



GÖTEBORGS UNIVERSITET  
INSTITUTIONEN FÖR SOCIALT ARBETE

”Det är som att ensam simma ut på öppet vatten och få en kallsup, förstår du.”

En kvalitativ studie om äldres upplevelser av ålderdomen utifrån förväntningar, ensamhet, beroende och bemötande.

SQ4562 Vetenskapligt arbete i socialt arbete, 15 hp  
Scientific Work in Social Work, 15 higher education credits  
Kandidatnivå  
Termin Vt 2014  
Författare: Johanna Nordkvist & Jenny Linhard  
Handledare: Gerd Gustafsson

# Abstract

Studien är gjord i syfte att förstå ålderdom utifrån fyra teman vilka utgörs av förväntningar, ensamhet, beroende och bemötande. För att spegla varje persons individuella upplevelse av åldrande är studien genomförd med en kvalitativ ingång. Semistrukturerade intervjuer har genomförts med åtta personer i åldern åttio år och uppåt där informanterna fått ge sin bild av ålderdomen utifrån ovan nämnda teman. Resultatet har bearbetats med utgångspunkt i dessa teman då de också utgör studiens frågeställningar. Därtill har teorier om ålderdom såsom gerotranscendens, interaktionistiskt grundperspektiv och attityder till åldrande och äldre med betoning på begreppet ålderism använts. För att förstå resultatet på ett mer övergripande plan finns också teorin om KASAM och coping med. Vad som framkommit av studien är att ålderdom har att göra med hälsotillstånd snarare än kronologiskt åldrande och bör förstås utifrån ett individperspektiv. Resultatet påvisar att det är samhälleliga attityder som sätter in äldre i en grupp snarare än att de själva definierar sig som en sådan. Det har därför diskuterats i studien huruvida det går att förstå ålderdom utifrån gerotranscendens. I studien redovisas en idé om att komplettera teorin om gerotranscendens med ett individperspektiv och ställa den mot samhällets rådande attityder gentemot äldre personer.

**Titel:** ” Det är som att ensam simma ut på öppet vatten och få en kallsup, förstår du.” - En kvalitativ studie om äldres upplevelser av ålderdomen utifrån förväntningar, ensamhet, beroende och bemötande.

**Nyckelord:** Upplevelser av ålderdom, Gerotranscendens, Attityder till åldrande och äldre

**Författare:** Johanna Nordkvist & Jenny Linhard

## Förord

Vi vill rikta ett stort tack till Biståndsenheten i Lundby och Majorna/Linné för allt stöd vi fått, utan er hade det inte varit möjligt att genomföra studien.

Ett extra stort tack vill vi rikta till de personer som valt att medverka i studien. Inte nog med att vi har bemötts med stor värme och gästvänlighet, ni har också öppenhjärtligt delat med er av era upplevelser.

Till vår handledare Gerd Gustafsson som på ett fascinerande sätt lyckats pussla ihop de mest virriga tankar till konkreta sammanhang och idéer. Ditt engagemang och din hjälpsamhet har skapat ordning i kaoset. Tack, nu känns det lugnt!

# Innehållsförteckning

1. Inledning och problemformulering.....	s. 1
1.1 Syfte och frågeställningar.....	s. 2
1.1.1 Avgränsning.....	s. 2
2. Bakgrund.....	s. 3
2.1 Begreppslista.....	s.4
3. Metod.....	s. 5
3.1 Metodansats.....	s. 5
3.2 Metodval.....	s. 5
3.3 Urval och bortfall.....	s. 6
3.4 Genomförande av intervjuer.....	s.7
3.5 Reliabilitet & Validitet.....	s.9
3.6 Etiska överväganden.....	s.10
3.7 Litteratursökning.....	s. 11
3.8 Fördelning av arbetsuppgifter mellan författarna.....	s.12
3.9 Metoddiskussion.....	s. 12
4. Tidigare forskning.....	s. 14
4.1 Organisatoriskt perspektiv på hemtjänst.....	s.15
4.2 Organisering av hjälp; Sett ur äldres, anhörigas och vårdchefers perspektiv	s.15
4.3 Ensamhet och social isolering ur de äldres perspektiv.....	s.16
4.4 Att vara beroende; Sett ur äldres perspektiv.....	s.17
4.5 Bemötande; Relationen mellan de äldre och hemtjänstpersonalen.....	s.17
4.6 Varför vår studie behövs.....	s.18
5. Teorianvändning.....	s.19
5.1 Det interaktionistiska grundperspektivet.....	s.19
5.2 Gerotranscendensen.....	s.20
5.3 Attityder till åldrande och äldre.....	s.21

5.4 Rollteori.....	s.21
5.4.1 Rollförluster.....	s.22
5.4.2 Rollkonflikter.....	s.23
5.5 KASAM.....	s.23
5.6 Copingstrategier.....	s.25
6. Resultat och analys.....	s.26
6.1 Förväntningar.....	s.26
6.1.1 Egna reflektioner.....	s.27
6.2 Ensamhet.....	s.28
6.2.1 Egna reflektioner.....	s.30
6.3 Beroende.....	s.30
6.3.1 Egna reflektioner.....	s.32
6.4 Bemötande.....	s.33
6.4.1 Egna reflektioner.....	s.34
7. Diskussion.....	s.35
Referenser.....	
Bilagor.....	
Bilaga 1.....	Intervjuguide

# 1 Inledning & problemformulering

”Ja, det är ju ensamt ibland... Men så är det.” Den här synen mötte vi hos många äldre under vår verksamhetsförlagda utbildning inom biståndshandläggning i äldreomsorgen i Göteborgs stad. På båda arbetsplatserna var det existentiella stödet för de äldre en stor diskussionsfråga och vi upplevde båda två att det krävdes mer eftertanke för att motivera ett existentiellt stöd än en serviceinsats. Vi fann vid flera tillfällen att socialt stöd kombinerades med stöd av servicekaraktär, exempelvis ”social samvaro i samband med måltid”. Vi menar att fokus ofta ligger på att tillgodose mer praktiska behov då vi också har en upplevelse av att äldreomsorgen har betydligt mer att erbjuda vad gäller serviceinsatser än socialt stöd.

De äldre som exempelvis uppger att de känner sig nedstämda eller ensamma erbjuds att delta i träffpunkter eller dagverksamhet. Vi menar att det ställer vissa krav på den äldre att ta sig ut ur sin bostad och interagera med många olika sorters människor. För de äldre som inte uppskattar större sociala sammanhang, inte kommer ut eller vill ha social samvaro i det egna hemmet, anser vi utbudet vara begränsat. Den här iakttagelsen har fått oss att fundera över vilka attityder som finns gentemot äldre. Vi anser att det finns en inställning hos människor om att förluster är en naturlig del av åldrandet och att vara ensam är något äldre människor får acceptera. Vi tycker också att det på socionomprogrammet är en grupp som inte uppmärksammas särskilt mycket. Intresset är generellt lågt bland studenterna och det finns inte många lärare som undervisar i ämnet. Vi har därtill en föreställning om att många vill arbeta med ungdomar och där det finns ”utvecklingspotential” vilket inte i samma utsträckning finns inom äldreomsorgen.

Vi tycker också att de äldres röst ofta faller bort i äldredebatten, vanligtvis är det anhöriga som för de äldres talan. När vi sökt bland tidigare forskning finner vi att det är ett mindre utforskat område än många andra. Forskningen är vanligen gjord ur vårdpersonalens perspektiv eller med fokus på organisationen. När vi skrev vår B-uppsats var det i likhet med tidigare forskning ur ett organisatoriskt perspektiv på äldreomsorgen. Den här gången vill vi göra vår undersökning ur ett annat perspektiv, nämligen de äldres. Vi vill undersöka hur man som äldre upplever det egna åldrandet, hur man möts av olika människor och av samhället. Därigenom vill vi försöka få en ökad förståelse kring upplevelser och känslor som följer med åldrandet. För i ärlighetens namn, hur ofta sätter du dig bredvid Märta på spårvagnen och lyssnar på vad hon faktiskt har att säga?

## 1.1 Syfte & Frågeställningar

Syftet med undersökningen är att skapa en större förståelse för hur äldre personer kan uppleva ålderdom utifrån förväntningar och upplevelser av bemötande, ensamhet och beroende.

### 1.1.1 Avgränsning

En diskussion har förts i syfte att komma fram till vilka äldre som skulle ingå i studien. För att göra en begränsning valdes personer över 80 år som är ensamboende, har bistånd i form av någon social kontakt eller omsorgsinsatser från hemtjänsten samt inte har en diagnostiserad demensdiagnos.

Utifrån syftet har följande frågeställningar formats:

Hur ser upplevelserna av ensamhet ut hos omsorgstagaren i relation till hur situationen är?

Vilka upplevelser av att vara beroende av andra har omsorgstagaren?

Vilka upplevelser av bemötande har omsorgstagaren?

Hur är ovanstående upplevelser kopplade till omsorgstagarens förväntningar?

## 2 Bakgrund

Nedan ges en introduktion till hur äldreomsorgen är uppbyggd i syfte att ge läsaren en överblick och ökad förståelse kring kommande resultat. Då studien bygger på intervjuer med personer som får stöd från hemtjänsten, har valts att ge en bild av processen från det att en person upplever sig behöva stöd i vardagen tills dess att hemtjänsten utförs. Bakgrundskapitlet finns också för att framhålla individens rättigheter enligt Socialtjänstlagen samt för att poängtera att stöd ska utformas efter varje individs önskemål. Vi som författare vill uppmärksamma läsaren på att lagen ska ge individen möjlighet att bestämma över sitt eget liv samt ha möjlighet att planera sina egna insatser i samråd med en biståndshandläggare.

Inom biståndshandläggning i äldreomsorgen görs bedömningar utifrån 4 kap 1§ Socialtjänstlagen som säger:

”Den som inte själv kan tillgodose sina behov eller kan få dem tillgodosedda på annat sätt har rätt till bistånd av socialnämnden för sin försörjning (försörjningsstöd) och för sin livsföring i övrigt. Vid prövningen av behovet av bistånd för livsföringen i övrigt får hänsyn inte tas till den enskildes ekonomiska förhållanden om rätten att ta ut avgifter för biståndet regleras i 8 kap.

Den enskilde ska genom biståndet tillförsäkras en skälig levnadsnivå. Biståndet ska utformas så att det stärker hans eller hennes möjligheter att leva ett självständigt liv”([www.notisum.se](http://www.notisum.se), 2014).

När en person över 65 år behöver hjälp och stöd i sin vardag kommer denna i kontakt med en biståndshandläggare i sin kommun. Biståndshandläggaren har i uppgift att utreda vilka behov som finns och hur dessa på bästa sätt kan tillgodoses utifrån socialtjänstlagen. Bistånd till hemtjänst i form av hjälp i det dagliga livet med exempelvis städ, tvätt och personlig omvårdnad är exempel på insatser som kan beviljas. Vilka insatser som behövs utreds genom hembesök eller telefonsamtal med den person som ansöker om insatser.

Utifrån den informationen som insamlas görs en utredning där behov och resurser kartläggs och en bedömning görs. Därefter fattas ett beslut som tillsammans med utredningen skickas hem till den som ansökt. Ett uppdrag med beskrivning av insatser skickas sedan till hemtjänstgruppen i området där omsorgstagaren bor för att insatserna ska bli utförda. Hemtjänsten har sedan som uppgift att utföra det som beviljats. Detta görs vanligtvis genom besök i omsorgstagarnas hem och kan vara av antingen omsorgs- eller servicekaraktär. Enligt Göteborg stads riktlinjer (2013) är serviceinsatser exempelvis hjälp med inköp, tvätt, städ och hjälp vid måltider. Omsorgsinsatser är exempelvis hjälp med påklädning, personlig hygien social kontakt eller allmän tillsyn. Målet med biståndsinsatserna är den äldre ska känna sig trygg och ha möjlighet att leva ett självständigt liv. Den äldre ska också få en aktiv och meningsfull vardag tillsammans med andra.



## 2.1 Begreppslista

**Copingability** - En förmåga att förhindra obalans mellan förväntningar och yttre händelse (Cullberg, 2003).

**Generaliserande andre-** Åsyftar det ”allmänna”, uppfattningar, attityder och värdemönster som finns i samhället (Mead, 1934).

**Gerotranscendens** - Tanken om att åldrandet innebär en alldeles egen fas i livet med egen mening och karaktär, exempelvis krav på mer tid för ensamhet och reflektion kring rum, tid, liv och död (Tornstam, 2010).

**KASAM** - Känsla av sammanhang (Antonovsky, 1987).

**Konsensuell validering-** Ett behov av att jämföra sin självuppfattning med den uppfattning andra har om en (Havens, 1968).

**Omsorgstagare:** Vår definition av omsorgstagare är en person som får någon form av stöd i sin vardag med sysslor som inte längre kan utföras på egen hand.

**Passagerit** - Situationer som finns i samhället för att underlätta för människan i överträddandet från en roll till en annan. Exempelvis bröllop och studentexamen. (Tornstam, 2010).

**Signifikanta andra** – Särskilt betydande personer, exempelvis make eller maka (Mead, 1934).

# 3 Metod

## 3.1 Metodansats

Enligt Bryman (2011) bygger den kvalitativa metoden på att insamlandet av data samt att analysen av den har sitt fokus på ord snarare än på kvantifiering. Vidare grundas den kvalitativa forskningen på en induktiv syn, det vill säga teorin tillämpas i efterhand på det empiriskt insamlade materialet. Detta till skillnad från den deduktiva ansatsen vars syfte är att ha teorin som utgångspunkt för att därefter utforma hypoteser och testa dessa gentemot det empiriska materialet.

I studien har en kvalitativ intervju använts som undersökningsmetod. Den kvalitativa intervjun syftar till att framhålla den intervjuades åsikter och tankar till skillnad från den kvantitativa intervjumetoden där forskarens intressen står i fokus. I den kvalitativa intervjun är en positiv aspekt att den intervjuade själv får styra strukturen och på så sätt ge sin bild av vad som är relevant och viktigt medan det i den kvantitativa intervjun helst ska undvikas. I den kvantitativa intervjun ska svaren helst vara korta och lätta att bearbeta medan svaren i den kvalitativa intervjun bör vara utförliga och mer ingående (ibid).

