



GÖTEBORGS
UNIVERSITET

INSTITUTIONEN FÖR SOCIALT ARBETE

”Det är inte lätt att hitta nya kompisar när man blir äldre”

En kvalitativ studie av äldre träffpunktsbesökares
upplevelser av verksamheten och vardagslivet.

SQ4562, Vetenskapligt arbete i socialt arbete, 15 hp
Scientific Work in Social Work, 15 higher education credits

Kandidatnivå

Termin: VT 2020

Författare: Anna Allard och Daniel Berggren

Handledare: Karin Törnbom

Antal ord: 19 986 st

Abstract

Titel: ”Det är inte lätt att hitta nya kompisar när man blir äldre”. En kvalitativ studie av äldre träffpunktsbesökarens upplevelser av verksamheten och vardagslivet.

Författare: Daniel Berggren och Anna Allard

Syftet med studien var att genom en kvalitativ metod, undersöka upplevelser av meningsfullhet och gemenskap hos besökare på två träffpunkter på Hisingen i Göteborgs stad vilka riktar sig mot äldre över 65 år. Studien undersökte också besökarnas upplevelser av vad träffpunkternas verksamhet tillförde dem i vardagslivet. Studien baserades på intervjuer med nio träffpunktsbesökare i åldrarna 73-82 år. Intervjuerna var semistrukturerade och som teoretiska perspektiv för analysen användes KASAM, gerotranscendens, systemteori och teorin om sociala band. Resultatet visade att träffpunktsverksamheterna genom sin utformning kan erbjuda besökarna olika former av komplement rörande besökarnas nätverk. De uppvisade också förmågan att möjliggöra relationsskapande samt bevarande av existerande relationer genom det utrymme för gemenskap som verksamheterna bidrog med för målgruppen. Majoriteten studiedeltagarna levde ensamma och flertalet hade en avliden partner. Resultatet lyfte också olika aspekter kring träffpunktsbesökarna upplevelse av meningsfullhet, både i relation till verksamheten liksom det egna vardagslivet. Utsagorna belyste exempel kring hur träffpunkterna kan utformas för att tillgodose målgruppens behov på bästa sätt, liksom hur de på ett fullgott sätt kan utgöra komplement i besökarnas liv. Ensamhet eller en förändrad tillvaro utgjorde huvudorsaken till att studiedeltagarna uppsökt träffpunkten. Det framgick också att gemenskapen med andra besökare bidrog till en trygghet, även om de privat inte umgicks med varandra.

Studien belyser vikten träffpunkter har för dess besökare genom bidrag i form av bland annat trygghet, gemenskap och meningsfullhet i vardagen. Detta i relation till utmaningar utifrån ekonomiska förutsättningar och besparingar inom området som kan underminera socialtjänstlagens värdegrund kring arbetet.

Nyckelord: *Personer över 65 år, träffpunktsverksamheter för äldre, KASAM, gemenskap, det goda åldrandet.*

Innehållsförteckning

1. Inledning	6
1.1 Bakgrund.....	7
1.1.1 Ofrivillig ensamhet bland äldre	7
1.1.2 Träffpunkten: dess bidrag och begränsningar	8
1.2 Problemformulering	9
1.3 Studiens relevans för socialt arbete och samhällsrelevans.....	10
1.4 Syfte och frågeställningar	11
1.5 Avgränsningar och begreppsförklaringar.....	11
1.5.1 Äldre människor	11
1.5.2 Träffpunkt för äldre	12
1.5.3 Äldresamordnare	12
1.5.3 Meningsfullhet.....	12
1.5 Arbetsfördelning	12
1.6 Studiens fortsatta disposition	13
2. Kunskapsläge och tidigare forskning	14
2.1 Åldrandet och vardagslivet	15
2.2 Sociala relationers betydelse	17
2.3 Mötesplatsens funktion	19
2.4 Sammanfattning och relevans för studien	21
3. Teoretiska utgångspunkter	23
3.1 Känsla av sammanhang (KASAM).....	23
3.1.1 KASAM-begreppet och grupper	25
3.2 Gerotranscendens	26
3.1.2 Gerotranscendensens bidrag och begränsningar.....	28
3.3 Systemteori.....	29
3.4 Sociala band	30
3.5 Sammanfattning och relevans för studien	31
4. Metod och metodologiska överväganden.....	33
4.1 Metodval	33
4.2 Urvalsprocess	34
4.2.1 Urvalsprocessens begränsningar	35
4.3 Genomförande av intervjuer	36
4.4 Bearbetning av intervjuer	38
4.5 Analysmetod	39
4.6 Förförståelse.....	40
4.7 Studiens tillförlitlighet	41
4.8 Forskningsetiska överväganden	42

5. Resultat och analys.....	44
5.1 Träffpunktens funktion.....	44
5.1.1 En omställning till en ny tillvaro.....	44
5.1.2 Ett komplement i tillvaron.....	46
5.1.3 Ett andra hem.....	48
5.2 Vardagslivets delar och jaget	50
5.2.1 Höjdpunkter och ensamtidens betydelse	50
5.2.2 Vi känner varandra så väl och vet vad vi är för personer	52
5.2.3 Bara att man rör sig	53
5.3 Ensamhet och trygghet.....	55
5.3.1 Många av oss som är ensamma här	55
5.3.2 Så länge man kan ta sig ut och göra saker.....	56
5.3.3 Inte roligt att laga mat	57
5.3.4 Du vet att någon saknar dig.....	58
5.4 Relationer mellan deltagare och sociala nätverk.....	59
5.4.1 Nya relationer som är svårt att få när man blir äldre	59
5.4.2 Plötsligt blivit en tajt grupp	60
5.4.3 Vi umgås väldigt lite, eller ringer utanför gruppen	61
5.4.4 På gympan, där är inga som jag umgås med	62
5.4.5 Väldigt rädd om sina närmaste vänner	63
5.4.6 Gamla barndomskamrater och väninnor att umgås med	63
6. Avslutande diskussion.....	65
Referenslista.....	69
Bilaga 1 – Informationsbrev.....	72
Bilaga 2 - Intervjuguide	73

Förord

Vi valde vårt uppsatsämne baserat på vårt stora intresse för arbete med äldre. Båda har sedan tidigare, både innan och under våra socionomstudier, arbetat inom äldreomsorgen. Den ena som vårdbiträde och den andra som enhetschef. Skapandet av uppsatsen utgick ifrån tanken kring hur vi i framtiden med utmaningarna som finns inom äldreomsorgen, kan skapa en äldreomsorg som upplevs meningsfull för de som omfattas av vården. Vi vill tacka våra respondenter för deras engagemang och deltagande. Vi vill även tacka vår handledare för stödet under uppsatsarbetet.

Daniel Berggren och Anna Allard

Göteborg den 20 april 2020

1. Inledning

Äldreomsorgen i Sverige står inför flera utmaningar i framtiden (Socialstyrelsen 2015:120-141). Utmaningarna skapas dels genom en förändrad demografi med en större andel äldre i befolkningen i relation till en mindre andel i förvärvsarbetsålder som ska upprätthålla välfärden. Äldres ökade medellivslängd beror på att hälsan hos gruppen förbättrats liksom tack vare utveckling inom hälso- och sjukvården. Idag omfattar äldreomsorgen cirka 300 000 äldre som får hjälp och nära 250 000 anställda för att möta deras behov. Det förutspås även en framtida brist på personal inom äldreomsorgen då det finns stora pensionsavgångar bland de som idag arbetar inom fältet. Kommuner har för att möta den ökade andelen äldre under de senaste fem åren begränsat möjligheterna till särskilt boende. Runt 80 kommuner uppvisar i relation till målgruppen, brister rörande platser på särskilt boende. Resursbristerna medför också generellt hårdare bedömningskrav som försvårar möjligheten för äldre att kvalificera sig och berättigas till att få hjälpinsatser från äldreomsorgen (ibid.).

Antalet äldre som fick insatser via äldreomsorgen kunde fortsatt ses minska under 2018 (Socialstyrelsen 2019:7-18). Det gällde inom samtliga kategorier såsom särskilt boende, korttidsboende och dagverksamhet. Ofrivillig ensamhet är idag ett växande problem hos äldre, där äldre över 85 år ofta lever ensamma i jämförelse med övriga befolkningen. Äldre har också ofta färre nära vänner och ett minskat socialt nätverk med anledning av åldrandeprocessens, vilken bland annat kan innebära ett minskat socialt nätverk genom att personer i närheten avlider. Den psykiska ohälsan kan ses ha ökat bland äldre baserat på statistik från 2018, var den ofrivilliga ensamheten utgör en riskfaktor (ibid.). Socialtjänsten har enligt socialtjänstlagen (SFS:2011:453) 5 kap, 5 § ansvar för att omsorg till äldre människor ska inriktas för äldre att kunna känna välbefinnande och leva ett värdigt liv. Detta genom att skapa en meningsfull och aktiv tillvaro i gemenskap med andra, vilket kan ses stå i kontrast till den negativa utvecklingen (ibid.).

Mot bakgrunden av psykisk ohälsa och social isolering bland äldre liksom organiseringen av dagens äldreomsorg, inriktar sig denna studie på äldres upplevelser av besök på träffpunkter på Hisingen i Göteborgs kommun. Detta med

koppling till gemenskapens betydelse och känslan av sammanhang. Hur upplever äldre sin ensamhet och vad betyder gemenskapen på en träffpunkt för dem? Vilken funktion uttrycks träffpunktsverksamheterna ha i besökarnas liv?

1.1 Bakgrund

Den svenska äldreomsorgen präglas sedan 1950-talet, av en ideologi grundad i att äldre bättre vårdas hemma istället för på olika vårdhem (Edebalk 1990:21-32). Hemmaboendeideologin uppkom genom olika socialpolitiska satsningar som införande av bostadsbidrag, folkpension och utvecklandet av hemtjänsten. Ideologin utvecklades även i takt med kvinnors inträde på arbetsmarknaden. För multisjuka äldre med omfattande omsorgsbehov fanns fortsatt vårdhem som en form av sista utväg (ibid.).

År 1992 skedde ädelreformen som gav kommunerna ansvar för de särskilda boendena (Jönson & Harnett 2015:185-187). Reformen utgjorde en åtgärd rörande de missförhållanden som uppdagats på de tidigare vårdhemmen, där brister fanns kring de äldres privatliv då de ofta sov i salar utan möjlighet till avskildhet samt att de som vårdades upplevdes bli passiviserade. Förändring skedde även av de särskilda boendena genom att varje äldre idag har vad som kan liknas med en mindre lägenhet, med ett litet kök och en toalett. Sedan reformen har kommunerna fått en större andel äldre utan ökade resurser, vilket har skapat förändringar av hur insatser sker från hemtjänsten. Detta genom exempelvis att social samvaro vid måltider idag inte är en del av hemtjänstens arbete (ibid.). Utifrån detta är en frågeställning hur äldreomsorgen i framtiden utifrån ekonomiska utmaningar ska kunna arbeta förebyggande för att möta en av åldrandets utmaningar, vilken utgörs av den ofrivilliga ensamheten.

1.1.1 OFrivillig ensamhet bland äldre

Ensamheten hos äldre människor är något som kan ses främst hos de som är ensamboende (Sundström, Fransson, Malmberg & Davey 2009:269-273). Orsaken till ensamhet kan ses ur flera aspekter där exempelvis svagare hälsa, känsla av tomhet och hopplöshet över livssituationen hör samman. Äldre som bor tillsammans med en partner upplever oftast mindre ensamhet och bättre hälsa än de

som bor ensamma, där en efterlevande partner ofta upplever stor ensamhet i sin nya tillvaro vid en partners bortgång. Kvinnor som lever i en relation där de vårdar en sjuk partner har ofta på grund av sin omsorgsroll en högre upplevd ensamhet, då tid för att upprätthålla andra sociala kontakter ofta kan saknas. Det finns således ett samband mellan upplevd sämre hälsa och ensamhet. Hos änkemän finns det exempelvis en överdödlighet det första året efter partners bortgång på grund av den stora omställningen i vardagslivet (ibid.). Det kan på så vis hos äldre uppstå känslor av ensamhet i vardagen exempelvis vid måltider som de tidigare kan ha delat med en partner, där måltiden tidigare också haft en social funktion (Alftberg 2012:75). Träffpunkter för äldre kan därav ha en kompletterande funktion för att motverka känslor av ensamhet genom de aktiviteter som anordnas och den gemenskap de bidrar med.

1.1.2 Träffpunkten: dess bidrag och begränsningar

Träffpunkter för äldre är en form av förebyggande socialt arbete för att motverka ofrivillig ensamhet (Jönson & Harnett 2015:79). Verksamheternas syfte är att ge en hållpunkt och struktur samt mening för besökarna. Engagemanget i aktiviteter och gemenskaper på träffpunkten kan bli en del av exempelvis en copingstrategi för att hantera en ny tillvaro. Verksamheterna kan således också verka främjande för äldres känsla av sammanhang, vilket bygger på fokus kring det friska hos äldre och emfas på målgruppens egna förmågor och styrkor. Det finns få svenska studier kring träffpunkter, desto mer utomlands som i exempelvis USA (ibid.). Verksamheterna kan i Sverige ses ha inriktat sig på gruppen friskare äldre baserat på forskning inom fältet (Österman & Wånell 2010:1-3). I en studie av träffpunkter inom Stockholms stad kunde ses att träffpunkterna missade det behov av stöttning som äldre med omsorgsbehov har kring att ta sig till mötesplatsen liksom kring deltagandet i aktiviteter. Exempelvis fanns besökare med behov av stöttning under toalettbesök, där detta behov inte kunde tillgodoses av personalstyrkan som fanns tillgänglig. Det kunde ses skapa en otrygghet hos de äldre med större omsorgsbehov i hur de skulle klara av att delta i verksamheten på träffpunkten. Ekonomiska skäl för att uppnå minskade kostnader kan också vara en faktor varför träffpunkternas verksamhet inriktat sig mot friskare äldre (ibid.).

