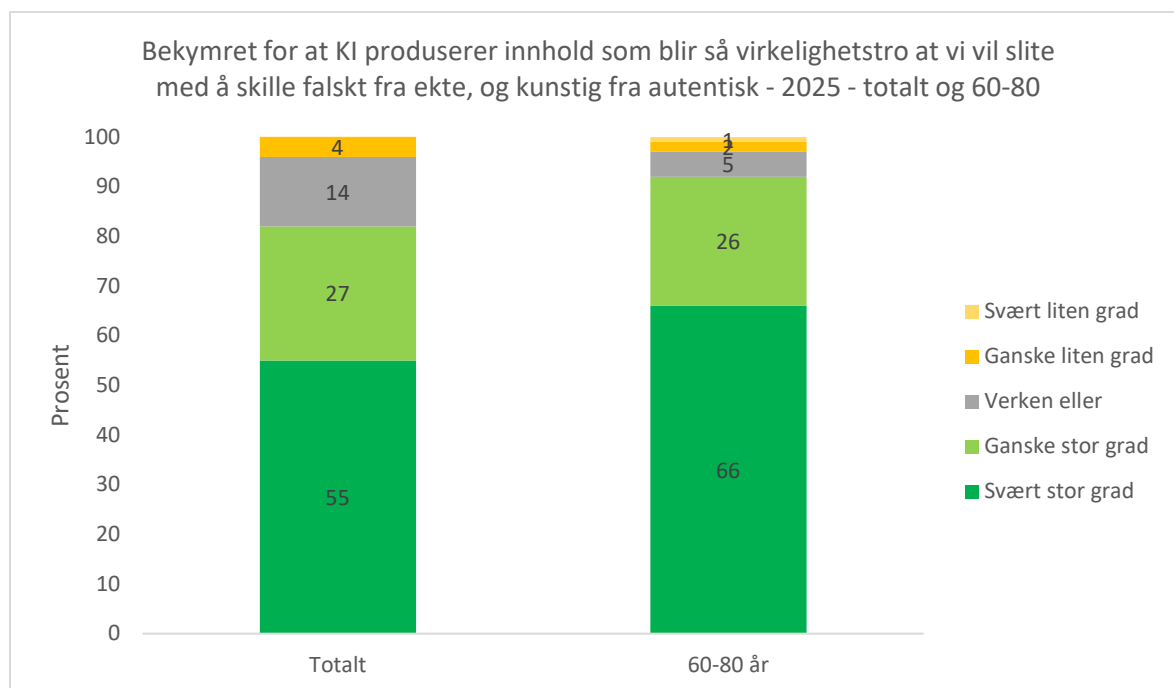
Figur 2-119: Andel som svarer på spørsmålet: «I hvor stor grad er du bekymret for følgende scenarier: At KI kan brukes til avanserte cyberangrep rettet mot organisasjoner og infrastruktur?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

På samfunnsnivå anses det som en utfordring at KI kan brukes i avanserte cyberangrep rettet mot organisasjoner og kritisk infrastruktur. Blant de eldre (60-80 år) er 91 prosent i stor grad bekymret for denne type scenarier, og 63 prosent er svært bekymret. De eldre er også her mer bekymret et befolkningen generelt.



Figur 2-120: Andel som svarer på spørsmålet: «I hvor stor grad er du bekymret for følgende scenarier: At KI tar mer og mer styring over livene våre, slik at vi blir mer avhengige, «avlærte» eller «dumme», og sårbare dersom KI'en ikke fungerer?» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Det er dessuten mange som er bekymret for at vi gjør oss for avhengige av teknologien, og at vi avlærer kunnskap vi allerede besitter fordi vi overlater stadig mer til smarte teknologiske systemer. Dette gjør oss både «dumme», ifølge forskning fra Microsoft⁴⁰, og samtidig mer sårbare dersom teknologien/KI'en svikter. Det er 78 prosent i alderen 60-80 år som i stor grad er bekymret for dette, mot 72 prosent for befolkningen generelt.



Figur 2-121: Andel som svarer på spørsmålet: «I hvor stor grad er du bekymret for følgende scenarier: At KI produserer innhold som blir så virkelighetstro at vi vil slite med å skille falskt fra ekte, og kunstig fra autentisk» (D5). Totalt og 60-80 år. Prosent, 2025 (N=1005).

Til slutt ser vi at det er en betydelig bekymring for at KI vil produsere innhold som blir så virkelighetstro (noe den allerede gjør) at det blir vanskelig å skille falskt fra ekte og kunstig fra autentisk innhold. Figuren viser at 92 prosent av de eldste (60-80 år) i stor grad er bekymret for denne utviklingen, og av disse er 66 prosent svært bekymret. Bekymringen er dessuten større blant de eldre enn i befolkningen generelt, der 82 prosent i stor grad er bekymret.

⁴⁰ Ref: <https://www.forbes.com/sites/dimitarmixmihov/2025/02/11/ai-is-making-you-dumber-microsoft-researchers-say/>

3 Gjennomgang og diskusjon

Teknologisk og demografisk utvikling

Denne rapporten tar utgangspunkt i en akselererende teknologiutvikling som sammenfaller med omfattende demografisk endring i retning av en aldrende befolkning. For å utnytte den digitale/teknologiske utviklingen best mulig i en demografisk utfordrende tid, er det avgjørende at teknologi og tjenester tilpasses og universelt utformes for å øke tilgjengeligheten, møte de eldres behov, og redusere risikoen for digital ekskludering og digitale skiller. Dette fordrer forskning som involverer eldre (Lund et al., 2021), noe denne rapporten bidrar til.

Gjennom analyse av fem ulike datasett gir rapporten innblikk i en rekke digitale muligheter og utfordringer i eldres hverdagsliv. De tre innledende datasettene består av landsdekkende surveyundersøkelser fra 2014 (D1), 2018 (D2) og 2025 (D3), og inkluderer kun den eldre delen av befolkningen (61-100 år). Undersøkelsene ble gjennomført som telefonintervjuer for å nå flest mulig eldre, spesielt de aller eldste (81-100 år). Tallene er sammenliknbare over tid ettersom samme utvalgsmetodikk er benyttet i alle tre undersøkelser. Datasettet fra 2024 (D4) omhandler i stor grad smartteknologi i hjemmet, og er utført som web-survey (18-80 år), mens datasettet fra 2025 (D5) primært tar for seg kunstig intelligens, også utført som web-survey (15-80 år).

Nettilgang og nettbruk blant eldre

I analysen av datasett D1-D3, som tar for seg utviklingen i perioden 2014 til 2025 for aldersgruppen 61-100 år, finner vi at *nesten alle de eldre har tilgang til internett* (97 % i 2025) på en eller annen enhet hjemme. Tilgangen har økt betydelig fra 2018 til 2025 (89 % i 2018), noe som nok primært skyldes en solid økning i smarttelefontilgang. Ser vi på hver nettilkoplethet for seg, har 86 prosent av eldre tilgang på datamaskin, 65 prosent på nettbrett, og 88 prosent på smarttelefon i 2025. For smarttelefon har økningen vært størst, fra 37 prosent i 2014, via 67 prosent i 2018, til 88 prosent i 2025. Mens kjønnsforskjellen i internetttilgang er marginal, er det tydelige aldersforskjeller for alle digitale enheter med nettilgang. Mens de yngste eldre (61-70 år) ligger relativt nær befolkningen i tilgang, har de eldste (81-100 år) markant lavere tilgang på alle enheter i 2025. Likevel har den eldste gruppen faktisk hatt størst økning fra 2018 til 2025, både i nettilgang på datamaskin og på smarttelefon.