## 3.2 Metodval

Med ovanstående i åtanke menar vi att den kvalitativa intervjun är relevant då studien syftar till att ge varje intervjuad persons egen bild av sitt åldrande utifrån förväntningar och upplevelser av bemötande, ensamhet och beroende. Det framgår också utifrån studiens frågeställningar vilka är tänkta att besvaras subjektivt. Då den kvalitativa undersökningsmetodens fokus ligger på att se en situation genom deltagarens ögon utgör den i vårt tycke en god grund för studien.

Huvuddelen i studien bygger på att skapa en större förståelse för hur äldre personer kan uppleva ålderdomen utifrån förväntningar och upplevelser av bemötande, ensamhet och beroende. Det blir därför viktigt att intervjun genererar utförliga svar där de intervjuade får ett stort handlingsutrymme att besvara frågorna och på så sätt förmedla sina perspektiv (Bryman, 2011). Eftersom studien är kvalitativ och till stor del grundas på en induktiv ansats blev det naturligt att hitta en teori utifrån det insamlade materialet. Innan arbetet med studien inleddes, hade vi de teorier i åtanke som togs upp under kursen Äldre och åldrande på socionomprogrammet. Där ingick bland annat Attityder till åldrande och äldre med betoning på begreppet ålderism, det interaktionistiska grundperspektivet, rollteorin samt teorin om gerotranscendensen. När intervjuerna genomförts insåg vi att KASAM var en användbar teori samt att den var väl sammanhängande med tidigare omnämnda teorier. Ansatsen i studien är därför både induktiv och deduktiv.

Vad som kan ses som en nackdel med den här typen av studie är att den egentligen inte säger så mycket på ett övergripande plan. I den kvantitativa studien görs en undersökning för att resultatet ska kunna generaliseras till även andra grupper än

de som undersökts, vilket Bryman (2011) påpekar. Då studien har sin utgångspunkt i att äldre personer får ge sin individuella bild av åldrandet blir det svårt att generalisera utfallet att gälla även andra äldre. Studien har därför relevans i en relativt begränsad kontext. En kvalitativ studie har dock möjlighet att spegla individuella upplevelser av åldrandet, vilket också är denna studies huvudsakliga syfte.

### 3.3 Urval & bortfall

Studien har sin utgångspunkt i fyra teman i syfte att försöka öka förståelsen för hur äldre personer över 80 år kan uppleva ålderdomen. Dessa teman innefattar förväntningar, bemötande, beroende och ensamhet. Urvalet har gjorts för att avgränsa målgruppen i syfte att göra det lättare att hitta personer att intervjua samt med hänsyn till tidsaspekten. Sökande efter informanter skedde i de stadsdelar där vi haft vår verksamhetsförlagda utbildning på termin 5 vilket vi ansåg vara en fördel då vi redan har en relation till biståndshandläggarna i respektive stadsdel. På så vis blev det enklare att hitta kontakter som kunde vara behjälpliga i processen. Intervjuerna genomfördes därför i stadsdelen Lundby respektive Majorna/ Linné.

Avgränsningen är vidare gjord till personer över 80 år som är ensamboende och har hemtjänst av omsorgskaraktär. Anledningen till att valet föll på personer i ordinärt boende och inte personer som bor på äldreboende har sin på grund i studiens teman. Ett av dessa är ensamhet, och på äldreboenden är personal närvarande och tillgängliga på ett helt annat sätt varför vi anser att ensamhet och isolering inte bli lika påtagligt där. Anledningen till varför det valts att intervjua personer som inte har någon demensdiagnos är för att få så sanningsenliga och utförliga svar som möjligt. Vi valde också personer som har kontinuerlig kontakt med hemtjänsten för att få en tydlig bild av hur informanterna upplever att få stöd från hemtjänsten. Detta då studiens frågeställningar har att göra med hur det är att vara i en beroendeställning samt hur man som äldre person blir bemött.

Den ursprungliga planen var att intervjua 6-8 personer. Eftersom studien är gjord under begränsad tid valde vi att genomföra intervjuerna var för sig. Då vi i vår roll som intervjuare aldrig kan bli helt lika lades stor vikt vid att antalet informanter skulle vara jämfördelat mellan oss. Med hänsyn till etiska aspekter valdes att intervjua personer i den stadsdel där vi inte haft den verksamhetsförlagda utbildningen eftersom möjligheten fanns att vi annars skulle komma till någon vi redan varit hos. Detta för att svaren inte skulle kunna påverkas av att personerna såg oss som myndighetspersoner.

Vi kontaktade de handledare vi haft på vår verksamhetsförlagda utbildning och frågade om de kunde vara behjälpliga med att hitta personer som skulle kunna vara intresserade av att bli intervjuade. Vi informerades då om att det fanns en sekretessaspekt att ta hänsyn till. Därför ringde vi upp cheferna för våra respektive områden och diskuterade hur vi skulle ställa oss till sekretessen och på vilket sätt informanterna skulle kunna kontaktas. Vi kom i samråd med cheferna fram till att det var mest lämpligt att någon de äldre hade regelbunden kontakt med frågade dem. Detta då vi ville undvika att skapa eventuell misstänksamhet och oro hos de äldre eftersom vi för dem är helt okända personer. Det lämpade sig så att en av

biståndshandläggarna i den ena stadsdelen och en av samordnarna i det andra, letade upp personer som stämde in på våra kriterier och sedan ringde upp dem och frågade om de var intresserade av att ställa upp på en intervju. När vi fått klartecken från biståndshandläggaren och samordnaren kontaktade vi personerna och bokade tid för intervju.

Eftersom vi själva inte valt ut informanterna utan bara framfört kriterier till biståndshandläggaren respektive samordnaren har inte kunnat kontrolleras att alla kriterier stämde in på de informanter vi tilldelades. Vi fick exempelvis reda på personernas ålder vid själva intervjutillfället och det visade sig att en av informanterna var 77 år. Vi har dock satt vår avgränsning vid 80 år. Vi valde att ha med informantens svar trots att ålder inte stämde in på våra kriterier då vi anser att ålderskillnaden är relativt liten och för att personen var inställd på att delta i vår undersökning. Valet gjordes också för att det skulle vara jämfördelat med informanter från varje stadsdel.

Bortfall har skett då en av intervjuerna inte gick att genomföra då grannen till personen var orolig över vilka vi var och inte tyckte det var lämpligt att genomföra en intervju med den informant vi tilldelats. Vi valde att inte försöka genomföra en ny intervju med personen för att inte skapa ytterligare oro. Efter kontakt med den berörda stadsdelen fick vi så småningom en ny informant med vilken en intervju kunde genomföras.

### 3.4 Genomförande av intervjuer

I studien har åtta kvalitativa intervjuer genomförts. Utifrån studiens frågeställningar har en intervjuguide formats av semistrukturerad karaktär. Bryman (2011) beskriver en semistrukturerad intervju som en intervju vilken bygger på den intervjuades frihet att själv utforma svaren. Intervjun bör innehålla någorlunda specifika teman vilka används som utgångspunkt för intervjuandet. Vi ansåg att den formen av intervju var lämplig för vår studie då den bygger på specifika teman och syftar till individens upplevelser av dessa.

Intervjuerna genomfördes i informanternas hem efter att vi tagit kontakt med dem per telefon och bokat en tid för besök. Då en samordnare och en biståndshandläggare tog kontakt med informanterna i första led, var vi noga med att höra hur mycket information de fått om och i vilket syfte vi kom och besökte dem. Vid samtliga intervjuer talades därför först en stund om vilka vi var och de äldre fick möjlighet att ställa frågor innan vi började intervjua. Detta gjordes för att säkerställa att informanterna var helt införstådda med vad undersökningen innebar.

Varje intervju inleddes med att vi läste det som sammanfattats i intervjuguiden som handlar om vad intervjun går ut på, i vilket syfte den görs samt förklarar att alla deltagare är anonyma och har rätt att få läsa det vi har med i studien om de vill. Vi var också tydliga med att de fick ta pauser och fråga om det var något de inte förstod samt att det inte finns några "rätt eller fel svar" på frågorna eftersom studien syftar till varje persons individuella upplevelse. Detta gjordes för att alla informanter skulle få samma information för att därigenom göra intervjuerna så likvärdiga som möjligt. Informationen syftade också till att informanterna skulle

bli informerade om sina rättigheter, för att ge de äldre en känsla av att ha makt över sina egna svar samt för att de inte skulle känna sig tvingade att svara på något de inte ville.

Efter att ha informerat om vad intervjun gick ut på, inledde vi med några ”enklare frågor”. Detta för att få igång samtalet, göra det avslappnat och för att inleda en relation. Frågorna handlade som sådant som det finns ”givna svar” på och som vi tänkte oss att personerna kände sig bekanta och trygga med. Detta för att de äldre successivt skulle komma in i rollen som informanter. Lofland & Lofland (1995) belyser just vikten av att skapa en bakgrundsbild av personen som intervjuas. I enlighet med detta ställde vi exempelvis frågan om när personen var född, vad den arbetat med och dylikt. Dessa svar finns dock inte med i studien för att inte röja informanternas identitet.

Att vi gjorde intervjuerna var för sig kan vara en faktor som påverkat svaren. Vi menar att det kan vara svårt att vara helt lika i sin roll som intervjuare. Hur vi som individer ställer frågorna och vad vi sänder ut för känslor och signaler kan ha skiljt sig åt, likaså kan personkemi och vilken typ av relation vi skapat med informanterna ha inverkat på vilken karaktär svaren fått. Exempelvis pratade vissa av informanterna mer före och efter själva intervjun samt visade oss runt i sina hem, vilket kan ha skapat en mer avslappnad relation och gett annorlunda svar. Med vissa av informanterna hittades genom dessa samtal gemensamma nämnare vilket kan ha bidragit till att vissa av dem öppnade upp sig mer vid en del frågor. Tolkningen och förståelsen av det den intervjuade berättar ökar genom att intervjuaren bekantar sig med miljön där personen i fråga befinner sig (Lofland & Lofland, 1995).

Webb et.al (1966) diskuterar påverkansfaktorn reaktiv effekt som innebär att informanter som är medvetna om att de deltar i en studie kan påverka den empiri som samlas in på ett negativt sätt. Att intervjuare i ett forskningssyfte genomför en intervju kan bidra till att informanten väljer att gå in i en roll som denne tycker är lämplig och ger svar de tror intervjuaren vill ha. En sådan reaktiv effekt kunde skönjas hos informanterna i studien då flera av dem uttryckte att de inte ville klaga på hemtjänstpersonalen då vi ställde frågor. Vi upplevde att informanterna trodde att vi hade för avsikt att granska hemtjänstpersonalen. Då denna reaktion uppstod var vi därför tydliga med att klargöra att det var informantens egna upplevelser som var viktiga och att fokus i studien inte ligger på att på något sätt värdera hemtjänstpersonalens arbete.

När intervjuguiden skrevs var fokus på att frågorna skulle vara korta och enkla för att de skulle vara lätta att ta till sig. Förförståelsen och tankarna vi hade när vi skrev intervjuguiden gjorde att vi hade en bild av hur informanterna kunde komma att uppfatta frågorna. Vår handledare rekommenderade oss att testa frågorna på oss själva eller tänka oss in i hur exempelvis en mor- eller farförälder skulle kunna uppfatta dem, vilket vi också gjorde. Detta nämns också av Lofland & Lofland (1995) som framhåller att det är av vikt att undersöka vad i en intervju som kan vara oklart innan den genomförs. Trots att vi försökt formulera frågorna på ett enkelt sätt är det stora frågor som ibland har en existentiell ingång och som kräver ett visst mått av eftertanke för att kunna besvaras. Somliga informanter uppgav att de tidigare inte reflekterat över vissa av frågorna som ställdes. Vi

ställer oss därför frågan om det hade varit bra att först skicka ut frågorna för att ge personerna möjlighet att reflektera över dem och tänka efter. Anledningen till varför det inte gjordes var dels på grund av den begränsade tiden men också för att vi tänkte att kraven på de intervjuade då kunde upplevas större. Vid de tillfällen då det inträffade att informanterna hade svårt att ge svar på frågorna försökte vi istället bryta ner dem och ge exempel för att göra det lättare för informanterna att förstå hur vi menade. Eftersom vi valt en semistrukturerad intervju som kännetecknas av just av öppna frågor (Bryman, 2011) har de intervjuade vid upprepade tillfällen också pratat runt omkring frågorna och på så sätt besvarat flera av dem.

Intervjuerna tog ca 30-45 minuter att genomföra och transkriberades av respektive intervjuare efter genomförandet. Svaren färgkodades därefter och sattes ihop i syfte att få en helhetsbild av materialet. Vi hade inte avsatt någon tidsbegränsning för att inte skapa stress för informanterna. Detta för att den semistrukturerade intervjun kännetecknas av att informanterna i största möjliga mån själva ska få styra intervjun (Bryman, 2011). Eftersom vi i studien är ute efter varje persons individuella upplevelse ansåg vi att det var av stor vikt att informanterna fick utrymme att säga så mycket de själva ville. Eftersom vi båda två har erfarenhet av att arbeta inom äldreomsorgen har vi också en förförståelse om att hemtjänsten ofta har begränsat med tid. Vi ansåg därför, ur etisk aspekt, att våra besök inte skulle kännas som ytterligare ett tidsbegränsat samtal för de äldre. Målet med vår studie är dessutom att göra de äldres röster hörda och vi anser därför det vara olämpligt att tidsbegränsa intervjuerna. På så sätt hade hela syftet med studien gått förlorat.

### 3.5 Reliabilitet & validitet

Med reliabilitet menas hur tillförlitligt utfallet av en studie är och huruvida en upprepad undersökning skulle ge samma resultat eller om det finns slumpmässiga faktorer som påverkar (Bryman, 2011) Eftersom studien är av kvalitativ karaktär med en semistrukturerad intervju som utgångspunkt är det svårt att diskutera hur hög reliabiliteten är. En replikation av denna studie skulle kunna ge ett annat resultat på grund av att de intervjuade ger sin subjektiva bild av det som undersöks samt att vi som författare tolkat svaren. Dock har intervjuerna genomförts var för sig men efter att ha gjort en jämförelse av svaren kan konstateras att de inte skiljer sig speciellt mycket åt. Därför menar vi att studien skulle kunna vara replikerbar. Detta går dock inte att säga med säkerhet då vi endast intervjuat åtta personer vilket inte kan ge en helhetsbild av hur äldre personer upplever ålderdomen och förväntningar kring ensamhet, bemötande och beroende.

