

Förlorad kärlek, bortglömda drömmar och för lite tid med närstående:

Det här skulle svenskarna ångra om de dog i dag

Har du någon gång funderat på vad du skulle ångra om du låg på dödsbädden? I så fall är du inte ensam, många svenskar har nämligen slagits av tanken. Begravnings tjänsten Lavendlas senaste undersökning visar vad svenskarna skulle känna ånger över och listan toppas av att ångra att man tillbringat för lite tid med nära och kära. Få skulle dock ångra att de har olösta bråk eller att de inte bidragit tillräckligt i samhället.

Rapporten *Tankar om livets slut: En rapport om svenskarnas syn på döden, begravning och arv* bygger på en undersökning genomförd av Ipsos Norm på uppdrag av Lavendla. I undersökningen har 3 000 svenskar fått svara på vad de skulle ångra om de gick bort i dag. Det visar sig att de flesta skulle känna ånger över att de inte tillbringat tillräckligt mycket tid med nära och kära, det uppger en av tre. Nästan lika många skulle ångra att de inte sagt till sina nära och kära hur mycket de tycker om dem, att de inte följt sina drömmar eller rest tillräckligt mycket. Dock är det få som skulle gräma sig över att de har olösta bråk eller att de inte bidragit tillräckligt i samhället, det svarar endast sju procent.

Vad svenskarna skulle ångra på dödsbädden skiljer sig dock mellan könen. Både män och kvinnor skulle visserligen främst känna ånger över att de inte tillbringat tillräckligt mycket tid med nära och kära. Bland kvinnor följs detta av ångern att inte sagt till sina nära och kära hur mycket de tycker om dem. Bland män är det däremot vanligare att ångra att de inte rest tillräckligt eller att vågat följa sina drömmar.

– På Lavendla vill vi bryta tabun som det är att prata om döden. Vi vill utveckla sättet vi pratar med varandra om såväl livet som döden, vilket också är syftet med vår rapport *Tankar om livets slut*. Genom att tänka men också tala om frågor som både rör livet och döden går det att nå insikter om vad man värdesätter högst i livet och på så sätt vad man borde prioritera, **säger Dennis Rydgren, Marknadschef på Lavendla.**

Nära och käras död skrämmer mer än den egna

Undersökningen visar också hur vanligt det är att vara rädd för döden. Så många som 18 procent svarar att de är rädda för att dö men faktum är att tala inför en stor publik skrämmer nästan lika många, det uppger nämligen 16 procent. Dock är det betydligt många fler som är rädda för att en anhörig ska gå bort eller bli sjuk, det svarar så många som 57 respektive 40 procent.

Topplista: Detta skrämmer svenskarna mest

1. Att en närstående/anhörig ska gå bort	57 %
2. Att en närstående/anhörig ska bli sjuk	40 %
3. Att bli sjuk	26 %
4. Att det ska bli krig	19 %
5. Att dö	18 %
6. Att prata inför en stor publik	16 %
7. Höga höjder	14 %
8. Trånga utrymmen	10 %
9. Ormar	10 %
10. Att det ska komma en ny pandemi	10 %

För ytterligare information kontakta:

Dennis Rydgren, Marknadschef på Lavendla AB

Telefon: 070 591 84 60

E-post: dennis.rydgren@lavendla.se**Om undersökning**

Undersökningen är genomförd av Ipsos Norm på uppdrag av Lavendla i juli 2020. Undersökningen är riksrepresentativ och statistiskt säkerställd på länsnivå. Totalt har 3 000 personer i åldrarna 18–65 deltagit i undersökningen.

Bilaga**Vad skulle du ångra om du gick bort nu?**

	Totalt	Kvinnor	Män
Att jag inte tillbringat tillräckligt mycket tid med nära och kära	29 %	33 %	26 %
Att jag inte sagt till nära och kära hur mycket jag tycker om dem	25 %	28 %	22 %
Att jag inte vågat följa mina drömmar	24 %	26 %	23 %
Att jag inte rest tillräckligt mycket	24 %	24 %	24 %
Att jag inte träffat kärleken	16 %	14 %	19 %
Att jag inte jobbat med det jag egentligen vill	15 %	16 %	14 %
Att jag jobbat för mycket	13 %	12 %	14 %
Att jag inte fått barn	13 %	11 %	15 %
Att jag har olösta gräl/bråk med någon	7 %	8 %	7 %
Att jag inte bidragit tillräckligt till samhället	7 %	7 %	6 %
Annat	11 %	10 %	12 %
Vet ej	16 %	15 %	17 %

Vad av följande är du mest rädd för?

	Totalt
Att en närstående/anhörig ska gå bort	57 %
Att en närstående/anhörig ska bli sjuk	40 %
Att bli sjuk	26 %
Att det ska bli krig	19 %
Att dö	18 %
Att prata inför en stor publik	16 %
Höga höjder	14 %
Trånga utrymmen	10 %
Ormar	10 %
Att det ska komma en ny pandemi	10 %
Att hoppa bungyjump	9 %
Spindlar	8 %
Annat	8 %
Vet ej	5 %