Träffpunkterna för äldre över 65 år på Hisingen i Göteborgs stad, erbjuder flera aktiviteter (Göteborgs stad 2019:3-5). Även om valda verksamheter tillhör olika stadsdelar på Hisingen, finns liknande aktiviteter hos de båda såsom exempelvis gymnastik, promenader, caféverksamhet, dans, sångkörer, frukost och hantverksarbete (ibid.). Båda stadsdelsnämnder har med anledning av krav på att uppnå en budget i balans gjort besparingar i sina verksamheter (Göteborgs stad 2019A-B). Inom Lundby stadsdelsförvaltning visade prognosen för oktober 2019 ett underskott på cirka 18 500 000 kronor som härrörde från individ-, familje- och äldreomsorgen liksom funktionshindersenheterna (Göteborgs stad 2019A:4). Flytt av en träffpunkt på Wieselgrensgatan beräknades bespara cirka 250 000 kronor. Inom äldreomsorgen nämns att förvaltningen generellt behöver arbeta för att minska antalet hemtjänststimmar samt hålla en ekonomisk restriktivitet (ibid.:1-12). Stadsdelsförvaltningen Norra Hisingen beskriver i ett tjänsteutlåtande en minskad budget på 9 000 000 kronor för mötesplatser och fritidsverksamhet, vilket kräver en annan organisering av verksamheterna (Göteborgs stad 2019B:2-4). Ett sätt att uppnå ekonomisk effektivitet är via minskade lokalkostnader genom koncentration av verksamheterna mot en lokal som flera grupper och generationer kan nyttja, liksom genom effektivisering baserat på generationsöverskridande aktiviteter (ibid.).

1.2 Problemformulering

Träffpunkter för äldre är ett viktigt, förebyggande socialt arbete för att främja hälsan hos äldre genom att motverka ofrivillig ensamhet genom exempelvis ett socialt sammanhang. Äldreomsorgen står inför utmaningar i framtiden då verksamheterna utan ökade resurser kommer att behöva ta hand om allt fler äldre. Effekterna kan redan synliggöras kring träffpunkterna på Hisingen i Göteborgs stad, vilka under de senaste åren varit föremål för ekonomiska besparingar. Det finns i Sverige heller inte mycket aktuell forskning kring träffpunkters resultat rörande hur de äldre som deltar på dessa upplever dem. Ett problem som tidigare forskning dock visat på är att verksamheterna ofta inriktar sin verksamhet på friskare äldre med anledning av resursbrister, detta mycket med anledning av en stark betoning på aktivitetsperspektivet och dess betydelse för god hälsa vid hög ålder.

Hur uppfattar besökarna att verksamheten skulle kunna organiseras för att bättre möta deras behov av gemenskap, meningsfullhet och närvaro i sociala sammanhang? Den här studien belyser hur äldre människor upplever två av träffpunkterna på Hisingen. Studiens ambition är att utgöra ett komplement till den tidigare forskningen inom området rörande träffpunkter som riktar sig mot äldre. Studien ämnar också att utifrån besökarnas upplevelser synliggöra vikten av träffpunktsverksamheternas funktion liksom belysa hur dessa kan organiseras för att främja ökad gemenskap och meningsfullhet för besökarna.

1.3 Studiens relevans för socialt arbete och samhällsrelevans

I framtiden kommer det i Sverige finnas en förändrad demografi med en större andel äldre i befolkningen. Det gör att mer pengar i framtiden kommer behövas inom äldreomsorgen för att möta en ökad andel äldre som är i behov av omsorgsinsatser (Socialstyrelsen 2015:120-141). I brist på ekonomiska medel i förhållande till att möta det ökade antalet äldre kommer verksamheterna att tvingas utföra kostnadsbesparingar genom exempelvis förändrade arbetssätt. I socialtjänstlagen (SFS 2001:453) 5 kap, 5 § anges att socialtjänsten i omsorgsarbetet av äldre människor ska inrikta sig mot att de ska kunna uppleva välbefinnande, ha ett värdigt liv och aktiv, meningsfull tillvaro i gemenskap med andra. Träffpunkter för äldre kan därför ses utgöra ett viktigt socialt arbete för att målgruppen ska kunna känna meningsfullhet och social gemenskap samt kring förebyggandet av ofrivillig ensamhet. Detta då ensamheten hos äldre enligt tidigare forskning kan leda till försämrad hälsa och även social problematik som exempelvis alkoholrelaterade problem och psykisk ohälsa (Sundström et al. 2009:269-273).

Den här studien kommer att undersöka hur äldre upplever den sociala gemenskapen och meningsfullhet i relation till de träffpunkter de besöker. Detta utifrån tanken att gemenskap och meningsfullhet är viktiga faktorer för att få de äldre att vilja besöka träffpunkterna och således kunna arbeta förebyggande mot ensamhet (Socialstyrelsen 2014:2-3). Studien kommer utifrån upplevelserna hos besökarna att kunna ge värdefull information till hur ett förebyggande socialt arbete genom träffpunkter för äldre ska kunna bedrivas.

1.4 Syfte och frågeställningar

Syftet med studien är att undersöka upplevelser av meningsfullhet och gemenskap hos besökare på två träffpunkter på Hisingen i Göteborgs stad, vilka riktar sig mot äldre över 65 år. Studien kommer även undersöka besökarnas upplevelser av vad träffpunkternas verksamhet tillför dem i deras vardagsliv och åldrande.

För att på ett utförligt sätt kunna besvara syftet och belysa intervjupersoners utsagor, utgår studien från följande frågeställningar:

1. Hur uppfattar deltagarna meningsfullhet i relation till sitt vardagsliv och det goda åldrandet?
2. Hur upplever deltagarna betydelsen av träffpunktsverksamheten i relation till gemenskap och känslan av att ingå i ett socialt sammanhang?
3. Hur beskriver deltagarna träffpunktsverksamhetens funktion i relation till upplevelsen av ensamhet och det sociala nätverket?

1.5 Avgränsningar och begreppsförklaringar

Studien är en form av fallstudie genom att den endast undersöker deltagarnas upplevelser av träffpunkter för äldre över 65 år, inom två stadsdelar på Hisingen i Göteborgs stad. Valet av träffpunkterna skedde utefter information om tidigare ekonomiska besparingar och att de geografiskt befann sig nära liksom hade ett liknande verksamhetsutbud. På grund av studiens syfte och begränsningar har inte intervjuer skett med personal eller volontärer om arbetet på träffpunkterna. Arbetets fokus har varit träffpunktsbesökarnas upplevelser.

1.5.1 Äldre människor

Med begreppet äldre avses personer som är 65 år och äldre (Socialstyrelsen 2019:2). Det är även dessa personer som träffas av de verksamheterna som socialtjänsten organiserar för äldre människor enligt socialtjänstlagen (SFS 2001:453).

1.5.2 Träffpunkt för äldre

Med begreppet träffpunkt i studien avses Socialstyrelsens (2014:2-3) definition av begreppet som en öppen dagverksamhet för äldre. Insatsen är inte individuellt behovsprövad och det krävs därför inte något biståndsbeslut för att få besöka verksamheten. Träffpunkterna arbetar förebyggande och öppet för äldre genom att erbjuda en social samvaro som exempelvis caféverksamhet. Det finns även dagverksamheter som är behovsprövade, vilka ofta riktar sig till specifika grupper av äldre som exempelvis de med demens och behov av rehabilitering. Dessa behovsprövade verksamheter omnämns i studien med begreppet dagverksamhet.

1.5.3 Äldresamordnare

Med begreppet äldresamordnare i studien avses en anställd personal av kommunen som samordnar, stöder, planerar verksamhet på träffpunkten (Socialstyrelsen 2014:28).

1.5.3 Meningsfullhet

Begreppet meningsfullhet diskuteras ofta i relation till livskvalitet, där individen upplever värde i sin tillvaro, varvid en aptit på livet och motivation till att överkomma hinder och påfrestningar kan etableras. Upplevelsen av meningsfullhet är ytterst individuell och utgår bland annat från aspekter såsom könstillhörighet, civilstånd och livsstil. Meningsfullhet beskrivs oftast utifrån komponenterna i begreppet känsla av sammanhang (KASAM), där komponenten meningsfullhet likt tidigare nämnt genererar en känslomässig innebörd i livet varigenom en person kan hänge sig till och uppleva att utmaningar i livet utgör hinder som är värda att överkomma. Meningsfullhet menas också bidra till en upplevelse av sammanhang. Med begreppet meningsfullhet i studien avses definitionen som anges enligt KASAM (Socialstyrelsen 2016:41-43).

1.5 Arbetsfördelning

Arbetsfördelningen under arbetet med studien varit jämn genom skrivandet. Uppdelning skedde först genom att båda studieförfattare skrev olika delar enskilt,

där texten slutligt omarbetades gemensamt. Under arbetet har tjänsten Google Docs använts för att öka insynen i arbetet liksom erbjuda gemensam redigering. Intervjuer och besök på träffpunkter har skett gemensamt, men intervjuerna delades upp och gjordes sedan enskilt med studiedeltagarna.

Med anledning av pågående coronapandemi har större delen av arbetet skett via distans genom internet och telefonkontakt. Kontakten har dock varit regelbunden med avstämningar dagligen. Slutlig bearbetning av analys och genomgång av datamaterialet har skett tillsammans via telefonkontakt. Skrivandet av utkast rörande resultat och analys skedde enskilt efter uppdelning av teman, vilket också slutligt omarbetats gemensamt. Studien har genom hela arbetet haft en jämn arbetsfördelning mellan båda författare.

1.6 Studiens fortsatta disposition

I studien kommer i nästa avsnitt presenteras (2) kunskapsläget genom tidigare forskning. Denna del redovisar relevant forskning med koppling till studiens forskningsfrågeställningar. Därefter presenteras (3) teoretiska ramverk där relevanta teorier för analysen av studieresultatet redogörs. I avsnitt (4) metodavsnittet, redogörs de metodologiska övervägandena och tillvägagångssätten för studien. Under avsnitt (5) resultat och analys, presenteras de resultat som framkommit under studien utifrån valda teoretiska ramverk samt tidigare forskning vilket belyses med illustrativa citat. Slutligen under avsnitt (6) diskussion, följer en diskussion utifrån resultatet. Studien avslutas med en referenslista och bilagor.

2. Kunskapsläge och tidigare forskning

Forskning rörande äldre och meningsfullhet i relation till motverkandet av ensamhet kan i viss mån anses välbeforskat, dock ligger till stor del forskningens fokus kring gruppen äldre på aktivitet och medicinska aspekter liksom i relation till dagverksamheter i form av en hälsobevarande verksamhet. Sammanlagt består avsnittet av fyra artiklar, två avhandlingar och två rapporter som har sin kontext i Sverige, Finland och Israel. Avvägningen kring nedanstående urval baserades på viljan att frånga de biståndsbedömda insatserna äldre kan åtnjuta, detta för att lägga fokus på de samhälleliga insatser vars verksamhet är öppen för de som inte ännu omfattas av äldreomsorgen i former av boende eller rehabiliterande och habiliterande aktiviteter.

Som ett komplement till den skandinaviska kontexten valdes en artikel från Israel för att möjliggöra fler nyanser liksom kunna synliggöra hur eventuella skillnader i länders ideologi kan påverka upplevelsen av ensamhet. Till skillnad från Finland och Sverige, ingår således inte Israel i den skandinaviska välfärdsmodellen vilket kan påverka insatsers utformning liksom syfte och funktion (Ejrnæs & Kristiansen 2013).

För att finna relevanta artiklar har Göteborgs universitets supersök använts för eftersökningar i bibliotekets databas Gupea. Sökorden ”träffpunkter”, ”äldre” och ”ensamhet” användes, där ungefär 20 artiklar hittades vid en avskalad sökning vilka kunde kopplas till forskningsområdet. Google Scholar användes också där sökorden ”äldre”, ”frivilliga träffpunkter för äldre” och ”hälsa” samt ”synen på äldre”, ”konstruktioner”, ”offentlighet” och ”livsloppet” nyttjades, vid en avskalad sökning resulterade de i 481 respektive 92 träffar. I samtliga sökningar bortsåg vi från examensarbeten och fokus lades på att finna avhandlingar samt artiklar och rapporter. Även databasen ProQuest Social Science användes med sökorden ”loneliness AND frail elderly OR adult care services”, vilket resulterade i 17 träffar.

2.1 Åldrandet och vardagslivet

Rundgrens (2010) artikel med en svensk kontext är baserad på ett socialmedicinskt perspektiv, vari ett flertal studier och rapporter liksom statistik används för att belysa olika biologiska aspekter kring åldrandets villkor. Utgångspunkten utgörs av förutsättningar och hinder för en individs biologiska möjligheter att uppnå en hög ålder. Behandlas gör också synen på ”normalt” åldrande, vilket ofta menas förknippas med utvecklandet av sjukdom och funktionsnedsättningar allteftersom en person stiger i åldern. I relation till de biologiska faktorer såsom funktionsförsämring och cellskador, vilka avgör människans livslängd, behandlar Rundgren (2010) också de hälsofrämjande aktiviteternas betydelse liksom upptäckten av förekommande behandlingsbara sjukdomar. Dessa faktorer benämns i form av sekundär respektive primär prevention.