Validitet syftar till att bedöma om det resultat som nåtts genom undersökningen överensstämmer med frågeställningen/ frågeställningarna (ibid). Då studiens fyra teman satts som rubriker att utgå ifrån i analysen menar vi att det blir tydligt för läsaren att se om syftet besvarats eller ej. På så sätt har även vi som författare blivit påmind om vad vi ska undersöka vilket skapar stora möjligheter för hög validitet.

Lincoln & Guba (1985) menar dock att reliabilitet och validitet inte är lämpliga begrepp att använda inom kvalitativ forskning. Den främsta anledningen till detta är att dessa begrepp bygger på att det endast finns en sann bild av den sociala verkligheten. Lincoln & Guba (1985) hänvisar istället till begreppen tillförlitlighet och äkthet i genomförandet av kvalitativ forskning. Tillförlitlighetsbegreppet syftar till att lyfta en trovärdighet i resultatet snarare än en absolut sanning. Äkthet syftar till att ge en så rättvis bild som möjligt av de åsikter som de människor har som intervjuats.

Eftersom utgångspunkten i studien är upplevelser av ålderdom kopplat till fyra teman ligger det en rimlighet i att använda sig av dessa begrepp istället för reliabilitet och validitet, då upplevelser alltid är individuella. Det är dock svårt att uttala sig om resultatets trovärdighet eftersom vår analys av resultatet inte grundar sig enbart på teorier utan också i en förförståelse hos oss som författare. För att på ett så trovärdigt sätt som möjligt återspegla informanternas tankar och åsikter har därför rena citat använts i studien. Bryman (2011) menar att reflexivitet och självmedvetenhet är en viktig egenskap hos forskaren. Detta för att läsaren ska förstå vilka värderingar som råder hos densamma och därigenom kan ha påverkat studiens riktning. Vi som författare anser att ett sådant förhållningssätt används genomgående i studien vilket ger förutsättningar för en större trovärdighet.

### 3.6 Etiska avvägningar

Ämnet etik rymmer olika principer, en av dem är kravet på information till den intervjuade i fråga om undersökningens syfte. Vidare är samtycke från de intervjuade en förutsättning för undersökningens genomförande. Därtill bör uppgifterna som delges forskaren behandlas med största konfidentialitet samt endast användas i forskningsändamål (Bryman, 2011). I intervjuguiden har vi i likhet med dessa kriterier informerat samtliga medverkande om syftet med intervjun, frågat efter samtycke att spela in samt att transkribera valda delar och informerat om att det är frivilligt att delta. För att alla skulle få samma information sammanställdes en inledning till intervjuguiden vilken innehåller riktlinjer om ovan nämnda kriterier.

För att skydda de medverkandes identitet har valts att göra varje intervju anonym. Informanterna har avidentifierats genom att benämnas som Intervjupersoner samt numrerats som Ip1, Ip2 och så vidare. Vi har valt att numrera dem eftersom de är flera personer och för att skapa tydlighet för läsaren rörande vem som sagt vad. Det kan tyckas opersonligt att i en kvalitativ studie kalla informanterna för intervjupersoner samt numrera dem då studien syftar till varje individs personliga upplevelser. Anledningen till varför vi valt att inte ge dem fiktiva namn är i syfte att avidentifiera personernas kön då vi inte har något genusperspektiv i studien. Vi menar att ett sådant perspektiv saknar relevans eftersom studien belyser individuella upplevelser av åldrande samt att vi inte haft möjlighet att påverka urvalet av informanter helt själva. Avidentifieringen har vidare skett genom användandet av ordet hen. Ordet har valts främst för att det är lättast att ta till sig i skrift. Vi menar att ett annat sätt hade varit att använda ordet den men tycker att det ger ett opersonligt intryck samt ger en känsla av personerna som objekt. Enligt ([www.ne.se](http://www.ne.se), 2014) är hen ett föreslaget könsneutralt personligt pronomen istället för hon/han vilket vi menar överensstämmer med vår användning av begreppet.

Vi funderade mycket kring etiska dilemman, vilka frågor som kunde ställas samt hur personligt/privat det får bli. För att komma fram till vilka frågor som kunde ställas fick vi, som nämnts tidigare i metodavsnittet, ett tips av vår handledare om att ställa dem till oss själva eller fundera kring hur en mor- eller farförälder skulle kunna tänkas reagera på dem. Efter att detta gjorts utformades frågor som vi ansåg lämpliga såtillvida att de präglades av en stor valmöjlighet i hur informanterna kunde besvara dem. Vi var därtill noga med att poängtera att de inte behövde svara på frågor som för dem kunde upplevas känsliga.

Vidare hade vi en idé om att genomföra intervjuer i den stadsdel vi inte haft vår verksamhetsförlagda utbildning, alltså att byta område med varandra. Vi valde att fördela intervjuerna på det viset för att undvika att någon av oss skulle intervju en person vi tidigare mött eller på något sätt fått en koppling till under vår verksamhetsförlagda utbildning. Vi menar att det skulle kunna påverka vår intervju på ett negativt sätt om informanterna hade kunnat förknippa oss med biståndsenheten. Eftersom biståndsenheten är en myndighet kopplad till hemtjänsten tänkte vi att informanterna möjligen inte skulle våga svara helt sanningsenligt på våra frågor.

Som tidigare nämnts uppstod en incident då en av informanterna inte öppnade dörren och en granne uppträdde misstänksamt. Grannen menade att det inte var lämpligt att genomföra en intervju. Vi kontaktade biståndshandläggaren i den berörda stadsdelen och kom tillsammans överens om att inte kontakta personen vidare då det kunde skapa mer oro och misstro. Vi valde därför att försöka hitta en ny informant vilket vi också gjorde. Vid ett annat tillfälle visade en informant oro och misstanke mot att intervjun spelades in. Intervjun genomfördes därför med ett aktivt lyssnande samt stödanteckningar.

### 3.7 Litteratursökning

Sökandet efter tidigare forskning inleddes med att vi deltog vid de inledande föreläsningarna på den kurs som studien ingår i. Där gavs en överblick om vart det gick att finna material samt olika sätt att söka efter materialet. Det vi främst tog med oss från dessa föreläsningar var vikten av att hitta lämpliga sökord. Vi började fundera på olika sökord och bestämde oss för att utgå från våra teman; förväntningar, ensamhet, bemötande och beroende. Dessa utgjorde också en del av vår avgränsning. Utöver dessa teman gjordes ytterligare en avgränsning med hjälp av ordet upplevelser, då det är ett centralt begrepp i studiens syfte och frågeställningar. Vid en workshop på universitetsbiblioteket inleddes sökandet i olika databaser så som social service abstract, swepub och supersök. Där hittades relevanta artiklar samt nya sökord som nämnts ovan, vilka var relevanta för oss att använda. Under workshopen gavs vi tips om att titta på Diva-portal där uppsatser främst från studenter läggs ut. Dessa fungerade som inspiration, särskilt då det gällde att hitta forskare verksamma inom äldreområdet. Vi hittade där Marta Szebehely som vi stött på tidigare under socionomprogrammet och valde att söka på hennes namn för att få fram olika publikationer från henne. Vi har även fått tips från vår handledare om just Marta Szebehely. När vi letade teorier till vårt resultat använde vi oss av tidigare litteratur på programmet. Vi har haft stor nytta av kurslitteraturen som ingick på äldrekursen på termin fyra.



### 3.8 Fördelning av arbetet mellan författarna

Som nämnts tidigare har intervjuerna i studien genomförts var för sig. Likaså har dessa transkriberats av respektive intervjuare. Även teorikapitlet har delats upp i syfte att spara tid. Materialet har således lästs och bearbetats av båda författarna. Övriga delar har författats gemensamt då utgångspunkten hela tiden varit att ha en jämlik delaktighet i arbetsprocessen samt för att vi båda ska kunna stå för det slutgiltiga materialet.

Sett till relationen mellan oss som författare till studien finns en fördel i att vi känner varandra väl och att ämnet är något som intresserar oss båda. Dessutom skrev vi B-uppsatsen tillsammans och har erfarenhet kring hur vi fungerar i vårt samarbete. Dock finns en risk för att det i den här sortens samarbete bildas en tröghet och att man hamnar i ett liknande tänk och kan ha svårt att ta sig vidare. Trots det anser vi att vårt engagemang och vår kreativitet på bästa sätt har nyttjats i det gemensamma arbetet.

### 3.9 Metoddiskussion

Det framgår av tidigare avsnitt för läsaren att vi som författare har erfarenhet av äldreomsorgen sedan tidigare. Vi har både arbetat inom hemtjänsten och på äldreboende samt haft verksamhetsförlagd utbildning inom biståndshandläggning i äldreomsorgen. Därigenom har vi sedan tidigare en uppfattning om att ensamhet, beroende och bemötande kan överföras till centrala begrepp inom äldreomsorgen. Det är också med utgångspunkt i dessa som vi valt att göra den här studien. Vi anser att det finns både positiva och negativa aspekter i den här typen av förförståelse. En positiv aspekt är att vi är väl insatta i ämnet och sedan tidigare har erfarenhet av att bemöta äldre personer. Då studien är kvalitativ och resultatet grundas på intervjuer har detta varit ett redskap för att nå fram till de äldre. Frågorna som ställts kan upplevas personliga varför vi anser att det varit viktigt att skapa en trygg och avslappnad miljö för de äldre, vilket vi tycker att vi har lyckats med.

Vidare har våra förkunskaper gjort att vi kunnat fokusera på genomförandet av studien utan att först sätta oss in i ämnet. Dock tänker vi att vår förförståelse kan ha färgat studien så till vida att vi sedan tidigare har en bild av äldre som ensamma eftersom det är något vi mötts av både inom vår yrkesverksamma tid i äldreomsorgen och under den verksamhetsförlagda utbildningen. Inställningen vi har till ämnet kan också ha påverkat vad vi valt att lyfta i studien. Ett exempel på det är vilka attityder som finns gentemot äldre och hur vi valt att spegla de positiva respektive negativa värderingarna. Eftersom vi båda är insatta i äldreomsorgen finns också en risk för att förgivettaganden har gjorts som inte är självklara för läsaren.

Vad som också kan ha påverkat resultatet av studien är urvalet. Vi har visserligen utformat kriterier för vilka informanter vi velat intervjua men i slutändan har beslutet tagits av biståndshandläggaren respektive samordnaren. Det kan ha påverkat resultatet på så sätt att de informanter som valdes har vissa egenskaper som exempelvis sociala och värtaliga. Vi tänker oss att det dels kan bero på att biståndshandläggaren och samordnaren har sina föreställningar om vilka som kan tänkas ge ”bra svar” men också att det kan vara en viss typ av människor som kan tänka sig att ställa upp på att bli intervjuade.

Ytterligare en påverkansfaktor kan vara tidsaspekten. Sökandet efter informanter upplevde vi som ett stressande moment då vi inte själva kunde styra över hur lång tid det skulle ta att få in empiri på grund av att vi tog hjälp av andra personer. Tidsplanen som vi satt upp blev därför inte som planerad. Trots det anser vi att arbetet med studien har fungerat väl och att vi har haft ett givande och lärorik process som vi tror vi kommer att ha nytta av i vårt framtida yrkesliv.

## 4 Tidigare forskning

Den tidigare forskningen inleds med ett organisatoriskt perspektiv på hemtjänst. Valet har gjorts med en tanke om att hemtjänsten utgör själva grundpelaren i äldreomsorgen och därför bör delges läsaren först för att ge ett sammanhang till efterföljande delar. Vi valde Szebehely (2007) då vi anser att den på ett tydligt sätt beskriver hur Skandinaviens äldreomsorg är uppbyggd samt tar upp både det stöd som ges av hemtjänst och det som ges av anhöriga. De intervjuer som ingår i studien grundas i just äldres upplevelser av att ta emot formellt och informellt stöd som tas upp av Szebehely (2007) varför den också utgör en god grund för studien. Anna Dunérs (2007) avhandling har valts då den belyser både äldre, anhörigas och vårdchefers del i hjälpprocessen. Vi anser den vara relevant då den utgår från olika människors perspektiv inom äldreomsorgen.

Vidare finns två studier rörande ensamhet och isolering ur de äldres perspektiv med. Dessa är skrivna av Heylen (2010) och Meis (2005) och behandlar olika typer av ensamhetskänslor hos äldre personer från 55 respektive 65 år och uppåt. Studierna har valts eftersom ett tema i vår undersökning handlar ensamhet. Den tredje infallsvinkeln i vår studie är beroende vilket vi också har med en studie om, skriven av Ottenvall Hammar & Wilhelmson et. al. (2013). Den sista studien av (Ingvad, 2003) diskuterar bemötande ur de äldres och hemtjänstpersonalens perspektiv. Liksom med övrig forskning har vi valt denna studie eftersom bemötande också utgör en del i vår studie.

### 4.1 Organisatoriskt perspektiv på hemtjänst

Szebehely (2007) tar i sitt föredrag upp de äldre, de anhöriga som ger vård- och omsorg och de professionella som arbetar inom äldreomsorgen samt att det finns lite forskning inom äldreområdet. Szebehely (ibid) har ett organisatoriskt perspektiv och diskuterar främst skillnader mellan formell och informell äldreomsorg. Studien har också ett skandinaviskt perspektiv med fokus på välfärdsmodellen. Syftet med artikeln är att relatera vardaglig hjälp i hemmet till de föränderliga organisatoriska förhållandena som råder för att identifiera vilka möjligheter och begränsningar som finns i omvårdnaden av äldre personer. Szebehely (2007) menar att den skandinaviska äldreomsorgen karaktäriseras av hög kvalitet, att den finansieras av skattepengar samt är tillgänglig för alla medborgare. Den grundar sig på vilka behov personen i fråga har snarare än inkomst och täcker därför in alla samhällsgrupper.

Omsorgstagare i Skandinavien kan få offentligt stöd med servicetjänster såsom att handla, städa, tvätta och laga mat eller med matleverans. Omsorgstagare får också stöd med personlig omvårdnad exempelvis med att duscha, klä på sig samt vid förflyttning. Emotionellt och socialt stöd anses också viktigt men omfattningen av dessa insatser har minskat med tiden. Offentlig äldreomsorg är behovsprövad men inte inkomstprövad, dock finns en avgift för insatserna i alla skandinaviska länder förutom Danmark. Avgiftsbeloppet är satt inom en begränsad ram som bestäms av individuell inkomst och mängden hjälp. Beloppen grundar sig också på lagen och

i vilken utsträckning de valda politikerna prioriterar äldreomsorgen i den kommun omsorgstagaren bor (Szebehely, 2007).

