



Att åldras i dagens samhälle

Upplevelsen hos personer 80+ av att åldras
i det ordinära boendet med fokus på
meningsfullhet

Rebecka Bjuhr

Uppsats nr 707
Sociologi C med inriktning mot socialpsykologi, 15 högskolepoäng
HT 2008
Handledare: Josefin Eman

Abstrakt

Under årtusenden har en ambivalent men mestadels negativ inställning till äldre och åldrande dominerat. Idag då ungdomlighet, effektivitet och produktivitet är de egenskaper som eftersträvas ska vi göra vad vi kan för att bromsa åldrandets naturliga process. Som den demografiska utvecklingen ser ut nu ökar medellivslängden samt andelen personer över 65 år. Detta medför att en tredjedel av befolkningen kommer att vara ålderspensionärer inom några år och andelen 80+ med hjälpbehov kommer att öka. Syftet med den här studien var att genomföra halvstrukturerade intervjuer med personer i ordinära boenden som var över 80 år. Detta för att förstå upplevelsen av att åldras i dagens samhälle med fokus på vad som definierades meningsfullt, hur man upplevde det egna åldrandet och hur boendeformen påverkade tillvaron. Studien var induktiv och empirin tolkades hermeneutiskt. Resultatet visade att man skapade en distans till den egna åldern som ett försvar eller förnekande mot den socialt definierade åldersrollen som upplevdes innefatta negativa bilder av äldre. Det positiva i tillvaron var det som stred mot den socialt negativa definierade åldersrollen vilket kunde upplevas vara en av dem största bekräftelserna på att man "inte var gammal", nämligen att kunna hålla sig aktiv. Så länge man upplevde sig klara av att göra saker, med eller utan hjälpmedel, fick aktiviteterna den betydelse att det gav självförtroende samt gjorde tillvaron mer meningsfull. Den sociala omgivningen upplevdes vara den största positiva påverkan på tillvaron. Tillvaron upplevdes således meningsfull under förutsättning att den sociala tillvaron var tillfredsställande. Detta ska enligt tidigare forskning betyda mer än att ha hälsan i behåll. Gällande boendeformen var bemötandet tillsammans med att den egna förmågan fick ta plats en av de största påverkansfaktorerna för en positiv upplevelse av att få daglig hjälp. Slutligen så visade intervjuerna tendens till att även om man inte kunde uppnå ett gott socialt värde utifrån samhällsidealen om att vara ung, produktiv och effektiv så fann man ett gott egenvärde baserat på mer existentiella faktorer som att uppleva meningsfullhet genom den sociala omgivningen.

Innehållsförteckning.

1	INLEDNING.....	- 4 -
1.1	BAKGRUND.....	- 6 -
1.2	SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR.....	- 6 -
2	DEFINITIONER.....	- 7 -
2.1	NÄR BLIR VI ÄLDRE?.....	- 7 -
2.2	ORDINÄR BOENDEFORM.....	- 8 -
2.3	ÅLDERISM.....	- 9 -
3	TIDIGARE FORSKNING.....	- 10 -
4	METOD.....	- 14 -
4.1	EN HERMENEUTISK FÖRSTÅELSE.....	- 14 -
4.2	DET INDUKTIVA.....	- 15 -
4.3	DEN KVALITATIVA INTERVJUN.....	- 16 -
4.4	URVAL OCH GENOMFÖRANDE.....	- 17 -
4.5	ETISKA ÖVERVÄGANDEN.....	- 18 -
4.6	TILLÄMPNING.....	- 19 -
4.7	FÖRFÖRSTÅELSE.....	- 20 -
5	TEORETISK FÖRSTÅELSE.....	- 22 -
5.1	SYMBOLISK INTERAKTIONISM.....	- 22 -
5.2	ÅLDRANDEMASKEN.....	- 24 -
5.3	ROLLTEORI.....	- 24 -
6	PRESENTATION.....	- 26 -
7	RESULTAT OCH ANALYS.....	- 26 -
7.1	TEMAN.....	- 27 -
7.2	ÅLDER OCH ÅLDRANDE.....	- 27 -
7.3	AKTIVITETER.....	- 29 -
7.4	OMGIVNINGEN.....	- 31 -
7.5	HJÄLP I VARDAGEN.....	- 33 -
7.6	PERSONLIGT.....	- 35 -
8	RESULTAT DISKUSSION.....	- 37 -
9	SAMMANFATTNING.....	- 38 -

1 Inledning

*De ropar alltid och är glad, det känns härligt tycker jag. Jo men det känns... Man blir upplyft för de ser en på ett sätt som att man inte skulle vara färdig att dö.
(Vivianne 80+)*

Den här uppsatsen kommer att handla om hur personer 80+ upplever sin tillvaro. Det bygger på halvstrukturerade intervjuer med tre kvinnor som bor i ordinära boenden och fokus ligger på hur man upplever en meningsfull tillvaro, det egna åldrandet samt den dagliga hjälpen i hemmet.

I Sverige idag är drygt 1,6 miljoner svenskar 65 år eller äldre vilket motsvarar ca 15 % av befolkningen. År 2030 beräknas andelen ligga på ca 25 % och fortsätter att öka. Det finns ett ideal i vårt samhälle med höga krav på produktivitet och effektivitet och vi bör helst vara välutbildade, unga, vackra och tjäna mycket pengar. Det är därför inte eftertraktat att åldras och vi ska med bästa medel försöka förhindra åldrandets process. Andersson skriver i sin bok *Ålderism* att attityden till ålderdom har varierat under de årtusenden som vi har haft en skriven historia men en negativ inställning har dominerat sedan antiken.¹ Den äldre befolkningen har för den skull inte bara diskriminerats genom årtusendenas olika samhällstyper. Inställningar till äldre har genom tiderna lidit av den ambivalens som finns kvar än idag. Vi ser på de äldre med både respekt och förakt av olika grad beroende på samhällets och individernas omständigheter. Fenomenet med negativ inställning till äldre är inte nytt men däremot är begreppet ålderism som förklarar företeelsen relativt ny och har funnits i Sverige sedan 1997.²

Den svenska befolkningen har sedan länge legat i världstoppen angående medellivslängd.³ År 2006 kunde en nyfödd pojke förväntas leva 78,7 år och en nyfödd flicka 82,9 år, vilket är en ökning på 5,8 respektive 6,5 år under en period på 40 år. Enligt prognoser förväntas medellivslängden till 2020 öka till 80,8 år för män och 84,2 år för kvinnor. Den stora nedgången i dödlighet i hjärt- och kärlsjukdomar är den främsta förklaringen till ökningen av medellivslängden. Som påföljd av denna demografiska utveckling får äldreomsorgen större belastning. De äldre som behöver nyttja äldreomsorgen är dock i procentuell minoritet. En undersökning av SCB visar att under 2002/2003 uppgav ca 85 % av åldrarna 65-79 och 46 % av 80+ att man inte upplevde något hjälpbehov.⁴ Man ser i undersökningen att det upplevda hjälpbehovet ökar ju äldre vi blir men att det generellt minskar med tiden. Det vill säga att även om hjälpbehovet generellt minskar så kommer antalet 80+ med hjälpbehov att öka markant eftersom denna grupp blir större i samhället - bara sedan 1950 har antalet fördubblats. I nuläget ser man dock inte att läget är kritiskt på grund av att den nuvarande ökningen är

¹ Andersson, Lars, *Ålderism*, 1 uppl., Studentlitteratur, Lund, 2008, s. 16,29.

² SOU 2002:29 Riv ålderstrappan! Livslopp i förändring. Del 1, avsnitt 2, s. 77

³ prop. 2007/08:110 kap 6.1.1.

⁴ Valfärd 2006:3 (SCB) *Åldres hjälpbehov minskar*, s 3-5

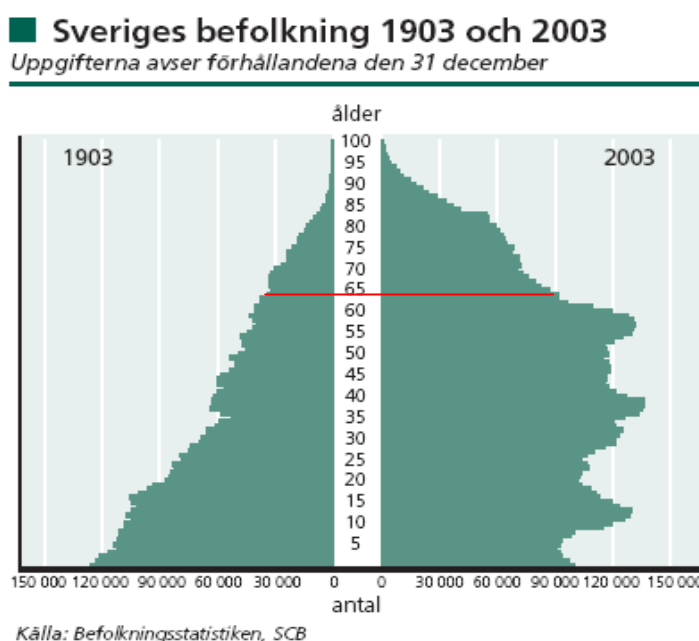
låg. Efter år 2020 beräknar man däremot att antalet äldre med stort hjälpbehov kommer att öka snabbt och därmed kommer belastningen och kraven på äldreomsorgen att öka.⁵

Andersson menar att en av anledningarna till negativa attityder gentemot äldre i samhället bygger på okunskap och att kunskapen om hur det upplevs att vara äldre idag behövs. Tornstam skriver i *Åldrandets socialpsykologi* att en av anledningarna till att äldrevården ibland brister är att de äldre inte upplever sin tillvaro som meningsfull.⁶ Enligt lag är kommunen skyldig att erbjuda äldre en meningsfull tillvaro och stöd i det egna hemmet. Socialtjänstlagen säger att:

Socialnämnden skall verka för att äldre människor får möjlighet att leva och bo självständigt under trygga förhållanden och ha en aktiv och meningsfull tillvaro i gemenskap med andra. Socialnämnden skall verka för att äldre människor får goda bostäder och skall ge dem som behöver det stöd och hjälp i hemmet och annan lättåtkomlig service.⁷

För att förstå vad som upplevs meningsfullt i tillvaron hos personer som är över 80 år går det inte att utesluta den samhälleliga aspekten om hur vi ser på åldrandet. Av denna anledning har jag valt att ta upp problematiken med ålderism, även om detta inte är fokus för studien. Det går heller inte att utesluta det faktum att den demografiska utvecklingen utgör en förändring på åldersfördelningen. Även om ökningen av andelen äldre-äldre inte är den enda anledning till att vi behöver mer forskning om åldrandets tillvaro. Denna studie kommer således att handla om vad det betyder att åldras i dagens samhälle med fokus på vad som definieras meningsfullt i tillvaron.

Nedan visas ett diagram som illustrerar den demografiska utvecklingen.



⁵ Valfärd 2006:3 (SCB) *Äldres hjälpbehov minskar*, s 5

⁶ Tornstam, Lars, *Åldrandets socialpsykologi*, 7., [omarb. och uppdaterade] uppl., Norstedts akademiska förlag, Stockholm, 2005.

⁷ Socialtjänstlagen (2001:453) 5:4-5 §§.

1.1 Bakgrund

I början av uppsatsskrivandet fick jag kontakt med områdeschefen för äldre på socialtjänsten då man sökte studenter som ville skriva om huruvida de äldre får den vård som utlovas. Man önskade att kvalitetsundersöka äldreomsorgens tjänster och under ett samtal kom frågan upp om *vad en meningsfull dag är*, vilket blev ämnet för denna uppsats.

Enligt Socialtjänstlagen (2001:453 kap 5 § 4 - 6) ska de äldre försäkras en meningsfull tillvaro. Det står även att Socialtjänsten ska göra vad de kan för att man ska kunna bo kvar hemma så länge som möjligt (Kap 3, § 6). Dessa lagar är en motivering för frågan om vad en meningsfull tillvaro är i kombination till att ”bo kvar hemma så länge som möjligt”. Detta är även grunden för val av målgrupp.

1997 gjordes en utredning av staten om bemötandet av äldre och en av de sakerna man kunde konstatera var att ”oavsett boendeform så är den djupaste kvaliteten att finna i förhållandet mellan den som ger hjälp och den som tar emot hjälpen.”⁸ Med detta så blev det även motiverat att ha som frågeställning vad vårdaren i ordinära boenden har för roll i brukarens tillvaro. Att lyfta fram upplevelsen av det egna åldrandet är för att se hur samhället formar våra attityder och förhållandet till vår egen kropp och ålder.

1.2 Syfte och frågeställningar

Syftet med studien är att undersöka hur personer över 80 år upplever sitt åldrande i dagens samhälle. Frågeställningarna specificeras följande:

- Hur definierar målgruppen det meningsfulla i tillvaron?
- Hur upplever man sitt eget åldrande?
- Hur kan hemtjänsten/vårdgivarna påverka i tillvaron?

⁸ SOU 1997:170 Bemötandet av äldre - trygghet, självbestämmande, värdighet. Slutbetänkande av Utredningen om bemötande av äldre. Stockholm: Fritze, Norstedts Tryckeri., s. 141

2 Definitioner

2.1 När blir vi äldre?

Det är inte helt oproblematiskt att använda sig av ord som ”gammal” och ”äldre”. Därför kan det vara på sin plats att försöka definiera dessa begrepp. Att vara gammal kan vara upplevt men inte stämma överens med betraktarens ögon och tvärtom. Det är heller inte helt enkelt att idag kategorisera vilka som är ”äldre” och när man egentligen blir ”äldre”.

Enligt Andersson har vi två typer av åldersskiktningar; funktionell och kronologisk. Den funktionella har funnits med en längre tid och har den vanligaste uppdelningen mellan barn, vuxna och gamla. Den kronologiska åldersskiktningen är något som uppkommit i takt med moderniseringen och fungerar främst för att förenkla organisation och administration i samhället.⁹ Det innebär att vi skiljer olika stadium från varandra genom att vi blir myndiga, får barn eller att vi går i pension. Andersson menar att den kronologiska indelningen på åldrar är den som bidragit till stereotypiseringar. Speciellt om en livsfas börjar associeras med vissa problem eller krav så blir livsfasen institutionaliserad genom lagstiftning. Skolålder och pensionsålder är två exempel på detta.¹⁰

Tornstam menar att vi har nio olika ålderskategorier; barndomen, skolbarnsåren, adolescensen, den yngre vuxenåldern, föräldraskapet, medelåldern, far- och morföräldrarollen, den friska pensioneringstiden samt den fjärde åldern.¹¹ Kategorierna innehåller vissa rollförväntningar, på samma vis som vi har förväntningar och lever upp till förväntningar utifrån kön, civilstatus, rik eller fattig, vän eller främling osv. Det finns ingen skarp gräns mellan dessa ålderskategorier som bygger på rollförväntningar och vi kan ha multipla roller, vilket innebär att vi kan vara både förälder, vän och fattig samtidigt. Trost & Levin skriver i *Att förstå vardagen* att i vårt samhälle har vi aldrig mindre än tre roller. Vi har tillhörighet utifrån kön, ålder samt en den specifika rollen som exempelvis mamma, student eller snickare.¹²

Det som har förändrats i vårt samhälle i takt med den ökade livslängden är att förväntningarna för respektive ålder inte är lika självklara längre.¹³ Förälder kan vi bli när vi är 20 lika gärna som 40 och student kan vi vara när vi fyllt 60 likaväl som 18 osv. Öberg menar att våra roller inte är tvunget kopplade till en kronologisk ålder längre vilket innebär att normerna för ålderspassande beteenden och klädsel blir alltmer uppluckrade. Men Öberg menar att det inte går att avgöra om de sociala rollerna under ålderdomen blir mer oklara och ostrukturerade eller mer flexibla. Får man exempelvis ragga efter 65 eller vad förväntas egentligen av en 70-åring?