I likhet behandlar Alftbergs (2012) avhandling med en fenomenologisk ansats i svensk kontext, äldre människors anpassning i vardagen i relation till en förändrad funktionsnivå och även många gånger en förändrad tillvaro. Avhandlingen är baserad på tolv intervjuer med äldre i åldrarna 80-90 år, där bland annat rutinernas betydelse belyses i relation till den egna identiteten och för upplevelsen av kontinuitet liksom de förändringar som åldrandet medför rörande kroppen. Rutinerna menar Alftberg (2012) bland annat bidrar med former av skattning av funktionsförmågan och åldrandets påverkan liksom att rutinerna bidrar med struktur och blir meningsbärande i tillvaron. Vanor och rutiner hos äldre människor anses genom den förändrade funktionsnivån, bli något som i vardagen kan bidra med trygghet baserad på kontinuiteten de bidrar med. En förändrad social situation kan skapa ändrade rutiner i form av nya förhållningssätt, exempelvis i de fall en partner gått bort där måltiden som tidigare fyllt en social situation kan bli jobbig. Förändringen kan då generera nya vanor såsom att äta framför tv:n för att fylla den sociala funktionen och för att motverka känslor av ensamhet (Alftberg 2012). Att exempelvis äta en måltid tillsammans med andra menas i dessa fall kunna bidra till en samhörighet och gemenskap genom att formen av aktivitet sker kollektivt, dock i ett nytt sammanhang. Aktiviteterna som bedrivs genom rutinerna som upprättas och i vissa fall omförhandlas menas också verka hälsofrämjande, vilket synliggör

likheterna i Alftbergs (2012) och Rundgrens (2010) studier där stor vikt läggs vid aktiviteternas funktion rörande god hälsa.

Alftberg (2012) behandlar också hur kategoriseringar kring gruppen äldre kan påverka upplevelsen av självet liksom synen kring vem som åläggs ansvaret rörande om individen åldras naturligt eller onaturligt. I likhet med Rundgrens (2010) forskning utgör bilden av det naturliga åldrandet i Alftbergs (2012) avhandling, den långsamma nedgången gällande funktionsnivå och psykisk hälsa som individen också menas kunna förlänga genom att upprätthålla en hälsosam livsstil. Således menas därför individer som bedöms leva ohälsosamt kunna förknippas med onaturligt åldrande, vilket innebär ett snabbare närmande livets slutskede varvid ansvaret i båda nämnda fall åläggs individen. Alftberg (2012) menar att detta synsätt medför normer kring åldrandet som de äldre tvingas förhålla sig till i former av ansvarstagande, självständighet och normalitet, vilket i grunden benämns utgöra en moralisk risk kring synen på gruppen utifrån deras sätt att leva.

Nilssons (2008) avhandling utgår ifrån en svensk kontext och en diskursanalys grundad i 32 dagstidningar mellan åren 2002-2004, artiklar publicerade av Pensionärspartiet SPI under åren 2002-2003 samt en parlamentarisk utredning kallad SENIOR 2005. Avhandlingen behandlar de konstruktioner av äldre som förekommer i samhället. De äldres uppfattade, ofta homogena kategoritillhörighet menas kunna påverka bland annat synen på, representation av liksom stödet som samhälleligt utformas för gruppen. Nilsson (2008) lyfter institutionalisering av livsloppet där olika aktiviteter kopplas till olika ålderskategorier, vilket starkt anknyter till lönearbetets funktion som i sin tur medför en upp- och nedgång i människans livslopp.

Även individualisering omnämns, där begrepp som yngre-äldre och äldre-äldre lyfts och just självförverkligandet menas bidra med en övergång från den tidigare nämnda, linjära livsloppsmodellen, till en konsumtionsinriktad livsstil där åldersbegreppet övergått till att bli mer dynamiskt. Nilsson (2008) hävdar att dessa två synsätt, både inom politiken liksom i samhället, utgör dikotomier vilka formar synen på äldres identiteter och vad som ingår i de kategorier som utformas kring gruppen. Nilsson (2008) menar vidare i likhet med Alftberg (2012) att

kategoriseringen och förståelsen för dess inbördes definitioner och sammanhang, därför blir avgörande för synen på de äldre i det offentliga rummet.

Alftberg (2012) belyser i linje med detta synen på att äldres aktiviteter av omgivningen måste kunna legitimeras som aktiviteter som bidrar med nytta kring aktivering och främjandet av bibehållen god hälsa. Nilsson (2008) lyfter i liknande ordalag aktivitetens betoning inom politiken vilken får effekter för planeringen kring gruppen äldre, där livsloppet benämns som flexibelt i relation till en individs funktionsförmåga. Kontinuitet i fråga om aktivitet lyfts fram där ett skifte menas kunna ske från att de äldre ses som konsumenter till producenter, förutsatt att de äldre ”producerar” i form av deltagande i aktiviteter. Något som blir ett nytt sätt att tala om ålderdomen på fast i andra former av ålderism. Likt Alftberg (2012) menar därför Nilsson (2008) att det således i slutändan blir genom aktivitet och produktivitet äldre kan åtnjuta erkännande och inte ses som avvikande, vilket bibehåller den existerande hegemoniska diskursen som förekommer i samhället.

2.2 Sociala relationers betydelse

Aartsen & Jylhäs (2011) artikel utgår ifrån en kvantitativ metod och baseras på 469 äldre i åldrarna 60-86 år liksom data från en tidigare gjord, longitudinell studie kallad TamELSA, vilken pågick mellan åren 1979-2006. Artikeln synliggör äldres upplevelser av ensamhet i Finland, där flera riskfaktorer synliggjordes kring utvecklandet av känslor av ensamhet. Bland annat lyftes faktorer som förlust av partner, minskat deltagande i sociala aktiviteter och känslor i form av självkritik. Kvinnor sågs ha en större tendens att med tiden utveckla en uppfattad ensamhet, vilket i Aartsen & Jylhäs (2011) studie härrördes till att de oftare exponeras för omständigheter såsom vård av partner. En omständighet som ansågs kunna påverka engagemanget och tiden nyttjad kring övriga sociala nätverk med anledning av omsorgsrollen kvinnorna antog. Det synliggjordes också i Aartsen & Jylhäs (2011) artikel att äldre vars hälsa successivt försämrades, uppvisade dubbelt så stor risk att känna ensamhet med anledning av att hälsan begränsade dem att delta i sociala aktiviteter. De äldre som upplevde ensamhet skattade ofta också en lägre självkänsla liksom känslor av värdelöshet, något som Aartsen & Jylhä (2011) menar visar på kausalitet mellan ensamhet och en ökad risk för depression.

I likhet med Aartsen och Jylhäs (2011) resonemang sammankopplar Agahi, Lennartsson, Österman & Wånell (2010) också bristen på sociala relationer liksom socialt deltagande till utvecklandet av ohälsa hos äldre. De menar vidare att aktivitet liksom att ingå i sociala sammanhang och nätverkets karaktär direkt påverkar hälsan, där ett starkt nätverk, gemenskap och aktivitet menas främja god hälsa även vid hög ålder. Agahi et al. (2010) artikel med en svensk kontext beskriver nätverkets funktion i termer av täthet och styrka utifrån tidigare forskning liksom att nätverket kan utgöras av både formella och informella relationer. Vidare menas den äldre genom nätverket kunna tillgodogöra sig olika former av stöd som kan tillfredsställa personens olika behov och sänka risken för att drabbas av sjukdom. Agahi et al. (2010) artikel synliggör också en hypotes där ett högt deltagande i föreningsverksamheter möjligen utgör ett sätt varigenom äldre kan kompensera för bristen på egna sociala relationer. Något som främjar möjligheten att ingå i en social gemenskap trots ett svagt eget nätverk.

Aartsen & Jylhäs (2011) artikel lyfter de sociala relationernas liksom nätverkets betydelse för en bibehållen god hälsa i relation till de sociala och relationella resurser de kan bidra med. Aartsen & Jylhäs (2011) menar vidare att det individuella intrycket av diskrepansen mellan önskad social kontakt och det faktiska utfallet, starkt länkas till upplevelser av ensamhet. Bristen på socialt stöd via nätverket menas också likt Agahi et al. (2010) artikel kunna påverka individers tankar och upplevelser kopplat till jaget, liksom generera känslor av övergivenhet. Agahi et al. (2010) lägger liksom Aartsen & Jylhä (2011) vikt vid psykologiska aspekter kring förekomsten av ett stödjande nätverk då detta menas bidra med bland annat bättre självkänsla och känsla av trygghet. Även gruppnormer menas kunna forma individens värderingar och inställningar kring kost, motion liksom kring tobak- och alkoholvanor, vilket direkt kan kopplas till kontinuumet hälsa-ohälsa.

Vidare lyfter Agahi et al. (2010) att livets senare delar kan präglas av svårigheter kring att bibehålla och skapa nya relationer då arenorna för detta ändamål ofta är begränsade. Familjen menar Agahi et al. (2010) utgör den informella delen av socialt stöd, vilket utgör en viktig källa för den äldre i form av omsorg och social kontakt. Nämnades gjorde även att kvinnor generellt har lättare att mobilisera

personliga relationer i former av socialt stöd än män med anledning av relationernas ofta nära och emotionella karaktär, en könsbunden skillnad som i Aartsen & Jylhäs (2011) artikel dock inte nämnvärt uppvisade någon större skillnad kring upplevelsen av ensamhet.

2.3 Mötesplatsens funktion

I en intervjustudie av Iecovich & Biderman (2012) i Israel med cirka 800 äldre undersöktes skillnader i ensamhet mellan personer som besökte dagverksamheter och de som inte gjorde detta. Resultatet visade att de äldre som besökte en dagverksamhet hade en något större upplevd ensamhet än de äldre som inte besökte den formen av verksamhet. Äldres ekonomiska status och självuppskattade hälsotillstånd menades utgöra de mest signifikanta skillnaderna rörande nivån av den upplevda ensamheten. Resultatet visade också att dagverksamheter främjar gemenskap hos äldre, men att ensamhet är en upplevelse som följer äldre människor under åldrandet. Något som diskuteras utifrån att ensamhet kan härledas till individuella skillnader som grundar sig i den äldres karaktärsdrag. Med anledning av studiens kontext där familism förekommer i det israeliska samhället och sociala strukturer inriktar sig på familjen, belyses i förhållande till andra länder också en möjlig kontextuell skillnad kring dessa upplevelser. Även negativa personliga omständigheter rörande ekonomi och uppfattad hälsa påverkade graden av upplevd ensamhet. Forskarnas hypotes var att gruppen äldre som besökte dagverksamheter eventuellt upplevde en högre grad av ensamhet, vilket utgjorde en möjlig anledning till att de också uppsökte dagverksamheterna som ett sätt dämpa dessa känslor. Verksamheternas utformning är därför av vikt för att de ska kunna stödja äldre rörande förmågan att etablera meningsfulla, sociala gemenskaper utanför det egna kontaktnätet (ibid.).

I en kvalitativ studie från Trollhättan i Sverige gjord av Henning, Svensson & Åhnby (2015), genomfördes intervjuer och observationer av besökare och personal på mötesplatser för äldre, där betydelsen av verksamheterna undersöktes. I analysen av resultatet användes Granovetters teori om tunna band där två former av band synliggjordes vilka benämndes tjocka och tunna band. De tjocka banden menade Henning, Svensson & Åhnby (2015) vanligtvis utgjordes av band till familje-

medlemmar och vänner liksom att de tunnare banden ofta karaktäriserades av relationer av mer formell, relativt ytlig karaktär. Bandens styrka kunde ses utifrån värdet de äldre upplevde i relation till de band som skapas på mötesplatserna, där de tunna banden ibland kunde uppvisa en kombinerad karaktär i sin definition beroende på relationen. I resultatet framkom att de tunna banden gavs värde i relation till att de bidrog med upplevelser av tillhörighet till ett sammanhang. Något som genererade trygghet och verkade hälsofrämjande. De tunna banden omfattades således av ett emotionellt värde som också förstärkte de äldres identitet i relation till mötesplatserna, vilket också visade på vikten av dessa ytliga band. I resultatet diskuterades även betydelsen av skapandet av ytterligare kontexter, vilka främjar social gemenskap. Detta dels i relation till samhällsliga förändringar rörande tillgänglighet, dels förändringar kring sättet att umgås med andra på liksom i relation till de äldres boendeförhållanden. De tjocka banden menades också kunna tunnas ut genom åldrandet, något som hävdades kunna resultera i ensamhet och brist på sociala sammanhang vid högre ålder. De tunna banden som skapades inom mötesplatserna hävdar Henning, Svensson & Åhnby (2015) därför motverkar bristen på sociala sammanhang och nätverkets uttunning genom att de tunna banden, upprättade inom verksamheterna, uppbär en underhållande funktion för de äldres sociala nätverk. Mötesplatserna blir således viktiga för skapandet av utrymmen där dessa band kan bildas inom (ibid.).

I Karp & Wånells (2013) rapport om förebyggande arbete inom äldreomsorgen i Stockholm, undersöktes hur besökare upplevde träffpunkter för äldre. Studien byggde på individuella intervjuer, observationer och enkäter som besökare på träffpunkterna fick besvara. Resultatet visade att äldres sociala nätverk direkt kunde påverka hur denne hanterade motgångar i sin tillvaro. Mötesplatser för äldre menades därför kunna ha en positiv inverkan på förmågan att kunna hantera motgångar genom dess sociala aktiviteters hälsofrämjande egenskaper. Fysiska aktiviteter och social gemenskap visade sig i relation till annan tidigare forskning ha betydelse för att kunna uppnå bättre hälsa, ökad livslängd och för att främja psykisk hälsa. Träffpunkterna och seniorgymmet menades dessutom även utgöra värdefulla bidrag i relation till avsaknaden av eller minskning av ett eget socialt nätverk. Det framkommer också i resultatet att besökarna var nöjda med utformningen av verksamheterna samt med personalen. Resultatet visade även att

merparten av besökarna var ensamboende och att verksamheterna således nått ut till rätt grupp individer för att kunna arbeta förebyggande utifrån målgruppen ensamma äldre. Ett problem som lyftes var förmågan att nå ut till nya deltagare, vilket i dagsläget menades utgå ifrån att de befintliga besökarna agerade ambassadörer och spred kunskap om verksamheterna. Bland besökarna var kvinnor samt yngre äldre överrepresenterade, vilket visar på att träffpunkterna behöver bli bättre på att ordna aktiviteter som lockar fler män och de allra äldsta. Kärnan inom träffpunkternas verksamhet var caféverksamheterna, där gemenskapen med andra stod i centrum. Ytterligare utmaningar som diskuterades var förmågan att kunna legitimera verksamheternas positiva effekter för besökarna. Det menas således vara viktigt med fler satsningar på utveckling av verksamheterna genom exempelvis utbildning av personal samt samverkan med pensionärsföreningar (ibid.).