För de flesta omsorgstagare som tar emot stöd i hemmet är det viktigt med en kombination av kontinuitet och stabilitet, att veta vem från hemtjänsten som kommer och när samt hur länge personen stannar. Det är också viktigt för omsorgstagaren att få möjlighet att påverka innehållet och utförandet av hjälpen. Szebehely (2007) menar dock att insatserna på senare tid har brutits ner till mindre delar så att de kan utföras snabbare. Det framhålls att den emotionella biten av omsorgen, som är mer tidskrävande, därför blir lidande.

## 4.2 Organisering av hjälp; Sett ur äldres, anhörigas och vårdchefers perspektiv

Anna Dunér undersöker i sin avhandling *To maintain control : Negotiations in the everyday life of older people who can no longer manage on their own* (2007) hur olika former av hjälp för äldre personer som inte längre kan klara sig själva fungerar. Den övergripande forskningsfrågan som används är huruvida individer som representerar olika stadier i hjälpprocessen agerar och tänker då de organiserar den hjälp som ska ges samt hur de själva uppfattar hjälpens funktion. Studien är kvalitativ och består av fyra olika artiklar som belyser frågan ur olika perspektiv, de äldres, deras anhöriga som utför hjälp samt kommunala vårdchefer som fattar beslut angående formell hjälp. Det empiriska materialet består av kvalitativa intervjuer och deltagande observationer. 38 deltagande observationer och 9 kvalitativa intervjuer har genomförts med 8 vårdchefer i åldern 25-63 år. 12 kvalitativa intervjuer har gjorts med äldres anhöriga i åldern 45-72 år. Slutligen genomfördes 22 intervjuer med äldre personerna som sökt insatser från kommunen. Personerna var mellan 67-98 år varav 18 var 70 år eller äldre. Några av de äldre personerna deltog också i uppföljande intervjuer. Materialet har analyserats efter en empiriskt orienterad strategi som omfattar flera steg från öppen till sluten kodning och analysen tar avstamp i tidigare forskning kring ämnet.

Dunér (2007) påvisar i sitt resultat att äldre personerna strävar mot en kontroll över sina liv. Då inte detta är möjligt längre till följd av ett hjälpbehov använder sig dessa personer av olika strategier, exempelvis coping, för att återta kontrollen över sina liv och skapa en känsla av autonomi. Vikten av relationer i vardagen lyfts då Dunér (2007) beskriver att välfungerande formella och informella nätverk i de äldres vardag kan skapa eller upprätthålla en känsla av självständighet i ålderdomen trots ett hjälpberoende. När det kommer till de som ansvarar för och utför vården försöker de involvera alla parter i beslutsprocessen genom att utveckla olika tekniker för att finna en balans mellan de krav och förväntningar som ställs på vården. Det framgår av resultatet att anhöriga som vårdar en äldre person upplever ambivalenta känslor och inre rollkonflikter som kolliderar med rådande normer. Anhöriga fungerar också som en medlare mellan den informella och den formella hjälpen. Avhandlingen understryker att det är viktigt att belysa både den formella och informella hjälpen till äldre personer. Att beskriva arbetsformer och metoder för att främja ett samarbete mellan de äldre och deras formella och informella stödnätverk är en utmaning varför Dunér (2007) menar att ämnet kräver mer forskning och uppmärksamhet.

## 4.3 Ensamhet och social isolering ur de äldres perspektiv

Heylen (2010) framhåller i sin studie att ålderdom ofta associeras med ensamhet men menar att det inte alltid finns ett helt tydligt samband. Artikeln syftar vidare till att ge en större förståelse för vad social isolering har för påverkan på ensamhetskänslor hos äldre personer. Den teoretiska bakgrunden tar upp både social och emotionell ensamhet men har sitt fokus på den sociala ensamheten. Med social ensamhet menas brist på social integrering medan emotionell ensamhet uppstår i avsaknaden av en nära relation. Artikeln har två syften, det första är att klargöra de direkta och mellanliggande effekterna av både antalet relationer samt kvaliteten på dessa. Det andra är att synliggöra grupper som löper risk att hamna i social ensamhet. Det görs genom att försöka identifiera vilka personliga egenskaper som kan bidra till att risken för social ensamhet ökar.

Studien är kvantitativ och har genomförts på informanter i åldern 55 år och uppåt. Heylen (2010) konstaterar att ökad förståelse nås genom att lösgöra föreställningar om förhållandet mellan hög ålder och social ensamhet. Författaren menar att det inte alltid finns ett direkt samband mellan ålder och ensamhet och att det därför inte ska förutsättas att äldre personer är ensamma. Studien poängterar därför att det är viktigt att skapa sig en större bild av äldres känslor av ensamhet genom att se varje enskild individ.

Meis (2005) menar i sin studie att äldre personer som är socialt isolerade i högre utsträckning upplever ensamhet, depression och har högre dödlighet är ickeisolerade äldre. Studien fokuserar på personer från 65 år och uppåt utan nära relationer som är socialt isolerade. Författaren ställer sig frågan "Hur upplever mycket socialt isolerade seniorer sin vardag?". Studien är gjord i USA och 38 intervjuer genomfördes i deltagarnas hem i syfte att få information om deras dagliga liv. Intervjuerna genomfördes av professionella socialarbetare och transkriberingen genomfördes utifrån ett bestämt protokoll.

En faktor till isolering visade sig vara förlust av partner, vänner, barn samt nedsatt hälsa och rörlighet. Den vanligaste förekommande känslan var ensamhet. Trots känslan av ensamhet uppskattade en liten majoritet känslan av att vara oberoende. Merparten hade inställningen att förluster är en naturlig del av åldrandet och något som bör accepteras. Andra värderade vänner och grannars hjälp att tillgodose de dagliga behoven högt. Många av de intervjuade uttryckte en önskan att återgå till sitt arbete för att återfå känslan av att vara behövd och känna sig delaktiga i samhället. Somliga äldre var fysiskt kapabla att delta i träffpunkter samt besöka vänner medan andra inte hade möjlighet att lämna sitt hem till följd av hälsoproblem. Oberoende av hälsotillstånd och förmåga till rörlighet utvecklade de intervjuade rutiner i dagliga aktiviteter för att skapa en känsla av stabilitet och kontinuitet. Slutsatsen i studien är att det krävs mer kunskap om hur socialt isolerade äldre upplever sin vardag för att kunna ge dem rätt stöd (Meis, 2005).

## 4.4 Att vara beroende; Sett ur äldres perspektiv

Studien undersöker hur personer över 80 år upplever övergången från att vara oberoende till att bli beroende av annan person i vardagslivet. Studien är kvalitativ och genomfördes med Grounded Theory som grund. Författarna har genomfört intervjuer av semistrukturerad karaktär med 15 personer i åldern 80 år och uppåt som börjat uppleva svårigheter i dagliga aktiviteter och befinner sig i beroendeställning med stöd från hemtjänsten. Studien diskuterar också vad situationen gör med en människas rätt till självbestämmande (Ottenvall Hammar & Wilhelmson, 2013).

Författarna (ibid) menar att det kan vara stressande för somliga äldre att vara i en beroendeställning samt att många äldre har ett behov av fortsatt delaktighet i bestämmandet av daglig aktivitet. En medvetenhet angående självbestämmande finns bland hälso- och sjukvårdspersonal men studier visar att dessa vill ha mer kännedom om äldres erfarenheter för att ge bättre stöd och chans till ökat inflytande för de äldre.

## 4.5 Bemötande; Relationen mellan de äldre och hemtjänstpersonalen

Ingvad (2003) har gjort en kvalitativ studie som belyser relationen mellan vårdbiträden i hemtjänsten och omsorgstagare samt relationen dem emellan. Intervjuer har genomförts med 48 personer i sex olika arbetsgrupper inom hemtjänsten. Ingvad (2003) har även utgått från fallstudier och deltagande observationer under hemtjänstpersonalens besök hos de äldre personerna. Vidare diskuteras vilka förväntningar som skapas i relationen mellan hemtjänstpersonalen och omsorgstagaren samt hur vårdbiträdets arbetsgrupp respektive den äldres familj påverkar relationen.

Studien är genomförd utifrån socialpsykologiska teorier och behandlar omsorgssituationen i omsorgstagarens bostad. Artikeln framhåller att vårdbiträdena kan lyssna in och anpassa sig till den äldre genom att gå in i olika roller för att bygga upp en relation. Vårdbiträdena skapar omedvetna psykologiska konstruktioner av omsorgstagaren som ett sätt att hantera konflikter och känslomässiga situationer. En konsekvens av konstruktionerna är att vårdbiträdet under en konflikt agerar mer opersonligt och utför ett mindre omsorgsfullt arbete (Ingvad, 2003).

Artikeln diskuterar också den äldres känslor av att vara beroende av vårdbiträdena. Författaren menar att de äldre kan uttrycka bekräftande känslor för vårdbiträdena för att därigenom ”bli någon” inför dem. Det kan å andra sidan vara så att den äldre genom att ta kontroll och vilja ha större inflytande i relationen försöker frigöra sig från att vara i en beroendeställning (ibid).

Ingvad (2003) menar att konflikter sällan sker mellan omsorgstagare och vårdbiträden trots att deras relation innefattar känslomässiga förväntningar som ibland inte uppfylls. Därav dras slutsatsen att de äldre känner sig respekterade av vårdbiträdena och att vårdbiträdena i sin tur känner uppskattning och erkännande från de äldre. Omsorgstagarens och vårdbiträdets känslomässiga samspel kännetecknas av ett behov av att få respekt av andra och att få sin individualitet känd och uppskattad. Deras förväntningar på det känslomässiga förhållandet är kopplade till sociala behov så som respekt, erkännande och uppskattning av den andre.

#### 4.6 Varför vår studie behövs

Mycket av den forskning som vi fann hade sitt fokus på organisatoriska aspekter av äldreomsorg. Det var inte många studier som var gjorda enbart ur de äldres perspektiv. De studier vi har tagit upp som har ett sådant fokus, behandlar främst yngre omsorgstagares (55-65 år) upplevelser medan informanterna i vår studie utgörs av äldre omsorgstagare i en ålder av 80 år och uppåt. Det vi främst tycker saknas i de studier som redan är gjorda ur de äldres perspektiv är förväntningar på åldrandet och kring bemötande, beroende och ensamhet. Vår studie är gjord just med utgångspunkt i de äldres förväntningar och vad de gör med upplevelser av åldrandet. Vi tror att det är viktigt att belysa dessa för att skapa en större förståelse för äldres vardag ser ut och hur de hanterar den. Vidare tänker vi att det är viktigt att förstå för att på ett så bra sätt som möjligt tillgodose äldres behov. Det som finns forskat om det organisatoriska perspektivet på äldreomsorg anser vi behöver kompletteras med denna infallsvinkel vilket gör vår studie relevant.

## 5 Teorianvändning

Valet av teorier är gjort med utgångspunkt i det insamlade materialet i studien. Sedan tidigare fanns en idé hos oss om att söka efter teorier i den litteratur som använts på kursen Äldre och åldrande på termin fyra på Socionomprogrammet. Då vi studerade materialet fann vi relevanta teorier att använda oss av. Vi insåg också att de hängde väl samman med teorin om KASAM och coping. Idén om att använda KASAM kommer från tiden då vi hade vår verksamhetsförlagda utbildning på biståndsenheter inom äldreomsorgen i Göteborgs stad. Begreppet KASAM är vanligt förekommande inom äldreomsorgen och passar därför väl in på studien. Valet av ordningsföljden beror dels att teorierna som är specificerade på åldrandet hittades först. Den andra anledningen är att vi anser att dessa teorier ger läsaren en grundläggande bild av åldrandet samt att KASAM och coping förstås tydligare efter att ha satts in i ett sammanhang.

### 5.1 Det interaktionistiska grundperspektivet

De grundtankegångar som finns inom det interaktionistiska perspektivet innebär att individen och dess miljö tillsammans bildar en oupplöslig organisk helhet. Cooley (1964) menar att individen inte kan existera utan sitt sociala sammanhang och att människan kan ses som skärningspunkten mellan ett obestämt antal cirklar som representerar olika sociala grupper. Cooley (1964) menar att det genom människan passerar lika många cirkelbågar som det finns grupper samt att människans identitet, det vill säga jaguppfattning, uppstår och formas av det sociala sammanhang hon befinner sig i.

Mead (1934) poängterar att individens jaguppfattning formas av så kallade signifikanta symboler. Viktiga signifikanta symboler är exempelvis språket men också gester, mimik och sättet att röra sig. Vår identitet och självuppfattning skapas utifrån hur andra talar till och uppträder i förhållande till oss. Mead (ibid) menar dock att jaget har två komponenter, en socialt bestämd som han kallar för "me" och en som syftar till det unika och oförutsägbara hos individen, det han benämner som "I".

Tornstam (2010) menar att det i gerontologiska sammanhang ofta talas om vad som händer då de signifikanta symboler som är nödvändiga för att konstruera jaget ändrar karaktär. Havens (1968) framhåller att människan har ett behov av att jämföra sin självuppfattning med den uppfattning andra har om henne, så kallad konsensuell validering. Ju fler sammanhang som ger upphov till interaktion desto större möjlighet ges människan till den sortens jämförelse. Begränsningar i den sociala interaktionen får därför negativa följder vilket skapar en jag-osäkerhet hos individen. Den uppstår dock främst då de relationer som individen anser vara mest betydelsefulla upphör.

Identiteten uppstår enligt Mead (1934) i en social interaktionsprocess i vilken vissa individer är viktigare än andra. Dessa särskilt betydande personer benämns som signifikanta andra och kan exempelvis utgöras av make/maka, barn eller vänner. Vilka som är signifikanta andra varierar mellan olika individer och inte



sällan också över tid. Förutom de signifikanta andra finns ett samspel eller en interaktion som inte är knuten till någon specifik person utan istället åsyftar det ”allmänna”, en slags generaliserad motpart. Den generaliserade motparten benämns många gånger som ”man” eller ”folk”, exempelvis ”Vad ska folk tro” eller ”Så kan man inte göra”. Den generaliserade motparten skapas av uppfattningar, attityder och värdemönster som finns i samhället. Mead (1934) kallar den generaliserade motparten för den generaliserade andre och menar att också signalerna från den är betydande för jaguppfattningen.