⁹ Andersson, s 41

¹⁰ Ibid.,

¹¹ Tornstam, s 132

¹² Trost, Jan & Levin, Irene, *Att förstå vardagen: med ett symbolisk interaktionistiskt perspektiv*, 2., [rev.] uppl., Studentlitteratur, Lund, 1999, s. 141

¹³ Öberg, Peter, Livslopp i förändring, i Andersson, L (red) *Socialgerontologi*, Studentlitteratur, Lund, 2002, s. 57

Svaret på frågan om när vi blir gamla är enligt vissa den dagen då vi pensioneras eftersom det blir en brytpunkt på vad som förväntas av oss i samhället. Den friska pensioneringstiden, den så kallade tredje åldern, börjar och innebär att vi lämnar yrkeslivet samtidigt som vi har kraft och hälsa kvar.¹⁴ Enligt försäkringskassan låg pensioneringsåldern i Sverige 2004 på 63 år.¹⁵

Tornstam menar att det främst är den känslomässiga attityden som avgör om vi ser positivt eller negativt på äldre och det är framförallt vår syn på oberoende, produktivitet och hälsa som avgör. Vi har alltså olika inställning till äldre och vårt eget åldrande beroende på hur vi påverkats att se på kategorin *äldre*. De negativa attityderna som finns mot äldre beror inte på åldern i sig utan hur vi förknippar improduktivitet, ohälsa och beroende med en hög ålder, vilket i vårt samhälle ses som svagt och oattraktivt.¹⁶ Om den negativa bilden av äldre börjar formas efter pensioneringen, då vi förväntas bli ”gamla”, hur kan vi då förklara att större delen faktiskt klarar sig på egen hand hela livet?

2.2 Ordinär boendeform

I denna studie är det gruppen äldre-äldre (80+) som intervjuas och de befinner sig någonstans mellan den tredje och den fjärde åldern. Tredje åldern innefattar majoriteten av de äldre idag och innebär att vi har gått i ålderspension och har kraft och hälsa kvar. När hälsan försämras kommer vi in i den så kallade fjärde åldern med sina speciella stigman i form av änkestånd, sjukdom och senilitet.¹⁷ Personerna i denna intervjustudie har således gått i ålderspension, har den mentala hälsan kvar men har visst behov av hjälp på grund av fysiska svårigheter eller sjukdomar. Denna hjälp får dem via kommunens hemtjänster.

Behoven bland de äldre varierar och därefter även tjänsterna som erbjuds. I Umeå kommun, som denna studie tar plats, erbjuder man ordinärt boende, trivselboende och fyra olika särskilda boenden.¹⁸ Enligt socialstyrelsens termbank är definitionen på ordinära boenden ”det som inte är särskilt boende”.¹⁹ Särskilda boenden är i sin tur individuellt behovsprövade hem för dem som inte klarar av att bo hemma. Umeå kommun erbjuder stöd och omsorg för dem som kan bo kvar i det egna hemmet.²⁰ Det stöd och insatser som finns går under namnet hemtjänst och innebär ”bistånd i form av service och personlig omvårdnad i den enskildes bostad eller motsvarande”.²¹

¹⁴ Tornstam, s. 131-132

¹⁵ Försäkringskassan Analyserar, 2006:11, s. 8.

¹⁶ Tornstam, s. 115

¹⁷ Ibid., s. 132

¹⁸ Umeå Kommun Internet, 2008-11-21.

¹⁹ Socialstyrelsens Termbank Internet 2008-11-22

²⁰ Umeå kommun Internet, 2008-11-21.

²¹ Socialstyrelsens Termbank Internet 2009-01-12

2.3 Ålderism

Den negativa attityden till åldrande och äldre kallas ålderism. Anledningen till att detta kapitel finns med är för att belysa den sida av samhället som står för de negativa och stigmatiserande attityderna. Det är något som påverkar äldres syn på sig själva, andras syn på äldre och därmed synen på åldrandet i stort. Det kan beskrivas med samma principer som rasism och sexism då det grundar sig på stereotypisering, diskriminering och fördomar gällande en specifik grupp i samhället. Någon definition har forskare genom tiderna inte kunnat enas om då man menar att det antingen handlar om diskriminering utifrån en persons ålder eller specifikt gentemot äldre. Några exempel som Andersson presenterar i sin bok är ”fördomar och diskriminering mot äldre baserat på uppfattningen att åldrandet gör människor mindre attraktiva, intelligenta, sexuella och produktiva”.²² Ytterligare en definition beskriver ålderism som vår subjektiva uppfattning om någon annans ålder:

... att just det förhållandet att det å ena sidan knappast förekommer ett starkt öppet hat mot äldre samtidigt som det finns en utbredd acceptans för negativa känslor och uppfattningar om äldre, gör att det finns desto större anledning att försöka förstå påverkan från underförstådda attityder och kunskaper beträffande åldrandet.²³

Robert Butler som 1968 började tala om ålderism (ageism) menar att det har olika aspekter. *Fördomsfulla attityder* mot äldre, åldrandet och ålderdomen samt de äldres egna attityder är den första. De andra aspekterna är *diskriminerande praxis* inom media, sjukvård, arbetslivet och att vi har vissa *vedertagna vanor* som att hålla fast vid negativa stereotypiseringar eller inte ta tillvara på äldres kunskaper och erfarenheter. Fördomar är enligt Andersson oftast kopplade till känslor medan en stereotyp i bästa fall bygger på okunnighet.²⁴ Vad man bör skilja på är att beteenden och attityder är nära besläktade men dock inte samma sak. Vilket innebär att en generellt negativ attityd till äldre inte behöver komma till uttryck genom exempelvis ett diskriminerande bemötande inom vården eller på arbetsplatsen. Det finns olika teorier gällande orsaker till ålderism men Butler menar att ”rädslan för det egna åldrandet är den huvudsakliga drivkraften bakom ålderismen i vårt samhälle”.²⁵ Denna attityd tillsammans med att den äldre befolkningen ökar i dagens samhälle utgör en problematik om den inte får uppmärksammas. För frågan är hur många politiska beslut samt hur de berörda individerna påverkas av dessa attityder.

²² Andersson, s. 11

²³ Ibid., s. 12

²⁴ Ibid., s. 8-9

²⁵ Ibid., s. 62

3 Tidigare forskning

Detta kapitel kommer dels kort att belysa det politiska läget utifrån de folkhälsomål som satts upp efter uppfattningen om vad ett gott åldrande är. Dels kommer jag att redovisa för en del av den forskning som finns gällande äldres välbefinnande och vad det innebär att åldras.

Riksdagen fattade 2003 beslut om det övergripande nationella målet att skapa samhälleliga förutsättningar för en god hälsa på lika villkor för hela befolkningen. Målen omfattar samtliga samhällsgrupper och är indelade i 11 målområden som ska vara vägledande i folkhälsoarbetet och går att läsa om i proposition 2007/08:110 *En förnyad folkhälsopolitik*. Det målområde som i första hand behandlar de äldres situation i samhället är ”delaktighet och inflytande i samhället” och dem som ansvarar för uppföljning och utvärdering av insatserna är Statens folkhälsoinstitut (FHI) och Socialstyrelsen.

FHI har skrivit en rapport om det hälsobefrämjande arbetet bland äldre baserat på deras delaktighet och inflytande i samhället.²⁶ Med ”äldre” menar man personer över 55 år vilka motsvarar 31 % av befolkningen. Delaktighet och inflytande har enligt FHI en positiv inverkan på hälsan på såväl individ-, grupp som samhällsnivå och starkast påverkan har inflytandet på individnivå. Man menar att åldrandet innebär en minskning av det sociala nätverket och för att äldres tillvaro ska ha goda förutsättningar är det delaktighet och inflytande man satsar på. Det är faktorer som ger en känsla av sammanhang vilket betyder att man upplever att tillvaron är meningsfull, begriplig och hanterbar, vilket å andra sidan har visat sig påverka förmågan att klara av livets olika påfrestningar. Att ta vara på äldres resurser är nåt som går hand i hand med detta arbete och nedan formulering beskriver deras tankebana:

När samhällets olika organ skapar möjligheter för äldre att vara delaktig och få inflytande kan äldre människor på ett positivt sätt bidra till utvecklingen av samhället. Det förutsätter dock en fortsatt förändrad attityd till äldre; en attityd som innebär att äldre personer ses som resurser i samhället.²⁷

FHI menar att samhället behöver blir bättre på att vara på äldres resurser och den kunskap de sitter på. Detta är dock ingen verklighet ännu eftersom många pensionerade människor hamnar utanför systemet. För att bryta detta så kallade mönster av förlorad kunskap har man valt att satsa på delaktighet vilket i sin tur ska leda till ett bättre åldrande. FHI arbetar utifrån fyra hörnpelare som visat sig ha störst betydelse för det goda åldrandet. Det är *social gemenskap, meningsfull sysselsättning/att känna sig behövd, fysisk aktivitet samt goda matvanor*. Syftet är att arbetet ska ske genom samverkan mellan kommuner, landsting och övriga organisationer som berör dessa områden. Regeringen

²⁶ Statens Folkhälsoinstitut. Var med och bestäm! Delaktighet och inflytande – en förutsättning för hälsosamt åldrande.

²⁷ Ibid., s.6

menar att när man utgår från dessa fyra grundprinciper kommer åldrandet att få en mer positiv beskrivning. Man menar att vi bör anta en etisk grundsyn om att människans upplevelse och livsförhållande är viktigt och därmed är det också viktigt att granska och förändra negativa attityder till åldrande och äldre människor.²⁸

Anne Ingeborg Berg skriver i sin doktorsavhandling inom geropsykologi om livstillfredsställelsen hos individer över 80 år.²⁹ Ingeborg Berg menar att gruppen äldre-äldre (80+) är speciellt utsatta för faktorer som påverkar livstillfredsställelsen såsom änkestånd, förändringar i sociala tillvaron, åldersrelaterade sjukdomar och komorbiditet (samsjuklighet). Detta kombinerat med den demografiska utvecklingen gör att studier om hur äldre-äldre upplever och definierar livskvalitet blir motive-
rade.

Vad som definierar livstillfredsställelse (life satisfaction) har forskare inte enats om eftersom det råder skillnad mellan olika discipliner. Ingeborg Berg skriver dock att det som är gemensamt är att det innehåller en multidimensionell aspekt (fysiskt, emotionellt och socialt välmående) och en subjektiv aspekt (individens egen uppfattning av livskvaliteten).³⁰

Avhandlingen är baserad på en longitudinell analys av OCTO-Twin-studien (en populationsbaserad studie av hälsorelaterade, psykologiska och sociala faktorer hos tvillingar 80 år och äldre) och visar att välbefinnandet under en sexårsperiod sjönk för samtliga. Studiens resultat visar att detta beror främst på individens förhållande till dödligheten, åldersrelaterade processer och sociala faktorer medan hälsotillståndet inte påverkade lika mycket.³¹ I första hand var de personer som var nöjda över den sociala tillvaron också mest nöjda över livet i stort. Känslan av att ha kontroll över sin tillvaro var ytterligare en faktor som gjorde att man var generellt mer tillfreds med livet. Resultatet visar därmed på att goda sociala relationer och möjlighet att påverka sin livssituation är viktigare än bibehållen hälsa och funktion för personer över 80. Ingeborg Berg fann även könsspecifika resultat om att de faktorer som påverkade livet mest skiljde sig åt mellan män och kvinnor, det fanns dock ingen skillnad i livstillfredsställelsen mellan könen generellt.³² Kvinnor relaterar hälsa till välbefinnande mer än vad männen gör, vilket beror på att kvinnornas sjukdomstillstånd varar under längre perioder jämfört med männen. Kvinnor lever längre vilket gör att männen ofta har stöd av en partner under sjukdomsperioder och sista levnadstiden jämfört med kvinnor. Att förlora sin livspartner var relaterat till sänkt livstillfredsställelse över tid hos både män och kvinnor, men effekten var starkare hos män. Detta förklarar Ingeborg Berg genom att män upplever sig mer ensam på grund av färre vänner och att kvinnorna oftast lever som änka under så lång period att de hinner anpassa sig till

²⁸ Prop. 2007/08:110, s. 21

²⁹ Ingeborg Berg, *Life satisfaction in late life: markers and predictors of level and change among 80+ year olds*, Göteborgs universitet, 2008.

³⁰ *Ibid.*, s. 2

³¹ *Ibid.*, s. 45

³² *Ibid.*, s. 40-42

den delen av livet bättre.³³ Det som påverkar upplevelsen av livskvaliteten är således de sociala faktorerna kombinerat med att känna kontroll över sin kropp och tillvaro. Detta resultat kan stärkas av ytterligare forskningsresultat av Wilhelmson et al som utfört en studie på 141 svenskar i åldrarna 67-99 om definitionen av livskvalitet.³⁴ Syftet med studien var att ta reda på vad äldre personer anser vara viktigt för att livet ska kännas meningsfullt. Det man kom fram till var att det fanns skillnader i definitionen av livskvalitet mellan olika subgrupper. Personer över 80 år menade att fysisk förmåga var viktigare medan de riktigt sjuka ansåg att sociala relationer var viktigare. Vad författarna vill poängtera är att hälsan inte är den största påverkansfaktorn utan att det finns andra dimensioner som spelar in. Slutsatsen för studien blev att sociala relationer, fysisk förmåga och aktiviteter påverkar livskvaliteten lika mycket som hälsan.³⁵ Nedan följer en kort redovisning av forskning om synen på det egna och andras åldrande.