Selv om tilgangen til internett har økt, har den *daglige nettbruken ikke endret seg* nevneverdig over tid. Vi ser faktisk en liten reduksjon i internettbruk på datamaskin og på nettbrett fra 2014 til 2025. Samtidig er det en økning i nettbruk på smarttelefon, fra 75 prosent i 2018 til 84 prosent i 2025. I 2025 er det menn som i størst grad bruker internett på datamaskin sammenliknet med kvinner, men det er ingen kjønnsforskjeller på nettbrett og smarttelefon. Yngre eldre er dessuten mer nettaktive på datamaskin og smarttelefon, men de yngste eldre (61-70 år) bruker likevel internett på nettbrett i mindre grad enn de to eldre gruppene. Det er flest av de eldste (81-100 år) som aldri er på nett, selv om de har tilgang; 7 prosent på datamaskin, 13 prosent på nettbrett og 13 prosent på smarttelefon.

Nedsatt funksjonsevne og digital assistanse

I 2025 oppgir 27 prosent i alderen 61-100 år at de har *én eller flere funksjonsnedsettelse*; 11 prosent har bevegelseshemming, syv prosent har hørselshemming, fire prosent er svaksynte, tre prosent har hukommelses- eller konsentrasjonsvansker, og åtte prosent har andre utfordringer. Det er de eldste som i størst grad oppgir å ha ulike funksjonsnedsettelse; 37 prosent i alderen 81-100 år oppgir dette, mot 22-23 prosent for de yngre gruppene.

For eldre med funksjonsnedsettelse kan digitalt utstyr og tjenester gi både muligheter og begrensinger. I 2025 mener to av ti eldre at funksjonsnedsettelse(n)e deres *hindrer fullverdig bruk* av internett og digitalt utstyr, mens tre av ti hevder at internett og netjtjenester er *ekstra nyttig* for

dem grunnet funksjonsnedsettelse(e) deres. I underkant av én av ti har *behov for spesialtilpasset teknologi* eller hjelpemidler fra hjelpemiddelsentralen for å kunne ta i bruk internett. De aller eldste har likevel noe mer behov for dette enn de yngre.

Tilgang til og bruk av internett på ulike digitale terminaler forutsetter at man både kan orientere seg om kjøp, installere programvare, foreta oppdateringer, fikse feil og kople til annet utstyr. Tidligere studier viser at eldre har behov for hjelp fra familie og venner til å håndtere en rekke slike utfordringer (jf. Slette-meås et al., 2018). I perioden 2014 til 2025 ser vi likevel at *behovet for teknisk assistanse synker* for alle aldersgrupper over tid, på alle områder. I 2025 er det flest som har behov for hjelp til å *fikse tekniske feil*, etterfulgt av hjelp til å *installere programvare* og *velge innstillinger*. Kvinner får i større grad enn menn hjelp på alle de identifiserte problemområdene, og vi ser at hjelpebehovet stiger med alder.

Internettmestring, motivasjon og digital trygghet

Andre viktige faktorer for å forstå de eldres digitale situasjon er kunnskap om deres følelse av internett-nødvendighet, mestring, og digital motivasjon. Over tid har andelen som mener at *digitale verktøy er nødvendige* i hverdagen økt med ti prosentpoeng til 65 prosent i 2025. Det er langt flere yngre eldre som mener internett er nødvendig – 81 prosent blant de yngste mot 48 prosent blant de eldste. Følelsen av *internettmestring* er enda tydeligere styrket over tid, og andelen som mener de mestrer internett har økt med 22 prosentpoeng fra 2014 til 63 prosent i 2025. Det er likevel en aldersforskjell, der nesten dobbelt så mange 61-70-åringer (åtte av ti) føler de mestrer internett sammenliknet med 81-100-åringer (fire av ti). Andelen som er *motivert til å delta digitalt* har også økt over tid. Mens 37 var digitalt motiverte i 2014, er 45 prosent motiverte i 2025. Igjen er aldersforskjellen fremtredende, med 57 prosent motiverte blant de yngste, mot bare 30 prosent blant de eldste. Den eldste gruppen er for øvrig den eneste som opplever et motivasjonsfall over tid. Uansett ser det ut til at både digital tilgang, mestring og motivasjon blant eldre øker gradvis over tid, i takt med følelsen av digital nødvendighet, noe som potensielt kan redusere «the grey digital divide» (Hunsaker og Hargittai, 2018). Likevel er det usikkert om den faktiske og relative mestringskløften mellom eldre og yngre generasjoner er redusert (jf. Slette-meås et al., 2018).

Når det gjelder behov for veiledning, opplevelse av krevende dataspråk, følelse av å være trygg på nett, frykt for å gjøre feil på nett, og oversikt over pinkoder og passord, er det ingen tydelige endringer over tid. Det positive er at åtte av ti føler de har *oversikt over pinkoder og passord* (i størst grad de yngste), og seks av ti føler seg *trygge på nett* (i størst grad de yngste). Likevel er det to av ti som *trenger veiledning* (i størst grad de eldste), mens tre av ti er *redde for å gjøre feil* på nett (i størst grad de eldste), og i overkant av tre av ti synes *dataspråk er krevende* (i størst grad de eldste). I 2025 er det dessuten tre av ti eldre som tror *utviklingen av kunstig intelligens (KI)* vil påvirke dem personlig i tiden fremover. Her er det en aldersforskjell, der fire av ti blant de yngste forventer KI-påvirkning, mot to av ti blant de eldste.

Mobilmestring, trygghet og utfordringer

I 2025 har 97 prosent *tilgang til smarttelefon eller vanlig mobiltelefon*. Overgangen fra vanlig til smarttelefon har vært betydelig de siste årene; i 2014 hadde 37 prosent tilgang til smarttelefon, mens andelen er hele 88 prosent i 2025. Følelsen av å *mestre mobiltelefonen* har styrket seg de siste årene, selv om det er svært avanserte smarttelefoner som dominerer bruken. I 2025 hevder 86 prosent at de mestrer mobiltelefonen i stor grad, en økning på 18 prosentpoeng fra 2014. Hele ni av ti eldre kvinner hevder de mestrer mobilen i 2025, mot åtte av ti eldre menn. For alder er det en markant økning i mestringsfølelse over tid for alle tre aldersgrupper, men i 2025 opplever de yngste fremdeles i større grad mestring, hele ni av ti, sammenliknet med de eldste, der åtte av ti mestrer mobilen godt.