2.4 Sammanfattning och relevans för studien

Urvalet av tidigare forskning synliggör olika aspekter kring äldre, upplevd ensamhet liksom träffpunktsverksamhetens och andra mötesplatsers funktion i relation till gruppen. Utifrån sociala förhållandens påverkan på ensamhet och ibland könsspecifika skillnader, är det intressant att studera hur verksamheter som arbetar motverkande kring äldres ensamhet kan bidra med kompletterande resurser. Mot bakgrunden av de resultat Alftberg (2012) och Rundgren (2010) nämner i relation till åldrandet och dess effekter på äldres vardagsliv i former av bland annat synen på avtagande funktionsnivå, belyses aktiviteternas betydelse för hälsobehållandet liksom individens eget ansvar. Gemensamt för Agahi et al. (2010) och Aartsen & Jylhäs (2011) artiklar är diskussionen kring samhällets roll i relation till tillgänglighet och socialt stöd för äldre, liksom hur verksamheter ska utformas för att kunna tillgodose äldres behov. Även här synliggörs det viktiga, förebyggande arbetet kring målgruppen, dock i form av bevarandet av nätverk. Att bristen av ett stödjande nätverk menas ha ett nära samband med psykisk ohälsa, trycker på vikten av att upprättade insatser inriktar sig på de faktorer som verkar motverkande för äldres ofrivilliga ensamhet. Detta då den fysiska hälsan kan påverkas och medföra en kortare livslängd samt ett ökat omsorgsbehov tidigare i livet.

Utifrån mötesplatsers funktion gällande det förebyggande arbetet kring äldre är det intressant att studera tidigare forskning rörande vilken betydelse formen av

verksamhet har för dess besökare. Skillnader i resultatet i relation till Henning, Svensson & Åhnbys (2015) liksom Karp & Wånells (2013) lyfts i Iecovich & Bidermans (2012) resultat, där upplevd hälsa, ekonomi och karaktärsdrag menas vara avgörandet för den upplevda ensamheten. I Iecovich & Bidermans (2012) artikel som också uppvisar en kontextuell skillnad lyftes också att de äldre som besökte dagverksamheter upplevde en större ensamhet. I Henning, Svensson & Åhnbys (2015) liksom Karp & Wånells (2013) rapporter i en svensk kontext, kunde verksamheterna ses genom skapandet av en struktur och förstärkning av det sociala nätverket. Något som därav i motsats menades kunna bidra till en minskad upplevd ensamhet hos besökarna.

Skillnaderna likväl som likheterna i resultatet i samtliga studier är intressant då de belyser svårigheterna som finns kring att förstå den ofrivilliga ensamheten hos äldre liksom vilka riskfaktorer som föreligger. Det kan därtill tänkas att organiseringen av dagverksamheter i Israel som Iecovich & Biderman (2012) undersöker kan belysa hur upplevelsen av ensamhet bland äldre i världen kan uttryckas olika. Något som fordrar olika förhållningssätt och visar på kontextbundna skillnader liksom behovet av kontext- och individanpassade insatser. Alftbergs (2012) och Nilssons (2008) studier bidrar samtidigt med komplexitet kring detta då påverkan ursprungen ur den konstruktion som förekommer i samhället kring gruppen äldre lyfts. De visar i likhet med varandra också vikten av att beakta både de äldres egna beskrivningar av sin verklighet liksom deras uttryckta behov och individuella upplevelser. Vad Alftberg (2012) och Nilsson (2008) lyfter är således viktigt för att kritiskt ifrågasätta både sin egen liksom samhällets syn på äldre och åldrande liksom de insatser som utformas för att möta de faktiska behoven. Något som dessutom kan få betydelse för upprättade insatsers syfte och tänkta funktion liksom möjligheten att åstadkomma långsiktiga, positiva effekter rörande ekonomi, samhälle och den individuella hälsan hos äldre.

3. Teoretiska utgångspunkter

Till studien presenteras nedan fyra teoretiska utgångspunkter; känslan av sammanhang (KASAM), gerotranscendens, systemteori och teorin sociala band.

3.1 Känsla av sammanhang (KASAM)

Det salutogenetiska perspektivet, vilket fokuserar på hälsa snarare än sjukdom, utvecklades år 1970 av den medicinska sociologen Aaron Antonovsky (Antonovsky 2005:15-16; Tornstam 2018:263). Upprinnelsen till det salutogenetiska perspektivet och KASAM-begreppet utgjordes av studier rörande individers förmåga att hantera, överkomma vad Antonovsky benämnde som "[...] ett spänningsförhållande som måste hanteras" och förmåga att uppleva välbefinnande trots livets påfrestningar (Antonovsky 2005:16; Jönson & Harnett 2015:62). KASAM-begreppet menas spegla individers individuella tankemönster snarare än att symbolisera konkreta verktyg genom vilka de klarar av att hantera påfrestande situationer (Malmberg & Ågren 2013:177; Jönson & Harnett 2015:61-62). Känslan av sammanhang menade Antonovsky bland annat uppstod ur att individen upplevde "[...] en global hållning som uttrycker i vilken utsträckning man har en genomträngande och varaktig men dynamisk känsla av tillit [...]" (Antonovsky 2005:46). Vidare identifierade Antonovsky tre centrala, sammanflätade komponenter för känslan av sammanhang: *begriplighet*, *hanterbarhet* och *meningsfullhet* (Antonovsky 2005:42-43). Komponenterna korrelerar vanligtvis med varandra men även fall där individer skattas högt på en komponent och lågt på en annan menas kunna förekomma. Tillsammans belyser de var i spänningsförhållandet av över- och underbelastning en individ kan befinna sig (ibid. 47). *Begriplighet* utgör kärnan i grunddefinitionen och syftar på i vilken grad en individ upplever att inre och yttre påverkande faktorer kan förstås och förklaras. Personer som upplever sin verklighet med en hög känsla av begriplighet ges därför enligt Antonovsky (2005:44-45) bättre förutsättningar att hantera påfrestande händelser och situationer, trots en oväntad karaktär. Detta eftersom personerna kan bedöma verkligheten och således upprätthålla tillit till att situationen kommer att lösas på ett tillbörligt sätt.

Hanterbarhet syftar till att beskriva huruvida en individ upplever att resurser finns att tillgå i relation till krav som ställs på individen, dessa resurser innefattar både de inom individen själv liksom de som kan återfinnas inom informella liksom formella relationer kring personen. Komponenten beskriver skillnader i upplevelsen av utsatthet i relation till de ställda kraven, där personer med ett lågt KASAM kan uppleva hjälplöshet i en påfrestande situation. Detta på grund av brist på upplevda resurser att tillgå för att hantera denna (Antonovsky 2005:45).

Meningsfullhet behandlar motivation i relation till beståndsdelar som utgör individens liv utifrån både kognitiva aspekter liksom känslomässiga. En person med ett högt KASAM upplever oftast att det finns områden i livet som skapar ett stort personligt engagemang eller som har stor känslomässig betydelse (ibid.45-46; Tornstam 2018:265). Meningsfullheten som motiverar till att överkomma hinder anses central inom synsättet. Upplevs situationen hanterbar och begriplig kan också autonomi och tillit genereras, faktorer vilka tillsammans blir avgörande för individens hanteringsförmåga (Malmberg & Ågren 2013:177; Jönson & Harnett 2015:61-62).

Vidare studerade Antonovsky därför vilka faktorer som främjade välbefinnandet och hanteringsförmågan, vilka benämndes *generella motståndsresurser* (GMR) (Antonovsky 2005:16-17). Antonovsky menade att det som förenade alla GMR var förmågan att begripliggöra de stressorer som en individ kunde ställas inför, varpå varje erfarenhet av att ha övervunnit hindren menades skapa en markant sammanhangskänsla (Antonovsky 2005:17). Skillnaden mellan GMR och KASAM definierar Antonovsky (2005:47) genom att GMR utvecklar livserfarenheter varvid de upprepade livserfarenheterna formar KASAM. Kring GMR förekommer ett kontinuum vari individen kan placera sig olika beroende på exempelvis hur stark jagkänslan är eller hur omfattande det sociala stödet upplevs vara. Dessa eventuella brister benämndes *generella motståndsbrister*, GMB (Antonovsky 2005:57). Olika former av stressorer lyfts i relation till GMB, *de kroniska, viktiga livshändelser* och *dagsakuta förtretligheter*. De kroniska stressorerna kännetecknar varaktiga eller tilltagande motståndsbrister, vilka simultant ingår i både GMR och GMB och påverkar en individs nivå av KASAM. De viktiga livshändelserna, också kallade livshändelsestressorer, kan utgöra oväntade eller väntade händelser som påverkar

förutsägbarheten rörande händelsens karaktär och således också om de upplevs outhärdliga eller hanterbara (Antonovsky 2005:58-59). De dagsakuta förtretligheterna karaktäriseras av både positiva och negativa, plötsliga händelser, vilka Antonovsky (2005:59-60) menar ursprungligen härstammar från exempelvis en fundamental livssituation. Han menar också att dessa trots sitt ursprung kan få effekter kring individers värderingar och mål, detta då en ostabil grunduppfattning medför en ökad utsatthet vid upprepade liknande händelser (ibid.).

3.1.1 KASAM-begreppet och grupper

Antonovsky (2005:53-56) diskuterar *svag* och *stark KASAM* i relation till självet och identitet, varvid han menar att känslan av en fast identitet och ett starkt själv genererar en stark KASAM. Han utgår i sina resonemang från Kohuts (1982 se Antonovsky 2005:54-55) tes att den starka jagkänslan medför att en individ upplever riktning och kontinuitet liksom tydliga mål i livet. En stark jagkänsla menas enligt Kohut (ibid.) också medföra en fast identitetskänsla, en identitet som i enlighet med omständigheterna kan omvandlas för att tjäna självet tillbörligt. Ett svagt själv menas vidare kunna medföra att individen håller fast vid en identitet som inte möjliggör anpassning till situationen, något Antonovsky (2005:55) benämner rigid KASAM.

KASAM kan innebära antingen individuella upplevelser eller kollektiva uppfattningar, också kallat *grupp-KASAM*. En stark grupp-KASAM menas innebära att gruppmedlemmarnas individuella upplevelserna kring KASAM-komponenterna begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet, är samstämmiga (Antonovsky 2005:229-235). Skillnader menas kunna förekomma inom gruppen varvid korrelationen gruppmedlemmarnas upplevelser emellan inte nödvändigtvis behöver finnas. Antonovsky (ibid.) menar vidare att det inom gruppen behöver finnas en känsla av grupptillhörighet liksom en kontinuitet i det sociala sammanhangets karaktär och förekomst. Ett starkt eller svagt grupp-KASAM menas också kopplas ihop med enskilda individers pendling mellan KASAM-nivåer, om än pendlingen ses relativt stabil hos vuxna. Omfattande förändringar i livet menas kunna påverka nivån beroende på hur individen upplever resurserna som förmedlas från gruppen eller de kollektiva interventionerna som kan agera stöd kring hanteringen.

Individens uppfattning om tillgången till dessa och egna resurser för att hantera en påfrestande situation menas således vara avgörande för om stressorerna överskrider de resurser individen har till sitt förfogande. Utfallet blir därför också avgörande för personens upplevelse av välbefinnande (Antonovsky 2005:174-215).

3.2 Gerotranscendens

Gerotranscendens utgör ett teoretiskt koncept som behandlar hur äldre på olika sätt bryter existerande levnadsmönster och överskrider utvecklingsrelaterade kriser för att slutligen nå en grad av gerotranscendens. Denne kan då uppnå en omvärderad syn på jaget och den individuellt upplevda verkligheten (Tornstam 2005:38-47; Jönson & Magnusson 2001:317). Mot bakgrunden av disengagemangs- och utvecklingsteorin förklarar Tornstam (2005:32-40) gerotranscendens genom ett metateoretiskt paradigmskifte i form av förståelseramar baserade på österländsk filosofi. Jönson & Magnusson (2001:319) menar att synsättet bygger på en zen-buddhists perspektiv där gränser suddas ut mellan jaget och den större massan, där lösgörandet skapar känslor av tillhörighet till en större helhet. Jungs begrepp det kollektivt undermedvetna (C.G. Jung 1953 se Tornstam 2005:37-38) liksom hans tankar utgör en del av grunden i teorin gerotranscendens. Dessa grundläggande tankar bygger på att det förekommer skillnader mellan livets olika delar i vad en individ upplever meningsfullt liksom vad som utgör dennes kall. Livets första stadier menas vara mer utåtriktade mot samhället i former av socialisation och samhälleligt engagemang, där livet senare delar istället utgörs av ett sökande inåt och att upptäcka självet liksom att finna den djupare meningen med livet och rekonstruera den egna uppfattningen om verkligheten. Detta kan förstås genom begreppet *transcendent förändring*, dock utan att likställa gerotranscendens med disengagemangsteorins definitioner kring avståndstagande från samhället (Tornstam 2005:38). Tornstam (2005:39) menar att livsprocessen kan ses i former av en tilltagande transcendens som slutligen mynnar ut i gerotranscendens, en process som bygger på livets samlade erfarenheter vilka flätas samman i en större helhet.

Inom gerotranscendens förekommer tre olika huvuddimensioner rörande den gerotranscendentia förändringen: *den kosmiska, jagets* och *dimensionen rörande*

personliga och sociala relationer. Dessa har inbördes dimensioner som inriktar sig på olika delar (Tornstam 2005:49-69). *Den kosmiska dimensionen* inriktar sig bland annat på en omdefinition av tid där gränserna mellan nutid, dåtid och framtid alltmer suddas ut och en kan eventuellt försonas med tidigare erfarenheter och eventuella kriser. Individen ändrar sitt perspektiv på livets glädjeämnen varigenom personen kan gravitera mer mot de små, meningsfulla händelserna än stora liksom ges förmåga att överskrida tidigare upplevda begränsningar för att utveckla jaget. Denna dimension behandlar också viljan och förmågan att knyta an till och känna samhörighet med både tidigare och framtida generationer. Tankar kring liv och död skiftar från rädsla inför livets slut till en acceptans inför att även döden utgör en del i livets gång. Många som uppnått hög ålder lägger stor vikt vid barnbarn, något Tornstam (2005:55-60; Tornstam 2018:302-304) menar kan innebära en möjlighet att överskrida barriärerna mellan nutid och framtid liksom livet och döden.