Anne Lund och Gunn Engelsrud har skrivit en artikel om vad det innebär att åldras i dagens västerländska konsumtionssamhälle där ålderism och ungdomlighet främjas, och hur äldre personer lever och relaterar till dessa ideal.³⁶

*Today, there is increasing use of clothing, diet and cosmetics to mask the visible evidence of ageing. In western society, the body is often regarded as both symbol and product, and a homogenised ideal of body and beauty based on consumer values has wide currency.*³⁷

Författarna menar att attityderna som finns i samhället bidrar till att skapa stereotyper och placerar äldre människor i ett *socialt getto*. Individualismen hos äldre människor blir försummat och därmed skapas ålderismen³⁸ Det man fann genom deltagande observationer var påverkan av samhälleliga ideal om ett aktivt åldrande, ungdomlighet, skönhet och fitness. Man menar att det finns en paradox i att å ena sidan försöka bibehålla sin ungdom och det aktiva åldrandet, samtidigt som man å andra sidan åldras för var dag som går. Resultatet visar att många hanterar sitt åldrande som något att förhandla, förneka och försöka motverka genom interaktion med andra. Det man gör är att formulera för sig själv och andra vem man inte är, genom att på olika sätt skapa avstånd till den egna åldern. Lund & Engelsrud menar att detta är ett sätt att reproducera ålderism, att trotsa åldrandet.³⁹ Oavsett ålder ger man en bild av sig själv som ung genom påståenden om att man kanske *ser gammal ut*, men att man *känner sig ung inuti*. Det indikerar på en åldrandemask där man uttrycker en distans mellan det yttre jaget och den inre självuppfattningen. (Mer om vad begreppet åldrandemask innebär

³³ Ingeborg Berg, s. 42

³⁴ Wilhelmson et al, 'Elderly people's perspective on quality of life', *Aging & Society*, vol. 25, 2005, pp.585-600. Cambridge University Press

³⁵ *Ibid.*, s. 597

³⁶ Lund & Engelsrud. 'I am not that old': inter-personal experiences of thriving and threats at a senior centre, *Ageing & Society*, vol. 28, 2008, 675-692. Cambridge University Press

³⁷ *Ibid.*, s 678

³⁸ *Ibid.*, s 677

³⁹ *Ibid.*, s 687

ses i kapitel 5.1.) Dagens samhälle tillåter inte äldre att vara gamla genom att skapa ett accepterande av sin ålder till att uppfattas som ett nederlag. Studien visar på att det finns för många negativa associationer till att ”vara gammal” så äldre människor vill inte förknippas med sin kronologiska ålder.

För att återgå till könsaspekten som Ingeborg Berg var inne på har jag valt att presentera en artikel som behandlar skillnaderna mellan köns syn på ett meningsfullt liv (life satisfaction). Studien är skriven av Bourque et al och har utgått ifrån 958 svar på en enkät gällande hälsa och välmående bland personer i Canada.⁴⁰ Vad man kunde se var att den generella upplevelsen av ett tillfredsställande liv inte skiljde sig åt mellan könen. Däremot fanns skillnader i vilka faktorer som spelade in. För män var positiv livstillfredsställelse associerat med ålder, inkomst och kontroll över tillvaron och negativt associerat med minnesnedsättning, sjukdom och fysiska hinder. Bourque et al menar att kvinnan syn på livskvalitet är mycket mer komplex än mannens och har fler avgörande variabler. För kvinnor var positiv livstillfredsställelse associerat med ålder, inkomst, socialt stöd, utbildning, fysisk aktivitet och kontroll över tillvaron medan sjukdom, fysiska hinder och civilstånd hade negativ påverkan. De största skillnaderna är inte bara faktorerna i sig utan hur sambandet dem emellan ser ut. Exempelvis så påverkas männens känsla av kontroll över tillvaron av sjukdom och inkomst, medan för kvinnorna beror det på fysiska hinder, socialt stöd, sjukdom och civilstånd.

Det som är intressant med studien och bör uppmärksammas är att graden av upplevd meningsfull tillvaro inte skiljer sig åt mellan könen, men de avgörande faktorerna är olika. Den här uppsatsen bygger på beskrivningar av tillvaron utifrån kvinnors synpunkt, vilket bör hållas i åtanke. Hade intervjupersonerna varit män hade således resultaten kanske sett annorlunda ut. Så det som exemplifieras är upplevelsen av den meningsfulla tillvaron och hur man ser på åldrandet utifrån tre kvinnors berättelse.

Ytterligare ett fenomen som inom tidigare forskning har visat sig under åldrandet är *ombytt roller*⁴¹. Föräldrarna som haft ansvar och auktoritet över barnen kan med åldern förlora denna roll och istället bli beroende av barnen. Payne skriver i tidsskriften *Social Forces* att de ombytta rollerna kan ha negativa effekter på den åldrande individen.⁴² Att medge den förlorade auktoriteten över barnen innebär att man inte är lika självständig längre. Förlusten av det tidigare oberoendet kan även leda till ett missnöje över att vara beroende av barnen. Detta påverkar upplevelsen av att bli äldre men de ombytta rollerna är inte alltid negativa. Trots att Paynes undersökning är från 1960 valde jag att ta med den just för att fenomenet visade i sig i empirin. Enligt Payne är denna upplevelse i första hand negativ vilket jag ställer mig kritisk till. Dels på grund av vad intervjuerna gav men dels för att

⁴⁰ Bourque et al, 'Contextual Effects on Life Satisfaction of Older Men and Women', *Canadian journal on aging*, vol. 24:1, 2005, s 35

⁴¹ Ibid., s. 146

⁴² Payne, R (1960) Some theoretical approaches of the sociology of aging, *Social Forces*, 359-362

upplevelsen måste påverkas av både familjens utformning och individens personliga egenskaper och förutsättningar.

4 Metod

4.1 En hermeneutisk förståelse

Studien bygger på en kvalitativ intervjustudie med induktivt tillvägagångssätt och en hermeneutisk tolkning av empirin. Anledningen till att jag valt hermeneutik för denna uppsats är på grund av dess grundprincip om att tolka och förstå. Vilket jag anser ger varje intervju en mer rättvis analys eftersom de till antalet bara är tre.

Hermeneutik, som kan ses både som ett förhållningssätt samt en metod, är grunden för den kvalitativa metodteorin till skillnad från positivismen som ligger till grund för den kvantitativa.⁴³ Hermeneutikens utgångspunkt ligger i att tolka och förstå texter, istället för positivismens att mäta och se samband, och denna syn är lämplig för den typ av studie vars mål är att förstå hur människor inom en viss grupp upplever sin tillvaro. Det finns ett brett användningsområde och till skillnad från metoder som grundad teori, fenomenografi och fenomenologi som har metodregler, utgörs den hermeneutiska analysen av ett tolkningsarbete. Ödman beskriver det i boken *Tolkning, förståelse, vetande – hermeneutik i teori och praktik* som ett pusselläggande där man väljer hur de transkriberade intervjuerna kan ses som en meningsfull enhet.⁴⁴ Ödman menar att man inte försöker söka efter en absolut sanning utan att det snarare handlar om förståelse och tolkning och om beskrivning av själva förståelsen och dess villkor. Det som tolkas är det meningsfulla uttalanden som skapas av människor i texter, handlingar och yttranden.

Tolkning av det empiriska datamaterialet går från del till helhet och från helhet till del vilket kännetecknar förståelsen. Detta kallas inom hermeneutiken för den *hermeneutiska cirkeln* och består framförallt av samspelet mellan del och helhet samt förförståelsens oundgänglighet.⁴⁵ Delen och helheten kan beskrivas som objektiva och subjektiva aspekter av en förståelse. Del/helhetsstrukturen är en grundläggande egenskap hos förståelsen och kan inte separeras från varandra. Man kan säga att vi tolkar och förstår utifrån aspekter som vi har med oss från förr och från de aspekter vi lever med idag. ”Att förstå mening innebär att man etablerar ett förhållande till de objektiveringarna av livet man omges av”⁴⁶

⁴³ Lundahl & Skärvad, (1999) *Utredningsmetodik för samhällsvetare och ekonomer*, s 38

⁴⁴ Ödman, (2007) *Tolkning, förståelse, vetande – hermeneutik i teori och praktik*, s 98

⁴⁵ Ibid., s 100-102

⁴⁶ Ibid., s 101

Vi kan inte förstå utan att redan ha förstått, skriver Ödman för att förklara förförståelsens betydelse. Förförståelsen är en del av minnet och ger oss en riktning i vårt sökande och avgör vilka aspekter vi vill lägga på det som studeras. Vår intention att studera ett visst ämne kommer att avspeglas i vårt handlande. Ödman menar att det sker ett dialektiskt samspel mellan förförståelse, förståelse och intentionalitet genom att vi tolkar och skapar nya meningar med det vi upplever. Vi lär oss att se verkligheten med nya ögon och ”på detta sätt förändras oavlåtligt den hermeneutiska cirkel inom vilken vi tolkar och organiserar bilden av vår tillvaro”.⁴⁷ Intentionalitet kan beskrivas som en allmänmänsklig tendens att förstå, organisera och ta ställning till de saker och företeelser vi möter, även kallad vardagshermeneutik som innebär att vi alltid vill tolka något *som* något.⁴⁸

Tolknings- och förståelseprocessen saknar början och slut. Det vi tillslut har formulerat en förståelse av, den så kallade analysen, är egentligen bara en stillbild av den process som kommer att fortgå - förståelsen vidgas och omformuleras utifrån den kunskap som komma skall. Alltså är den helhet vi slutligen sätter på pränt endast en del av en ännu större bild, vilket gör alla dessa små del- och helheter så viktiga. För vad vore en helhet utan dess delar?

4.2 Det induktiva

Jag har ett induktivt tillvägagångssätt vilket innebär att datainsamlandet styrs av frågeställningarna och inte en hypotes, detta för att svaren på intervjufrågorna är viktigare än teorikapitlet i sig. Det empiriska materialet analyseras utifrån förhoppning att hitta samband mellan de olika berättelserna. Förut användes denna metod inom positivismen men används nu endast inom hermeneutiken.⁴⁹ Jan Hartman skriver att ”en hermeneutisk teori är en detaljerad beskrivning av en grupp människors förståelsevärld, och en sådan beskrivning kan inte tänkas ut för att sedan testas”⁵⁰. Det är alltså tolkandet av datamaterialet som kan besvara frågan som är ställd för denna studie: ”*Hur är det att åldras i dagens samhälle?*”

⁴⁷ Ödman, s 103

⁴⁸ Nyström, s 133

⁴⁹ Hartman, J, *Grundad teori*, Studentlitteratur, Lund, 2001, s 25

⁵⁰ Ibid.,

4.3 Den kvalitativa intervjun

Anledningen till att jag valt att göra en intervjustudie är för att jag vill komma åt upplevelsen av vad en meningsfull tillvaro är med fokus på vad åldrandet, boendeformen och omvårdnaden spelar för roll. Det är alltså den subjektiva upplevelsen och beskrivningen av intervjupersonens livsvärld som här blir betydelsefull. Ritchie & Lewis menar att just (djup) intervjuer är ett bra alternativ när det handlar om erfarenheter eftersom intervjusituationen ger tillfälle till klargörande och detaljerad förståelse.⁵¹ Andra typer av kvalitativa metoder hade kunnat ge mig viss information om frågeställningarna, såsom samspelet mellan den intervjuade och omgivningen via observationer, men hade saknat dess betydelse för individen och den mer fördjupade förståelsen som samtalet vid en intervju ger. Kvales formulering är talande:

Intervjuer är särskilt lämpliga när man vill studera människors syn på meningen hos sina levda liv, beskriva deras upplevelser och självuppfattning, och klargöra och utveckla deras eget perspektiv på sin livsvärld.⁵²

I intervjuerna strävar jag därför mot en dialog där intervjupersonerna uttrycker den egna uppfattningen av sin livsvärld.

Livsvärldsperspektivet kom i slutet av 1800-talet med Edmund Husserl som ville att vetenskapen skulle intressera sig för vad olika fenomen hade för innebörd hos människan. Begreppet beskrivs enligt professor Maria Nyström som ”den värld som vi dagligen lever i, erfar, talar om och tar för given i alla våra aktiviteter.”⁵³ Det är ett naturligt förhållningssätt som kan beskrivas som relationen mellan den objektiva och den subjektiva verkligheten. Livsvärlden är såsom vi uppfattar vår tillvaro beroende på vilken mening vi tillskriver olika företeelser. Hur dessa meningar ser ut kan vi försöka förstå genom det öppna och upptäckande förhållningssättet som hermeneutiken och dess livsvärldsperspektiv ger. Det handlar alltså inte om att försöka bekräfta några hypoteser utan om att ge sig in i ett fenomen genom att försöka tolka och förstå.

Datansamlingen sker via icke standardiserade intervjuer och innebär att alla intervjufrågor inte är bestämda i förväg utan formas beroende på intervjutillfället. Tanken är att intervjun ska vara så teorineutralt som möjligt och frågeställningarna ska vara vägledande i de frågor som ställs. Analysen sker utifrån de frågor som ställts och ska ge en bild av hur människan upplever sig själv och sin tillvaro.⁵⁴ Sättet att genomföra intervjuerna gjordes genom det öppna frågandets princip vil-

⁵¹ Ritchie & Lewis, (2003) *Qualitative Research Practice – A Guide for Social Science Students and Researchers*, s 58

⁵² Kvale, S, *Den kvalitativa forskningsintervjun*, Studentlitteratur, Lund, 1997, s. 100

⁵³ Nyström M. Internet. *Forskningsmetodik - hermeneutik*

⁵⁴ Hartman, s 26

ket förespråkas inom den hermeneutiska principen. Den öppna frågan är en förutsättning, menar Ödman, men ändå finns det ingen fråga som är förutsättningslös, alla frågor har en riktning och ett perspektiv och sätter vissa gränser för svaret.⁵⁵

Vid intervjutillfället hade jag ett frågeformulär med mig (se bilaga 3) men intervjun styrdes i första hand efter vad intervjupersonen själv tog upp, så länge det kändes relevant för studien. Alla frågor i formuläret har alltså inte ställts i samtliga intervjuer men däremot har alla teman tagits upp under samtliga tillfällen.