Vanligt är att människor värjer sig mot att uppfatta sig själva som gamla beroende på de tycka-synd-om-attityder som finns i samhället gentemot äldre personer. Tornstam (2010) menar att känna sig äldre eller yngre än sin ålder har att göra med hur bra eller dåligt man mår samt hur väl man anpassat sig till sin situation. En person som känner sig yngre mår i regel bättre än den som uppfattar sig själv som gammal. Vidare talar Tornstam (2010) om två olika aspekter hos jaget som motsvarar det som tidigare nämnts om ”Me och ”I”. Det handlar om individens sociala värde respektive egenvärdet. Det sociala värdet har att göra med känslor av effektivitet och självständighet och sätts i relation till den generaliserade andre och de attityder och värdemönster som finns gentemot äldre i samhället. Egenvärdet har att göra med existentiella tankar och känslor hos individen, huruvida personen känner meningsfullhet och hopp i tillvaron.

## 5.2 Gerotranscendensen

Gerotranscendensen bygger i olikhet med många andra teorier inom socialantropologin på en tanke om att åldrandet innebär en alldeles egen fas i livet med egen mening och karaktär. Enligt Tornstam (2010) behandlar många andra teorier åldrandet som en förlängning av de ideal som tillhör medelåldern. De ”goda åldrandet” anses därför bland många teoretiker vara ett bevarande av ideal, aktiviteter och definitioner av verkligheten som hör medelåldern till. Dessa utgörs inom socialantropologin till stor del av kontinuitet och stabilitet.

I kontrast till ovanstående innehåller gerotranscendensen tankar om utveckling och förändring. Teorin innefattar en omdefinition av jaget samt en helt ny infallsvinkel på de existentiella frågorna. Även relationen till andra människor omdefinieras av individen och ålderdomen gör, enligt teorin, människan mer selektiv i valet av såväl sociala som andra aktiviteter. Individen tenderar enligt teorin också att bli mindre självupptagen och intresset för yttlig samvaro minskar i takt med att individen kräver mer tid för ensamhet och reflektion kring rum, tid, liv och död. Individen kan därigenom också komma att känna en ökad samhörighet med allt. Gerotranscendensen bör dock inte blandas ihop med disenagemangsteorin där det finns en ifrågasättande inställning till att aktivitet är det riktiga och det som ger individen tillfredsställelse. Gerotranscendensen innebär på inget sätt ett passivt undandragande utan innefattar en ny syn på jaget, medmänniskorna och på livet och tillvaron i stort (Tornstam, 2010).

## 5.3 Attityder till åldrande och äldre

Tornstam (2010) menar att attityder som finns gentemot åldrande och äldre personer ligger i gränslandet mellan samhällsnivån och den socialpsykologiska nivån. Författaren (ibid) menar att orsakerna till de attityder som finns ofta har att göra med förhållanden på samhällsnivå medan konsekvenserna av attityderna finns på socialpsykologisk- eller individnivå. Tornstam (2010) använder sig av begreppet ”ålderism” då han talar om attityder gentemot äldre och åldrande. Begreppet liknas vid rasism och sexism och beskriver de stereotypa föreställningar och fördomar vi har kring människors ålder samt hur de kan leda till diskriminering. Vidare finns tre olika komponenter i begreppet ålderism. En kunskapskomponent som innefattar föreställningar eller vanföreställningar som människor har om något, en känslaspekt som rymmer känslor av positivt respektive negativt slag och som får oss att ta ställning för eller emot, samt en handlingskomponent som får oss att handla på ett visst sätt utifrån den attityd vi har gentemot den berörda gruppen/företeelsen.

”Ett samhälle som betonar produktivitet och självständighet skapar lätt negativa attityder mot improduktiva och osjälvständiga gamlingar...” skriver Tornstam (2010: 106) och menar vidare att en vanlig föreställning är att gamla människor är sjuka, omedgörliga, förslöade och ensamma. Vidare framhålls att det för de flesta gamla människor är helt osant men att äldre tenderar att ses på som en homogen grupp snarare än som enskilda individer. Det framhålls att det finns negativa men också positiva stereotyper då äldre ibland istället ses som kloka, snälla och välmående. Tornstam (2010) menar att ovanstående bara är två olika sätt att kategorisera äldre som grupp. Vidare beskrivs nödvändigheten av kategoriseringar och att människan har ett behov av att sortera för att förstå verkligheten. Tornstam (2010) menar att det är naturligt att skilja på unga och gamla då exempelvis arbetsmarknad och annat i samhället hänger samman med människors ålder. Faran med stereotypifieringen är dock att så många egenskaper förs samman att de naturliga variationerna i kategorin döljs.

## 5.4 Rollteori

Förmannen till rollteori Erving Goffman (1968) beskriver att människor kan betraktas som aktörer på en scen. Människorna spelar enligt teorin den roll som förväntas av dem i den kontext de befinner sig i. Olika sammanhang i livet skapar olika förväntningar på människor, liksom olika människor förväntar sig olika saker av andra. Dessa förväntningar benämns i rollteori som rollförväntningar. De förväntningar som riktas mot oss från andra omsätts i vad som kallas för rollutförandet, vilket motsvarar vårt faktiska beteende.

Tornstam (2010) menar att vi generellt riktar olika rollförväntningar mot olika kategorier av grupper, exempelvis män och kvinnor och yngre och äldre. Vidare spelar människor aldrig uteslutande en roll utan har så kallade multipla roller. En människa kan exempelvis vara pensionär samtidigt som hon är mamma, syster och maka. Tornstam (2010) menar vidare att det finns tillskrivna respektive förvärvade roller. De tillskrivna rollerna är sådana som är icke valbara, det vill

säga rollen som man eller kvinna, medan exempelvis en yrkesroll är något vi skaffat oss själva, alltså förvärvat oss. Enligt Tornstam (2010) rymmer ålderskategoriseringen både tillskrivna och förvärvade roller.

Vidare menar Tornstam (2010) att övergången från en roll till en annan i det tidigare stadiet av livet ger sociala vinster med koppling som oberoende och status. Sådana sociala vinster ges individen till exempel i inträdandet av yrkesrollen. De nya rollerna innebär många gånger också ett större socialt ansvar. Tornstam (2010) menar dock att dessa roller i regel också ger människan något tillbaka, han refererar exempelvis till rollen som förälder. När en person träder in i ålderdomen sker det motsatta, rollskiftena kantas istället för vinster av förluster. Det sociala ansvaret minskar och individen blir i större grad beroende av andra.

Tornstam (2010) menar vidare att ålderskategoriseringen har sin grund på underliggande skillnader rent fysiologiskt, det vill säga att åldrandet sker biologiskt. Dock är gränserna mellan olika ålderskategorier inte lika tydlig utan har varierat över tid. Gränsen mellan vuxenliv och ålderdom drogs förr i tiden inte sällan då människor inte längre klarade av att utföra ett dagligt arbete. Idag relateras ålderdomen vanligtvis istället till den kronologiska åldern, vilken pensioneringen är grundad på. Just pensionen menar Tornstam (2010) är en brytpunkt som innebär nya rollförväntningar för individen. Tornstam (2010) talar om passageriter vilka finns i samhället för att underlätta för människan i överträdet från en roll till en annan. Exempel på sådana passageriter är studentexamen, bröllop etc. Någon sådan passagerit menar Tornstam (2010) inte finns för att underlätta och precisera åldrandet för individen. Ju tydligare bild människan har av vilka förväntningar som ställs på henne i det nya livsskedet, desto lättare har hon att identifiera sig med sin nya roll menar Tornstam (2010). Dessutom klargör passageriterna för omgivningen vilken typ av förväntningar som bör riktas mot individen.

#### 5.4.1 Rollförluster

Livscykelns förändringar i det senare stadiet av livet benämns av gerontologer som rollförluster. Vad som menas med detta är att individen frånträder tidigare sociala arenor. Signifikant för livscykelns senare del är att individen sällan tillträder nya positioner eller roller av betydande karaktär samt att rollförlusterna tenderar att komma abrupt till skillnad från de mjuka övergångar som tidigare skett mellan från- och tillträdet av roller. Tornstam (2010) menar att övergången från förvärvsarbete till pensionering för många sker på detta abrupta sätt men att somliga övergår gradvis till pensionärstillvaron genom att på ett eller annat sätt fortsätta att arbeta. Vidare menar han att just yrkesrollen från en teoretisk utgångspunkt kan antas vara en roll som är av stor betydelse för jaguppfattningen hos individen. Likaså har förlusten av make/maka en stor inverkan på hur individen uppfattar sig själv.

Tornstam (2010) menar att den senare delen av livet innebär att många signifikanta andra dör och att viktiga relationer på så vis går förlorade. Han framhåller vidare att denna typ av förlust kan ha en depersonaliserande effekt på individen och att åderdomen i regel begränsar densamma att ersätta de förlorade relationerna med ett nytt socialt nätverk.

#### 5.4.2 Rollkonflikter

Tornstam (2010) beskriver rollkonflikter med utgångspunkt i de multipla roller som individen har inom olika sociala arenor samt att dessa uppstår när individen uppfattar någon typ av motstridiga förväntningar. Författaren (ibid) exemplifierar olika typer av rollkonflikter och menar att de kan uppstå motstridiga förväntningar inom ramen för en viss arena, om till exempel arbetskamraterna har motstridiga förväntningar på individen. Det kan också vara så att förväntningarna riktas från olika arenor, som att chefen förväntar sig ett visst engagemang och familjen ett annat samt att rollkonflikter kan uppstå då individens förväntningar på sig själv inte är förenliga med omgivningens. Tornstam (2010) poängterar dock att det i det sistnämnda exemplet bör skiljas på vad individen uppfattar att omgivningen har för förväntningar och vilka förväntningar de rent faktiskt har. Missförstånd gällande omgivningens förväntningar på individen menar Tornstam (2010) kan uppkomma av att de är för diffusa.

### 5.5 KASAM

Aaron Antonovsky (1987) myntade begreppet KASAM, känsla av sammanhang. Begreppet innefattar tre komponenter, begriplighet, hanterbarhet samt meningsfullhet. Begriplighet syftar till i vilken utsträckning en person upplever inre och yttre händelser som begripliga, att information är tydligt sammanhängande och strukturerad samt att personen inte upplever världen som kaotisk eller oförklarlig. Antonovsky (1987) beskriver att en människa med hög känsla av begriplighet kan förvänta sig händelser och se dem som förutsägbara och händelserna blir då inte någon överraskning. Författaren påpekar dock att exempelvis dödsfall, sjukdom och misstag kan förekomma men att personen kan göra dessa begripbara och acceptera att de inträffar.

Den andra komponenten, hanterbarhet, syftar till i vilken utsträckning en person upplever sig ha resurser att tillgå som kan stödja personen i fråga då olika händelser inträffar. Det kan vara make eller maka, vänner, kollegor, en läkare och dylikt. Det ska vara en person som finns närvarande och som individen har förtroende för. Antonovsky (1987) menar att personer med stor känsla av hanterbarhet inte känner sig som offer i sina egna liv eller finner att livet är orättvist. Personerna resonerar som så att olycka sker i livet men då det sker finns det alltid möjlighet att klara av det.

Den tredje och sista komponenten är meningsfullhet. Här poängteras vikten av att vara delaktig i sitt eget liv och i samhället. Antonovsky (1987) ser det som en motivationskomponent. Författaren påpekar att människor som har omfattande känsla av meningsfullhet pratar om saker i sitt liv som betyder mycket för dem,

saker som engagerar dem och har stor betydelse för dem på ett känslomässigt plan. De som däremot inte besitter stor känsla av meningsfullhet visar få eller inga tecken på att det finns något eller några aktiviteter som betyder mycket för dem. Antonovsky (1987) summerar att meningsfullhet syftar till i vilken utsträckning personer upplever att det finns en känslomässig aspekt i livet och att en del problem som uppkommer i livet är värda att lägga energi på och visa engagemang för.

Antonovsky (1987) sammanfattar därför KASAM som en varaktig och dynamisk känsla av tilltro till att inre och yttre händelser som sker genom livet är strukturerade och förutsägbara. Händelserna kan hanteras med tillgängliga resurser personen besitter samt att händelserna känns relevanta att lägga engagemang och energi på

Antonovsky (1987) pratar också om fyra sektorer som är viktiga i människors liv; känslor, de närmaste relationerna, existentiella teman (så som dödsfall, misslyckande, tillkortakommande och isolering) samt den huvudsakliga sysselsättningen. Genom att vara flexibel med vilken eller vilka sektorer som är viktiga styrks en persons bild av en sammanhängande värld och utformar ett starkt KASAM. Då en person upplever att det inom en sektor blir obegripligt eller ohanterbart kan denne tillfälligt eller permanent avgränsa områden som anses viktiga. Ett exempel är vid pensionering då en arbetsverksam person lämnar en viktig sektor, i detta fall den huvudsakliga sysselsättningen. En person som upplever ett starkt KASAM väljer troligtvis att fokusera på andra sektorer eller hittar nya sysselsättningar i form av fritidsintressen, föreningsarbeten och dylikt.

Många erfarenheter och händelser i livet kan vara förutsägbara utan att vi för den delen har bestämt dessa själva. Olika livserfarenheter som vi inte medverkat i själva resulterar i att andra människor bestämmer saker åt oss, uppgiften, formulering av regler samt framställer resultaten vilket Antonovsky (1987) menar gör att personen förminskas till ett objekt. Det innebär att en likgiltig inställning till världen kommer leda till en värld som berövats sin mening. Det innefattas i arbete, personliga relationer och andra sfärer som är begränsande. Författaren menar att det blir en avgörande faktor att människor kan hitta en acceptans inför de uppgifter och händelser de ställs inför, att de har ett ansvar över sitt handlande och att deras handlingar påverkar hur resultatet blir.

Vidare diskuterar Antonovsky (1987) att medbestämmande och meningsfullhet har en koppling. Meningsfullhet uppkommer då en person känner sig socialt värdesatt. Författaren tar upp ett exempel med en hemmafru vars roll är viktig för jagidentiteten. Hon kan vara intresserad av exempelvis konst men samtidigt indikera att det inte har så stor vikt i hennes liv. Däremot kan hon inte påstå att rollen som hemmafru inte är viktig för henne eftersom den upptar en stor del av hennes liv då hon har valt att gå in i den rollen. Antonovsky (ibid) menar att det signaleras ett tydligt budskap från samhället som påvisar att hon inte är särskilt viktig. Skattestrukturer i samhället indikerar att hennes sysselsättning inte är värd mycket. Ett samhälle kan värdera människor utifrån social rörlighet och där har inte hemmafrun så mycket erfarenhet då hon inte befinner sig i det offentliga arbetslivet.