Mange eldre ser på mobiltelefonen som en *trygghetsteknologi*, slik at de lett kan komme i kontakt familie og venner. Andelen som søker trygghet gjennom mobiltelefonen har økt med over ti prosentpoeng de siste årene, til 62 prosent i 2025. Det er dessuten i større grad eldre kvinner som har mobil for å føle trygghet; syv av ti kvinner, mot fem av ti menn i 2025. Det samme gjelder for alder, der syv av ti blant de eldste i 2025 har mobil for å føle seg trygge, mot fem av ti blant de yngste. Stadig flere eldre mener dessuten at mobiltelefonen, som digitale verktøy mer generelt, i stor grad er blitt en *nødvendighet*. Dette mener 84 prosent i 2025, og andelen har steget med nesten 20 prosentpoeng fra 2014 til i dag. Det er kvinner som i større grad enn menn opplever at mobilen er blitt nødvendig, mens alder ikke skiller nevneverdig.

Selv om de eldre bruker mobiltelefonen flittig, opplever de en rekke utfordringer med mobilens fysiske utforming, grensesnitt og funksjonalitet. I 2025 mener flest eldre mobilbrukere at telefonen har *for mange funksjoner* (30 %), etterfulgt av *for lite tastatur* (23 %), *oppdateringsproblemer* (17 %), *for liten skjerm* (15 %) og *for små ikoner på skjermen* (15 %). Her er det marginale endringer over tid. Eldre menn opplever i større grad slike utfordringer enn eldre kvinner, og det samme gjør den eldste gruppen. Spesielt sliter de eldste med for mange funksjoner (42 %) og oppdateringsproblemer (26 %).

Spennende men skremmende teknologiutvikling

I 2025 synes nesten halvparten (48 %) av de eldre at den digitale og teknologiske *utviklingen er spennende*, og marginalt flere menn og yngre eldre, selv om spenningen har dalt noe over tid. Spesielt for de yngste eldre har den falt med over ti prosentpoeng siden 2018. Selv om mange eldre opplever utviklingen som spennende, er det flere (54 %) som mener at *utviklingen går for raskt*, og marginalt flere kvinner enn menn. De aller eldste er mest skeptiske, der seks av ti mener utviklingen går for raskt. Dessuten mener én av tre eldre (36 %) at *utviklingen er skremmende*, og igjen en noe større andel kvinner. Dessuten øker denne frykten med alder, fra 28 prosent blant de yngste til 46 prosent blant de eldste i 2025. Det er kanskje enda mer urovekkende at nesten seks av ti eldre mener at mange *eldre tvinges til å delta i den teknologiske utviklingen* selv om de ikke ønsker det selv. Deler av kritikken mot digitaliseringen handler likevel ikke bare om digitaliseringen i seg selv, men om fjerning av eksisterende alternativer (f.eks. fysiske filialer og telefonservice) som mange eldre er vant til. Mer enn seks av ti mener at *eldre bør få bedre tilgang til ikke-digitale tjenester*. Det er i noe større grad kvinner som mener dette, og blant de eldste har andelen økt over tid til nesten syv av ti.

Når det gjelder mer personlige vurderinger rundt teknologiutviklingen, er det tre av ti eldre som i 2025 føler de *faller av lasset* når teknologien utvikler seg så raskt som den gjør. Det positive er at denne andelen har blitt redusert over tid, fra 35 prosent i 2018. Det er en noe større andel kvinner og de eldste som føler de faller av lasset, men det er en positiv tendens på begge variabler. Ser vi på aldersforskjellene, er andelene i perioden 2018 til 2025 redusert fra 27 til 18 prosent i alderen 61-70 år, og fra 46 til 38 prosent i alderen 81-100 år. Det er likevel en nesten dobbelt så stor andel blant de eldste sammenliknet med de yngre som føler de blir hektet av. Enda mer urovekkende er det at én av fire eldre i 2025 føler seg *digitalt diskriminert*. Her er det også markante aldersforskjeller, der 34 prosent blant de eldste føler seg diskriminert, nesten tre ganger så mange som blant de yngste, der andelen er én av ti.

Men ikke alt er negativt; de aller fleste føler seg ikke diskriminert, og halvparten av de eldre mener i 2025 at den digitale utviklingen gir dem *flere muligheter for samfunnsdeltakelse*, og faktisk i større grad eldre kvinner enn menn. Det er likevel de aller eldste igjen som føler de får minst ut av teknologiutviklingen; 43 prosent i alderen 81-100 år opplever økt samfunnsdeltakelse, mot 54 prosent i alderen 61-70 år. Nesten halvparten av de eldre mener dessuten at KI kan bidra til å *hjelp* eldre og *samfunnet* på flere områder, og yngre eldre har noe mer tro på dette enn de eldste.

Tilgang til og erfaringer med smartteknologi

Internettilkoplet smart-/velferdsteknologi kan støtte eldre i hverdagen, og forenkle oppgaver for personer med funksjonsnedsettelse. Men jo mer kommersielt utstyr som kjøpes i butikker, desto mer ansvar får den enkelte med å kople sammen, håndtere og oppdatere eget utstyr. Generelt sett har *tilgangen til alle de listede smartteknologiene økt* blant eldre (61-100 år) fra 2018 til 2025 (vist i datasett D2 og D3), bortsett fra trygghetsalarmer, der det har vært en nedgang. Økningen har vært størst for smartklokker/ treningsarmbånd, der andelen har økt med 19 prosentpoeng siden 2018, til 29 prosent i 2025. Totalt sett er det flest eldre som har *smartklokker/ treningsarmbånd* (29 %), etterfulgt av *trygghetsalarm* (24 %), *smart styring i hjemmet* (22 %), *støvsugerroboter* (21 %), *smarthøytalere* (18 %), *gressklipperroboter* (17 %) og *elektronisk dørlås* (16 %). De yngste eldre har jevnt over mest smartteknologi; over fire av ti har smartklokke/ treningsarmbånd, og tre av ti har både smarthøytaler og støvsugerrobot. Blant de eldste er bildet noe annerledes; der har fire av ti trygghetsalarmer, mens rundt to av ti har smart styring i hjemmet, gressklipperroboter og smartklokke/treningsarmbånd.

De eldres erfaringer med smart/ tilkoplet teknologi varierer. Den supplerende undersøkelsen fra 2024 (D4), der vi ser på aldersgruppen 60-80-år, viser at de fleste eldre er fornøyde med egen smartteknologi. Rundt åtte av ti mener *teknologiene fungerer godt* og at de har *god oversikt over mengden smartteknologi* i eget hjem. Tre av fire *mestrer teknologien*, men én av tre har likevel *behov for mer kunnskap og brukerstøtte*. Videre mener syv av ti at *teknologiene er nyttige* i hverdagen og at de har *god kontroll* over dem, mens seks av ti mener *produktene er trygge* med tanke på sikkerhet og personvern. Selv om mye er positivt, mener fire av ti at smartteknologien gjør dem mer *sårbare og avhengige*. En like stor andel *gjør jevnlig tiltak* for at produktene skal fungere trygt og sikkert. Generelt sett er fire av ti engstelige for at den globale sikkerhetssituasjonen skal øke faren for *ondsinnede cyberangrep* mot den tilkoblede teknologien deres. Halvparten av de eldre prøver dessuten å *unngå å kjøpe kinesisk smartteknologi*, mens godt over halvparten mener derimot at *smartteknologi som selges i Norge er trygg*.