4.4 Urval och genomförande

Urvalsgruppen valdes redan när syfte och frågeställning formulerades i samråd med kontaktpersonen på socialtjänsten. Tanken var att inte intervjua personer från samma hem för att undvika risken om särskilda omständigheter som Kvale skriver om, därför utfördes studien bland personer som bodde på olika håll och inte kände varandra.⁵⁶ Kriterier för urvalsgruppen var 1) personen ska bo i ordinärt boende, 2) personen ska inte ha minnesnedsättning eller förvirringstillstånd, 3) personen ska vara ålderspensionär. Urvalsprocessen kan liknas med den som beskrivs i Groenwald om *purposive sampling*:

*I selected the sample based on my judgement and the purpose of the research, looking for those who 'have had experiences relating to the phenomenon to be researched.'*⁵⁷

Det var dock problematiskt att få tag på informanter på grund av att intervjupersonerna skulle vara vårdtagare, om vilka inga uppgifter får lämnas ut. Jag började med att gå igenom kommunens enhetschefer och vidare till deras personal för hemtjänsten och frågade även pensionärsorganisationer. Samtliga intervjupersoner kontaktades via dessa tre instanser som hade vidarebefordrat den information jag gav (se bilaga 1 & 2) eller direkt utifrån deras egna rekommendationer. Sammanlagt fick jag göra intervjuer med tre kvinnor som anmälde sitt intresse till denna studie. Jag har inte valt bort några manliga informanter utan det var helt enkelt inga manliga intresserade. Något jämförande genusperspektiv är således inte fokus i denna studie men man bör ta hänsyn till att det empiriska materialet baserar på kvinnliga berättelser och kan visa på annorlunda resultat än om det hade gjorts intervjuer med män.

⁵⁵ Ödman, s 106

⁵⁶ Kvale, s 89

⁵⁷ Groenwald, s 8-9

Något jag valde att utelämna var dock att studien skrivs *i visst samråd* med Socialtjänsten, detta för att inte påverka utrymmet för att tala fritt om sina åsikter, upplevelser och känslor. Men även för att det inte skulle läggas för stort fokus på den hjälp som hemtjänsten ger dem. Efter intervjusamtalet transkriberades materialet för att sedan kunna genomgå en tolkning utifrån den hermeneutiska förståelsen.

Analysen har främst gjorts av inspiration från Nyströms beskrivning av ett hermeneutiskt tolkningsarbete.⁵⁸ Efter att intervjuerna blev transkriberade lästes de igenom för att kunna ge en helhetsuppfattning av vad den intervjuade hade berättat. Denna första överblick är enligt hermeneutiken framförallt utifrån den egna förförståelsen och ger bara en preliminär bild av datamaterialet. För att strukturera tolkningsarbetet valde jag att ta ut meningsbärande meningar från utskriften och sedan dela in dem i underteman. Detta gjorde jag först med separata intervjuer för att sedan sammanföra det som av hela materialet blev 15 underteman. Nästa steg blev sedan att sortera dessa under fem teman som ansågs representera vad vissa underteman hade gemensamt. Utifrån denna tematisering började analysen ta form för att sedan också kunna kopplas till den teoretiska förståelsen

4.5 Etiska överväganden

Syftet för studien och vidare undersökningspersonerna gjorde att etiska aspekter kom upp tidigt i samråd med kontaktpersonen på socialtjänsten. För att kunna försäkra mig om det informerade samtycket formulerade jag två urvalskriterier: personen ska inte ha minnesnedsättning eller förvirringstillstånd samt att personen själv ska kunna skriva under och skicka in svarstalongen, om inte personen hellre ville bli uppringd. Dessa kriterier blev även personal och enhetschefer informerade om (se bilaga 1). Minnesnedsättning eller andra mentala nedsättningar som ibland infinner sig hos äldre personer kan innebära att samtycke inte kan försäkras och därför var detta kriterium viktigt. Ytterligare aspekter jag klargjorde gällande samtycke var att studien var frivillig och att man hade rätt att dra sig ur utan att ange orsak (se bilaga 2). Kvale menar att full information om studiens syfte och upplägg är viktigt för samtycket så även denna aspekt var något jag strävade efter inför intervjun med informanterna.⁵⁹

Anonymisering av uppgifter är som Vetenskapsrådet säger en förutsättning inför en etisk prövning.⁶⁰ Nu har denna studie inte genomgått någon sådan prövning men principen är för mig som skriver dock lika viktig. Gällande konfidentialitet så betonades detta vid intervjutillfället och efter

⁵⁸ Nyström, Maria, Hermeneutik, i Granskär, M & Höglund Nielsen, B (Red.) *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård*. Lund: Studentlitteratur, 2008, s. 133-141

⁵⁹ Kvale, s. 107

⁶⁰ Hermerén, G, *Hantering av integritetskänsligt forskningsmaterial*. Vetenskapsrådet etikkommitté, 14 feb 2007, s. 5

VR: s rekommendationer beskrevs även vilka åtgärder som vidtas för att förhindra att känsliga uppgifter sprids, vilket innebär att privata data som identifierar undersökningspersonerna inte kommer att redovisas i texten och att endast fingerade namn kommer att användas.⁶¹ Gällande tillgängligheten till intervjuerna informerade jag om att endast jag som intervjuare och min handledare har tillgång till materialet. Vetenskapsrådet skriver angående detta att anmälningsplikten väger tyngre än tystnadsplikten. Detta är framförallt under förhållanden där sekretess och tystnadsplikt gäller, vilket inte angår denna studie, men innebär att om intervjutillfället upptäcker oegentligheter så gäller anmälningsplikten trots utlovad konfidentialitet och anonymitet.⁶² Det uppstår dock en konflikt mellan de etiska reglerna och principerna för forskning menar Kvale när det exempelvis gäller kontroll och möjlighet för andra forskare att återskapa resultatet.⁶³ Däremot är en livsvärldsberättelse unik och kvalitativa studier strävar inte efter att kunna återskapa mätbara resultat på det vis som man gör inom kvantitativa studier.

4.6 Tillämpning

Att jag inte berättade för intervjupersonerna att jag hade kontakt med socialtjänsten var för att inte påverka utrymmet att få tala fritt. Detta kan problematiseras eftersom jag kanske hade fått andra svar om de skulle tänka sig att resultaten kunde visas för den myndighet som påverkar dem allra mest. Ett misstag eller inte, kan jag aldrig veta. Däremot bör man ha i åtanke att det som intervjupersonerna berättat var i tron om att det bara var för mina öron och endast mitt intresse. Idag hade jag säkerligen gjort annorlunda, kanske hade det gett mig mer legitimitet i själva intervjusamtalet och därmed påverkat svaren på ett positivt sätt. Trots detta är jag inte missnöjd med samtalen på något vis, utan detta är snarare en fundering över hur de kunde ha blivit bättre.

Det tolkningsarbetet som hermeneutiken i sig innebär tar tid, och som Ödman skrivit så är det en process som aldrig egentligen tar slut. Det som nu har formulerats är egentligen bara en början i processen att förstå fenomenet att åldras idag och sitta i den situationen där man behöver daglig hjälp. Sådär i efterhand när analysen står klar blir det tydligt vad jag lärt mig och vad jag ser att jag ännu inte kan. Att jag i förväg hade delat in frågor i teman kan självklart ha påverkat min tolkning samt själva intervjusamtalet. Men utifrån den metod jag valde kändes det som det bästa alternativet, att ha vissa frågor/teman satta men sedan låta intervjun styras av uppkommande frågor.

⁶¹ Kvale, s. 109

⁶² Hermerén, s. 4

⁶³ Kvale, s. 110

Jan Trost skriver i *Kvalitativa intervjuer* om att begrepp som reliabilitet och validitet hör hemma hos den kvantitativa traditionen.⁶⁴ Det beror på att reliabilitet bygger på att man mäter för att ange värden på variabler som vid en annan mätning ska kunna ge samma resultat. En sådan mätning förutsätter ett statistiskt förhållande vilket personer som ingår i en kvalitativ studie inte är. Trost menar att vad kvalitativa studier undersöker är snarare en process, och såsom livet är den under ständig förändring.⁶⁵ Reliabilitet och även validitet hamnar således i fel sammanhang. Det som blir intressant är hur man kan se på generaliserbarheten.

Kvale för en diskussion kring tre former av generalisering; naturalistisk, statistisk och analytisk generalisering.⁶⁶ Den förstnämnda grundar sig i personens egen erfarenhet av ett fenomen som sedan leder till en typ av påståendekunskap. Den statistiska är mer formell och tydlig och kan dras om en kvantitativ undersökning genomförts på ett sätt så att den är pålitlig för en annan och större population. Till sist har vi då den analytiska generaliseringen som passar bäst in på denna studie. Det innebär att generaliseringen bygger på en påståendelogik som kan ställas utifrån en bedömning av studiens resultat som har kunnat kopplas till liknande studier. Finns studiens resultat att se i annan forskning och vad kan man tolka av det? Generalisering gäller då främst för de delar av resultatet som går att identifiera i annan forskning. Människan och dennes livsberättelse är dock alla olika så istället för någon större generalisering skulle jag vilja se resultatet som en exemplifiering som får visst stöd från tidigare forskning.

Då intervjuerna för denna uppsats grundar sig på kvinnors berättelser bör det igen påpekas att resultaten hade kunnat se annorlunda ut om det var män som intervjuats. Eventuella generaliseringar bör därför snarare gälla för kvinnor, om man nu ska utgå från att män och kvinnor är olika i detta sammanhang, än för 80+ åringar generellt.

4.7 Förförståelse

Enligt hermeneutiken är förförståelsen den kunskap vi har om världen som inte behöver något direkt tolkningsarbete.⁶⁷ Exempelvis så vet vi vad en *buss* är och hur vi ska använda *kniv* och *gaffel*. Så för att tolka något *som* något, behöver vi först formulera den egna förståelsen inför fenomenet och sedan försöka oss på en tolkning av någon annans livsvärldsberättelse.

Det som har lett mig fram till ämnet, min intention för denna studie, är dels det faktum att befolkningen blir äldre i procentuell fördelning och att medellivslängden ökar och dels på grund av att

⁶⁴ Trost, Jan, *Kvalitativa intervjuer*, 3. uppl., Studentlitteratur, Lund, 2005, s 111-113

⁶⁵ Ibid.,

⁶⁶ Kvale, s 210

⁶⁷ Ödman, s. 58

det finns en generellt negativ attityd mot åldrande i vårt samhälle. Ekvationen går inte ihop. Hur kommer det svenska samhället 2030 att se ut den dagen då en fjärdedel av befolkningen beräknas vara över 65 år samtidigt som de inte får ”vara gamla”?

Det är av min erfarenhet att vi ska göra allt vad vi kan idag för att se ”unga och fräscha” ut för att nå så kallad framgång. Det gamla är inte attraktivt och därför inte norm, vilket leder till att ålderdom sällan eller aldrig visas i samband med ”framgång” utan snarare i samband med *den stackars gamla människan* eller *oj vad pigg han/hon är trots sin ålder*. Vi lever i ett samhälle där det produktiva och effektiva egenskaperna värdesätts, man ska kunna försörja sig själv, konsumera och vara aktiv för att försäkra sig om att man fortfarande är med i spelet.

Det leder mig till två frågor: Hur upplever de äldre idag som kommit till den punkt där de inte längre klarar av allt själv? Efter den friska pensioneringstiden då man inte längre kan ta allt för givet att det ska fungera och kroppen börjar göra sig påmind om att den levt i mer än 80 år. Hur påverkas människan av att åldras och bli bemött som *äldre* i dagens samhälle?

På grund av hur samhället ser ut har vi en rad olika fördomar om att man som äldre pensionär oftast blir svag, sjuk och beroende. Statistiken visar dock på att majoriteten klarar sig själva och att behovet av hjälp minskar (se kap 1). Vi ska inte förneka att kroppen och sinnet kan åldras till det sämre, men vi ska heller inte stigmatisera.

Alla är vi en produkt av samhället. Min bild av hur tillvaron ser ut på ordinära boenden är obefintlig just på grund av att jag inte har någon erfarenhet av denna vardag. Denna brist på kunskap gjorde att valet av metod kändes naturligt. Det jag fick höra under tiden som ämnet för denna uppsats formulerades var bland annat att många äldre sitter hemma och är ensamma, de tar sig inte ut och ingen har tid att hälsa på. Stämmer detta? Jag vill tro att det är en del av de fördomar om hur livet ser ut för äldre men jag är inte så naiv och menar att det inte är en del av verkligheten också. Det är inte så många i Sverige som har hemtjänst, procentuellt räknat, och ännu färre är det som bor i särskilda boenden. Livet är under ständig förändring för alla individer och jag kan inte tro att det vore någon skillnad för den som nått upp till en viss kronologisk ålder. Med detta sagt är tanken att ta reda på hur 80+ åringar upplever tillvaron.

5 Teoretisk förståelse

En teoretisk ram har skapats för att underlätta förståelsen av det empiriska materialet. Eftersom det är en induktiv studie har teorierna formulerats efter att intervjuerna var gjorda och fungerar därför som en förståelseram för det material som presenteras. Teorierna ska inte befästas utan bara ligga till grund för att hjälpa till att förstå analysen. Empirin kommer att förstärkas av de teoretiska resonemangen.

Den teoretiska förståelsen utgår i huvudsak från två teorier som båda har ett interaktionistiskt grundperspektiv: symbolisk interaktionism och rollteori. Kapitlet kommer även att ge en kortare beskrivning av begreppet åldrandemask eftersom det är ett fenomen som visade sig i empirin och som även tagits upp i kapitlet tidigare forskning.

5.1 Symbolisk interaktionism

Här ligger fokus på förhållandet mellan struktur och aktör för att förstå hur identiteter skapas. George Herbert Mead är enligt Trost & Levin en av de stora företrädarna av *symbolisk interaktionsteori*.⁶⁸ Grunden för teorin är att det är det sociala samspelet som skapar medvetande, snarare än tvärtom. Mead förklarar interaktionen utifrån symboler. En symbol kan vara ett ord, en gest eller mimik vars betydelse är densamme för de personer som interagerar med varandra. När exempelvis ordet *basta* eller *ett leende* får samma mening för aktörerna blir det en symbol att handla efter.

Mead menar att vi skapar en föreställning om vilka vi är först när vi lärt oss att ta den andres perspektiv, *den generaliserande andre*. De personer som påverkar oss mest kallas istället för *signifikanta andra*. Det är personer vi bryr oss om, lyssnar på och som därmed utgör en stor påverkan för uppbyggnaden av vårt jag och vår livsvärldsuppfattning.⁶⁹ Vilket kan exemplifieras med att familjen är den grupp i samhället som påverkar vår identitet allra mest, åtminstone de första åren. Ett mer bekant uttryck är att ”apa efter andra”. Det första vi gör är att vi lär oss gå, använda händerna, göra miner och prata på samma sätt som våra föräldrar och senare även som våra vänner och andra i omgivningen etc.

Den generaliserande andre handlar om vår allmänna uppfattning av samhällets värdemönster, normer och attityder och visas oftast i samband med att vi tänker på ”vad folk ska tro” eller då vi säger ”*man* gör” istället för ”*jag* gör”. Vi tar alltså på oss rollen av andra för att själva kunna utvecklas vilket innebär att utan interaktion kan vi inte skapa en uppfattning om vem vi är. Denna socialisa-

⁶⁸ Trost & Levin, s. 42

⁶⁹ Trost & Levin, s. 60

tion börjar från den stund vi föds och fortgår så länge vi på nåt sätt är i kontakt med andra människor. Det vill säga att för varje interaktion definierar vi omvärlden och därmed oss själva både personligt och socialt.