## 5.6 Copingstrategier

Antonovsky (1987) pratar om copingstrategier i samband med KASAM. Då människan utsätts för olika stressfaktorer i livet kan så kallade copingstrategier användas. Exempel på dessa är att förlita sig på andras sociala stöd, att bli deprimerad, kämpa, fly, använda förnekelse, rationalisera eller att förlita sig på pengar. Att upprepade gånger använda sig av samma copingstrategi minskar effektiv problemlösning. Antonovsky (1987) menar att en förmåga att kunna välja den strategi som passar just för stunden ger större problemlösning förmåga och skapar större KASAM. Cohen (1984) poängterar också vikten av att kunna välja rätt copingstrategi vid rätt tillfälle och tillägger att det finns en stor relevans för hur många strategier människor har att använda, ju fler strategier en person har resulterar i en större flexibilitet och större möjligheter att hantera problem på ett relevant sätt.

Cullberg (2003) beskriver också vikten av mening och sammanhang i livet under åldrandet. Att ha ett arbete eller sysselsättning samt ett nätverk av människor är två andra viktiga faktorer. Då en eller flera av dessa är bristfälliga blir människan mer utsatt. Det poängteras att en kombination av en människas resurser, såväl personliga som kroppsliga, påverkar den psykiska hälsan och känslan av sammanhang. En bemästringsförmåga (coping ability) är grunden till att förhindra obalans mellan förväntningar och yttre händelser. Bemästringsförmågan är knuten till personliga egenskaper och förändras kontinuerligt genom livet. Cullberg (2003) beskriver några primitiva försvarsmekanismer då påfrestningar blir allt för svåra att hantera. Förnekelse, vilket syftar till att personen förnekar det som inträffat och menar att det inte har någon betydelse. Projektion är en annan försvarsmekanism som resulterar i misstänksamhet och anklagelser som i många fall är obefogade. En tredje försvarsmekanism är vändning mot jaget vilket innebär känslor av att vara värdelös eller självhat.

## 6 Resultat och Analys

De frågor som ställdes till informanterna är baserade på studiens fyra teman. Dessa finns också som rubriker i resultatet nedan och har sammanflätats med de teorier som ingår i studien i syfte att skapa en analys. Varje tema har bearbetats separat och följs av ett avsnitt med egna reflektioner kring vad som framkommit av analysen.

### 6.1 Förväntningar

Gemensamt för de flesta informanter är att de uttrycker att de inte tänkt så mycket på ålderdomen förrän de drabbades av sjukdomar, upplevde ett nedsatt hälsotillstånd eller kände sig beroende av andra. Ip4 säger:

”Jag har inte tänkt så mycket på det egentligen förrän just nu när jag blivit mycket sämre sedan jag fyllde 90 i höstas. Det har gått neråt, annars har jag inte reflekterat så mycket över att vara äldre.”

Några personer refererar till sina erfarenheter kring hur det var då deras föräldrar blev äldre men menar att de egna upplevelserna ändå skiljer sig från hur de upplevde ålderdomen genom dem. Ip2 säger:

”Jag var ju med när mina föräldrar var äldre och man förstod ju att det inte var så enkelt med alla sjukdomar och så. Men jag trodde aldrig att det skulle vara så tråkigt att bli gammal.”

Ovanstående citat kan härledas till passageriter vilka finns i samhället för att underlätta för människan i överträdandet från en roll till en annan. Exempel på sådana passageriter är studentexamen, bröllop etcetera. Någon sådan passagerit menar Tornstam (2010) inte finns för att underlätta och precisera åldrandet för individen. Ju tydligare bild människan har av vilka förväntningar som ställs på henne i det nya livsskedet, desto lättare har hon att identifiera sig med sin nya roll. Tornstam (2010) menar också att rollförluster i senare delen av livet innebär frånträde från sociala arenor.

En rollförlust som kan ses hos informanterna är frånträdet från rollen som frisk människa. Tornstam(2010) diskuterar vidare att rollförlusterna i denna del av livscykeln tenderar att komma abrupt till skillnad från de mjuka övergångar som tidigare skett mellan från- och tillträdet av roller. Med det i åtanke och då det dessutom inte finns någon passagerit, kan ålderdomen antas komma oväntat snabbt. Det ligger därför en rimlighet i att anta att förlust av god hälsa väcker känslan av åldrande. Tornstam (2010) menar i enlighet med detta att känna sig äldre eller yngre än sin ålder har att göra med hur bra eller dåligt man mår samt hur väl man anpassat sig till sin situation. En person som känner sig yngre mår i regel bättre än den som uppfattar sig själv som gammal vilket är i enlighet med vad som framkommit av resultatet.

Många av informanterna beskriver vidare att de ser tillbaka på hur livet varit tidigare men menar samtidigt att de får acceptera att livet förändras. En av personerna pratar om förmågan att vara behovslös, att inte förvänta sig så mycket av sin ålderdom samt menar att det inte kan vara som förut. Ip3 menar:

”Jag tänker att en del av att bli äldre är att försöka vara behovslös, att ha så lite förväntningar som möjligt. Att nollställa sig själv. /.../ Det är mycket ensamt. Det talas ju om de här förfärande helgerna som ska vara så fasligt långsamma och ensamma. Där handlar det om att avdramatisera det hela och att bearbeta sin ensamhet. Att inte fastna i tvångstankar såhär skulle jag gjort och såhär skulle jag inte gjort. Jag har haft ett innehållsrikt liv och nu är det bara till att bita i det sura äpplet.”

Ovannämnda resonemang kan kopplas till Antonovskys (1987) copingstrategier som används då människan utsätts för olika stressfaktorer. Exempel på dessa är att förlita sig på andras sociala stöd, att bli deprimerad, kämpa, fly eller använda förnekelse. En bemästringsförmåga (coping ability) är grunden till att förhindra obalans mellan förväntningar och yttre händelser. Citatet ovan kan påvisa en form av copingstrategi där informanten försöker hindra obalans mellan förväntningar och yttre händelser genom att göra sig behovslös för att på så sätt försöka bearbeta sin ensamhet för att känna större meningsfullhet i tillvaron.

Att personen nollställer sig själv kan tänkas ha att göra med yttre förväntningar som ställs på hen. Mead (1934) talar om två olika aspekter hos jaget, ”Me och ”I”. Det handlar om individens sociala värde respektive egenvärdet. Det sociala värdet har att göra med känslor av effektivitet och självständighet och sätts i relation till den generaliserade andre och de attityder och värdemönster som finns gentemot äldre i samhället. Egenvärdet har att göra med existentiella tankar och känslor hos individen, huruvida personen känner meningsfullhet och hopp i tillvaron. Det sociala värdet kan för informanten tänkas upplevas som lågt eftersom personen ser tillbaka på hur livet varit tidigare och menar att ålderdomen bör innehålla så lite förväntningar som möjligt. Copingstrategier kan tänkas fungera som ett medel för informanten att hantera ålderdomen för att förväntningarna som finns från individen själv och från samhället ska stämma överens.

### 6.1.1 Egna reflektioner

Med ovanstående i åtanke menar vi att själva brytpunkten för åldrandet kan vara sjukdom och att hamna i en beroendeställning. När åldrandet inträffar har av resultatet att döma mindre att göra med den kronologiska åldern. Innan informanterna drabbades av sviktande hälsotillstånd hade de inga förväntningar på åldrandet eftersom de inte tänkt på det. Anledningen till varför de tidigare inte reflekterat över åldrandet menar vi kan bero på att informanterna lever i ett välfärdssamhälle där sjukdomar sällan uppstår eller går att lindra med sjukvård.

Många av informanterna har innan de drabbades av sjukdom därför aldrig befunnit sig i en beroendeställning. Sättet som informanterna konfronterats med ålderdom är genom föräldrar eller partners. De menar dock att deras eget åldrande står i stor kontrast till hur det är att uppleva ålderdomen utifrån. Vi tänker vidare att det också har att göra med att förväntningarna tidigare i livet har varit tydliga medan de i ålderdomen blir mer diffusa och saknar passageriter. Vad som



framkommit av resultatet är att det i själva ålderdomen istället gäller att hitta strategier för att hantera situationen, exempelvis coping.

## 6.2 Ensamhet

Merparten av informanterna beskriver barnen som de allra viktigaste relationerna de har kvar i sina liv. Då intervjuerna genomfördes präglades de dock främst av förluster av relationer. Bland informanterna fanns dock olika känslor kring förluster av närstående. Ip1 säger:

”Jag kan väl inte säga att det är så många som jag förlorat egentligen- de jag har förlorat har ju gått bort en del också vet du. Men annars tycker jag inte jag har så många relationer som jag har tappat.”

Ip3 talar liknande om förluster som en naturlig del av livet och ålderdomen:

”Allt har människan fått låna och allt ska tagas åter.”

Andra informanter menade dock att det var svårt att acceptera att ålderdomen innebär att många relationer försvinner på kort tid. Mead (1934) talar om begreppet signifikanta andra, vilka utgörs av de viktigaste nära relationerna för individen. Tornstam (2010) menar att den senare delen av livet innebär att många signifikanta andra dör och att viktiga relationer på så vis går förlorade. Författaren framhåller vidare att denna typ av förlust kan ha en depersonaliserande effekt på individen och att ålderdomen i regel begränsar densamma att ersätta de förlorade relationerna med ett nytt socialt nätverk.

Somliga informanter hade i kontrast till ovanstående skapat nya kontakter sedan de blev äldre. Ip4 berättar om en vänskap som uppstod efter sin partners bortgång som kom att bli viktig.

”Men denna granne som jag hade då , när hon blev ensam när min partner dog kom hon in till mig varje kväll. Då drack vi kaffe hon tog med sig och nästa dag så hade jag smörgåsar och kaffe. Så hon satt här hos mig varje kväll tills hon dog för hon var ju också ensam. Och sen dog hon hastigt. Det tyckte jag också var väldigt sorgligt för det var liksom sällskap både för henne och mig... Det var en ganska fin vänskap egentligen.”

Enligt Tornstam (2010) innebär teorin om gerotranscendensen att individen omdefinierar jaget och ser på relationen till andra människor på ett annorlunda sätt. Individen får också ett nytt sätt att hantera de existentiella frågorna och känner en samhörighet med allt och får på så vis en annan bild av tid, rum, liv och död. Individen blir i och med åldrandet också mindre självupptagen men sociala aktiviteter och kontakter väljs med större noggrannhet. Individen får därtill ett större behov av att ensam begrunda tillvaron.

I likhet med ovanstående har en del informanter beskrivit ett behov av ensamhet och återhämtning. Flera av dem framhåller att ålderdomen innebär ett begränsat hälsotillstånd vilket leder till att till synes enkla vardagssysslor utgör ett större projekt. Ip4 säger:

”Allt man gör tar mycket längre tid. Det som friska människor gör på fem minuter kanske jag behöver en halvtimme till. Så det är väldigt stor skillnad så.”

Många menar att situationen skulle se annorlunda ut om de exempelvis kunnat gå obehindrat och ta sig ut på egen hand. Av de som intervjuats är det också de som fortfarande kan ta sig ut som har ett socialt nätverk. Ip7 säger:

”Jag är mycket med i föreningar/.../Och då träffas vi ibland några därifrån. Nu på tisdag ska vi träffas och äta lunch och spela bingo och ha lite trevligt.”

Dessa har i kontrast till teorin om gerotranscendensen dessutom skaffat sig nya kontakter då de signifikanta andra försvunnit. Ip5 förtydligar hur isolering till följd av sviktande hälsotillstånd sätter begränsningar för skapandet av nya relationer:

”Jag är ju inte ute... Så jag kan ju inte ha fått några nya kontakter.”

För de personer som inte kommer ut och kan skapa sig nya kontakter blir hemtjänstpersonalen desto viktigare. Ip1 och Ip6 nämner just hemtjänstpersonalen som en viktig relation. Ip6 säger:

”Ja, det är ju hemtjänsten. Förstås. Och jag måste säga att de jag har kontakt med i hemtjänsten är underbara. Och det är ju lite roligt att höra, jag är ju lite nyfiken, intresserad. Så i och med det så pratar vi mycket så jag kan mycket om flickor och damer i din ålder, och pojkar också. Vad har ni för bekymmer och sådär. Så jag tycker det är intressant.”

Ip6 uppger i likhet med det gerotranscendensen säger ett ökat intresse för omgivningen och inte enbart den egna personen. Dock finns i teorin om gerotranscendensen idéer om att den åldrande människan känner en samhörighet med tidigare generationer. Ingen av informanterna har dock nämnt detta utan betonar snarare vikten av ett samspel med den yngre generationen. Ip3 säger i likhet med Ip6:

”Jag tror att det hade varit en vinst om det funnits en större samverkan mellan äldre och yngre. En större samvaro dem emellan.”

Många av de informanter som inte skapat några nya relationer på äldre dagar beskriver ensamheten som tråkig och långsam och att den sociala samvaron utgörs av telefonsamtal eller besök från andra, att de är beroende av att andra ska ta initiativ till social samvaro då de inte kan ta sig ut eller besöka andra människor. Ip8 säger:

”Jag var ju van att åka ut varje dag nånstans. Här i huset träffar jag visserligen trevliga människor också men det blir ju inte samma sak som förr...”

Ip3 menar i sin tur att dennes sociala samvaro ställer krav på omgivningen:

”Men vem skulle vara intresserad av att besöka mig? Det kan man ej förvänta sig att någon ska göra i min ålder.”

Vad som belyses i citaten ovan beskrivs också av Cullberg (2003) då författaren betonar vikten av mening och sammanhang i livet under åldrandet. Arbete eller sysselsättning samt ett nätverk av människor är två viktiga faktorer även under åldrandet. Då en eller flera av dessa är bristfälliga blir människan mer utsatt. Det sistnämnda är också något som tas upp av Havens (1968) då författaren framhåller att människan har ett behov av att jämföra sin självuppfattning med den uppfattning andra har om henne, så kallad konsensuell validering. Ju fler sammanhang som ger upphov till interaktion desto större möjlighet ges människan till den sortens jämförelse. Begränsningar i den sociala interaktionen får därför negativa följder vilket skapar en jag-osäkerhet hos individen.