Muligheter og utfordringer med smarthjemteknologi

En stor andel nordmenn i alderen 60-80 år ser positivt på smart/ tilkoplet teknologi i hjemmet. Syv av ti mener den kan gi husstandene *bedre kontroll* over lys, varme, sikkerhet og underholdning, mens seks av ti mener teknologiassistanse kan få folk til å *bo lenger hjemme*. Rundt halvparten mener slik teknologi kan gi *økt bekvemmelighet* og at *brukervennligheten økes* gjennom bedre tilpasning til brukerpreferanser. Omtrent like mange ser *tidsbesparing* som en positiv effekt, mens fire av ti eldre mener slik smartteknologi kan gi *mer autonomi og uavhengighet* for eldre. Omtrent like mange mener husstandsdata generert fra smartteknologien kan gi nyttige bidrag til å *løse samfunnsutfordringer*.

Mange eldre er positive til mulighetene smart/ tilkoplet teknologi kan gi, som forenkling av hverdagen. Likevel mener syv av ti at hverdagslivet kan bli *mer komplisert* for de husstandsmedlemmer som ikke forstår teknologien, og over halvparten mener teknologien kan skape *mer arbeid i hjemmet*. Videre tror mer enn fire av ti at *konflikter kan oppstå i hjemmet* dersom én partner dominerer hjemmeteknologien. Personvern og sikkerhet bekymrer også de eldre. Syv av ti mener innsamlede husstandsdata fra smartteknologi kan *utfordre personvernet*, og like mange oppfatter teknologien som *overvåkende*. Mer enn seks av ti eldre tror smartteknologien kan *møte motstand* grunnet økt bevissthet rundt *cyberkriminalitet* og mer omfattende *cyberangrep*. Over halvparten tror dessuten at hjemmet i seg selv kan utgjøre en sikkerhetsrisiko, dersom det hackes og brukes i *botnet-angrep*. Rundt halvparten mener smartteknologi kan bidra til økt frykt

for at avansert tilkople teknologi skal «*ta over hjemmet*». Fire av ti tror samtidig at økt risiko og sårbarhet på flere områder kan gjøre at flere vil ønske seg et *mer frakople hjem*.

Når det gjelder eldre (60-80 år) og kunstig intelligens, er én av fire positive til at KI kan bidra med *selvstendige oppgaver i hjemmet*, ved å lære atferd og tilpasse tjenester. Det er en noe lavere andel enn i befolkningen generelt. Rundt én av fem eldre er positive til at sosiale roboter eller stemmeassistenter kan fungere som *sosialt selskap og samtalepartnere* for ensomme, igjen en noe lavere andel enn i befolkningen generelt. Mer enn to av fem eldre er dessuten direkte negative til KI-basert sosialt selskap. Når de eldre vurderer hvilke muligheter KI kan gi i hjemmet, er flest positive til *velferdsteknologi* (63 %), deretter *energiautomatisering* (57 %), *sikkerhetssystemer* (45 %), *helseteknologi* (41 %), og til slutt *hjemmeautomasjon* (28 %). Av risikoscenarier anser de eldre *teknisk risiko* (79 %) som mest alvorlig, etterfulgt av *sikkerhetsrisiko* (76 %) og *personvernrisiko* (76 %).

Kunnskap, kompetanse og muligheter med kunstig intelligens

I en ny supplerende undersøkelse fra 2025 har vi sett spesifikt på aldersgruppen 60-80 år og deres forhold til kunstig intelligens. Kjennskapen til selve begrepet «kunstig intelligens» viser seg å være langt lavere blant de eldre (26 %) enn i befolkningen generelt (52 %). Det samme gjelder kjennskap til «generativ kunstig intelligens» og «store språkmodeller», der 11 prosent i alderen 60-80 år i stor grad kjenner til begrepene, mot 24 prosent totalt sett. Likevel hevder rundt én av fem eldre at de i stor grad følger med på KI-utviklingen i mediene. Den raske KI-utviklingen bidrar til at mange eldre mener det er sentralt at befolkningen utvikler grunnleggende *KI-kompetanse* i tiden fremover. Syv av ti anser det som i stor grad viktig at befolkningen forstår, bruker og kritisk reflekterer rundt bruken av kunstig intelligens. Samtidig vurderer bare én av fire eldre sin *egen digitale/KI-kompetanse* som tilstrekkelig til å holde tritt med utviklingen.

Når det gjelder *kjennskap til og bruk av* et utvalg chatbot'er blant 60-80-åringene, så er *ChatGPT* dominerende. Mens én av fire eldre har prøvd den ut, er det kun seks prosent som er regelmessige brukere. Ytterligere 40 prosent har hørt om den. Aktive brukere av chatbot'er som Copilot (Microsoft), Gemini (Google), My AI (Snapchat), R1 (DeepSeek), Grok (xAI), og Claude (Anthropic), er svært lav. Andre typer KI-tjenester er derimot mer utbredt, og rundt halvparten av de eldre har benyttet *kundeservice-chatbot'er* hos bedrifter og offentlige tjenester. Det er videre rundt én av tre som har *stemmeassistenter*, samt forbrukerprodukter som *robotstøvsugere* og *robotgressklippere*, mens bare seks prosent har brukt *generative bildeverktøy*.

Det er en rekke *muligheter* KI kan gi, og mange eldre ser nytten av KI i ulike sammenhenger, selv om de er noe mer negative enn befolkningen generelt. De eldre ser mest positivt på KI-basert *personlig velvære*, som helsemålinger, skreddersydde treningsopplegg og måltidsplaner basert på helseprofil. Her er hele 45 prosent positive, mens 19 er negative. Videre er rundt én av tre positive til KI-basert *personlig tilpasning* av produktforslag, anbefalinger og kundeservice, og like mange ser positivt på *tidsbesparingen* husholdninger kan oppnå gjennom automatisering av rutineoppgaver, som å lage avtaler, handlelister og oppskriftsforslag. I begge tilfeller er omtrent like mange negative til disse mulighetene. Aldersgruppen 60-80 år er minst positive til KI brukt i *humanoide roboter* og til *hyperpersonalisering av digitale nyhetsstrømmer*. I underkant av én av fem eldre ser positivt på en humanoid hjemmerobot som kan re senger og ta ut av oppvaskmaskinen, mens i overkant av to av fem er negative. Det samme gjelder hyperpersonalisering, der bare 15 prosent av de eldre er positive, mens halvparten er negative.