Enligt sociologen Anthony Giddens handlar det dels om människans *sociala* identitet, det vill säga de kännetecken som tillskrivs personen i förhållande till andra individer.⁷⁰ Vilket kan vara faktorer vi har gemensamt och faktorer vi kategoriserar varandra utifrån. Exempelvis student, överklass, mamma, mäklare, gift etc. Giddens menar att varje person har mer än en av dessa egenskaper tillskrivna den sociala identiteten. Den andra typen av identitet vi äger är den *personliga*, vilken gäller de egenskaper som istället skiljer oss individer åt.

Den personliga identiteten handlar om en utvecklingsprocess varigenom vi formulerar en upplevelse av oss själva som en unik varelse som har unika relationer till omgivningen.⁷¹

Det handlar om att vi formar oss själva utifrån de möjligheter som samhället erbjuder och den omgivning vi befinner oss i. Det sker genom ett ständigt samspel mellan individer och samhället, som i sin tur ger var man och kvinna en uppfattning om sig själv.

Identiteten skapas genom en ständig social interaktionsprocess men symbolisk interaktionsteori menar att självuppfattningen inte enbart vilar på den sociala interaktionen, vilket Mead poängterar genom att skilja på *me* och *I*. Trost & Levin förklarar detta som följande: *me* är den del av jaget vars sociala roller och sociala förväntningar tar plats. *I* å andra sidan är den del av jaget som mer direkt svarar på omgivningens åsikter och beteenden och ses även som den mer spontana delen. *Me* är det socialt bestämda jaget som vi ”kan se” och *I* är individens unika och självständiga jag.⁷²

Vad detta interaktionistiska perspektivet kan anta i förhållande till åldrande är att självuppfattningen förändras utifrån hur omvärlden ser på en åldrande individ. Alltså, vad den generaliserade andre signalerar för attityder och värdemönster gentemot äldre och att åldras. Tornstam menar att nedlåtande tycka-synd-om-attityder som möter oss under åldrandet skadar vår självuppfattning som i första hand leder till att vi inte vill kalla oss gamla.⁷³ Anledningen till detta är att vi vill komma undan de negativa attityder som är förknippade med att *vara gammal*. Om vi tillslut säger att vi känner oss gamla och det går stick i stäv med självuppfattningen, kan upplevelsen av hur vi mår förändras. Tornstam menar att åldersuppfattningen har samband med hur vi mår och hur vi anpassar oss till den situation vi befinner oss i, det vill säga att när vi känner oss yngre så mår vi och anpassar oss bättre. Här bör det också tilläggas att det finns skillnad på självuppfattningen på motsvarande vis som ovanstående *me* och *I*. Detta kallas fört vårt *sociala värde* som ofta förknippas med sådant som att vara

⁷⁰ Giddens, A, *Sociologi*, Studentlitteratur, Lund, 2003, s. 43

⁷¹ Ibid., s. 44

⁷² Trost & Levin, s. 42-43

⁷³ Tornstam, s. 124

produktiv, effektiv och självständig. *Egenvärdet* hör å andra sidan samman med existentiella frågor som att känna meningsfullhet med tillvaron, hopp och förtröstan.⁷⁴ Vi kan alltså känna ett lågt socialt värde men ett tillfredställande egenvärde.

5.2 Åldrandemasken

Åldrandemasken innebär att det kan finnas en skillnad mellan den *upplevda* åldern och vilken ålder man *ser ut* att ha. Det handlar om hur självuppfattningen hänger ihop med utseende och fysisk hälsa och kan inom det interaktionistiska perspektivet vara av stor betydelse för välbefinnandet. Kroppen förändras under åldrandet vilket utgör signifikanta symboler. Exempelvis rynkor som i vårt samhälle domineras av negativa associationer, via generaliserade andre, gör att det åldrande ansiktet mer än sällan upplevs positivt. Tornstam menar att teorin om åldrandemasken kan innebära en känsla av att vara fången i den åldrande kroppen vars yttre inte längre motsvarar den upplevda åldern och identiteten.⁷⁵ Om man upplever att det yttre och inre inte överensstämmer med självuppfattningen så påverkar det tillvaron. Upplevelsen hanteras olika och kan bero på olika socialisationsprocesser, personliga egenskaper eller copingstrategier. Lund & Engelsrud såg i deras studie att man hanterade det genom att se åldrandet som något att förhandla om, förneka eller försöka motverka genom interaktion med andra och skapa ett avstånd till den egna åldern.

5.3 Rollteori

Ytterligare en teori som trycker på att den sociala interaktionen påverkar oss är rollteorin. I kapitel 2.1 nämndes roller i samband med hur vi kategoriserar varandra och vad rollförväntningar kan innebära. Detta kapitel kommer tillbaka till dessa begrepp men kommer även att ge en mer överskådlig bild av vad rollteori innebär, speciellt i förhållande till åldrande.

Människan kan sägas vara ett flockdjur. Åtminstone i den bemärkelsen att vi vill tillhöra en grupp som vi kan identifiera oss med och samtidigt se oss själva och de övriga i gruppen som en enhet. Vi vill kunna referera oss själv till ett "vi" för att där finna någon social identitetstrygghet. Trost & Levin beskriver innebörden av dessa sociala roller och identiteter genom att skilja på fyra olika begrepp: position, förväntningar, roll och beteende.⁷⁶ Att ha en *position* innebär att man i relation till de andra i gruppen har en viss ställning, exempelvis som barnet i familjen eller chefen på

⁷⁴ Ibid., s. 125

⁷⁵ Ibid.,

⁷⁶ Trost & Levin, s 137

jobbet. *Förväntningar* är normer, skrivna och oskrivna regler för hur man ska bete sig i den position man har. Förväntningar tas emot medvetet och omedvetet och varierar utifrån hur personen själv uppfattar vad som kan eller bör göras. Detta skapar en process som definierar den *roll* man har. *Beteendet* är i sin tur grundat i denna process och väljs utifrån den relation man känner till rollen. Gillar man exempelvis de förväntningar som finns för den position man har är det troligt att man väljer att bete sig på ett sätt så de överensstämmer med varandra. Har man däremot en position där man inte vill rätta sig efter de förväntningar som finns så antar man ett annorlunda beteende för att skapa vad som kan upplevas stärka den personliga identiteten. Den mänskliga interaktion är dock aldrig så svartvit som ovan beskrivning utan desto mer komplicerad.

Rollprocessen är något som är föränderligt över tiden och som ovan nämnt påverkar även åldern våra förväntningar på varandra och då även oss själva. Då vi idag kategoriseras utifrån ålder är utgångspunkten i första hand den kronologiska åldern.⁷⁷ När vi blir äldre och når pensionsåldern kommer enligt Tornstam en brytpunkt. Under livets gång förbereds vi för de kommande rollerna och stadierna i livet via socialisationsprocesser. Vi förbereds inför skolgången, yrkeslivet, föräldrarollen och vuxenlivet etc. både formellt och informellt så vi vet vad det bör innebära att ha en specifik roll och hur vi ska agera. Exempel på den informella socialisationen för vuxenlivet är att vi å ena sidan något skämtsamt samlar på oss "vuxenpoäng" å andra sidan påstås vara "omogen" då vi betar oss på ett sätt som går utanför föreställningen om vuxenrollen. Det som händer är att vi internaliserar en roll genom att göra de förväntningar och beteenden till en naturlig del av oss själva. Därmed kan vi även identifiera oss med den roll vi har. Om Volvo, villa och vovve är de basala uppfattningarna om vad det innebär att vara vuxen kommer vi troligtvis känna oss lite vuxna då vi har dessa saker.

Enligt Tornstam förändras rollförväntningarna i och med att vi slutar jobba och till skillnad från andra rollbyten är pensioneringen den övergång som innehåller minst förväntningar eftersom vi antas kunna "göra vad vi vill". Detta kan leda till att *åldersrollen* upplevs osäker och många träder in i denna tillvaro oförberedd. Det är framförallt omgivningen och samhället, den generaliserade andre, som inte har några direkta rollföreskrifter för de äldre. Tornstam menar att socialisationen till en roll sker genom den kunskap man har, förmågan att ta till sig denna kunskap och motivationen till att göra det. Då det finns knapp kunskap om vad åldersrollen innebär i kombination med negativa föreställningarna menar tornstam att många äldre har brist på motivation till denna roll. Detta tar sig inte sällan form av ett förnekande av att vara gammal.⁷⁸ Man delar med samhället många vanföreställningar om vad det innebär att vara äldre men man utesluter sig själv från denna kategori. Den bild man har av åldersrollen upplevs vara så olik självuppfattningen att man på olika sätt försöker försvara sig från att tillhöra kategorin äldre.

⁷⁷ Tornstam, s 131

⁷⁸ Tornstam, 143

6 Presentation

Här följer en kortare presentation av dem som deltagit i studien. Detta för att ge en uppfattning om vilka som blivit intervjuade. Namnen är fingerade och inga uppgifter eller citat som kan leda till deras identitet kommer att presenteras.

Vivianne är 80+, född och uppvuxen i Umeåtrakten. V är gift och har barn och barnbarn, har fysiska besvär med svårigheter att gå utan hjälpmedel. Före pensionering arbetade V inom handels. V bor i lägenhet och är generellt sett nöjd med tillvaron.

Karin är 80+, född utanför Sverige och uppvuxen i Umeåtrakten. K har barn och barnbarn, har fysiska besvär med svårigheter att gå utan hjälpmedel. Före pensionering arbetade K inom vård- och barnomsorg. K bor i lägenhet och tillvaron innehåller en del smärta och oro.

Siv är 80+, född och uppvuxen i Umeåtrakten. S är änka och har barn och barnbarn, har vissa fysiska besvär med svårigheter att gå utan hjälpmedel. Före pensionering arbetade S med barnomsorg. S bor i lägenhet och är nöjd med tillvaron.

7 Resultat och analys

Frågorna som ska besvaras är:

- Hur definierar målgruppen det meningsfulla i tillvaron?
- Hur upplever man sitt eget åldrande?
- Hur kan hemtjänsten/vårdgivarna påverka i tillvaron?

7.1 Teman

Meningsfulla uttalanden plockades ut från de transkriberade intervjuerna för att sedan delas in i olika kategorier som kom att bli 15 *underteman*. De underteman som återfanns i samtliga intervjuer blev det främsta materialet för analys, några förhållanden återspeglades däremot inte i alla intervjuer men har ändå tagits upp om de känts relevanta för resultatet. Teman som formuleras är en sammanvävning av dem underteman som hade något gemensamt. Nedan följer en tabell över indelningen av teman samt underteman som samtliga intervjuer hade gemensamt och som analysen grundats på:

Ålder och åldrande	Aktiviteter	Omgivning	Hjälp i vardagen	Personligt
Jag är inte gammal	Betydelsefull tillvaro	Att känna sig uppskattad	Självkänsla	Tankar om vilja och inställning
Ombytta roller	Får tiden att gå	Förebygger känsla av Ensamhet	Den egna förmågan	Trivsel och trygghet
	Undgår att tänka på det tråkiga	Socialt liv innebär meningsfullhet. ⁷⁹	Att bli sedd	
		Gott bemötande och goda Grannar	Beroende	

7.2 Ålder och åldrande

En av frågeställningar är att ta reda på hur de intervjuade ser på sitt eget åldrande. Det som visade sig i samtliga intervjuer är en förnekelse inför den egna åldern och framförallt en ovilja till att identifiera sig själv som *gammal*. Man förnekar inte sin kronologiska ålder men man anser sig inte vara gammal, förutom då man tycker att kroppen gör sig påmind om att ha levt i mer än 80 år.

⁷⁹ Tornstam, s 236 - Krause menar att ett stödjande socialt nätverk ökar känslan av egenvärde som leder till att vi lättare kan hantera olika belastningar i tillvaron.

Vi lever alla med förväntningar på varandra och oss själva och socialiseras därefter in i olika roller. Vad denna studie visar är att de intervjuade verkar ha en negativ bild av vad *åldersrollen* innebär och att den inte överensstämmer med deras egen självuppfattning. Man talar om att vara gammal med ord som tråkig, hjälplös, ha ont, sjuklig och att inte klara av saker, vilket är en antydning till hur man ser den socialt definierade åldersrollen. Då man inte vill identifiera sig med detta vill man heller inte kalla sig gammal:

Men alltså som gammal så... jag kan ju utföra vissa saker och då tycker jag inte att jag känner mig gammal... det är mycket värt att kunna ta sig för nånting. Det finns möjligheter bara man tar det lugnt, så att då säger jag att jag är väl inte så gammal... fast jag blir 85 snart.

(Vivianne)

Att inte vilja se sig som gammal genom att använda motargument kan visa på vad den socialt definierade åldersrollen antas innebära. Detta kan också förklaras utifrån Tornstam som menar att de negativa föreställningarna samt de vaga förväntningarna som finns leder till brist på motivation att anta en åldersroll. Ett förnekande av att vara gammal tyder också på att man inte är bekväm med den definition som den generaliserade andre har satt på *de äldre*.

Det som också visade sig i intervjuerna var en känsla av att kroppen och sinnet inte riktigt passade. Detta kallas med andra ord att uppleva sig ha en *åldrandemask* där kroppen ser gammal ut medan sinnet fortfarande känns ungt. Karin uttryckte sig följande:

Jag känner mig inte gammal men då jag tittar i spegeln då blir jag förskräckt... oj, är jag så gammal oj, jag ser ut... och då börjar jag hitta så mycket fel men annars känner jag att... jag skulle kunna ha energi hur mycket som helst för att jobba.

(Karin)

Det Karin beskriver kan förklaras som att hon känner sig yngre än vad kroppen ser ut att vara och att det på nåt sätt gör henne orättvisa. Viljan och den mentala orken att sysselsätta sig med arbete beskrivs men personen i spegeln berättar att hon är för gammal. Även här visas en klyfta mellan självuppfattningen och det yttre. Vilket kan förklaras med att den sociala omgivningen skapat förväntningar om vad rynkorna i spegeln står för som inte överensstämmer med den egna uppfattningen. Om vi inte lärt oss att identifiera ett gammalt ansikte med en gammal kropp och gammalt sinne som något negativt skulle man kanske inte ha fått samma reaktion vid en titt i spegeln på ålderns höst. Ansiktet i spegeln med dess rynkor utgör här en symbol för vad det innebär att vara gammal.

Även Siv tenderar att inte identifiera sig själv som gammal förutom när hon hänvisar till tillfällen då hon haft ont, vilket gjorde det legitimt att kalla sig gammal. Att kroppen kan göra ont vid högre ålder upplevs normalt vilket gör att hon då kan identifiera sig med åldersrollen.