Jagets dimension innefattar olika sätt på vilka individen reflekterar kring och utforskar det individuella jaget genom bland annat självkonfrontation och en minskad självcentrering, vilken möjliggör att se jaget och den egna kroppen, också kallad kroppstrascendens, ur nya perspektiv och överskrida gamla begränsande syn- och förhållningssätt. Dimensionen behandlar också i likhet med det åttonde steget i Eriksons utvecklingsteori, ego-integritet, behov av att komma till insikt med livets pussel och således uppleva ett sammanhängande helhetsmönster varvid individen kan uppnå stadiet gerotranscendens (Tornstam 2005:60-74,188-189; Tornstam 2018:302-304). Skillnaden mellan teorierna utgörs dock av drivkrafterna bakom behovet, där den centrala drivkraften inom gerotranscendens utgörs av åldrandet i sig och inte insikten om livets sluskede (ibid.; Jönson & Harnett 2015:55). Begreppet *positiv avskildhet* behandlar i relation till detta behovet av ensamtid för begrundande för att uppnå stadiet gerotranscendens (Tornstam 2005:63-74). Denna avskildhet menas dock ofta felaktigt missuppfattas som social isolering och disengagemang, varvid omgivningens oförståelse kan hindra personers transcendent förändring. Positiv avskildhet som möjliggör begrundande är därför av vikt bland annat för att åstadkomma medvetenhet kring de inre behoven (ibid.).

Dimensionen kring personliga och sociala relationer inriktar sig på omdefinitioner av sociala relationer och synen på dessa, varvid ytliga kontakter kan bortprioriteras så meningsfulla relationer kan framhävas liksom värdefull ensamtid. Här ingår bland annat insikter kring jaget, vilket medför en medvetenhet om och en säkerhet kring den egna rollen med ett ökat självförtroende som följd (Tornstam 2005:49-69; Jönson & Magnusson 2001:320).

3.1.2 Gerotranscendensens bidrag och begränsningar

Tornstam (2005:24) lyfter att synen och betoningen på vilka resurser individer har att tillgå för sitt välbefinnande tillika ålägger individen ansvaret för om åldrandet medför lidande eller tillfredsställelse. Resursperspektivets ansats, vilket kan liknas med Antonovskys salutogenetiska perspektiv, inriktar sig på individuella förklaringsmodeller kring det goda åldrandet. Något Tornstam menar möjliggör ett ansvarsförskjutande från samhället till individen, vilket samtidigt har genererat ett hållningssätt som bygger på den äldres egna initiativ till engagemang för sin hälsa under åldrandet (ibid.). Olika hållningar liksom vad som tas för givet kan således utgöra en undermedveten överföring av samhällsliga normer, vilka kan genomsyra hur fenomen kring äldre förstås och diskuteras liksom forskarnas praktiska och teoretiska tillvägagångssätt (ibid.11-12). Teorin gerotranscendens utvecklades med anledning av den existerande gerontologiska teoribildningens och forskningens ensidiga sätt att förklara det mänskliga åldrandet. Fokus läggs därför genom perspektivet på att skapa narrativ och etablera förståelse för identitetsbunden liksom personlig utveckling i relation till åldrandeprocessen (Jönson & Magnusson 2001:321; Lidskog 2011:101). Tornstam (2005:187) menar att den existerande forskningens liksom etablerade teoribildningars fokusområden är starkt färgade av vita, västerländska, medelklass normer, vilka bland annat behandlar produktivitet, effektivitet och framgång. Förståelsen för det goda åldrandet härstammar därför ofta ur antagandet att en persons medelålders värderingar fortsätter att existera inom individen genom hela dennes liv, vari denne fortsätter att se samma mål som eftersträvarsvärda även vid hög ålder (Tornstam 2005:2-3,187). Tornstam (2005:3) hävdar att detta därför ofta medför att forskarna felaktigt studerar äldre människors anpassning i former av bland annat deltagande i aktiviteter och i samhället liksom deras sociala interagerande och beteende för att definiera hur väl personerna som studeras uppnår det som anses eftersträvarsvärdt (Tornstam 2004:10).

Gerotranscendensen underkänner inte eller önskar frånta aktivitetsteorin dess ansats kring den betydelse aktivitet kan ha för hälsan och vikten detta kan utgöra för en individ (Tornstam 2005:194-195). Jönson & Magnusson (2001:328) menar dock att teorin är svag kring sin förmåga att synliggöra de faktiska effekterna som perspektivet förespråkar i relation till åldrandet. Teorin menas dock kunna erbjuda värdefull information rörande äldres uppfattningar kring meningsfullhet i relation till aktivitet och organiseringen av äldreomsorgen liksom belysa vikten av utrymme för positiv avskildhet och hur den kan bidra med livskvalitet (ibid.; Lidskog 2011:101).

3.3 Systemteori

Systemteori är en teori som ursprungligen härstammar från naturvetenskapen och handlar om hur enheter samspelar med varandra (Forsberg & Wallmark 2002:27-32). Ett exempel är hur kroppens olika organ samspelar med varandra i harmoni för att bilda den större enheten, den levande kroppen. Delarna påverkar varandra ömsesidigt även i likartade system. Utifrån människan kan systemteori förklara hur människor genom olika *kommunikationssystem* påverkar varandra. Samspelet med andra personer är centralt inom systemteorin och en persons identitet anses ständigt fortgå och utvecklas i växelverkan med andra. Ett problem hos en individ som exempelvis ensamhet är något som enligt ett systemteoretiskt perspektiv kan ses utifrån hur samspelet är med andra. Det sociala nätverket kan enligt systemteorin ses som ett övergripande *socialt system*, som sedan är indelat i olika *delsystem* som exempelvis familjen, vänskapsgänget, arbetskollegorna. En viktig del i systemteorin är *cybernetiken* som återfinns inom systemen och handlar om hur ett socialt system genom *informationsfeedback* reglerar delarna så att systemet hålls samman. Det finns även inom systemet olika *hierarkier*, exempelvis inom familjen mellan barn och föräldrar. En förändring inom ett system som exempelvis en partners bortgång, påverkar de andra som ingår i systemet vilket gör att systemet ständigt behöver anpassa sig till olika förändringar. Det finns inom systemet en *cirkulär orsak- och verkansprocess* i vilken medlemmarna av ett system kan förstärka och påverka olika beteenden inom systemet. Det kan exempelvis vara att en förälder

skäller på sitt barn, vilket kan göra att barnet blir ledsen och utagerar med ilska mot ett syskon (ibid.).

I en studie av ett norskt fiskarsamhälle gjordes en kartläggning av invånarnas sociala nätverk och hur dessa system samspelade med varandra (Barnes 1954:1-19). Dessa olika sociala nätverk kunde ses som system beträffande hur de styrde människor inom systemet rörande hur de behandlade varandra och hur andra behandlades som tillhörde andra system. De sociala nätverken kunde ses som något som var i rörelse under ständig förändring. Varje person tillhörde och kunde uppvisa tillhörighet till flera sociala system simultant, såsom att tillhöra exempelvis en yrkesgrupp eller en familj. I varje system fanns även olika skyldigheter och regler som kunde generera konflikter med principer i andra system. Inom systemen kunde även regler finnas för vem som fick ingå, såsom bland yrkesgruppen fiskare där det inte fanns kvinnliga fiskare. De sociala nätverken uppvisade inga direkta gränser, men banden kunde ofta ses utifrån den sociala status en person hade (ibid.).

3.4 Sociala band

Sociala band är en teori som kan förklara hur olika delsystem håller samman, exempelvis familjesystemet (Scheff 1990:4-21). Sociala band är en drivkraft som finns genom en vilja för människor att nå delaktighet samt emotionell koppling med andra människor. Samhället kan ses skapat ur ett socialt samspel där sociala band är en kraft som håller ihop och binder samman människor och grupper. Kraften som håller samman de sociala banden kallas *differentieringsgrad*, som innebär vilken kraft bandet har av närhet eller distans mellan personerna. De sociala banden skapas genom att olika människor möts och att det därefter upprätthåller banden genom *ritualer*. Sociala band kan även uppstå utifrån *tilldelade roller*, exempelvis att bli förälder över ett barn. Hälsningen är en betydelsefull ritual i vilken personen bekräftar den andra, vilket återskapar det sociala band som finns mellan personerna. Hälsningsritualen kan utspelas på olika sätt exempelvis en handskakning eller en kram och är beroende av vilken differentieringsgrad som förekommer i det sociala bandet. De sociala banden påverkas ständigt genom att de exempelvis återskapas, stärks eller avslutas. Banden kan för varje gång personerna möts förändras, detta genom att bli starkare eller svagare i sin differentieringsgrad. De sociala bandens

differentieringsgrad formas genom både verbal och icke-verbal kommunikation. I ett stabilt socialt band finns en balans i behovet av relationen där personerna har ett avstånd i differentieringsgraden, vilket står mellan att vara nära och i distans med varandra. I ett stabilt socialt band har personerna ofta ett band som har en lång historia, där bandets stabilitet växt fram över tid. Ett svagt socialt band kännetecknas av hög individualism inom relationen och möjlighet att isolera sig till den andra personen. Inom en dysfunktionell familj kan svaga sociala band ses om familjemedlemmarna inte litar på varandra och inte vill arbeta gemensamt framåt i vardagen. Det pågår ständigt inom personer, ett *socialt avlyssnade* efter tecken på skamkänslor och stolthet inom de sociala banden mellan grupper och personer. Om en person upplever det sociala bandet hotat kan skamkänslorna skapa isolering eller distansering från viljan att upprätthålla det sociala bandet (ibid.).

3.5 Sammanfattning och relevans för studien

KASAM studerar individers hanteringsförmåga genom begreppets tre komponenter begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet liksom var i kontinuumet av hälsa-ohälsa dessa placerar sig. Begreppet är relevant för att beskriva träffpunktens organisering, äldres behov och upplevelser av verksamheten, liksom hur träffpunkten används som former av externa resurser. Något som kan utgöra ett komplement till de egna resurserna. Gerotranscendens studerar äldres överskridande rörande gamla levnadsmönster liksom hur åldrandet kan medföra ändrade perspektiv i tillvaron. Teorin är relevant utifrån vad som framkommit från respondenterna kring deras upplevelse av det goda åldrandet och vad de anser att aktiviteterna som anordnas på träffpunkterna bidrar med i relation till deras hälsa. Teorin bidrar också med ett komplement till det starka fokus som läggs på aktivering och produktivitet, dels inom tidigare forskning, dels kring organiseringen av träffpunkter för äldre utan att ensidigt fokusera på ensamhet och social isolering. Detta då ensamhet och distansering från samhället utgör vanligt fenomen som studeras kring målgruppen. Systemteori är relevant genom att teorin studerar hur olika system som exempelvis träffpunkten och vänskapskretsar påverkar individen. Teorin används för att beskriva de sociala nätverk som omger äldre och hur träffpunkten utgör ytterligare ett system för besökarna utanför de befintliga. Sociala band är en teori som studerar styrkan i relationer mellan människor och grupper, vilken används som ett komplement till teorin systemteorin

då den erbjuder en bättre förståelse för relationers värde och styrka i form av tunna och starka band. Något systemteorin uppvisar svårigheter att ge en nyanserad bild av.

4. Metod och metodologiska överväganden

Studien har genomförts med en kvalitativ metod. Nedan presenteras studiens tillvägagångssätt, metodologiska och etiska överväganden. Det inkluderar även hur studiens tillvägagångssätt skett genom relevant forskningsmetod och vetenskapsteori.

4.1 Metodval

Valet av en kvalitativ forskningsmetod skedde baserat på metodens förmåga att utefter studiens forskningsfrågeställningar belysa och synliggöra respondenternas upplevelser på ett fruktbart sätt (Jacobsen 2012:61). Detta då den kvalitativa forskningsmetoden fokuserar på betydelsen kring hur människor ser sin verklighet liksom tolkar den samt genom att orden i intervjupersonernas utsagor blir centrala i relation till forskningsfenomenet snarare än att en kvantifiering sker utifrån siffror (Bryman 2018:61-62).

Fallstudiedesign valdes genom avgränsningen att undersöka deltagarnas upplevelser vid två träffpunkter på Hisingen i Göteborgs stad (Bryman 2018:96-101). Fallstudiedesign innebär att studien utifrån kontexten ämnat förklara upplevelsorna hos besökarna på valda träffpunkter i det specifika geografiska stadsdelsområdet Hisingen i Göteborgs stad, där det även skett ekonomiska besparingar. Valet av träffpunkterna skedde i försök att uppnå representativitet baserat på att träffpunkterna upplevdes vara organiserade relativt lika i fråga om öppettider och aktiviteter. Båda träffpunkterna har dessutom under de senare åren varit föremål för besparingsåtgärder. Områdena som de två träffpunkterna ligger i är även geografiskt närliggande med snarlik bostadsmiljö av trygghetslägenheter för äldre samt reguljära bostadslägenheter. En svaghet hos fallstudiedesign är svårigheten kring att uppnå en extern validitet och således kring förmågan att kunna generalisera resultatet på andra delar av populationen, detta anges vidare i avsnitt 4.7. Utifrån studiens forskningsfrågeställningar är syftet dock inte heller att ha ett resultat som ska kunna generaliseras. Det kan också ses utifrån anledning av studiens begränsade format. Urvalet har anpassats utifrån denna förutsättning, se avsnitt 4.2 angående urvalsprocess (ibid.).