Kunstig intelligens brukt i helsesektoren og eldreomsorg

Eldres tillit til KI i helsesektoren vil være avgjørende for KIs gjennomslag på dette feltet. Rundt én av tre eldre ble overrasket over at en KI-tjeneste (i en test) viste seg å svare mer *kunnskapsrikt og empatisk* enn leger på helserelaterte spørsmål. Selv om svært mange, også eldre, googler

seg til helseinformasjon på nett, er tiltroen til *KI-basert helseinformasjon* lav. Bare én av fire eldre ville stolt på slik informasjon. Tilliten er derimot større til *KI-diagnostisering og målrettet individuell behandling*, der nesten to av fem har høy tillit. Omtrent like mange kan tenke seg å bidra med *egne helsedata* til KI-trening. Selv om mangel på «varme hender» i helsesektoren har vært en bekymring, ser mer enn to av fem eldre positivt på at KI-basert teknologi kan overta rutineoppgaver for leger og behandlere, slik at *tid frigjøres* til menneskekontakt. De eldre er dessuten svært positive dersom KI kan bidra til et mer *selvstendig liv* for personer med funksjonsnedsettelse; over seks av ti eldre har tro på KI til denne type formål.

Det er samtidig en rekke *utfordringer* som må adresseres når det gjelder KI i helsesektoren. KI-systemer skal være universelt utformet, men KI trenes ofte på store datasett slik at *mangfoldet i datagrunnlaget* kan forsvinne og gi *skjeve eller diskriminerende utfall* for personer med funksjonsnedsettelse, eller forsterke en form for «alderisme», der eldre systematisk eller uintendert diskrimineres mot (jf. Chu et al., 2022). Mer enn halvparten av 60-80-åringene ser dette som utfordrende. Innsamling og analyse av store mengder personlige og sensitive data ved bruk av KI, som helsetilstand og funksjonsnedsettelse, kan dessuten *utfordre personvernet*, noe som bekymrer over seks av ti eldre. Noe overraskende, mener enda flere eldre, syv av ti, at dyr KI-teknologi kan skape eller forsterke det *digitale klasses skillet*, der spesielt de med funksjonsnedsettelse kommer dårlig ut. Omtrent like mange er bekymret for at utstrakt KI-bruk skal gi *økt avhengighet, ferdighetstap og sårbarhet* dersom teknologien feiler.

KI adresserer samtidig en rekke *behov som eldre aldersgrupper* har, men undersøkelsen viser at eldre er ambivalente når det gjelder å ta i bruk KI-teknologi. En moderat andel, rundt én av tre, har i stor grad tro på bruk av KI i omsorgssektoren, slik at eldre eksempelvis kan *bo lenger hjemme*. De har mer tro på bruk av KI til *minneforsterking* for eldre med kognitive svekkelser, noe nesten halvparten støtter. Selv om Abadir og Chellappa (2024) fremhever at KI kan bidra til å redusere sosial isolasjon, ved at virtuelle assistenter og chatbots tilbyr selskap og engasjement, er skepsisen stor blant eldre til bruk av KI-chatbot'er og sosiale roboter som *sosialt selskap, samtalepartnere og aktivitetsstøtte*. I underkant av én av fem har tro på dette, og befolkningen generelt er mer positivt innstilt til KI-selskap for eldre enn det de eldre selv er.

Trygghet og sikkerhet er viktig for mange eldre, og KI-baserte *sikkerhetssystemer* som kan overvåke og varsle omsorgspersoner ved uforutsette hendelser hjemme, er noe tre av fem eldre har tro på. To av fem tror dessuten KI kan bidra til å få bukt med (ofte KI-generert) *svindel eller falskt innhold*, som eldre er spesielt utsatt for. Det eldre anser som mest utfordrende er dersom *KI blir for menneskelikt*, uten at KI'en tilkjennegir at den ikke er et menneske, noe som kan skape forvirring og uro blant eldre. Hele åtte av ti eldre ser dette som utfordrende.

Kunstig intelligens i tiden fremover

De siste par årene har KI vært svært fremtredende i mediebildet, og vi har sett at én av fem eldre i stor grad følger mediedekningen av KI. Et tema har vært regjeringens ambisiøse digitaliseringsstrategi som inkluderer KI. Rundt én av tre eldre *støtter denne strategien*, mens like mange er uenige. Det er samtidig enda færre, rundt én av fire, som har tillit til at regjeringen vil regulere og gjennomføre *utjevnende tiltak* for å sikre at KI-utviklingen kommer alle til gode. Over halvparten av de eldre tror samtidig at KI vil føre med seg *store samfunnsendringer*, og mer enn tre av fem eldre mener det er fornuftig å *involvere befolkningen*, gjennom offentlige konsultasjoner, i utformingen av fremtidens KI-samfunn.

Men KI, som det digitale mer generelt, kan ikke håndteres kun nasjonalt. Blant annet har den nye KI-forordningen i EU (*AI Act*) som mål å tilby et harmonisert rammeverk for å trygge bruken av KI-systemer. Likevel er det i underkant av én av tre eldre som har tro på at denne forordningen kan *løse KI-utfordringene* man står overfor. En grunn kan være at KI domineres av land utenfor EU-

området, som USA og Kina, og hele syv av ti eldre tror i stor grad (35 % i svært stor grad) at *KI-kappløpet mellom stormaktene* kan føre til at *KI kommer ut av kontroll*. Likevel er frykten stor for at demokratiske land skal bli heftet av i konkurranse med autoritære regimer. Derfor mener syv av ti eldre at *vestlige demokratier bør øke sin egen KI-satsing* (og 47 % mener dette i svært stor grad). Befolkningen generelt, og spesielt de yngre, er mer restriktive enn de eldre på dette området. Rundt to av fem 15-17-åringer mener at demokratisk KI-satsing bør økes for å unngå å gi autoritære regimer et KI-fortrinn.

Mediedekningen har vist at det er mye uro og usikkerhet rundt hva KI vil bringe i fremtiden, og tech-eksperter har de siste årene vurdert at tap av kontroll over superintelligente maskiner kan få katastrofale følger for menneskeheten og planeten. Seks av ti eldre frykter at KI skal utgjøre en slik *eksistensiell trussel*. Nylig har de samme ekspertene og KI-selskapene endret fremstillingen av KI til å heller vektlegge store samfunnsgevinster ved bruk av KI. Svært få eldre (13 %) finner denne *endrede fremstillingen av KI* troverdig. Nylig har også Google fjernet prinsippet som utelukker bruk av teknologi som «sannsynligvis kan gjøre skade», og dermed åpnet for utvikling av KI-baserte våpen og overvåkning. Det er rundt én av tre eldre som hevder de vil *revurdere egen bruk av Google-tjenester* som et svar på denne prinsippendringen. Mye av skepsisen bunner sannsynligvis i den enorme usikkerheten som omkranser dagens KI-diskurser. Dette berører Shandilya og Fan (2022) sitt poeng om at eldre må føle seg trygge rundt KI, mens de i realiteten mister kontroll, og etablerer negative holdninger, fordi opplevelser og sosio-emosjonelle aspekter ikke stemmer med deres forventninger eller forhåpninger (Hong et al. 2023).