### 6.2.1 Egna reflektioner

Vi kan se ett samband mellan nedsatt hälsotillstånd och ensamhet. Informanterna beskriver att det är just hälsotillståndet som sätter gränser för att hålla kontakt med befintliga relationer eller skapa nya. Utifrån resultatet tolkar vi därför det som att ensamheten inte är självvald som gerotranscendensen påstår. Flera av informanterna är på grund av sin sviktande hälsa oförmögna att ta sig ur sina hem vilket gör att de inte har möjlighet att välja om de vill delta i sociala sammanhang eller ej. Vissa av informanterna påpekar att de har ett behov av ensamhet men kopplar det till sina hälsobegränsningar då de tar mycket energi från dem.

För de som är isolerade och inte kan ta kontakt med andra tolkar vi det som att hemtjänsten blir ett substitut för de andra kontakterna. Informanterna talar om värdet av det sociala utbytet med hemtjänsten vilket vi tror har att göra med att det är en kontinuerlig kontakt som personen i fråga inte behöver ställa några krav på då det redan är förutbestämt att hemtjänsten ska komma. De informanter som inte kan ta sig ur sina hem menar att den sociala kontakten annars är beroende av att deras bekantskaper tar initiativet till den, vilket vi också tänker befäster en känsla av beroende. Cullberg säger att sammanhang och meningsfullhet i livet är kopplat till sysselsättning och sociala nätverk. Med grund i ovanstående menar vi att de stämmer väl in på de informanter som ingår i studien.

## 6.3 Beroende

Alla informanter upplever ett beroende av andra människor. Själva upplevelsen av att vara beroende skiljer sig däremot åt. Flera av informanterna beskriver kontrasten mellan hur livet tidigare sett ut och hur det är nu. De saker som tidigare varit självklara att utföra på egen hand kräver nu hjälp från andra. Det finns också en acceptans hos somliga informanter om att hjälpen behövs vilket gör att de känner en tacksamhet gentemot hemtjänstpersonalen. Vad gäller att vara beroende av andra säger Ip1 :

”Sen som jag sa med den här självständigheten, jag kan ju t.ex. inte gå och köpa mig några kläder, jag kan inte gå och handla.. Glömmer jag en mjölk i affären då får jag knappast hem den. För de handlar två gånger i veckan åt mig hemtjänsten och däremellan så är det trögt, väldigt svårt.”

Antonovsky (1987) belyser att olika livserfarenheter som vi inte medverkat i själva resulterar i att andra människor bestämmer saker åt oss, uppgiften, formulering av regler samt framställer resultaten vilket gör att personen förminskas till ett objekt. Det innefattas i arbete, personliga relationer och andra sfärer som är begränsande. Ovanstående citat indikerar just att bristen på självständighet och att vara beroende av andra i vardagliga sysslor gör att det känns frustrerande. Liksom Ip1 kan Ip3 tolkas ha en känsla av att förminskas till ett objekt:

”Det är ju förnedrande. Det är inte så roligt att vara beroende. Men jag har goda relationer till hemtjänsten och det flyter i regel utmärkt. Du pratar med fel person om du är ute efter att få höra klagomål om hemtjänsten. Jag är inte missnöjd med dem, jag är mer missnöjd med mig själv. Att jag inte förmår mer. Det är som att ensam simma ut på öppet vatten och få en kallsup, förstår du.”

Cullberg (2003) beskriver några primitiva försvarsmekanismer inom coping då påfrestningar blir allt för svåra att hantera. En försvarsmekanism är vändning mot jaget vilket innebär känslor av att vara värdelös eller självhat. Både Ip3 och Ip1 framhåller känslan av att vilja förmå mer men inte kunna. I Ip3s fall handlar det om missnöjsamhet med sig själv, vilket kan kopplas till försvarsmekanismen vändning mot jaget då personen framhåller att hen borde förmå mer.

Vidare talar informanterna om olika sätt att hantera känslan av att vara beroende. Flera personer tar upp vikten av att försöka klara så mycket som möjligt på egen hand. Ip1 säger:

”... jag ju så envis så varje morgon när jag har lite krafter då har jag moppen i den ena handen och rollatorn i den andra och torkar runt här...”

Liksom Ip1 talar Ip4 om vikten av att klara så mycket som möjligt på egen hand.

”Jag är tacksam att jag har den hjälpen men jag försöker att underlätta det för dem. Om jag kan göra något själv så gör jag det. Jag vill inte utnyttja dem, det gör jag inte. Att fodra det och det, det har jag svårt för. Men det jag måste ha hjälp med behöver jag ju. De gör allt jag begär, de gör de.”

I citatet ovan framkommer också känslan av att inte vilja utnyttja hemtjänstpersonalen samt ställa krav vilket är en uppfattning som delas av Ip6:

”De duschar mig och sånt 2 gånger i veckan. Då sa en av mina kompisar: Men herregud kommer det killar som gör det? Ja sa jag, det gör det, det får det göra. Jag tycker ju det är bättre med flickor. Men det är ju så bara, det får jag bara acceptera.”

Likadant resonerar Ip8 om en bekantskap som ger hen stöd i vardagen:

”Ibland har hon dåligt samvete för att hon inte har varit här men jag säger ”det ska du inte ha”. Hon ska ju inte behöva offra sig för mig.”

”Ett samhälle som betonar produktivitet och självständighet skapar lätt negativa attityder mot improduktiva och osjälvständiga gamlingar...” skriver Tornstam (2010:106) och menar att en vanlig föreställning är att gamla människor är sjuka,

omedgörliga, förslöade och ensamma. Vidare framhålls att det för de flesta gamla människor är helt osant men att äldre tenderar att ses på som en homogen grupp snarare än som enskilda individer. Detta är också en uppfattning som kan befästas i Antonovskys (1987) resonemang om att människan måste känna meningsfullhet och känna sig socialt värdesatt. Författaren tar upp ett exempel med en hemmafru där det signaleras ett tydligt budskap från samhället att hon inte är särskilt viktig. Skattestrukturer i samhället indikerar att hennes sysselsättning inte är värd mycket. Ett samhälle kan värdera människor utifrån social rörlighet och där har inte hemmafrun så mycket erfarenhet då hon inte befinner sig i det offentliga arbetslivet. Likadan kan situationen tänkas se ut för informanterna som i likhet med hemmafrun inte deltar i det offentliga arbetslivet. Attityder som nämnts ovan kan vara en anledning till att informanterna känner ett behov av att underlätta för de som hjälper dem i vardagen för att inte uppfattas som besvärliga. Med det följer också en ovilja att ställa krav på hemtjänstpersonalen.

Ip7 talar dock om självbestämmandet och att det är hen som har fått vara med och påverka det hemtjänsten utför. Det finns också en medvetenhet hos personen om att hen är i behov av stöd ifrån hemtjänsten vilket kan tolkas leda till en acceptans. Ip7 säger:

”Men jag vet ju vad de får göra för det har jag ju själv bestämt.”

Tidigare har nämnts av Tornstam (2010) att äldre ofta ses som en homogen grupp och mindre som enskilda individer varför det kan tänkas finnas en känsla hos informanterna att vilja bli sedda för vilka de faktiskt är. Vikten av att inte förlora sin identitet blir än mer påtaglig som beroende vilket bekräftas av Ip6:

”Man ska ju inte göra så att man liksom, man måste vara någon även om man har all denna hjälpen. Du kan inte.... Du är den du är, jag är jag.”

### 6.3.1 Egna reflektioner

Av vad som framkommit i resultatet är gemensamt för alla informanter att ha en känsla av att vara beroende. Någon ser det som förnedrande och svårt att acceptera medan andra finner acceptans i att vara medvetna om att hjälpen behövs samt att få vara med och påverka utförandet av den. Flera av informanterna beskriver hur det försöker underlätta för hemtjänstpersonalen. Vi tänker att dessa exempel indikerar att om personen själv har bidragit med något samt känner att den fortfarande har makt över sitt liv, blir det lättare att vara beroende av andra.

Vi tänker också att vilja göra så mycket som möjligt själv har att göra med att så långt det är möjligt vilja ha makten över sitt eget liv och sin identitet. Att inte som Antonovsky (1987) skriver objektifieras genom att rätta sig efter andras regler eller efter samhällets rådande attityder om ineffektivitet (Tornstam, 2010). Ovan finns ett exempel om en hemmafru som inte deltar i det offentliga arbetslivet. I ett samhälle som bygger på att arbeta och betala skatt kan äldre personer uppleva en känsla av att inte kunna bidra med något. Vi tänker att det kan kännas extra frustrerande för informanterna då de till skillnad från hemmafrun tidigare har deltagit i det offentliga arbetslivet och fortfarande bidrar med skattemedel.

## 6.4 Bemötande

Frågor som ställdes till informanterna angående bemötande innefattade tre nivåer. Dels bemötandet från hemtjänsten, hur informanterna upplevde sig bli bemötta av övriga personer i sin vardag samt hur de upplevde att äldre personer blir bemötta av samhället i stort. Gemensamt för informanterna är att de alla upplever bemötandet från hemtjänstpersonalen som bra men menar att hemtjänstpersonalen har ont om tid att sitta ned och prata samt bidra till social samvaro. Ip5 säger:

”...Men jag klarar ju att värma mat själv nu och diska med... Så när de kommer kan de sitta ner och bara prata. Men det behöver du inte säga för då tar de bort det... Jag vill ha de besöken för jag känner mig trygg. Jag vet ju det, jag vill ha den där sociala biten. Den gör ju väldigt väldigt mycket.”

Vidare talar Ip5 mestadels gott om hemtjänsten men ger ett exempel på en händelse där hens förmågor underskattades.

”Jag hade bäddat själv en dag.. Jag tyckte det var fint men.. Men hon från hemtjänsten sa ”så du har bäddat” så hon kom in och drog upp allt och gjorde om det.. Det tyckte jag var löjligt.”

Som nämnts i avsnittet om beroende ovan, menar Tornstam (2010) att samhället generellt betonar effektivitet och självständighet vilket skapar negativa attityder gentemot äldre. Trots att Ip5 visade tecken på självständighet uppskattades inte detta, vilket kan tänkas befästa Tornstams teori ytterligare om att det råder vissa attityder kring vad äldre personer klarar och inte klarar.

Flera informanter har talat om vikten av personkemi kopplat till bemötande samt att det finns de i hemtjänstpersonalen som de uppskattar mer än andra. Ip1 säger:

”Får man en trevlig person som hinner städa och prata på samma gång då tycker man att det är positivt va, men är det någon som man inte känner att man funkar ihop med tänker man åh om hon ville bara vill bli färdig att gå. Jag tycker det är så väldigt viktigt, stämmer det inte då tänker man varför sa jag det, då är jag hellre ensam.”

I det ovanstående citatet finns en tanke om att en relation bygger på två personer samt ett givande och tagande. Cooley (1964) menar i likhet med detta att individen inte kan existera utan sitt sociala sammanhang samt att människans identitet, det vill säga hennes jaguppfattning, uppstår och formas av det sociala sammanhang hon befinner sig i. Sett till det informanterna säger om personkemi kan tänkas att vilka som utgör det sociala sammanhanget därför är av stor betydelse.

Då det kommer till frågan om hur informanterna tycker att äldre blir bemötta av samhället svarar många utav dem utifrån sig själva och sina egna erfarenheter. Ip4 säger:

”Någonting jag skulle vilja haft var en ny hörapparat förra året när jag var och undersökte hörseln. Då var den inte tillräckligt gammal den jag hade, men det finns ju bättre. Jag tycker att när man är i denna ålder så borde man ha det bästa möjliga som man har glädje utav den tiden man lever. Jag tycker det är lite fel resonerat.”

Ip3 talar också om hur attityder från samhället påverkar hen som person men också hur det ses på äldre generellt sett:

”I mellanöstern ser man upp till de äldre. Här i Sverige ser man ner på de äldre. Jag känner mig lite utanför, passé. Men man ska inte bli sentimental.”

Ip1:s upplevelse skiljer sig dock från Ip4 och Ip3:

”Ja, de var inte nedlåtande eller föraktande utan istället tvärtom att de ärades mig lite grann, det tycker jag. Det respekterar man som en gammal människa. Inte att jag var helt knäpp utan jag kunde hänga med och tala och prata med dem. Det tycker jag inte var något negativt. Jag har aldrig upplevt det negativt. Ännu.”

Tornstam (2010) betonar att de stereotypa föreställningar som råder kring äldre är antingen att de är sjuka, omedgörliga, förslöade och ensamma eller kloka, snälla och välmående. Detta påstående stämmer väl överens med de upplevelser informanterna har av bemötande från allmänheten. Då Ip4 och Ip3 menar att de känner sig förbisedda av människor i samhället menar Ip1 istället att hen känner sig lite upphöjd just för att hen är äldre. Som tidigare nämnts framhålls att ovannämnda egenskaper för de flesta gamla människor är falska men att äldre tenderar att ses på som en homogen grupp snarare än som enskilda individer.

Av resultatet att döma har många av informanterna inte reflekterat över äldre som en grupp eller ur ett samhällsperspektiv, utan har utgått ifrån individuella upplevelser också då intervjufrågorna varit utformade att gälla äldre på ett mer övergripande plan. Detta visar att äldre inte kategoriserar sig som en grupp trots att dessa attityder råder i samhället.

#### 6.4.1 Egna reflektioner

Alla informanter säger att de upplever bemötandet från hemtjänsten som bra och menar att det inte finns något att klaga på. Dock kan flera av informanterna ge exempel på tillfällen då det inte varit helt tillfredsställande. Vi tänker att det kan bero på att personerna befinner sig i en beroendeställning gentemot hemtjänstpersonalen och att de därför inte känner sig berättigade att klaga på eller kräva mer av den hjälp de får. En annan aspekt kan vara att det helt enkelt är så att bemötandet är otillfredsställande så få tillfällen att informanterna inte lägger någon vikt vid det.

Sättet som informanterna säger att de blir bemötta på kan passas in på Tornstams (2010) tankar om att samhällsattityder kan kategorisera in äldre som antingen ineffektiva och långsamma eller glada och tillmötesgående. Vi tänker dock att variationen i svaren också kan härledas till tanken om att äldre inte bör ses som en grupp utan som enskilda individer. Vi tolkar det som att informanterna inte ser äldre som en grupp då flera av dem har svarat utifrån sig själva också då vi ställt frågor om bemötande på ett mer övergripande plan.