Inledningsvis utgjordes fallets karaktär av vad Bryman (2018:98-101) benämner som ett representativt/typiskt fall med anledning av strävan att studera vad en etablerad form av samhällelig insats riktad mot äldre bidrog med i deras vardag. Med anledning av de förändrade omständigheter som anges i avsnitt 4.2.1, kom fallets karaktär istället att skifta mot att utgöra ett kritiskt fall där vi tydligt kunnat studera effekterna av dess bortfall (ibid.). Studiens använda kvalitativa forskningsmetod har genomgående haft en induktiv ansats i förhållande till det insamlade datamaterialet (Bryman 2018:67-68). Detta gör att det antagits ett fenomenologiskt förhållningssätt som fått styra genom viljan att fånga studiedeltagarnas individuella perspektiv och uppfattningar av träffpunkternas betydelse (Kvale & Brinkmann 2014:44-45).

4.2 Urvalsprocess

Urvalsprocessen skedde genom tillämpningen av ett målstyrt urval, vilket lämpar sig med anledning av urvalsmetodens förmåga att erbjuda möjlighet att fånga essensen kring respondenternas upplevelser (Bryman 2018:496-498). Inledningsvis kontaktades endast en ansvarig äldresamordnare, där två besök bokades in för att utforska verksamheten och intresset kring deltagande i studien. Med anledning av nedläggningar av träffpunktsverksamheter för äldre inom denna stadsdel, valde vi därför tidigt under datainsamlingsprocessen att kontakta ytterligare en träffpunkt i en närliggande stadsdel. Även denna låg på Hisingen i Göteborgs stad, där äldresamordnaren också hjälpte till under uppsökandet av studiedeltagare. Anledningen till utökningen baserades dels på önskan att åstadkomma rikligt med empiri inför analysen, dels på respondenternas begränsade tillgänglighet vilket upptäcktes vid det första besöket (ibid.). Vid samtliga tillfällen förklarades vid den första kontakten studiens syfte liksom viljan att komma i kontakt med potentiella studiedeltagare. Därefter översändes det komponerade informationsbrevet via e-post för att vederbörande skulle ges möjlighet att vidarebefordra detta till deltagarna på träffpunkterna (se bilaga 1).

Ett målstyrt urval uppstår också förmågan att etablera en direkt koppling till valda frågeställningar, vilka lyfts i avsnitt 1.4 (Bryman 2018:495). Kring urvalet har

beslut tagits kring olika urvalsnivåer, rörande studiedeltagare eller fall liksom kontexten som ämnas undersökas. Den senare baserad på träffpunktsverksamheter som riktar sig till äldre över 65 år, där kontextvalet gjordes utifrån verksamhetens frivilliga karaktär. Något som ansågs vara av vikt i relation till önskan att utforska upplevelser av bland annat meningsfullhet i samband med besökarnas nyttjande av verksamheten. Valet baserades också på antagandet att besökarnas deltagande förmodligen grundade sig i frivillighet och således självbestämmande eftersom inga biståndsbedömningar krävs för deltagandet på träffpunkten. Deltagarna valdes baserat på viljan att studera förutsättningar och möjligheter liksom hinder kring äldre personers sociala nätverk, livskvalitet och vardagsliv. Urvalet resulterade i att studien slutligen baserades på 9 respondenter i åldrarna 73-82 år varav 2 män och 7 kvinnor, vilka alla besökt träffpunkter under 4 veckor upp till perioder på över 10 år.

Denna studie baserades efter ställningstaganden inledningsvis på urvalskriteriet att få tillgång till värdefull information. Urvalet uppvisar dock också tendenser av exemplifierande personer genom de deltagare som tillhandahölls genom ansvarig äldresamordnare vid en träffpunkt, vilka också hade besökt verksamheten under en längre tid och var vana vid att bli intervjuade (Jacobsen 2012:128-131). De problem som kan uppstå med anledning av exemplifierande personer kan utgöras av att respondenterna uppvisar en alltför färgad eller stark inställning. Detta var inget som uppmärksammades under intervjuerna, varpå vi därför hävdar att detta inte påverkat deltagarnas utsagor i någon större utsträckning genom exempelvis vinklade synsätt i resultatet (ibid.). Med anledning av den coronapandemi som pågick under arbetet bör också belysas att urvalet även kom att inkludera studerandet av ett unikt fall med anledning av effekterna som vidare synliggörs i avsnitt 4.2.1. Detta då vi genom återkoppling med två av våra redan intervjuade deltagare också kunde lyfta den direkta påverkan den drastiskt förändrade situationen medförde för verksamheternas besökare, vilket diskuteras vidare i avsnitt 6 (Bryman 2018:99).

4.2.1 Urvalsprocessens begränsningar

Under datainsamlingsprocessen påverkades studien negativt gällande urvalet med anledning av den coronaviruspandemi som under tiden för uppsatsskrivandet pågick (WHO 2020). Förmågan att nå vald målgrupp begränsades med anledning av

direktiv från Folkhälsomyndigheten (2020) rörande förhindrandet av smittspridning med anledning av den mycket höga smittorisk som förelåg. Beslut fattades att verksamheter såsom träffpunkter för äldre skulle hållas stängda med anledning av målgruppens utsatthet då de utgjorde en av riskgrupperna.

Restriktionerna påverkade förmågan att följa tidigare utsatta riktlinjer, varvid urvalets slutliga storlek uppgick till nio deltagare. Den exakta storleken hade inte på förhand bestämts, dock utgjorde riktlinjen efter samråd med vår handledare inledningsvis 15-20 respondenter för att kunna uppnå tillräckligt med data inför analysen. På grund av begränsningarna, förekommer i studien också en överrepresentation av kvinnor, vilken kan inverka negativt på det slutliga resultatet gällande bland annat om urvalet kan anses representativt. Även förmågan att ge en nyansrik bild av de manliga besökarnas upplevelser i relation till träffpunktsverksamheterna kan ha påverkats negativt med anledning av detta (Bryman 2018:506-509). Efter transkribering av de genomförda intervjuerna upplevde vi dock trots omständigheterna att materialet uppvisade mångfald och nyansrikedom, vilket gjorde att analysen kunde genomföras i samråd med vår handledare trots färre deltagare. Vi menar att vi genom befintligt material kan erbjuda läsaren en tillräckligt nyansrik bild av studiedeltagarnas upplevelser i relation till träffpunktsverksamheterna och hävdar därför att materialet uppnått datamättnad (ibid.).

4.3 Genomförande av intervjuer

För att åstadkomma en nyansrikedom i insamlat material och möjliggöra förutsättningar för att bibehålla fokus under intervjuerna, utgick samtalen från en semi-strukturerad intervjuguide (se bilaga 2) som skapades efter en översiktlig inblick i fältet och den tidigare forskningen. Under tiden intervjuerna genomfördes upptäcktes både brister och styrkor i denna, varvid förhållningssätt och frågor omformulerades något efter de två första intervjuerna. Revideringen baserades på upplevelserna att utförandet gjorts med ett alltför akademiskt språk, varvid anpassningen möjliggjorde att respondenterna gavs förutsättningarna att ta mer plats kring för dem viktiga områden som omfattades av ramen för studiens syfte. Utöver detta ströks också allteftersom frågor som involverade biståndsbeviljade insatser såsom hemtjänst, informellt stöd och dylikt eftersom ingen av studiedeltagarna

under de inledande bakgrundsfrågorna uppgav att de uppbar dessa former av insatser. Intervjuerna kom genom ändringarna att baseras på ett mer vardagligt språk, vilket gynnade materialet i slutändan (Jacobsen 2012:97-101).

Den insamlade datan har baserats på nio, individuella intervjuer med ett från början öppet syfte i form av önskan att vilja studera besökarnas upplevelser av verksamheten och meningsfullhet i relation till denna och vardagslivet. Åtta intervjuer gjordes på de två träffpunkterna och en hemma hos en av respondenterna efter dennes önskan. Valet att ha ett öppet syfte gjordes dels med anledning av studiens karaktär, dels för att respondenterna utifrån egna ord med syftet i åtanke, skulle ges möjlighet att beskriva sina upplevelser på en för dem lämplig nivå (ibid. 97-101,103-105). Längden på intervjuerna varierade mellan 30-50 minuter, där majoriteten av intervjuerna var ungefär 30 minuter långa. Jacobsen (ibid.) beskriver att en intervjulängd under en timme kan medföra att djup uteblir i respondenternas svar, något som dock inte anses ha präglat empirin i betydande utsträckning i denna studies fall. Intervjuguiden och dess revideringar vilka beskrivs ovan medförde att intervjuerna gavs ett bättre flyt liksom att de bidrog till ett rikare, slutligt material (ibid.97-101). Längden på intervjuerna har också baserats på respondenternas förutsättningar liksom andra åtaganden samt verksamheternas tillgänglighet, vilket beskrivs vidare under avsnitt 4.2. Innan intervjuerna inleddes, förklarades både de formella liksom de etiska aspekterna kring deltagandet och respondenten gavs möjlighet att ställa eventuella frågor.

Under intervjuerna spelades samtalet in efter samtycke från studiedeltagarna, detta för att underlätta bearbetningen av materialet inför studiens analys. Inspelningen menas dock kunna förstärka skillnaden i positioner mellan intervjuaren och den intervjuade, detta då den signalerar att formen från vardagligt samtal övergår till ett informationsinhämtande där endast en ställer frågor. Något som bland annat kan skapa effekter kring respondentens sätt att prata på liksom förhållningssätt under samtalet (Kvale & Brinkmann 2014:119-122). För att undvika en alltför påtaglig inspelningseffekt och skifte i positioner, genomfördes intervjuerna med enbart en av oss tillsammans med studiedeltagaren. Valet gjordes också baserat på tids-effektivitet med anledning av verksamheternas öppettider och besökarnas egna förehavanden (ibid.). Den intervju som utfördes hemma hos en av studiedeltagarna

hade onekligen kunnat kantas av problematik rörande dels distraktioner, dels obekvämheter att öppna upp sitt hem för en främling. Under denna intervju uppstod inte några av de nämnda problemen, dock blev intervjun längre och med fler avstick då den utformades mer som ett vanligt samtal där intervjuarens roll hade en mer deltagande karaktär. Något som baserades på en avvägning utifrån respekt för deltagaren (Jacobsen 2012:102-103; Kvale & Brinkmann 2014:125). Även intervjukontexten menas kunna konstruera den subjektivitet forskarna söker finna, liksom att intervjuarens egen subjektivitet kan skapas i relation till respondenten under intervjun (Kvale & Brinkmann 2014:123-124). Under studiens gång liksom under genomförandet av de kvalitativa intervjuerna har arbetet därför ämnat vara så induktivt som möjligt, detta för att egna föreställningar och åsikter inte ska färga slutprodukten i en betydande utsträckning. Dessutom bör det kunskapsstillskott som studiedeltagarnas bidrag genererat liksom studiens analytiska ramar synliggöras, vilket pekar på förståelse för de negativa effekter intervjusituationen liksom den individuella förkunskapen kan få i det sociala samspelet (ibid.). Strävan har under intervjutillfällena varit att låta hållningen som Kvale & Brinkmann (ibid.119-131) benämner som opinionsundersökaren kombinerat med inslag av utforskaren, styra agerandet i relation till studiedeltagarna. Tillämpandet av en inledande öppenhet i samtalet gjordes baserat på försök att få respondenten att ta plats, detta för att som intervjuare inte verka ledande eller färga deltagarens version alltför mycket. Vid behov har intervjuaren också försökt läsa mellan raderna i respondenternas utsagor för att registrera underliggande meningar, varvid deltagaren genom fördjupande frågor ombetts utveckla sina resonemang efter egen vilja (ibid.).

4.4 Bearbetning av intervjuer

Efter genomförda intervjuer transkriberades materialet för att underlätta hanteringen vid analysarbetet. Transkriberingarna utfördes av båda studieförfattare där arbetet delades upp så att den som inte utfört intervjun, skötte transkriberingen. Detta för att få en så ordagrann transkribering som möjligt. Utskrifterna lästes efter transkriberingen igenom av intervjuaren för att undvika att eventuella nyanser eller detaljer kring intervjupersonernas utsagor missades (Kvale & Brinkmann 2014:221). Under transkriberingen gjordes först ordagranna redogörelser för samtalet, vilka sedan redigerades så att ordföljden liksom att eventuella språkfel

korrigeras. Ord såsom ”eh”, ”öh”, ”ehm”, ”mm” och liknande togs bort liksom upprepade ord som inte tillför något till sammanhanget. I vissa sammanhang har känslouttryck markerats för att ge citat ytterligare dimension, dessa har då skrivits ut inom parentestecken. Detsamma gäller också förtydliganden. Vid den senare analysen används ”[...]” för att markera att delar av citatet tagits bort, detta utan att förvanska den uppfattade innebörden i studiedeltagarnas utsagor. Kvale & Brinkmann (2014:217-221) menar att utskrifter av intervjusamtalen utgör abstraherade versioner av den sociala interaktionen i vilken intervjusamtalen tagit form. Utskrifterna menas vidare utgöra översättningar från talspråk till skrift, vilket i vårt fall stämmer bra överens med hur datan har hanterats där vi med respekt för studiedeltagarna redigerat bort delar som uppenbart kan härröras till talspråk eller upprepningar (ibid.125-131).

4.5 Analyismetod

Under arbetets gång har det kontinuerligt funnits tankar om teman som framkommit under intervjuerna. Dessa tankar har förts i fältanteckningar som även fungerat som ett stöd över tankar kring analysarbetet (Bryman 2018:127). Vid bearbetningen av det kvalitativa datamaterialet har tematisk analys använts som analysmetod (ibid.702-709). Den tematiska analysen innebär att forskaren induktivt söker efter teman i datamaterialet. Teman som sedan hittas kan ses utgöra kategorier som svarar mot forskningsfrågeställningarna. Dessa kopplas slutligen med en teoretisk tolkning av forskaren (ibid.).