De aller fleste i aldersgruppen 60-80 år, ni av ti, viser seg i stor grad (66 % i svært stor grad) å være bekymret for at KI skal brukes til å forsterke *spredningen av desinformasjon og falskt innhold* på nett, en langt høyere andel enn blant de yngste. Omtrent like mange eldre (65 % i svært stor grad) er bekymret for at KI skal benyttes til å *manipulere valg*, gjennom f.eks. bruk av *deepfake*-videoer av politikere. Samme andel er i stor grad bekymret for bruk av KI til *masseovervåkning* (59 % i svært stor grad), som utfordrer personvernet. Bekymringen for *KI-basert svindel, hacking og ID-tyveri* er også noe ni av ti eldre i stor grad uroer seg for (63 % i svært stor grad). En noe lavere andel, åtte av ti eldre, er i stor grad (53 % i svært stor grad) bekymret for at KI kan benyttes til å *manipulere følelser* («social engineering») og *utnytte menneskelige svakheter* («human hacking»). Marginalt flere (49 % i svært stor grad) uttrykker bekymring for at KI-innhold kan ha *negativ påvirkning på mental helse*, spesielt blant unge, en bekymring som ikke er like fremtredende blant de yngste (15-17 år), der seks av ti er bekymret.

Ni av ti eldre (63 % i svært stor grad) er bekymret for at KI skal brukes i *cyberangrep* mot organisasjoner og kritisk infrastruktur. Videre er åtte av ti bekymret for at vi gjør oss for *avhengige av teknologien* ved å overlate stadig mer til «intelligent» teknologi, samtidig som vi selv «avlærer» eksisterende kunnskap. Et annet aspekt som bekymrer eldre, er at KI kan produsere svært realistisk innhold, slik at det blir stadig mer krevende å *skille falskt fra ekte og kunstig fra autentisk*. Hele 92 prosent (66 % i svært stor grad) av de eldre er bekymret for denne utviklingen. Med andre ord er bekymring for rekken av problematiske sider ved KI stor blant eldre, og jevnt over noe høyere enn i resten av befolkningen.

Vi ser i sum at eldre er ambivalente i møte med hvilke muligheter og utfordringer KI kan gi. Funnene i rapporten sammenfaller med litteratur som fremhever eldres nysgjerrighet og deres samtidige usikkerhet rundt KI-produkter (Shandilya og Fan, 2022). Fremstillingene av KI i medier kjennetegnes gjerne av polarisering mellom eksistensiell frykt for at KI skal utfordre mennesker og menneskeheten, og samtidig at KI på dramatisk vis skal kunne bidra til å løse de store samfunnsutfordringene vi står overfor. Dermed skapes både engstelse og entusiasme, og trygghet og uro (Perminow, 2022; Skjuve et al. 2023) avhengig av hvilken diskurs det trekkes på, eller hvilken generell eller spesifikk kontekst KI plasseres i.

4 Oppsummerende konklusjon

I regjeringens nye digitaliseringsstrategi (DFD, 2024) fremheves ambisjonen om å gjøre Norge til det mest digitaliserte landet i verden. Dette krever at hele befolkningen får lik mulighet til digital deltakelse, og at ulike samfunnsgrupper, som de eldre, ikke blir stående utenfor. Digitalt utenforskap kan oppstå ved manglende tilgang og tilgjengelighet til digitale tjenester, evne og interesse for å delta digitalt, og digital sårbarhet mer generelt. Eldre med lav digital erfaring må derfor motiveres til å forstå, navigere, og dra nytte av det digitale samfunnet. For å bekjempe digitalt utenforskap fremheves blant annet at den digitale kompetansen må styrkes⁴¹ gjennom opplæring og veiledning. Kompetansen må samtidig være fremtidsrettet og ta innover seg den raske teknologiske utviklingen, KIs særegne utfordringer, samt eldres kapasitet og interesse for digital kompetansebygging.

Selv om eldre anses å være mer utsatt for digitalt utenforskap enn andre samfunnsgrupper, viser undersøkelsen en positiv tendens. I tiårsperioden fra 2014 til 2025 har tilgangen til internett økt betydelig blant eldre i alderen 61 til 100 år. Nå har nesten «alle» tilgang, mye takket være internett på smarttelefon. Likevel har de aller eldste (fremdeles) lavere tilgang til internett på alle digitale enheter sammenliknet med de yngre eldre, og én av ti av de eldste er aldri på internett. En utfordring, som kan påvirke både evnen til å bruke og nytten av digitale verktøy, er at eldre med stigende alder i større grad opplever funksjonsnedsettelse. Undersøkelsen viser at én av tre eldre opplever dette. Dette både hindrer nettbruken deres, men gjør samtidig nettjenester ekstra nyttige for mange. Flere eldre trenger dessuten digital støtte i hverdagen, men i tiårsperioden ser vi også her en positiv utvikling, der behovet for teknisk assistanse har sunket på alle områder. Kvinner og de eldste har likevel i størst grad behov for assistanse.

Parallelt med økende nettilgang har andelen eldre som føler på internettmestring og motivasjon til å delta digitalt styrket seg over tid, selv om langt flere yngre eldre kjenner på mestring og motivasjon enn de aller eldste. Mestringsfølelsen er dessuten aller størst for mobiltelefon, som både oppfattes som en trygghetsteknologi og som en nødvendig del av hverdagen. En større andel eldre kvinner enn menn kjenner på mobilmestring og erfarer at mobilen har blitt en nødvendighet. Den positive utviklingen i mestring er viktig fordi den styrker selvstendighet og deltagelse blant eldre i et stadig mer gjennomdigitalisert samfunn. Halvparten av de eldre opplever videre at teknologiutviklingen gir dem flere muligheter til samfunnsdeltakelse.

Men selv med en positiv utvikling i tilgang, mestring og deltakelse, gjenstår en rekke utfordringer. Over halvparten av de eldre mener at selv om den teknologiske utviklingen oppleves som spennende, så går den for raskt, og én av tre oppfatter den som direkte skremmende. Et stort flertall mener dessuten at mange eldre tvinges til å delta digitalt mot sin vilje, og tar til orde for at eldre burde få bedre tilgang til ikke-digitale tjenestealternativer. Tre av ti eldre føler at de selv faller av lasset fordi teknologien utvikles så raskt, selv om andelen som føler dette er noe redusert over tid. Mer urovekkende er det at én av fire eldre føler seg digitalt diskriminert, og nesten tre ganger så mange blant de eldste som blant de yngste.

Det er ikke bare internett- og smarttelefontilgang som har økt over tid for de eldre, men også tilgangen til en rekke smarte/tilkoblede teknologier, slik som smartklokker/treningsarmbånd, trygghetsalarm, smart styring i hjemmet, støvsugerroboter, smarthyttalere, gressklipperroboter og elektronisk dørlås. De eldre er stort sett fornøyd med egen smartteknologi, som de både føler de mestrer og har kontroll over. De fleste mener at teknologien fungerer godt, og at den er både nyttig og trygg. Et mindretall er bekymret for at smartteknologien gjør dem mer sårbare og avhengige, og at faren for ondsinnede cyberangrep mot teknologien deres øker. En del unngår

⁴¹ Ref: <https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/vil-oke-den-digitale-kompetansen-hos-eldre/id3057837/>

dessuten å kjøpe kinesisk smartteknologi, men stoler på teknologi som selges i Norge. Mange eldre har tro på at smarthjemteknologi kan gi økt bekvemmelighet, brukervennlighet, tidsbesparing, og vil gjøre eldre mer uavhengige slik at de kan bo lenger hjemme. Et flertall av de eldre i smarthjemundersøkelsen er dessuten positive til bruk av kunstig intelligens (KI) i velferdsteknologi, når det blir presisert at dette kan støtte eldre og de med funksjonsnedsettelse til å bo lenger hjemme (KI-assistert overvåkning av medisiner, skreddersydde påminnelser, læring av atferd som kan avdekke uheldige hendelser hos demenspasienter). Dette gir et visst grunnlag for å tro på at kommersiell smartteknologi delvis kan supplere offentlig finansiert velferdsteknologi i tiden fremover.