En annan sida av åldrandet som inte hade lika genomslag i de övriga två intervjuerna, men dock synliga, var upplevelsen av att rollerna blivit ombytta med åldern. Det beskrivs som en positiv och bekväm del av tillvaron där föräldern har nått den åldern då det är barnens tur att ”passa upp”. De *ombytta rollerna* beskrivs som att åldern gjort det legitimt att ta emot hjälp och inte i första hand vara den som erbjuder sin hjälp.

För nu behöver jag inte bjuda hem nån på... jag hade ju alltid barnen hemma då, vid högtider och tillfällen sådär... nu har du bjudit färdigt säg dottern, nu ska int jag behöva bjuda mer int´.

(Siv)

Hur denna del av åldrandet upplevs är som ovan nämnt antagligen väldigt olika utifrån både yttre och inre förutsättningar. Men som Siv beskriver det så är det en positiv del av åldrandet.

Det som visats i informanternas förhållande till åldrandet är att man inte vill ge en bild av sig själv som gammal. Man talar om vilka egenskaper en gammal människa har och kommer med motargument om att den bilden inte överensstämmer med en själv. De beskriver tillvaron som att det är viktigt att kunna klara av saker på egen hand, även om man får hjälp av personal eller behöver hjälpmedel, man vill inte framställa sig själv som beroende eller som att beroendet vore något negativt. Det positiva i tillvaron är det som motsäger den socialt definierade åldersrollen och det som upplevs vara en av dem största bekräftelserna på att man ”inte är gammal” är att kunna hålla sig aktiv.

7.3 Aktiviteter

Att hålla sig aktiv var för samtliga en viktig faktor för att tillvaron skulle kännas *betydelsefull*. Karin uttrycker sig som följande och menar att det man ska akta sig för är att bli sittandes. Detta är ingen hemlighet i sig, att kroppen oavsett ålder behöver röra på sig för att må bra, men det intressanta i detta uttalande är att hon förknippar stillasittandet med att bli ännu äldre utan att nämna någon kronologisk ålder.

Så gamlingarna som blir väldigt gamla och börjar sitta dem blir sittandes där resten ut av livet, det ska man akta sig för.

(Karin)

Hon själv är 80+ men talar om ”gamlingarna” som ”de andra”, dem som blivit gamla genom att sitta still, vilket talar för den bild av äldre som kan framställas i form av att vara passiv, hjälplös och i beroende av andra. Det kan också tolkas som att man vill skilja på vem som är gammal och gammal

eftersom denna åldersroll inte stämmer överens med hennes självuppfattning. Karin uttrycker även att hennes aktiviteter, som innebär att hon kommer ut, känner sig uppskattad för det hon gör och träffar mycket folk, gör att tillvaron känns meningsfull. Den sociala interaktionen är en stor påverkansfaktor för att tillvaron ska kännas meningsfull. Efter att Karin slutat förvärvsarbete började hon med sin sysselsättning, som hon uttryckte det, för att ha nånting att göra istället för att bara sitta hemma och gråta.

Det har betydigt mig så mycket att det har gett mig liksom lite självförtroende att jag inte är så stackare som jag borde vara. Alltså det har varit jättefint, jag tror inte att jag hade klarat psykiskt om jag hade suttit här.

(Karin)

Detta citat talar även för att hon genom sin sysselsättning får *annat att tänka på* och självförtroende genom att visa sig själv och andra att åldern och fysiska hinder inte gör saker omöjliga att genomföra. Att ha sysselsättning beskrivs inte bara som meningsfullt i sig utan samtliga talar om det som att det även är en faktor som *får tiden att gå*. Siv beskriver livet efter pensioneringen som följande:

Vart ingen skillnad, jag gjorde saker och ting som jag tyckte var roligt... jag vävde och jag grejade... jag vet inte hur man skulle formulera det. Ja jag sticker och virkar, jag roar mig. Det är mycket värt... för eljest blir ju tiden så lång, och jag sticker och jobbar hela veckan men på lördag eftermiddag och söndag gör jag ingenting,

(Siv)

Då förvärvsarbetet tar slut förändras tillvaron och man får möjlighet att fylla den med något nytt. Citatet ovan beskriver en tillvaro som inte förändrades så drastiskt men att nuvarande aktiviteter är en sak som får vardagen att gå. Att tiden upplevs gå snabbare på grund av sysselsättningen blir alltså meningsfullt i sig. En annan roll som sysselsättningen har beskrivs som följande:

För eljest tycker jag det blir det så långsamt, så jag ska ha mycket göra, och helst... strax från början då maken had dödd, då ville jag ha nåt krångligt arbete... så tankarna for på det istället för ja, sorgen.

(Siv)

Det man har gemensamt är att de olika sysselsättningarna gör att tiden går snabbare, att man får koncentrera sig på annat och känna att man gör något meningsfullt under dagarna. Det man beskriver som aktiviteter är inte bara den sysselsättning som tar plats i hemmet utan även de sociala kontakterna och vad det innebar för tillvaron, men mer om detta senare. Att hålla sig aktiv verkar också vara en motivation för att inte känna sig gammal. Så länge man upplever sig klara av att göra saker, med eller utan hjälpmedel, får aktiviteterna den betydelse att det ger självförtroende samt gör tillvaron mer meningsfull.

Jag tycker tillvaron ska vara så att man inte ska behöva känna att man är utlevandes död.

(Vivianne)

Att vara utlevandes död innebär för Vivianne att man på grund av ålder förväntas gå och invänta döden. Ett uttalande som detta visar ytterligare exempel på föreställningen man har om den socialt definierade åldersrollen. Motsatsen till detta blir således att göra det man kan och inte fokusera på vad kroppen ibland hindrar en från att göra eller vad omgivningen kan förvänta sig eller inte förvänta sig av en. Den sysselsättning man tar för sig blir därför viktig för att visa för sig själv och andra att man klarar av tillvaron trots att den kanske inte är lika bekväm som den var under yngre ålder. Följande citat visar på vad man skulle kunna kalla en acceptans av tillvaron.

Sysslolös har jag aldrig försökt att vara, det vill jag inte heller... man har alltid någon syssla att ta till med, bara man inte är lat... till exempel det man ska ha på sig, det tar ju sådan tid... jag har lärt mig det, man får leva med det.

(Vivianne)

Utifrån förmåga kan aktiviteter ses som väldigt olika saker. Citatet ovan beskriver hur själva påklädelsen ses som en aktivitet och antyder att det finns en acceptans över hur kroppen begränsar tillvaron men att det inte upplevs som ett direkt problem. Det som också visas är att det finns olika nyanser av vilka aktiviteter som blir betydelsefulla, troligen beroende på både inre och yttre förutsättningar. Vilket i sig talar för att den individanpassade vården är något att ta vara på.

Detta kapitel har främst beskrivit de aktiviteter som sker i hemmet och på egen hand, nedan kommer en beskrivning av hur det sociala livet kan påverka tillvaron.

7.4 Omgivningen

Vi är sociala varelser och utan vår omgivning kan vi inte definiera oss själva enligt symbolisk interaktionsteori. Vi jämför och delar erfarenheter och vi lär känna oss själva och varandra genom interaktion. Omgivningen har stor betydelse för tillvaron och gällande vad som är meningsfullt fick de intervjuade beskriva hur de upplever att det sociala livet påverkar deras liv.

De saker som samtliga har gemensamt är att det sociala livet innebär *meningsfullhet* och att det förebygger känsla av *ensamhet* samt betydelsen av att känna sig *uppskattad*, få ett *gott bemötande* och ha *goda grannar*. Det sociala beskrivs som den största positiva påverkansfaktorn. Vivianne beskriver det *meningsfulla* i tillvaron som att få besök eller att kunna hälsa på någon. Ett bortabesök kan även innebära en fysisk utmaning och därför beskriver hon det som att hon då upplever sig vara

duktig när hon klarat av förflyttningar trots svårigheterna att gå, vilket stärker självförtroendet. Detta är en av de positiva effekterna som den sociala omgivningen har på tillvaron.

Du ser att vi skrattar och har trevligt här men folket vi har omkring oss, det är det som gör att man kan fortsätta att finna någon lycka med att bo såhär och ha det besvärligt... men ändå, man klarar det.

(Vivianne)

Något som antyder vikten av en god social tillvaro i ett annat intervjutillfälle var hur svårt det var att sätta ord på betydelsen och istället bara konstatera att det inte fanns nåt att säga. Den sociala tillvaron var ”i sin ordning” och därför beskrevs den som ”bra”. Siv gav exempel på detta och pratade om sina barn som hon hade i närheten, hur personal följde med henne på promenader och hur tillvaron beskrevs som bra, helt enkelt. Det som var ”bra” var direkt kopplat till sociala omständigheter vilket kan tyda på hur viktig den sociala omgivningen är. När det beskrivs som att det helt enkelt är ”som det ska vara” kan man förstå vidden av hur mycket en person påverkas av att ha en god social omgivning. Grannar gör att hon känner sig *mindre ensam* eftersom det innebär att det finns människor i huset, någon att umgås med ibland och någon som påminner om att låsa dörren, som hon själv uttrycker det. Personalen som hjälper henne dagligen är trevliga och relationen till dem är god. Jämnråriga kamrater och syskon har antingen gått bort eller är för gamla för att orka komma och hälsa på. Hur omständigheterna än ser ut blir det tydligt att en god social tillvaro är betydelsefull.

Vivianne beskriver betydelsen av *goda grannars bemötande*:

”Behöver du nånting Vivianne?” De ropar alltid och är glad, det känns härligt tycker jag. Jo men det känns... man blir upplyft för dem ser en på ett sätt som att man inte skulle vara färdig att dö... man känner ju det att man blir upplyft när man blir kallad för ”hej Vivianne”... då tycker jag att det känns underbart, när ungdomen säger det. Jag kan inte begära nå mer. Och jag är säker på att om jag skulle bli dålig och jag skulle ropa på dem så skulle dem hjälpa och skjutsa mig nånstans.

(Vivianne)

Det som beskrivs är en personlig och vänlig kontakt/relation till grannarna som i sig inger en viss trygghet. Upplevelsen om att de ser henne annat än som att ”vara färdig att dö” talar också för att den negativa bilden av åldern inte upplevs i relationen där hon istället bemöts utifrån den människa hon är och inte den åldern hon har, hon känner *uppskattning* från omgivningen.

Karin som är den mest aktiva av de intervjuade möter mycket människor i det hon gör. Det som hon uttrycker vara fördelarna med detta, förutom att hon håller sig aktiv och får sysselsättning, är den uppskattning hon får tillbaka. Uppskattning från omgivningen ger motivation till att fortsätta samtidigt som sysselsättningen i sig blir meningsfull. Tillvaron upplevs således meningsfull under förutsättning att den sociala tillvaron är tillfredsställande. Som också nämnts under tidigare forskning är den sociala tillvaron den faktor som spelar störst roll för välbefinnandet.

7.5 Hjälp i vardagen

Vad de intervjuade har gemensamt är att de alla erhåller viss hjälp av kommunens olika hemtjänster. En av frågeställningarna är att ta reda på vad personalen har för roll i deras tillvaro, vilket de fått beskriva utifrån de erfarenheter de har och känslan av att få hjälp. Även denna analysdel är indelad utifrån de underteman som varit återkommande i samtliga intervjuer.

En sak som framgick är hur viktig den *egna förmågan* är och att detta påverkar *självkänslan* (självkänslan är den subjektiva värderingen av självet som positiv eller negativ⁸⁰). Upplevelsen av att få hjälp beskrivs positiv då man i första hand fått göra det man klarar av själv för att sedan få hjälp med resten, och beskrivs å andra sidan negativt då den egna förmågan inte fått komma i första hand, beroendesituationen blir då negativ.

Det blir ganska meningsfullt i och med att man klarar av att stiga upp och tvätta sig och byta... se till att du kommer på toan i tid. Sen kommer dem och hjälper dig med resten. Jag tycker att det är en ganska meningsfull tillvaro man har då... Ja man behöver vissa handtag men man känner ju att man mår ganska bra... och då blir man som gladare i huvudet, på något vis... man kan känna det där med glädje att stiga upp.

(Vivianne)

Det som bör poängteras är att den egna förmågan får komma i första hand och hjälp av personalen i andra hand och att detta upplevs vara viktigt för självkänslan. Här beskrivs också tacksamheten över att hjälpen möjliggör att kunna bo kvar hemma, vilket i sig innebär ett visst oberoende. Det man skulle kunna säga är att den egna förmågan står för en del av den personliga identiteten, vilken måste få ta sin rättmätiga plats för välbefinnandets skull. Att åldras och få det självständiga utrymmet mindre innebär en förändring av tillvaron. Den personliga identiteten och självuppfattningen förändras då man inte klarar av samma saker längre vilket innebär att en ny definition av dessa görs. Då produktivitet, effektivitet och självständighet är av samhället positiva egenskaper är det något man vill eftersträva. Den åldrande kroppen förändrar detta och möjligtvis blir det viktigare att betona vad man klarar av, den egna förmågan och därmed den personliga identiteten.

Det som också beskrivs som en positiv upplevelse av personalen är att *känna sig sedd* och få en *personlig kontakt*:

Det är just att dem är vänliga och tittar inte bara på klockan för att de ska ta sig och så många minuter... en del har bråttom, de ska hinna med men jag förstår dem så det bryr jag mig inte om... jag kan ju göra litegrann själv också... man kan ju hjälpa till litegrann, så att alla trivs.

(Vivianne)

⁸⁰ Crisp & Turner (2007) *Essential Social Psychology*, s 20

Dem är ju väldigt trevliga, dem är väldigt... så personliga och trevliga så, dem är alltid glada, och alltid säger Hej Karin, hur har du det... och så där... sen drar dem på strumporna, dem stannar ju inte mer än att dra på dem men... de är alltid trevliga.

(Karin)

Samtliga uppskattar den hjälp de får och har framförallt positiva erfarenheter av personalen. Det värdiga bemötandet beskrivs genom att man "hälsar riktigt" och ser människan och inte den vård som behöver tas om hand. Det goda bemötande står för att det skapas ett gott socialt värde hos individen. Bemötandet tillsammans med att den egna förmågan får ta plats verkar vara en av de stora påverkansfaktorerna på den positiva upplevelsen av att få daglig hjälp.

Den dagliga hjälpen innebär för samtliga att de kan utföra vardagliga sysslor och tjänsterna är personligt anpassade efter behoven som finns. De uttrycker en allmän tillfredsställelse över situationen och menar främst att det inte skulle gå att bo kvar hemma om inte hjälpen fanns att få.