## 7 Diskussion

Då vi har egna reflektioner efter varje delavsnitt i resultat- och analysdelen har vi valt att lyfta dessa resonemang i diskussionen varför det tenderar att bli en del upprepningar. Detta för att göra läsaren påmind om vad som tagits upp samt för att sammanställa resonemangen till en integrerad helhet.

Av vad som framkommit av resultat- och analyskapitlet i studien menar vi att själva brytpunkten för åldrandet kan tolkas vara sjukdom och att hamna i en beroendeställning. Samtliga informanter upplever en känsla av att vara beroende, någon ser det som förnedrande och svårt att acceptera medan andra finner acceptans i att vara medvetna om att hjälpen behövs samt att få vara med och påverka utförandet av den. Av resultatet att döma har åldrandet mindre att göra med den kronologiska åldern. Innan informanterna drabbades av sviktande hälsotillstånd hade de inga förväntningar på åldrandet eftersom de inte reflekterat över ålderdomen. Anledningen till varför de tidigare inte reflekterat över åldrandet menar vi kan bero på att informanterna lever i ett välfärdssamhälle där sjukdomar sällan uppstår eller går att lindra med sjukvård. Många av informanterna har innan de drabbades av sjukdom därför aldrig befunnit sig i en beroendeställning. Sättet som informanterna konfronterats med ålderdom tidigare är istället genom föräldrar eller partners.

Informanterna menar dock att deras eget åldrande står i stor kontrast till hur det är att uppleva ålderdomen utifrån. Vad som framkommit av resultatet är att det i själva ålderdomen gäller att hitta strategier för att hantera situationen, exempelvis coping. Flera av informanterna beskriver hur de försöker underlätta för hemtjänstpersonalen och vi tänker att det kan vara en copingstrategi att försöka frigöra sig från beroende. Dunér (2007) påvisar i likhet med detta att äldre personer strävar mot en kontroll över sina liv. Då inte detta är möjligt längre till följd av ett hjälpbehov använder sig dessa personer av olika strategier för att återta kontrollen över sina liv och skapa en känsla av autonomi.

Informanterna beskriver vidare att nedsatt hälsotillstånd sätter gränser och skapar ett beroende då det kommer till relationer och social kontakt. Flera av informanterna är på grund av sin sviktande hälsa oförmögna att ta sig ur sina hem vilket gör att de inte har möjlighet att välja om de vill delta i sociala sammanhang eller ej. Utifrån resultatet tolkar vi därför det som att ensamheten inte är självvald som teorin om gerotranscendensen påstår. Vissa av informanterna påpekar att de har ett behov av ensamhet men kopplar det till sina hälsobegränsningar snarare än något annat, då dessa tar mycket energi från dem. Vi ställer oss därför frågande till hur väl åldrandet kan förstås genom gerotranscendensen. Som vi ser det väljer inte informanterna att dra sig tillbaka för att som teorin säger omvärdera jaget och se livet och tillvaron ur ett nytt perspektiv. Flera av informanterna talar visserligen om att de ser tillbaka på livet och det som "har varit" vilket kan tyckas vara ett uttryck för att träda in i en ny fas i livet. Men samtidigt finns en tanke hos flera av informanterna att om de inte varit sjuka hade situationen sett annorlunda ut vilket alltså motsäger teorin.



De informanter som inte kan ta sig ur sina hem menar också att den sociala kontakten är beroende av att deras bekantskaper tar initiativet till den, vilket vi tänker befäster en känsla av beroende. För de som är isolerade och inte kan ta kontakt med andra tolkar vi det som att hemtjänsten blir ett substitut för andra kontakter och uteblivna sociala sammanhang. Informanterna talar om värdet av det sociala utbytet med hemtjänsten vilket vi tror har att göra med att det är en kontinuerlig kontakt som personerna i fråga inte behöver ställa några krav på då det redan är förutbestämt att hemtjänsten ska komma. Vikten av relationer i vardagen lyfts också av Dunér (2007) då hon beskriver att välfungerande formella och informella nätverk i de äldres vardag kan skapa eller upprätthålla en känsla av självständighet i ålderdomen trots ett hjälpberoende.

Flera av informanterna tar vidare upp att de är intresserade av och vill ha mer samvaro med den yngre generationen vilket vi tänker är ett sätt att fortsätta vara delaktiga i samhällsutvecklingen och ta del av hur livet ser ut för de som är i arbetsför ålder. I teorikapitlet har ett exempel tagits upp om en hemmafru som inte deltar i det offentliga arbetslivet. Exemplet relateras till attityder gentemot vissa sociala grupper samt hur de värderas utifrån effektivitet. I ett samhälle som bygger på att arbeta och betala skatt tänker vi att äldre personer kan uppleva en känsla av att inte kunna bidra med något. Vi tror med detta i åtanke att teorin om gerotranscendensen som tidigare nämnts speglar en samhällsattityd om ineffektivitet hos äldre snarare än verkligheten. Detta tänker vi skapar en förväntning på den äldre om att dra sig tillbaka från samhällseliga och sociala arenor.

Om vi ser till samhällsstrukturen är den också uppbyggd på tanken om att effektivitet och prestation är att föredra. Ett exempel på det är jobbskatteavdragen, att den som arbetar belönas med att betala mindre i skatt. Äldre ges utifrån den idén signaler om att inte bidra tillräckligt i samhället eftersom de kommer behöva betala mer i skatt än en arbetsför person i relation till sin inkomst. Vi tänker att det kan kännas frustrerande för äldre personer då de tidigare bidragit med arbetskraft till samhället och fortfarande bidrar med skattemedel och att det kan skapa av en känsla av att vara passé, vilket en av informanterna också uttrycker i resultatet.

Vad gäller bemötande från hemtjänsten betonar flera av informanterna vikten av personkemi, kontinuitet samt tid att hinna sitta ner och samtala en stund. Samtliga informanter menar att hemtjänsten har för lite tid till social kontakt. Szebehely (2007) belyser också detta då hon beskriver att hemtjänstinsatser på senare tid har brutits ner till mindre delar så att de kan utföras snabbare. Det framhålls i Szebehelys studie att den emotionella biten av omsorgen, som är mer tidskrävande, därför blir lidande. Då hemtjänsten till stor del utgör informanternas nya och kanske enda sociala nätverk tänker vi att det också kan skapa en känsla av att inte vara värdesatt vilket också kan knytas samman med ovanstående attityder från samhället.

Vad vi som författare har upplevt då vi arbetat inom äldreomsorgen är att det inte heller finns några höga krav på vem som får arbeta inom hemtjänsten, exempelvis behövde vi ingen utbildning för att få en anställning. Vi anser att det också sänder ut signaler om att äldre är en lågprioriterad grupp. Även för de som arbetar och har en undersköterskeutbildning är yrket enligt oss lågprioriterat sett till lönesituationen. Ett redskap för att skapa större känsla av meningsfullhet hos äldre

anser vi därför vara en förändring av attityder också gentemot denna yrkeskategori. Vi tänker att det också gör att fler väljer att stanna kvar på sin arbetsplats vilket i sin tur resulterar i en större kontinuitet inom hemtjänsten såsom de äldre önskar.

Sett till 4 kap 1§ i Socialtjänstlagen, vilken fungerar som grund i beslutsfattandet inom äldreomsorgen, hänvisar den till en skälig levnadsnivå. Trots att socialtjänstlagen är en ramlag som ska tolkas utifrån individens behov sätter den gränser för i vilken utsträckning hjälpbehovet kan tillgodoses. Sett till lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade (LSS) utgår den istället från goda levnadsvillkor. Även lagstiftningen kan därigenom uppfattas värderande för äldre människor.

Då vi har ställt frågor om bemötande på ett övergripande plan har flertalet informanter svarat utifrån sina individuella upplevelser. I begreppet ålderism som tagits upp i teoridelen finns stereotypa föreställningar om egenskaper som innefattar alla äldre vilket gör att de ses som en homogen grupp snarare än som enskilda individer. Vi tänker, efter att ha genomfört intervjuerna och bearbetat materialet, att denna stereotypa föreställning delvis fanns även hos oss med tanke på hur vi valde att ställa frågorna. Av vårt resultat att döma ser informanterna sig själva som enskilda individer snarare än som en del av en grupp men blir av samhället insatta i en sådan. Vi tänker att det därför blir svårt för äldre att anpassa sig till ålderdomen och förväntningarna som följer med den. Samhällets förväntningar menar vi inte stämmer överens med hur individen ser sig själv.

Flera av informanterna betonar just vikten av att bevara sin identitet och menar att personligheten är bestående. Detta tas exempelvis upp flera gånger då det pratas om det sociala samspelet med hemtjänsten och hur viktigt det är med personkemi. Att se tillbaka på hur livet har varit då man var frisk och yrkesverksam tänker vi också har att göra med att hålla fast vid sin identitet. Avslutningsvis tänker vi att det därför är viktigare att se till varje persons individuella upplevelse än att försöka förstå äldre som en grupp. Teorin om gerotranscendensen menar vi därför bör kompletteras genom vidare forskning med ett individperspektiv då det annars finns risk att teorin mestadels speglar de attityder som finns gentemot äldre i samhället. Därigenom anser vi att det skapas en större förståelse för äldre personer genom vilken deras behov också kan tillgodoses på ett tillfredsställande sätt.

# Referenslista

- Antonovsky, A. (1987) *Hälsans mysterium*. Stockholm; Natur & Kultur
- Bryman, A. (2011) *Samhällsvetenskapliga metoder*. Malmö; Liber.
- Cohen, F. (1984) ”Coping” i *Behavioral Health: A Handbook of Health Enhancement and Disease Prevention*. New York; Wiley.
- Cooley, C.H. (1964) *Human Nature and the Social Order*. New York; Schocken.
- Cullberg, J. (2003) *Dynamisk psykiatri*. Stockholm; Natur & Kultur
- Dunér, A. (2007): *To maintain control: Negotiations in the everyday life of older people who can no longer manage on their own*.
- Goffman, E. (1968) : *The Presentation of Self in Everyday Life*. Harmondsworth; Penguin.
- Havens, B.J. (1968) An Investigation of Activity Patterns and Adjustment in an Ageing Population, *The Gerontologist* , *seed.* 201-206.
- Heylen, L. (2010) ”The Older the lonelier? Risk factors for social loneliness in old age” i *Aging and society*. 10/2010.
- Ingvad, B. (2003) : *Caring and relations. On emotional interactions in home help*.
- Lincoln, Y.S. & Guba, E. (1985) : *Naturalistic inquiry*. Beverly Hills, CA ; Sage.
- Lofland, J. & Lofland, L. (1995) : *Analyzing social settings : A guide to qualitative observations an analysis*. Belmont, CA ; Wadsworth.
- Mead, G.H (1934) *Mind , Self and Society*. Chicago.
- Meis, M. (2005) : *Geriatric Orphans: A Study of Severe Isolation in an Elderly Population*.
- Nationalencyklopedin (2014): <http://www.ne.se/hen/1826342> (20140416.)
- Notisum (2014) : Socialtjänstlag (2001:453)  
<http://www.notisum.se/rnp/sls/lag/20010453.htm> (20140421).
- Ottenvall Hammar, I. , Wilhelmson, K., Dahlin- Ivanoff, S. & Eklund, K. (2013): ”Erfarenheter av självbestämmande hos personer som nyligen utvecklat ett

beroende i dagliga aktiviteter”. Muntlig presentation AT-forum 24-25 april 2013.  
Stockholm

Riktlinjer för äldreomsorgen i Göteborgs stad version 2013

Szebehely, M. (2007) : Carework in Scandinavia: Organisational trends and everyday realities. Annual Espanet Conference, Social Policy in Europe: Changing Paradigms in an Enlarging Europe? Vienna 20-22 Sept 2007

Tornstam, L (2010) *Åldrandets socialpsykologi*. Stockholm; Nordstedts.

Webb, E.J., Campbell, D.T., Schwartz, R.D & Sechrest, L. (1966): *Unobtrusive measures : Nonreactive measures in the social sciences*. Chicago; Rand McNally.

# Bilaga 1

## Intervjuguide

Vi kommer att ställa några frågor om upplevelser av ålderdomen som kommer vara till grund för vår undersökning. Ni som deltar är alla över 80 år, är ensamboende och har någon form av socialt stöd eller omsorgsinsatser från hemtjänsten. Inga andra personuppgifter kommer att uppges. Du får gärna ställa frågor under intervjun eller ta pauser. Är det något du inte vill svara på så behöver du inte. Vi kommer spela in intervjun samt transkribera den och använda valda delar i vår uppsats. Om du vill har du rätt till att få läsa det som vi kommer använda oss av i uppsatsen. Har du några synpunkter eller invändningar?

### **Inledande frågor:**

- När är du född?
- Vart är du uppvuxen?
- Hur länge har du bott i din nuvarande bostad?
- Hur länge har du haft hjälp av hemtjänsten?
- 1. Vad tänker du på när du hör ordet ålderdom?
- 2. Vad hade du för tankar om hur det skulle bli att bli äldre?
- 3. Hur upplever du att det är att vara äldre?
- 4. Vad tycker du om att jag kallar dig för äldre?
- 5. Vilka relationer har du i ditt liv som betyder mycket för dig?
- 6. Vilka viktiga personer har du förlorat sedan du blev äldre?
- 7. Vilka nya relationer har du fått sedan du blev äldre?
- 8. Kan du berätta om hur en vanlig dag i ditt liv ser ut? (När känns det roligt och när känns det tråkigt?)
- 9. Vad har du förs stöd från hemtjänsten?
- 10. Hur upplever du att hemtjänsten har tid att sitta ner och prata?
- 11. Hur känns det för dig att ta emot stöd från hemtjänsten?
- 12. Hur upplever du att du blir bemött av hemtjänsten?
- 13. Vad upplever du att du har att säga till om när du får stöd av hemtjänsten?
- 14. Vad för annat stöd har du i vardagen? (Från vem/vilka?)
- 15. Hur upplever du att du blir bemött av människor i din omgivning?  
(Exempelvis när du handlar, går till läkare etc)
- 16. Hur upplever du att äldre människor generellt blir lyssnade på av människor i samhället?