Likevel kan utfordringer oppstå, og flertallet av de eldre tror at smartteknologi kan gjøre hverdagslivet mer komplisert og skape merarbeid, og at konflikter kan oppstå i hjemmet. Personvern, sikkerhet, og overvåkning bekymrer også flertallet. Vi ser dermed en ambivalens blant eldre knyttet til smartteknologi; de er generelt positive, særlig når teknologien har tydelig nytteverdi (som trygghet, tidsbesparelse og kontroll i hjemmet). Samtidig oppleves teknologiens kompleksitet, sikkerhet, og faren for avhengighet som problematisk. Ambivalensen peker på et vedvarende behov for brukervennlig og tillitsskapende teknologi som ikke overbelaster brukeren med kompleksitet.

Kjennskapen til begrepet «kunstig intelligens» er lavere blant eldre enn i befolkningen generelt, og begrepene «generativ kunstig intelligens» og «store språkmodeller» er enda mindre kjent blant de eldre. En av fem eldre hevder likevel at de følger med på KI-utviklingen i mediene. Et stort flertall av de eldre mener at befolkningen må utvikle grunnleggende KI-kompetanse i tiden fremover, og et mindretall vurderer sin egen digitale/KI-kompetanse som tilstrekkelig. Enkelte eldre har likevel noe erfaring med KI-verktøy; blant annet bruker seks prosent ChatGPT regelmessig, mens andre chatbot'er er både lite kjent og lite brukt. Eldre ser en rekke muligheter ved KI, men de er noe mer negative enn befolkningen generelt. Nesten halvparten er positive til KI-basert personlig velvære (skreddersydde treningsopplegg og måltidsplaner), én av tre er positive til KI-basert personlig tilpasning (produktanbefalinger og kundeservice), og til tidsbesparing (automatiserte avtaler og handlelister). De eldre er minst positive til humanoide roboter og til hyperpersonalisering av digitale nyhetsstrømmer.

KI i helsesektoren anses å ha et stort potensial, og eldres tillit til denne type KI-bruk vil være viktig for utvikling og implementering av KI-baserte helsetjenester i tiden fremover. Flertallet av de eldre er positive til at KI kan gi økt selvstendighet for personer med funksjonsnedsettelse. Trygghet og sikkerhet er dessuten viktig for mange eldre, og KI-baserte sikkerhetssystemer som kan overvåke og varsle omsorgspersoner har et flertall av de eldre tro på. Halvparten har også tro på KI til minneforsterking for eldre som sliter med kognitive svekkelser. Derimot har et mindretall tillit til KI-diagnostisering og målrettet behandling, eller ønsker å bidra med egne helsedata til KI-trening. De eldre er også skeptiske til å erstatte dagens Google-søk med KI-generert helseinformasjon. Flertallet er dessuten bekymret for dyr KI-teknologi, teknologiavhengighet, sårbarhet, personvernbrudd og diskriminering. Skepsisen er også stor til bruk av KI som sosialt selskap og aktivitetsstøtte for eldre, og for at KI skal bli for menneskelikt og skape forvirring og uro.

Regjeringens ambisiøse digitaliseringsstrategi (inkludert KI) støttes bare av én av tre eldre, og enda færre har tro på utjevnende tiltak som sikrer at alle får nytte av KI-utviklingen. Samtidig mener over halvparten av de eldre at KI vil føre til store samfunnsendringer, og et flertall ønsker derfor at befolkningen skal involveres i utformingen av «fremtidens KI-samfunn». Selv med en aktiv nasjonal og europeisk KI-politikk, domineres KI-utviklingen i stor grad av land utenfor EU-området, som USA og Kina. Et stort flertall av eldre tror KI kan komme ut av kontroll grunnet kappløpet mellom stormaktene og at KI skal utgjøre en eksistensiell trussel. Når det gjelder konkrete KI-utfordringer, er de eldre mest urolige for KIs kapasitet til å produsere svært realistisk

innhold, som gjør det krevende å skille falskt/kunstig fra ekte/autentisk. Over ni av ti eldre er bekymret for dette. De eldre er dessuten svært bekymret for KI-forsterket spredning av desinformasjon, valgmanipulasjon, masseovervåkning, cyberangrep, svindel, følelsesmanipulasjon, og at vi gjør oss for avhengige av teknologien. Med andre ord, selv om eldre ser nytten av en rekke konkrete KI-løsninger, uttrykker de dyp bekymring for demokratiske og etiske konsekvenser av utviklingen, og signaliserer moderat til lav tillit til at myndigheter og teknisk selskaper klarer å styre utviklingen. De mener også at befolkningen i større grad bør involveres i utformingen av fremtidens KI-samfunn.