Studiens analys har genomfört i sex olika steg (ibid.). Först lästes det transkriberade datamaterialet och fältanteckningar noggrant igenom enskilt av var och en. Därefter skedde enskilt en initial kodning av datamaterialet där båda förde anteckningar med övergripande tankar kring teman i datamaterialet. I samband med detta skedde en avstämning kring gemensamma tankar som uppkommit och fyra preliminära huvudteman valdes, vilka delades upp mellan oss. Därefter fortsatte arbetet enskilt genom att de initiala koderna utvecklades till underteman som gavs olika namn. Diskussion skedde därefter gemensamt om teman som framkommit och koder som inte ansågs relevanta i relation till forskningsfrågeställningarna. Koder som inte sågs relevanta reducerades kategoriskt utifrån forskningsfrågeställningarna

(Rennstam & Wästerfors 2015:135-136). Arbetet fortsatte sedan gemensamt med att bedöma ordningen på teman och underteman där ansvarig författare namngivit förslag på sina respektive underteman. Sedan skedde ett sökande efter kopplingar till relevanta begrepp och temanas inbördes samband. Slutligen skrevs analysen ner i studien där den tidigare uppdelningen styrde det enskilda skrivandet varvid texten senare omarbetades gemensamt för att få fram centrala aspekter studien önskar lyfta. Teman och underteman redovisas i analysen genom en illustrativ kategorisering där citat från datamaterialet belyser studiens resultat (ibid.). De fyra huvudtemana valdes efter att de tillsammans på ett nyanserat sätt möjliggjorde en analys kring olika aspekter rörande målgruppen. Detta genom livssituation, upplevelser i relation till sociala sammanhang och aspekter kring träffpunktsverksamheternas utformning.

Den tematiska analysen kan på grund av ett sökande efter repetitioner i tematiseringen präglas av att den kvalitativa ansatsen övergår i att fynden kanske implicit kvantifieras. Vissa teman kan således genom detta framställas som viktigare än andra, vilket följaktligen kan påverka validiteten beroende på hur forskaren går tillväga (Bryman 2018:705,753). För att undvika en negativ effekt på resultatet har bearbetningen av materialet skett med medvetenhet och förförståelse i beaktning liksom genom att bibehålla en öppenhet genom hela bearbetningen, se vidare diskussion i avsnitt 4.6. Vidare har också tematiseringen baserats på respondenternas utsagor för att undvika att inte kopplingar mellan empirin och valda teorier baserats på egen förförståelse, detta för att bibehålla ett induktivt förhållningssätt och möjliggöra en fenomenologisk ansats (ibid.54,454-455,702-709).

4.6 Förförståelse

Under arbetets gång har medvetenhet funnits kring hur egna värderingar eller känslor möjligen kan påverka studiens resultat (Bryman 2018:64-66). Båda studieförfattare har tidigare arbetat inom äldreomsorgen, den ena som vårdbiträde och den andra som enhetschef. Valet av ämne skedde därför efter vårt intresse av arbete med äldre människor. Båda har med oss från tidigare arbeten och under studier på socionomprogrammet olika värderingar för hur ett socialt arbete med äldre ska ske och bör organiseras. Vi har med anledning av detta haft ett självreflekterande

förhållningssätt som möjliggjort en medvetenhet kring hur dessa värderingar ska undgå att påverka studiens resultat och analys i en betydande omfattning (ibid.).

4.7 Studiens tillförlitlighet

Reliabilitet handlar om att studiens resultat oberoende av oss som forskare, skulle bli detsamma vid ett nytt tillfälle (Bryman 2018:72-73). Det har under arbetet funnits ett induktivt förhållningssätt genom att utforma en intervjuguide med öppna frågor, detta för att obehindrat kunna fånga respondenterna upplevelser av forskningsfenomenet. Under intervjuerna har båda ansvariga studieförfattare haft ett neutralt uttryck genom att undvika att framföra åsikter för att inte inverka på respondenternas svar, vilket bidrar till en hög reliabilitet (Kvale & Brinkmann 2014:295-298).

Validitet handlar om trovärdighet, ifall forskningen har undersökt det vi som forskare tänkt och ifall studiens resultat hänger ihop med slutsatserna (Bryman, 2018:72-74). Intern validitet handlar om att studiens slutsats uppvisar ett orsaksförhållande som är hållbart likväl att ingen annan faktor kan ge upphov till förhållandet. Studien har en kvalitativ metod med ett induktivt förhållningssätt, vilket främjar en öppenhet och möjlighet för respondenterna att uttrycka sig obehindrat, vilket kan ses skapa högre intern validitet (ibid.). Vid en kvalitativ forskningsmetod är forskarens skicklighet kring intervjutekniken och dennes trovärdighet arbetet igenom avgörande för validiteten för att forskningen ska kunna uppfattas som tillförlitlig (Kvale & Brinkmann 2014:295-298). Det har därför genomgående under arbetet med studien skett valideringar och reflekterande kring arbetets olika delar för att uppnå trovärdighet. Genom att eftersträva en tydlig presentation av tillvägagångssätt och öppet ha en kritisk metodreflektion vill vi studieförfattare lämna till läsarna att bedöma huruvida studien kan ses trovärdig.

Den externa validiteten handlar om resultatet går att generaliseras (Bryman 2018:81). Därigenom behandlas flera faktorer som exempelvis huruvida forskningen haft ett urval som gör att resultatet är representativt för övriga populationen (ibid.). Studien hade från början en tanke om att eftersträva ett representativt urval genom att etablera en mångfald kring respondenterna i form av

kön, ålder och möjligen etnicitet. Med anledning av coronapandemin, vilken nämns i avsnitt 4.2.1, begränsades denna möjlighet liksom möjligheten till att nå fler respondenter. Studien med dess kvalitativa metod kan därav uppfattas ha en lägre extern validitet med anledning av urvalet och den begränsade andelen träffpunkter som besökts, vilket kan liknas svårigheterna kring fallstudiedesignens förutsättningar och begränsningar (Bryman 2018:495-497). Det kan också tänkas att den unika situationen med rådande pandemi också kunnat färga svaren hos respondenterna liksom generaliserbarheten. Detta då öppna mötesplatser som träffpunkter för äldre, en dag efter de sista intervjuerna, stängdes baserat på direktionsbeslut från Folkhälsomyndigheten (2020). Kvalitativa intervjustudier behöver dock istället för kunna generaliseras, se till varje människas unika situation, vilket kan ses bidra till kunskap i liknande relevanta situationer (Kvale & Brinkmann 2014:310-313).

4.8 Forskningsetiska överväganden

Ett informationsbrev (se bilaga 1) översändes via e-post till äldresamordnarna på träffpunkterna som valts ut en vecka innan besöket för att anslå och dela ut till besökarna. Innan intervjuerna delades även en kopia av informationsbrevet ut till respondenterna, vilket de fick behålla. Informationsbrevet formulerades i enlighet med Vetenskapsrådets (2012:7-10) principer om informations- och samtyckeskravet och etiska ställningstaganden. I brevet redogjordes studiens preliminära syfte för likväl som bakgrund, tillvägagångssätt och information om frivillighet kring deltagandet. Brevet redogjorde även för eventuella konsekvenser deltagandet kunde medföra, fördelar för forskningen, hantering av sekretess rörande informationen och personuppgifter som i vissa fall togs. Även möjligheten att när som helst innan publicering kunna ta tillbaka och styra tidigare lämnat samtycke till deltagande redogjordes för. Slutligen fanns kontaktuppgifter via e-post och telefon till båda studieförfattare. Innan informationsbrevet expedieras ut till träffpunkterna och respondenterna, godkändes brevet för studien av vår handledare.

När frivilliga respondenter hittades på träffpunkterna fick de innan intervjuerna påbörjades, underteckna ett skriftligt samtycke för deltagandet. Det skriftliga samtycket blir ett skydd både för oss som forskare och för respondenterna, då villkoren

för deltagandet tydligt framgår och en bekräftelse på att studiedeltagarna förstått innebörden av dem ges (Kvale & Brinkmann 2014:107-108). Nackdel med ett skriftligt samtycke är att det kan väcka oro, vilket dock inte uppfattas i relation till respondenterna (Bryman 2018:178). Innan intervjuerna lästes även innehållet i informationsbrevet upp för respondenterna och det förtydligades också att deltagarna efter liksom under intervjun hade möjlighet att avbryta sitt deltagande. Detta för att säkerställa ett informerat samtycke hos alla respondenterna, vilket innebär ett tillvägagångssätt som kan förhindra skada genom att respondenterna kan ta ett välgrundat beslut om sitt deltagande (Kvale & Brinkmann 2014:107-108). Genom att gå igenom informationen muntligt med respondenterna innan intervjuerna varvid respondenterna också gav möjlighet att ställa eventuella frågor, kunde det säkerställas att alla förstått informationen i brevet (ibid.) Då studiens forskningsfrågeställningar har behandlat ämnen som upplevd hälsa, ensamhet och relationer, vilka kan uppfattas som ett känsligt forskningsämne för studiedeltagarna och som kan innebära ett intrång i privatlivet har deltagandet baserats på respondenternas frivillighet (Bryman 2018:180-181). Det har därav under arbetet ständigt funnits medvetenhet om påverkan forskningen kan ha på respondenterna, varför det inför och under intervjuerna funnits en öppenhet mot dem om metoderna för arbetet med studien. Respondenterna har varit informerade om möjligheten att kunna undvika svara på frågor som ifall de inte vill besvara. Det har inte under intervjuer funnits någon påstridighet med att få svar. Det har under intervjuerna inte uppfattats att någon konflikt uppkommit i relation till vad respondenterna velat berätta om forskningsfenomenet (Kvale & Brinkmann 2014:112-113).

Studien har följt Vetenskapsrådets (2012:12-13) krav på konfidentialitet genom att alla inspelningar, transkriberingar, samtyckesblanketter och personuppgifter har förvarats inlåst på ett USB-minne för att förhindra åtkomst för obehöriga. Dessa uppgifter kommer efter uppsatsens färdigställande och godkännande att destrueras. Det har även i uppsatsen anonymiserats namn på träffpunkter, på respondenter och andra namn som framkommer i intervjuerna som gör att det inte bör gå att identifiera vilka respondenterna är. Nyttjanderättskravet har följts genom att uppgifterna som inhämtats endast använts till detta examensarbete. Vi har också genom bland annat lagring av använda dokument och ljudfiler, säkerställt att uppgifterna inte lämnats ut till utomstående (Vetenskapsrådet 2012:14).

5. Resultat och analys

Utifrån datamaterialet presenteras nedan studiens resultat och analys. Rubrikindelningen är skapad utifrån tematisering av vad som framkommit i datamaterialet med fyra huvudteman som inbördes har totalt sexton underkategorier. Indelningen till varje del av analysen belyser hur underkategorierna besvarar studiens forskningsfrågeställningar. Datamaterialet kopplas sedan till valda, relevanta teoretiska utgångspunkter och tidigare forskning liksom illustreras med hjälp av citat som lyfter fram kärnan kring de slutsatser som dragits.

5.1 Träffpunktens funktion

Nedan behandlas resultat kring frågeställningen rörande träffpunktens verksamheternas bidrag i besökarnas liv liksom den vikt träffpunkten utgör. Avsnittet behandlar utifrån vad som framkommit under intervjuerna med hjälp av KASAM, de olika bidrag som träffpunkterna står för inom områdena gemenskap och hanteringsförmåga. Avsnittet belyser också hur frånvaron av en tillgänglig träffpunkt kan påverka dess besökare.

5.1.1 En omställning till en ny tillvaro

I linje med Agahi et al. (2010) artikel vilken belyser nätverkets betydelse liksom socialt deltagandes vikt för hälsan, framkommer att flertalet av respondenterna ser träffpunkten som en form av extern resurs genom vilken de kan hantera omställningar i sin tillvaro. Följande citat belyser aktivitetens förmåga att agera extern resurs:

Ja, favoriter...Ja, det kan ju vara musiken då. Det är roligt så. Fast det har varit så tråkigt, jag har inte sjungit så mycket för jag har varit deppig. Så man inte känner för det just då. Förr gjorde man ju alltid det. [...] Ja, men de är ju lite roligt man måste ju leva upp. Jag har ju varit såhär att jag har jobbat med allt möjligt. Som strutsen. Kört huvudet i sanden.

R6, 80 år

I likhet med Agahi et al. (2010) artikel visar respondenterna att en träffpunkt kan ha olika innebörd för olika besökare. Samtliga av respondenterna uttrycker att träffpunkten är en verksamhet som de inte vill leva utan trots att majoriteten beskriver den som ett komplement till de egna aktiviteterna och de egna relationerna. Kopplat till KASAM kan därför citatet ovan synliggöra förekomsten av en ny tillvaro och hur de egna, inneboende resurserna möjligen inte räcker till för att göra den nya tillvaron begriplig, varpå personen vänder sig till gemenskapen inom träffpunkten för stöd kring hanteringen (Antonovsky 2005:42-50). Beroende på hur respondentens utsaga tolkas, kan citatet antingen visa på låg eller hög KASAM. Tolkas citatet som att respondenten anser tidigare hanteringsstrategier ineffektiva och den tidigare situationen som obegriplig, kan sången i detta fall utgöra en meningsfull aktivitet. En aktivitet som skapar motivation till att övervinna de stressorer som den förändrade tillvaron innefattar. Är detta fallet, uppvisas således starkare former av KASAM där personen således inte ser sig som ett offer för omständigheterna, vilket kännetecknar låg KASAM. De egna och de externa resurserna som förmedlas genom träffpunkten kan därför genom förhållningssättet användas konstruktivt så att personen undviker psykisk överbelastning (ibid.). Omgivningens vikt kring att göra stressorer hanterbara och begripliga belyses genom följande citat, där nya gemenskaper kan bidra med resurser:

[...] Som nu den här stilla stunden som vi har här nu på torsdagar. Och så det här gänget som vi som träffas här också nu har blivit. Vi har blivit vänner här. Vi har fått en intim kontakt, men vi umgås inte annars (utanför träffpunkten). Men det har blivit en grej som vi inte vill vara utan. Inte någon av oss.