Ja det är skönt att få hjälp tycker jag... det har aldrig varit nåt problem med det

(Siv)

Negativa sidor av *beroendet* uttrycks främst i samband med att känna sig till besvär. På motsatt sätt ansåg man att beroendet var positivt så länge man inte kände sig till besvär. Vilket kan förklara att man talat om den egna förmågan och det goda bemötandet i samband med en godare självkänsla. Det vill säga att upplevelsen av den egna förmågan är lägre då man känner sig vara till besvär för andra. Och när man känner sig till besvär så upplevs beroendet negativt. Ett sätt att undvika att vara till besvär beskrevs som att inte be om hjälp eller inte klaga på den hjälp man får. Nedan citat beskriver känslan av att inte vilja vara till besvär och kan ses som ett uttryck för hur beroende upplevs negativt:

Det är som att man är en tiggare alltså, man måste fylla i så mkt papper, man ska titta färdtjänst och det ska godkännas av kommunen... såna här grejer som jag inte gillar, jag har ju inga förmåner, inga hyresbidrag och nåt sånt här saker och det här att jag tigger ibland den här färdtjänsten det bara känns att det jag... jag får som en, vad ska jag säga, att jag utnyttjar samhället på nåt sätt.

(Karin)

Detta säger kanske mer om vad individen i fråga har för inställning till att vara beroende av hjälp. Det finns inga direkta erfarenheter av ett dåligt bemötande utan det är processen att få hjälp som upplevs negativ. Denna upplevelse kan förklaras utifrån omgivningens bild av beroende och därmed bilden av det egna åldrandet. Om beroende anses negativt och en omständighet som åldrandet står för kan konsekvensen bli att man dels förnekar det egna åldrandet samt upplever att beroendet är något att skämmas över och som därmed bör undvikas. Att inte vilja be om hjälp för oron av vad folk ska säga och tycka om att man gör det tyder på både den generaliserade andres och/eller signifi-

kanta andras påverkan. Vi kan inte självständigt avgöra huruvida beroende respektive oberoende är positivt eller negativt, detta sker inom den sociala interaktionen. I intervjun uttrycks även en känsla av att man lätt kan bli misstänkt för att utnyttja samhällets resurser. Just detta är inte återkommande i de övriga intervjuerna men är valt att ta upp i detta kapitel för att belysa det faktum att vi alla lär oss att se annorlunda på olika saker. I det här fallet handlade det om att vara rädd för att ses som ”bidragsfuskare” medan bidrag och övrig hjälp beskrevs som en rättighet och något positivt i de andra intervjuerna. Vi påverkas av samhället på olika vis beroende på hur den omgivning vi befinner oss i och hur vi socialiseras in, alltså vilka värderingar, åsikter och roller vi lärt oss att anta.

7.6 Personligt

Hur sociala interaktionsprocesser formar oss individer är något man kan tillämpa för att förstå den del av det empiriska materialet som behandlar de mer emotionella aspekter kring *vilja och inställning* samt *trivsel och trygghet*. Varför jag har valt rubriken personligt för dessa underteman är för att det som beskrivs är mer av en personlig och emotionell karaktär än övriga teman. Känslor har naturligtvis en stor del i samtliga teman men detta har mer prägel på den enskilda individens nivå än de övriga.

Vad som är en tydlig påverkansfaktor för samtliga individer som deltagit i studien är hur den egna *inställningen* till livets omständigheter samt viljestyrka påverkar synen på tillvaron. Följande svar gavs på frågan om hur man skulle beskriva den egna tillvaron:

Ja... jag vet inte, jag är ju som bara nöjd med mig själv och... (skratt) Ja, jag är som... dem brukar ju säga det, jag är så positiv. Och det är ju skönt... tänk om man bara skulle gräva ner sig och tänka att det är synd om mig... ne, det har jag aldrig... och det är tur.

(Siv)

Så har jag tänkt lite sådär ibland att ja, jag har två saker och välja, kämpa eller sitta här och inte bry om nånting. Och jag har valt det här att kämpa, det är inte så mycket annat att göra.

(Karin)

Så vi har haft ett ganska bra liv... vi har då haft hemskt mycket roligt i våra dagar, så vi får väl ha lite tråkigare nu då. När man kan klä på sig och stiga upp ska man vara tyst, då är det bra med tillvaron. Jag tycker livet är härligt så länge man kan leva av det.

(Vivianne)

Citaten visar på liknande inställningar som gör att de ser på tillvaron positivt. Vad detta beror på går inte att svara på utifrån den empiri som finns men det beskriver ett gott egenvärde. Som tidigare nämnt är det skillnad på det sociala och det egna värdet som innebär känsla av trygghet och me-

ningsfullhet etc, se kapitel 5.1. De menar att en positiv inställning underlättar i vardagen och att man väljer att blicka framåt mot de möjligheter som finns istället för att fokusera på hindren. Huruvida detta fungerar i deras verklighet och inte bara är ett sätt att tala utifrån förväntningar från omgivningen är en sak för sig, men de visar exempel på hur man i deras situation vill och kan se positivt på tillvaron genom att aktivt välja inställning. Eller som Tornstam menar att även om man känner ett lågt socialt värde så kan man känna ett gott egenvärde. Detta är intressant eftersom det visar på att även om omgivningen påverkar oss åt ett håll har vi en förmåga att själva välja uppfattning. Enligt symbolisk interaktionism borde detta vara skillnaden mellan *me* som är socialt skapad och *I* som mer spontant reflekterar över tillvaron.

Att *trivas* och känna *trygghet* var något som gick hand i hand i deras berättelser. Vad som definierade detta mer exakt var lite olika med det mesta var återkommande i samtliga intervjuer. Grannarna är en sak som tas upp i fråga om att trivas och känna trygghet och det är främst beroende på att det förebygger en känsla av att vara ensam samt att själva vetskapen om att grannarna finns där och är trevliga inger trygghet.

Ja jag trivs ganska bra. Jag har ju trygghet och det, och det är ju ganska mycket värt. Jag känner mig ju inte ensam fast jag egentligen... det är ju över två år sen maken dog men jag har inte, ja... jag blev ju som lite friare jag kan ju göra mera. Varför inte ensam? Jag vet inte. Jag vet ju att jag har grannarna här runtomkring... säg att jag ska lås dörren och... ja, det är bara så.

(Siv)

Ja det är trivsel och trygghet när det funkar i denna lägenhet... och när det kommer in, det finns larm på dörren.. så att man kan trycka på knappar, det känns tryggt att det är låst på kvällen och man vet att det bara kommer någon som hör till huset eller någon som ska hälsa på... då känns det tryggt att det är så.

När man å andra sidan har uttryckt att man inte känt sig trygg var det i direkt association med att inte ha kontroll över kroppen, då fysiska besvär tog över. När inte trygghet befann sig blev det heller inte trivsamt. Att ha den fysiska förmågan samt kontroll över tillvaron var enligt Bourque et al, Ingeborg Berg och Wilhelmson et al också en viktig del för att uppleva livstillfredsställelse.

8 Resultat diskussion

Att man inte vill identifiera sig som gammal eller förhålla sig till någon åldringsroll om det inte motsvarar något negativt såsom smärta, kan tyda på konsekvensen av ålderistiska attityder. Vi har sedan länge kommit fram till att rasism och sexism inte ska få någon plats i samhället, även om det finns mycket kvar att göra även där, så turen borde nu komma till ålderismen. Fenomenet att inte vilja kalla sig gammal är inte ett resultat som bara finns att se i den här uppsatsen och den tidigare forskning som nämnts, det är säkerligen mer utbrett än så. Anledningarna är säkert lika många och komplexa som den sociala interaktionen men kan säkert bero på det som tidigare tagits upp. Jag vill dock ställa mig lite kritiskt till dessa intervjutillfällen på grund av att svaren jag fick också kan ha varit ett försvar inför mig som är ung. På grund av att vi lever med förväntningar på varandra och att samhället och generaliserade andre skapat negativa attityder mot äldre, kan man kanske anta att jag som *ung* ser den äldre personen som *gammal* i det negativa ordalaget. Om detta skulle vara fallet skulle svaren på intervjufrågorna vinklas utifrån den position jag antas ha. Det vill säga att jag antas stå för en del av samhällets mer negativa bild av att åldras och därmed vinklas svaren på det sätt som ska motbevisa den bilden. Det skulle kunna bero på sättet jag ställde frågor på eller helt enkelt att jag som ung förväntas tycka att äldre personer är gamla och gaggiga vilket gör att man vill motbevisa den bild som inte finns uttalad utan bara förväntad. Det tar inte bort det faktum att man överhuvudtaget vill försvara sig från sin ålder, men det skulle vara intressant att se om en jämnårig intervjuare skulle få samma resultat.

Teorier kan generalisera till en viss mån och jag är själv kritisk till antalet intervjuer som denna studie är baserad på. Det var skillnad mellan intervjuerna vilket antagligen berodde på både personlighet och personernas yttre omständigheter. Däremot hade dem saker gemensamt, som kunde styrkas i tidigare forskning, vilket gjorde det intressant då det visar på att trots mångfald så påverkas vi på liknande sätt av hur samhället är format. Kanske är det så det fungerar, eller det vi kan kalla för sunt förnuft, vilket leder till frågan om hur studier som denna kan leda till någon nytta? Å andra sidan kan man säga att om man behöver få klarhet i vad det sunda förnuftet är och hur det ser ut kan man då påstå att det förstås och tillämpas i verkligheten? Det sunda förnuftet är framförallt subjektivt men även nåt som finns i den sociala interaktionen. Vi kanske kontinuerligt behöver definiera vad det sunda förnuftet står för och vad det i praktiken innebär för att på bästa sätt skapa goda förutsättningar för befolkningen.

Gällande analysdelen *personligt* bör man ha i åtanke att det som sagts i intervjun kan ha vinklats för att framställa sina goda sidor och återigen för att indirekt argumentera mot den stereotypiska bilden av den äldre människan som lever i elände. Det kan dock vara så att man i intervjutillfället delade med sig av de upplevelser och tankar man har, om inte annat de tankesätt man strävar

efter eftersom man inte vill framställa sig ”som en stackare”. Det är svårt att få en detaljerad inblick i någons liv under ca en timmas intervju så jag vill återigen påpeka att detta är en tolkning av den livsvärld som presenterades i intervjumaterialet. Det är inte enbart en tolkning av den text som formulerades i intervjun men även utifrån den helhet som uppfattades under deras berättelser. Citaten är i sig ett försök att återge den känsla eller upplevelse som beskrevs utifrån den helhet som gavs.

Det handlar i stort om den egna identiteten och att både den personliga och den sociala identiteten ska få plats. Åldrandet kan innebära att dessa får mindre utrymme och det man uttrycker i intervjuerna är att det betydelsefulla i tillvaron är när en social identitet bekräftas och den personliga identiteten får ta plats. Att ha utrymme för att skapa ett gott egenvärde verkar vara det främsta för att känna sig ha en meningsfull tillvaro.

9 Sammanfattning

Syftet med studien är att undersöka hur personer över 80 år upplever sitt åldrande i dagens samhälle och ge en ökad förståelse av vad som är meningsfullt i tillvaron. Fokus låg på vad som definierades som meningsfullt, hur man upplevde det egna åldrandet och hur boendeformen påverkar tillvaron. De teman som intervjun utgick ifrån var *ålder*, *tillvaro*, *omvårdnad* och *aktiviteter*, se bilaga 3. Denna struktur baserades på vad som antogs vara nödvändigt att berördes för att besvara de frågeställningar som var ställda inför studien. Vad resultatet visade delades sen in under fem teman och analyserades därefter: *ålder och åldrande*, *aktiviteter*, *omgivning*, *hjälp i vardagen*, *personligt*. I stort sett var det samma indelning av teman i intervjuformuläret som i analysen med undantag för omformuleringen av ”omvårdnad” till ”hjälp i vardagen”, tillägg av ”åldrande” och ett nytt tema som fick gå under namnet ”personligt”. Självklart har dessa tematiseringar påverkats av varandra men viss struktur kändes nödvändig för att kunna genomföra intervjuerna. Ämnesområdena som togs upp i intervjuerna kändes legitima för syftet och även om de en intervju alltid kan ha sina brister är förhoppningen att resultatet ändå uppnår en viss trovärdighet. Frågeformuläret fungerade mer som ett stödformulär så alla frågor är inte ställda i samtliga intervjuer. Det här berodde på att intervjupersonen fick styra samtals utformning mer än frågeformuläret i sig, dock berördes alla områden som formuläret angav. Resultatet visade att det som påverkade upplevelsen av det positiva och det negativa i tillvaron gick att dela in i fem teman och femton underteman. Dessa var faktorer som till synes verkade ha störst effekt på tillvaron och blev därför belysta i analysen.

Till att börja med valdes temat *ålder och åldrande* ut. Här var det mest tydligt att man skapade en distans till den egna åldern. Detta kan tolkas som ett försvar eller förnekande mot den socialt definierade åldersrollen som antas innefatta negativa bilder av äldre. Vad man gjorde var att inte

vilja identifiera sig som gammal genom att argumentera för att man fortfarande var aktiv och klarade av saker själv. Ett annat sätt som visar på en distans mellan självuppfattningen och det yttre var upplevelsen av en åldrandemask, ett gammalt ansikte i spegeln som inte överensstämmer med den personliga identiteten. Förhållandet till åldringsrollen och upplevelsen av åldrandemasken får även stöd från den tidigare forskning som presenterats samt övrig litteratur som refererats till i texten (Tornstam och Andersson).

Ytterligare en sak som förändrade tillvaron på grund av åldrandet var upplevelsen av ombytta roller. Det beskrevs som en positiv och bekväm del av tillvaron där man som förälder hade nått den ålder då det blivit barnens tur att "passa upp". Man upplevde det som att åldern gjorde det legitimt att ta emot hjälp. Detta får svagt stöd från tidigare forskning dels eftersom Paynes artikel var från 60-talet och dels för att hans resultat visade på motsatsen. Vad man kan tolka utifrån detta är att upplevelsen av ombytta roller beror på individens både inre och yttre förutsättningar, det vill säga fysiska, mentala och sociala. Men att fenomenet ombytta roller kommer med åldern.

Det positiva i tillvaron är det som motsäger den socialt (negativt) definierade åldersrollen och det som upplevs vara en av dem största bekräftelserna på att man "inte är gammal" är att kunna hålla sig aktiv, vilket nästa tema beskriver. Det man hade gemensamt i berättelserna om aktiviteter betydelse var att det gjorde att tiden gick snabbare, att man fick koncentrera sig på annat och känna att man gjorde något meningsfullt om dagarna. Att hålla sig aktiv verkade vara en motivation för att inte känna sig gammal. Så länge man upplevde sig klara av att göra saker, med eller utan hjälpmedel, fick aktiviteterna den betydelse att det gav självförtroende samt gjorde tillvaron mer meningsfull. Den sociala interaktionen förknippades ofta med aktiviteter och utgjorde en stor del av vad man beskrevs som meningsfullt. Det vill säga att de sysslor som gjordes på egen hand i hemmet blev meningsfulla på grund av att det fick tiden att gå och man fick något annat att tänka på, det blev stimulerande sysslor. De aktiviteter som å andra sidan innebar någon typ av social interaktion blev dels meningsfulla i sig men dels för att man upplevde sig mindre ensam, blev inte sittandes och kände sig därför inte gammal heller.