Referanser

- Abadir, P. og Chellappa, R. (2024). Artificial Intelligence in Geriatrics: Riding the Inevitable Tide of Promise, Challenges, and Considerations. *The Journals of Gerontology: Series A*, Volume 79, Issue 2, <https://doi.org/10.1093/gerona/glad279>
- Borch, A.; Slette-meås, D. & Kjørstad, I. (2016a). Barrierer i funksjonshemmedes forbrukerhverdag - slik funksjonshemmedes organisasjoner ser det. SIFO oppdragsrapport nr. 5-2016. <https://hdl.handle.net/20.500.12199/5318>
- Borch, Anita; Kjørstad, Ingrid & Slette-meås, Dag (2016b). Forbrukerbarrierer blant personer med nedsatt funksjonsevne. SIFO oppdragsrapport nr. 6-2016. <https://hdl.handle.net/20.500.12199/5319>
- Castellacci, F. & Tveito, V. (2018). Internet Use and Well-being: A Survey and a Theoretical Framework. *Research Policy*, 47(1): 308-325 Center for the Digital Future (2016) The World Internet Project: International Report. 6th ed. USC Annenberg School.
- Chu, C. H., Nyrup, R., Leslie, K., Shi, J. Bianchi, A., Lyn, A., McNicholl, M., Khan, S., Rahimi, S., Grenier, A. (2022). Digital Ageism: Challenges and Opportunities in Artificial Intelligence for Older Adults *The Gerontologist*, Volume 62, Issue 7, September 2022, Pages 947–955, <https://doi.org/10.1093/geront/gnab167>
- Daus, S., Fevolden, A.M., Østby M.N., og Mark, M.S. (2019). Indikatorer for digital deltakelse og kompetanse i den voksne befolkningen. Vurderinger av rammeverk, eksisterende datakilder og nye indikatorer. NIFU Arbeidsnotat - 2019:8 <https://nifu.brage.unit.no/nifu-xmlui/handle/11250/2595320>
- Digitaliserings- og forvaltningsdepartementet [DFD] (2024). Fremtidens digitale Norge. Nasjonal digitaliseringsstrategi 2024-2030. https://www.regjeringen.no/contentassets/c499c3b6c93740bd989c43d886f65924/no/pdfs/nasjonale-digitaliseringsstrategi_ny.pdf
- Gautun, H., & Bratt, C. (2023). Help and Care to Older Parents in the Digital Society. *Nordic Journal of Working Life Studies*, 13(4). <https://doi.org/10.18291/njwls.137453>
- Hargittai, E., Piper, A. M., & Morris, M. R. (2018). From internet access to internet skills: digital inequality among older adults. *Universal Access in the Information Society*, 1-10. doi:10.1007/s10209-018-0617-5
- Hunsaker, A. & E. Hargittai (2018). A review of Internet use among older adults. *New Media & Society*, Volume 20, Issue 10 <https://doi.org/10.1177/14614448187873>
- Hong, W., Liang, C., Ma, Y., & Zhu, J. (2023). Why Do Older Adults Feel Negatively about Artificial Intelligence Products? An Empirical Study Based on the Perspectives of Mismatches. *Systems*, 11(11), 551
- Kaur, A. & Chen, W. (2023). Exploring AI Literacy Among Older Adults. *Studies in Health Technology and Informatics*, 306, 9-16.
- Kjørstad, I., Rosenberg, T. G., Storm-Mathisen, A. & Slette-meås, D. (2017). *Barn og internettkoblede leker og teknologier – IoT*. SIFO oppdragsrapport nr. 8-2017. <https://hdl.handle.net/20.500.12199/5351>

Kompetanse Norge (2021). Befolkningens digitale kompetanse og deltakelse. Med et ekstra blikk på seniorer og ikke-sysselsatte. Rapport. ISBN: 978-82-7724-383-2

Lund, A., Holte, T. Halvorsrud, L. Karterud, D. Johannessen, A.F., Lovett, H.M, Thorstensen, E., Casagrande, F.D., Zouganeli, E., Norvoll, R. og Forsberg, E.M (2021). Involving older adults in technology research and development discussions through dialogue cafés. *Research Involvement and Engagement* (2021) 7:26 <https://doi.org/10.1186/s40900-021-00274-1>

Mitzner, T. L., Rogers, W. A., Fisk, A. D., Boot, W. R., Charness, N., Czaja, S. J., & Sharit, J. (2016). Predicting older adults' perceptions about a computer system designed for seniors. *Universal Access in the Information Society*, 15(2): 271-280

Perminow, M. K. H. (2022). Becoming Digital Elderly. Engagements with a Norwegian Digital Present. Masteroppgave ved Universitetet i Oslo, 2022.

Pettersen, L. (2017). *Fra DAB radio og reisebillett til Altinn og Facebook. En landsomfattende undersøkelse av personer med nedsatte funksjonsevner sine digitale hverdagsliv*. SIFO oppdragsrapport nr. 3-2017. <https://hdl.handle.net/20.500.12199/5346>

Schreurs, K., Quan-Haase, A., & Martin, K. (2017). Problematizing the Digital Literacy Paradox in the Context of Older Adults' ICT Use: Aging, Media Discourse, and Self-Determination. *Canadian Journal of Communication*, 42(2): 359-377.

Shandilya, Esha og Mingming Fan (2022). Understanding Older Adults' Perceptions and Challenges in Using AI-enabled Everyday Technologies. The Tenth International Symposium of Chinese CHI (Chinese CHI 2022), Oct, 22–23, 2022, Guangzhou, China.
<https://doi.org/10.1145/3565698.3565774>

Skjuve, M., Følstad, A., og P. B. Brandtzæg (2023). A Longitudinal Study of Self-Disclosure in Human–Chatbot Relationships. *Interacting with Computers*, Volume 35, Issue 1, January 2023, Pages 24–39, <https://doi.org/10.1093/iwc/iwad022>

Sletteameås, D. (2014a). IKT-bruk i befolkningen og barrierer for digital inkludering. En kunnskapsoppsummering. SIFO oppdragsrapport nr. 2-2014.

Sletteameås, D. (2014b). Eldres bruk av digitale verktøy og internett: En landsdekkende undersøkelse av mestring, støttebehov, motivasjon og hindringer. SIFO oppdragsrapport nr. 5-2014. <https://hdl.handle.net/20.500.12199/5298>

Sletteameås, D. (2019). Smart technologies in connected homes – A 2019 Norwegian consumer survey. SIFO rapport 6-2019. <https://hdl.handle.net/10642/9066>

Sletteameås, D., Kjørstad, I. & Strandbakken, P. (2016). *Hverdagsteknologi – forbrukernes hjelpemidler i velferdssamfunnet. En utredning om mulighetene for en informasjonsportal*. SIFO oppdragsrapport nr. 8-2016. <https://hdl.handle.net/20.500.12199/5321>

Sletteameås, D., Mainsah, H. & Berg, L. (2018). Eldres digitale hverdag. En landsdekkende undersøkelse om tilgang, mestring og utfordringer i informasjonssamfunnet. SIFO professional report nr. 18, 2018. Oslo: SIFO/OsloMet. <https://hdl.handle.net/20.500.12199/1309>

Sletteameås, D., & Storm-Mathisen, A. (2021). Digitalisert forbruk. I T.Ø. Jensen, E. Jacobsen, M.W. Knudsen & G. Schjelderup (Red.), *Forbrukersosiologi: Bærekraft, digitalisering, identitet og makt*. Fagbokforlaget.

SSB (2022). Digital sårbarhet: Hvem har høy risiko for å falle utenfor? SSB rapport 2022/35
<https://www.ssb.no/teknologi-og-innovasjon/informasjons-og-kommunikasjonsteknologi-ikt/artikler/digital-sarbarhet-hvem-har-hoy-risiko-for-a-falle-utenfor>

Tangeland, Torvald; Roos, Gun & Pettersen, Lene (2017). Likt for alle – en analyse av hvordan forbrukere med funksjonsnedsettelse kan sikres bedre tilgang til forbrukermarkeder. SIFO oppdragsrapport nr. 1-2017. Ref: <https://hdl.handle.net/20.500.12199/5352>

Forbruksforskningsinstituttet SIFO har et spesielt ansvar for å bidra til kunnskapsgrunnlaget for forbrukerpolitikken i Norge. Instituttet utvikler ny kunnskap om forbruk, forbrukerpolitikk og forbrukernes stilling og rolle i samfunnet.

SIFOs kjerneområder:

- Bærekraftig forbruksutvikling
- Klær
- Markedsbasert velferd
- Mat, matkultur og ernæring
- Teknologi og digitalisering

Forbruksforskningsinstituttet SIFO, OsloMet
ISBN 978-82-7063-586-3
www.oslomet.no/om/sifo