Det tredje temat handlade om den sociala omgivningen och upplevdes vara den största positiva påverkan på tillvaron. Genom olika typer av social interaktion upplevde man att tillvaron blev meningsfull. Det som mer specifikt beskrevs som meningsfullt var känslan av att vara mindre ensam och känna sig uppskattad vilket också bidrog till att höja självförtroendet. Det gällde inte bara de närmsta, signifikanta andra, utan också grannar. Ett gott bemötande från grannarna gjorde att man upplevde sig mindre ensam. Uppskattning man upplevde från omgivningen gav också vidare motivation till att hålla sig sysselsatt vilket i sig gav meningsfullhet till vardagen. Att det sociala spelar stor roll för välbefinnandet får också stort stöd från tidigare forskning. Tillvaron upplevdes således me-

ningsfull under förutsättning att den sociala tillvaron var tillfredsställande. Detta ska enligt tidigare forskning betyda mer än att ha hälsan i behåll.

Den hjälp som samtliga intervjuade får upplevdes generellt väldigt positivt eftersom det bidrog till att man kunde bo kvar hemma och därmed känna viss självständighet. Att få ett värdigt bemötande av personalen var viktigt och det beskrevs främst genom att man "hälsade riktigt" och såg människan och inte bara den vård som skulle ges. Bemötandet tillsammans med att den egna förmågan fick ta plats var en av de största påverkansfaktorerna för en positiv upplevelse av att få daglig hjälp. Den egna förmågan var viktig att lyfta fram och det betydde mycket att den fick komma i första hand och att personalen sedan hjälpte till med det man inte klarade av själv. Detta gav bättre självkänsla och den personliga identiteten kränktes ej. På det här viset beskrevs beroendet som något positivt men när den egna förmågan inte fick komma i första hand kunde känslan av att vara till besvär finnas och beroendet upplevdes då negativt.

Sist men inte minst talade man i intervjuerna om att inställningen till den situation man befann sig i spelade stor roll. Detta kunde bland annat tolkas som att man uttryckte ett lägre socialt värde men kände även ett gott egenvärde. Det vill säga att även om man inte kunde uppnå samhällsidealen om att vara ung, produktiv och effektiv och därmed ha ett dåligt socialt värde så fann man ett gott egenvärde baserat på mer existentiella faktorer, det som enligt ovan beskrivits som meningsfullt. Man talade även om trivsel och trygghet i form av att hemmet och hemmets omgivning kändes bra. Att det fungerade med den hjälp man fick, att man hade goda grannar och lås på ytterdörren exempelvis. Grannarnas närvaro förebyggde även känslan av att vara ensam vilket bidrog till att trivas och känna sig trygg i hemmet. Ytterligare en faktor som ansågs ha betydelse för den meningsfulla tillvaron var känslan av att ha kontroll. I denna studie associerades denna brist på kontroll med att inte trivas eller inte känna sig trygg. Som tidigare forskning visat var denna känsla av kontroll över tillvaron och kroppen betydelsefull. Enligt Bourque et al, Ingeborg Berg och Wilhelmson et al var detta en viktig del för att uppleva livstillfredsställelse.

Källförteckning/Referenser

Andersson, Lars, *Ålderism*, 1. uppl., Studentlitteratur, Lund, 2008

Giddens, Anthony & Birdsall, Karen, *Sociologi*, 3., omarb. uppl., Studentlitteratur, Lund, 2003

Groenwald, Thomas 'A Phenomenological Research Design Illustrated', *International Journal of Qualitative Methods* 3, 2004 (1) April.

Hartman, Jan, *Grundad teori: teorigenerering på empirisk grund*, Studentlitteratur, Lund, 2001

Ingeborg Berg, Anne, *Life Satisfaction in Late Life: Markers and Predictors of Level and Change Among 80+ year olds*. Göteborg: Göteborgs Universitet, Psykologiska institutionen, 2008.

Kinnvall, Catarina, Identitetsstudier – en översikt. i Peterson, B & Robertson, A (Red.) *Identitetsstudier i praktiken*. Malmö: Liber, 2003

Kvale, Steinar, *Den kvalitativa forskningsintervjun*, Studentlitteratur, Lund, 1997

Lund & Engelsrud. 'I am not that old' : inter-personal experiences of thriving and threats at a senior centre, *Ageing & Society*, vol. 28, 2008, 675–692. Cambridge University Press

Lundahl, Ulf & Skärvad, Per-Hugo, *Utredningsmetodik för samhällsvetare och ekonomer*, 3. uppl., Studentlitteratur, Lund, 1999

Nyström, Maria, Hermeneutik, i Granskär, M & Höglund Nielsen, B (Red.), *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård* (s.125-143). Lund: Studentlitteratur, 2008

Payne, Raymond, 'Some Theoretical Approaches to the Sociology of Aging', *Social Forces*, Vol. 38, No. 4 (May, 1960), pp. 359-362, hämtad 10 januari 2009, Published by: University of North Carolina Press.

Ritchie, Jane & Lewis, Jane (red.), *Qualitative research practice : a guide for social science students and researchers*, SAGE, London, 2003

Statiska Centralbyrån. Välfärd 2006:3 *Äldres hjälpbehov minskar*.

SOU 1997:170 *Bemötandet av äldre - trygghet, självbestämmande, värdighet. Slutbetänkande av Utredningen om bemötande av äldre*. Stockholm: Fritze, Norstedts Tryckeri.

SOU 2002:29 *Riv ålderstrappan! Livslopp i förändring. Del 1, avsnitt 2*.

Statens Folkhälsoinstitut. 2008:11 *Var med och bestäm! Delaktighet och inflytande – en förutsättning för hälsosamt åldrande*.

Sveriges Lagar, Studentlitteratur *Sveriges lagar: innehåller författningar som trätt i kraft per den ... 12. uppl. (2008)*, Thomson Fakta, Stockholm, 2008

Tornstam, Lars, *Åldrandets socialpsykologi*, 7., [omarb. och uppdaterade] uppl., Norstedts akademiska förlag, Stockholm, 2005

Trost, Jan, *Kvalitativa intervjuer*, 3. uppl., Studentlitteratur, Lund, 2005

Trost, Jan & Levin, Irene, *Att förstå vardagen: med ett symbolisk interaktionistiskt perspektiv*, 2., [rev.] uppl., Studentlitteratur, Lund, 1999

Wilhelmson K, Andersson C, Waern M & Allebeck P, 'Elderly people's perspective on quality of life', *Aging & Society*, vol. 25, 2005, pp. 585-600. Cambridge University Press

Öberg, Peter, Livslopp i förändring, i Andersson, L (Red.) *Socialgerontologi*, Studentlitteratur, Lund. 2002

Ödman, Per-Johan, *Tolkning, förståelse, vetande: hermeneutik i teori och praktik*, 2., [omarb.] uppl., Norstedts akademiska förlag, Stockholm, 2007

Övriga källor

Försäkringskassan (2006:11) *Analyserar - Genomsnittlig pensions ålder i de nordiska länderna – med internationell utblick*. ISSN 1653-2899. Tillgänglig på: www.fk.se Hämtad Nov. 20, 2008

Hermerén, Göran, *Hantering av integritetskänsligt forskningsmaterial*. Vetenskapsrådet etikkommitte, 14 feb 2007. Tillgänglig på: www.vr.se Hämtad Dec. 3, 2008

Nyström, Maria. Hermeneutik [Dept of Prim Health Care Göteborg University - Research methodology web site]. Feb. 3, 2007. Tillgänglig på: <http://infovoice.se/fou>. Hämtad Nov. 20, 2008.

Regeringens proposition 2007/08:110 En förnyad folkhälsopolitik. Stockholm den 13 mars 2008, hämtad 2009-01-10

Socialstyrelsen statistikdatabaser – Äldreomsorgen 2001-2006. Tillgänglig på: <http://www.socialstyrelsen.se/Statistik/statistikdatabas/> Hämtad 2008-11-21:

Socialstyrelsens Termbank. <http://app.socialstyrelsen.se/termbank/> Hämtad 2008-11-22:

Umeå kommun. Boendeformer för äldre och funktionshindrade. Hämtad 2008-12-01: www.umea.se/invanare

Bilaga 1

Hej.

Mitt namn är Rebecka Bjuhr och jag är student på Umeå Universitet och läser nu femte terminen på Sociologiprogrammet med inriktning Socialpsykologi. Jag planerar för denna termin att skriva min C-uppsats mot målgruppen äldre i ordinärt boende. Syftet är att personer i ordinära boenden ska få beskriva tillvaron på ordinära boenden och vad man upplever som meningsfullhet i vardagen. Min förhoppning med detta brev är att ni kan bistå mig med att förmedla informanter.

Detta brev är en förfrågan om Du vill och har möjlighet att välja ut och fråga om intresse att delta i studien, alternativt vidarebefordra det bifogade dokumentet till målgruppen. Kriterier för målgruppen är 1) personen ska bo i ordinärt boende 2) personen ska inte ha minnesnedsättning eller förvirringstillstånd, 3) personen ska själv kunna skriva under och skicka in svarstalongen 4) personen ska vara ålderspensionär

Intervjun kommer att spelas in och beräknas ta ca 1 timma och kommer att ske på senare överenskommen plats. De uppgifter som framkommer under intervjuerna kommer att behandlas konfidentiellt. Det kommer heller inte vara möjligt att identifiera enskilda personer vid resultatredovisning eftersom inga personuppgifter och endast fingerade namn kommer att finnas med.

Jag skulle önska att Du ger det bifogade dokumentet till de personer som du anser vara lämpliga och som själva är intresserade av att delta. Det är av stor vikt att de tillfrågade är medvetna om att de har full frihet att avstå från att delta i studien. Av etiska skäl, att information om vårdtagare inte får ges ut, kan jag inte ta direkt kontakt med eventuella intervjupersoner så denna mellanhand blir nödvändig.

Jag önskar få vetskap om dem som är intresserade av att delta i studien senast 2008-00-00. Kontakt kommer att tas efter att svarstalongen inkommit till angiven adress, tid för intervjun kommer då att bestämmas mellan mig och informanten.

Har du frågor angående studien är du välkommen att ringa eller maila mig eller min handledare

Med Vänlig Hälsning

Rebecka Bjuhr
073-8392709
rebecka.bjuhr@student.umu.se

Handledare för studien, doktorand
Sociologiska institutionen, Umeå Universitet
Josefin Eman
090-786 95 13
Josefin.eman@soc.umu.se

Informanter sökes till intervjustudie.

Jag är student på Umeå Universitet och läser nu femte terminen på Sociologiprogrammet med inriktning Socialpsykologi. Jag planerar för denna termin att skriva C-uppsats mot målgruppen äldre i ordinärt boende. Syftet är att få en förståelse för hur Du upplever Din tillvaro med fokus på vad som är meningsfullt samt vilken roll hemtjänsten/vårdgivaren har i vardagen.

Jag kommer att genomföra intervjuer och undrar om Du är intresserad av att delta. Jag söker Dig som är ålderspensionär och har hemtjänst. Intervjun kommer att ta ca en timme och kommer att behandla frågor om hur det är att vara ålderspensionär i dagens samhälle, hur tillvaron upplevs både positivt och negativt samt vilken roll vårdgivaren/vårdgivarna har i tillvaron. Din insats betyder mycket för mig och för arbetet med att kvalitetsundersöka äldreomsorgen.

Intervjun är helt frivillig samt anonym och Du kan när som helst avbryta. Intervjun kommer att spelas in och materialet kommer att behandlas konfidentiellt. Endast Jag som författare och min handledare kommer att ha tillgång till materialet och Ditt namn kommer inte att kunna kopplas till studien.

Om Du är intresserad av att delta i studien kan du antingen ta kontakt med mig via telefon eller e-post, eller fylla i svarstalongen som du postar till nedan angiven adress. Jag kommer då att ta kontakt med Dig för att bestämma tid och plats för intervjun. Du kan när som helst dra dig ur utan att ange orsak.

Har Du frågor är du välkommen att kontakta mig eller min handledare.

Med Vänlig Hälsning

Rebecka Bjuhr
Tel. 073-839 27 09
e-post: rebj0001@student.umu.se

Handledare för studien, doktorand
Josefin Eman
090-786 95 13

Svarstalong

Jag har tagit del av informationen
och ger mitt godkännande till att bli intervjuad

2008-_____
Datum

Telefonnummer

För- och Efternamn

Underskrift

Tack för din medverkan!

Posta svarstalongen
eller kontakta mig direkt via telefon eller e-post
senast 2008-00-00.

Med vänlig hälsning

Rebecka Bjuhr
Tel. 073-839 27 09
E-post: rebj0001@student.umu.se

Skickas till:

Umeå Universitet
Enh. Näringsliv och Samhälle
Rebecka Bjuhr
Samverkanshuset, plan 5
901 87 Umeå

Intervjufrågor.

Bakgrund

Berätta lite om dig själv.

Ålder?

Civilstatus?

Vad har du i huvudsak arbetat med innan pensionering?

Ålder

Hur upplever du det att vara i din ålder?

Hur upplevde du det att ha gått i pension?

Hur ser du på åldrande?

Tillvaro

Hur skulle du beskriva din tillvaro som den ser ut nu?

Beskriv vad en meningsfull tillvaro kan vara för dig.

Hur skulle du beskriva trivsel?

Vad är trygghet för dig?

Kan du berätta lite om din sociala tillvaro?

Hur påverkar det sociala livet din vardag?

Omvårdnad

Berätta om din boendesituation.

Berätta om en vanlig dag då hemtjänsten kommer.

Beskriv relationen mellan dig och dem som kommer och hjälper dig.

Hur upplever du det att ha denna hjälp i vardagen?

Hur upplever du bemötandet du får av personalen?

Är det något du skulle vilja se förändring på?

Aktiviteter

Har du några intressen eller aktiviteter som du ägnar dig åt under veckorna?

Hur skulle du beskriva att aktiviteterna påverkar din tillvaro?

Hur skulle du beskriva dina möjligheter att bestämma över din tillvaro?

Finns det några praktiska förändringar du skulle vilja göra i din tillvaro?

Slutligen

Skulle du vilja förändra något med din tillvaro, vad, hur och varför?

Känns det som att du fått ge en bild av hur tillvaron ser ut, positivt och negativt eller är det något du vill tillägga?