R3, 74 år

Under intervjuerna uttrycktes även att äldresamordnaren vid en av träffpunkterna utgjorde en extern resurs, vilket belyses i följande citat.

[...] just det där att faktiskt kunna dela med sig av och känna att åh jag, då ser hon den personen och då får, ja, det blir ett sånt samarbete, eller gemensamt utbyte [...]. För det har jag hört många du vet som har sån där riktig oro och går och pratar med X (äldresamordnaren).

Och så får de råd och du vet och sådär. Och så går de därifrån med ett lättat hjärta.

R9, 76 år

Antonovsky (2005:44) behandlar i relation till detta i likhet med Agahi et al. (2010) nätverkets betydelse, både det informella liksom det formella, i fråga om förmågan att mobilisera socialt stöd. En individs GMR utgör styrkor hos eller kring individen, vilka kan generera resiliens i påfrestande situationer liksom de citatet belyser (Antonovsky 2005:16-17). Citaten ovan synliggör användandet av externa resurser, vilka lyfts som en källa till motståndskraft i relation till de yttre, påfrestande stimuli som personen konfronteras av. Genom upplevelsen av att ha resurser till förfogande kan personerna således försäkra sig om att de kommer klara sig genom den belastande situationen på ett tillbörligt sätt, liksom ges möjlighet till vetskap och förståelse kring att utmaningar hör livet till och drabbar alla (ibid.).

5.1.2 Ett komplement i tillvaron

I linje med Karp & Wånells (2013) rapport kring externa mötesplatsers betydelse för äldres upplevelser relaterat till åldrandet, framkom det under intervjuerna att träffpunktsverksamheterna skapade meningsfulla, sociala sammanhang för dess besökare. Detta oavsett det egna nätverket eller upplevelsen av resurser till förfogande. Följande citat belyser verksamhetens förmåga att bidra med meningsfullhet i form av gemenskapen den främjar:

[...] Till exempel för mig, när jag upptäckte det här (träffpunkten), så måste jag stiga upp för att gå till träffpunkten och träffa folk istället för att bara sitta hemma, läsa och lägga mig. [...] man gör någonting ansvarigt för sig själv.

R2, 82 år

Citatet ovan kan kopplas till begreppet grupp-KASAM där känslan av grupp-tillhörighet inom träffpunkterna kan förmedla en förhöjd KASAM-nivå (Antonovsky 2005:229-235). Antonovsky (ibid.) menar att personer med stark KASAM ofta söker sig till grupper som innehar samma KASAM-nivå men att det samtidigt kan förekomma undantag. Beroende på de resurser som gruppen kan

bidra med, kan även en individ med svag KASAM uppnå en stark KASAM genom den förändring som gruppen kan bidra till. Flertalet respondenter uttrycker en ensamhet likt citatet ovan signalerar, vilket kan förknippas med att personerna ifråga eventuellt inte kan göra sin verklighet begriplig med enbart de egna resurserna. I relation till Iecovich & Bidermans (2012) studie är det således intressant att studera hur gemenskapen som träffpunkten bidrar med kan möjliggöra att personerna kan åtnjuta socialt stöd och motverka känslor av ensamhet. Genom den kollektiva upplevelsen av begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet kan de således möjligen positivt förändra sin individuella upplevelse och uppnå en högre KASAM (Antonovsky 2005:233-234). Vidare kan personerna också genom känslan av gruppstillhörighet ges motivation till att övervinna hindren och de påfrestande situationerna i dennes väg (ibid.47-50). Denna gruppstillhörighet kan synliggöra många aspekter som bidrar med en högre nivå av KASAM. Följande citat belyser vidare det utbyte av perspektiv och kunskap som kan genereras i en grupp trots att individen generellt upplever en tillfredsställelse kring sin tillvaro:

Det är så intressant, det är så många människor som kommer från olika delar av landet. Man kan lära sig så mycket av varandra, vi har så många intressanta samtal [...]

R1, 75 år

Citatet ovan knyter an till de positiva effekter som en stark grupp-KASAM kan få för gruppens medlemmar. Oavsett om personen ovan uppbär en svag eller stark KASAM, synliggörs hur kollektiva eller individuella upplevelser kan utveckla och förändra de egna perspektiven, varvid den individuellas hälsa och livskvalitet också kan förbättras. Dels genom gruppens egenskaper liksom gruppklimatet och dels genom gruppens förmåga att välkomna nya personer (Antonovsky 2005:232-234). I linje med citatet ovan och Agahi et al. (2010) artikel kan ett starkt grupp-KASAM även synliggöra vikten av externa, sociala sammanhang som träffpunktsverksamheterna kan utgöra (Antonovsky 2005:232-234). Detta särskilt i relation till personer som har ett svagt och uttunnat eget nätverk, vilket många äldre möjligen kan få under åldrandet.

5.1.3 Ett andra hem

För varje belastande situation som individen överkommer byggs dennes KASAM upp eftersom att livserfarenheter genereras. Dock menar Antonovsky (2005:47-50) samtidigt att KASAM:s tre komponenter begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet, trots att de ofta uppvisar hög korrelation, i vissa fall varierar i grad vilket kan påverka problemhanteringsförmågan. Huruvida en situation anses överkomlig eller överbelastande placerar en individ olika i kontinuumet av hälsa och ohälsa, något som kan upplevas olika beroende på vilka resurser individen anser sig ha till förfogande. Följande citat belyser hur tillgängligheten till resurserna kan svikta beroende på hur personen upplever kommande krav:

[...] Och jag säger väl det, jag själv är ju inte så beroende av det här stället som många andra. Och speciellt nere vid torget, där upplever jag att det var många som [...] hade det (träffpunkten) som ett andra hem. [...] man vet ju inte när man själv tycker att det är det man vill ha, men än så länge klarar jag mig att kunna åka ut [...]

R5, 81 år

Ovanstående citat kopplas till styrkan i en individs KASAM, detta i relation till hur personen uppfattar självet och sin egen identitet. Citatet kan signalera antydning till ett svagt KASAM då identiteten inte verkar anses fast, vilket påverkar synen på hur en klarar av att anpassa sig till nya omständigheter vilka möjligen ställer annorlunda krav på individen (Antonovsky 2005:53-55). Iecovich & Bidermans (2012) artikel synliggör i relation till detta också eventuella kontextbundna skillnader rörande uppfattningen om tillgången till resurser inom det närmsta nätverket, liksom hur samhällsliga normer kan påverka upplevelsen av hanteringsförmågan liksom ensamhet. Antonovsky (2005:53-55) menar dock att det också är naturligt att en individ upplever sin verklighet som obegriplig emellanåt, vilket också synliggörs i citatet. Att ständigt anse sin verklighet begriplig menar han vidare kan motverka känslan av meningsfullhet genom bristen på utmaningar. På detta sätt visar citatet också i sin sista del att personen, utan att inskränka på känslan av jaget eller identiteten, har en förmåga att se sin verklighet som hanterbar trots att den inte ständigt anses begriplig (ibid.).

Trots att en person upplever jagstyrka liksom att denne har tillgång till resurser, vilket enligt Antonovsky (2005:57) utgör en GMR, kan personen placera sig närmare ett svagt KASAM. Följande citat belyser när träffpunkten blir mindre tillgänglig för de som har försämrade funktionsförmåga liksom vilken påverkan detta kan få för hanteringsförmågan:

[...] tyvärr är det rätt så många nere runt torget som bor som är lite sämre, som är lite äldre, som inte kommer så långt, de kommer inte så ofta hit upp då.

R4, 77 år

Ovan citat belyser livshändelsestressorerers likväl som stressorformen dagsakuta förtretligheter kring deras påverkan rörande en persons förmåga att göra sin situation begriplig och hanterbar liksom att förmedla meningsfullhet (Antonovsky 2005:58-59). Kombinerat med de eventuella, bestående kroniska stressorer som förekommer menar vi att brister kring träffpunkters tillgänglighet i detta fall, kan påverka besökarnas nivå av KASAM. I likhet med Agahi et al. (2010) studie kring bland annat externa, sociala sammanhangs betydelse för mobiliseringen av socialt stöd, kan därför nedläggning eller främst en förflyttning av en träffpunkt få oväntade konsekvenser för besökarnas förmåga att hantera de stimuli de bombarderas av. Om en träffpunkt i fråga utgjort en stor del i en persons liv i form av en resurs kring att göra påfrestningar begripliga och hanterbara, påverkas denna person oundvikligen om denna resurs görs mindre tillgänglig (Antonovsky 2005:47-50). En nedläggning eller en förflyttning kanske till en början innebär en dagsaktuell händelse men som på sikt medför att personen blir mer utsatt med anledning av bristen kring de externa resurserna som verksamheten utgjort. Med anledning av detta kan därför påfrestande viktiga livshändelser i personens liv, på grund av de otillräckliga egna resurserna, plötsligt upplevas outhärdliga och medföra former av ohälsa som påverkar personens livskvalitet och välbefinnande och således medföra en låg KASAM (Antonovsky 2005:47-59). Detta kan i sin tur medföra att upplevelsen av meningsfullhet påverkas negativt, vilket så småningom kan innebära ytterligare försämrade hälsa med anledning av att personen upplever bristande motivation till att övervinna belastningarna hon eller han ställs inför (ibid.).

5.2 Vardagslivets delar och jaget

Nedan behandlas resultat kring frågeställningen hur respondenterna upplevde sitt vardagsliv liksom vad som framkom som meningsfullt i relation till detta. Genom gerotranscendens belyses olika delar av respondenternas inställning till vardagslivet, dels i relation till träffpunkten, dels generellt. Även upplevelserna av jaget kommer vidare att analyseras med hjälp av valda delar av teorin.

5.2.1 Höjdpunkter och ensamtidens betydelse

I likhet med Alftbergs (2012) och Nilssons (2008) avhandlingar kring äldres vardagsliv, där upprätthållandet av rutiner och deltagande i aktiviteter menas synliggöra olika strategier kring att kunna signalera till omvärlden vad en klarar liksom att uppvisa produktivitet och en kontinuitet kring gamla levnadsmönster, uttrycker respondenterna olika aspekter kring organiseringen av sitt vardagsliv. Dock uttrycker en stor del av dem till skillnad från bilden som förmedlas i Nilssons (2008) avhandling, stora mått av tillfredsställelse med livets nya former liksom anpassning av dagsaktiviteter till de egna, uppfattade behoven utan större antydan till att samhälleliga diskurser styr deras syn på hur de bör organisera sina liv. Detta belyses i följande citat:

Min höjdpunkt på dagen, det är när jag går ut duschen, sätter på kaffet och går ner och hämtar min tidning. Sen sitter jag med Göteborgsposten och en kopp kaffe och löser korsord. Det är min höjdpunkt på dagen. Så börjar jag min dag. [...] Jag kan ha väckarklockan men jag behöver inte gå upp den tiden som när man arbetade, att man måste gå upp och att man ska iväg och är stressad. Jag tar det i min takt. Och det händer ju att jag ska göra saker och ting på morgonen, men just det, det är min höjdpunkt. En kopp kaffe, en macka och tidningen på morgonen.

R7, 74 år

Ovan citat kan knytas till gerotranscendens då respondenten i relation till en förändrad tillvaro, uttrycker olika aspekter kring sitt förhållningssätt som uppvisar en transcendent förändring. I relation till intervjupersonens utsaga kan uttryck för att

individens dels graviterar mot enkla nöjen snarare än extravaganta händelser synliggörs (Tornstam 2005:59-61,73). Respondenten uttrycker till synes en tillfredsställelse då egentid ges liksom former av självkontakt, där det som uppfattas som meningsfullt får verka vägledande istället för att behålla en kontinuitet kring gamla levnadsmönster. Detta kopplas till synliggörandet av ett omfattande självutvecklande vari personen utforskat olika delar av jaget, också kallat självkonfrontation, vilket möjliggjort att de individuella behoven och viljorna fått styra kring livets glädjeämnen (ibid.). Genom denna självkonfrontation kan det vidare synliggöras att intervjupersonen möjligen nått stadiet av, alternativt kommit långt i sin utveckling mot gerotranscendens. Detta då självutforskandet kan ha möjliggjort att de inre behoven och viljorna överordnas de yttre kraven som ställs på individen, varigenom personen når en nivå av högre mognad (ibid.74-77). Vikten av ensamtid belyses genom följande citat:

[...] Jag tycker att än så länge har jag så mycket på veckorna. Så har jag ingenting på helgerna så är det bara skönt (skrattar) [...]

R5, 81 år

Majoriteten av respondenterna påtalade träffpunktens stora betydelse i deras liv utifrån anordnade aktiviteter liksom social gemenskap men flertalet påtalade också ett behov av ensamtid likt citatet ovan, vilket kopplas till begreppet positiv avskildhet (Tornstam 2005:63-74). Begrundandet som kan få ske då personen ges ensamtid så som citatet belyser, vilken ibland felaktigt misstolkas som social isolering och disengagemang, kan hjälpa individen att sortera i yttre och inre upplevda krav genom den medvetenhet som reflektion kan skapa. Detta för att slutligen kunna omvärdera verkligheten utifrån den individuella upplevelsen av meningsfullhet, känsla av helhet och inre frid (Tornstam 2005:63-74). Till skillnad från de ensidiga diskurser som lyfts kring äldres egna initiativ och engagemang rörande den egna hälsan i Nilssons (2008) forskning, kanske diskurserna möjligen inte personligen berör gruppen äldre i lika stor omfattning som förväntat. Dock kan diskurserna än mer påverkar vad som tillgängliggörs i former av insatser och resurser på grund av den offentliga debatten kring äldre.

5.2.2 *Vi känner varandra så väl och vet vad vi är för personer*

Flera av respondenterna uttrycker också träffpunktsverksamheternas meningsfullhet trots förekomsten av egna nätverk och andra aktiviteter utanför de som arrangeras inom verksamheterna. Under intervjuerna framkommer också att en av verksamheternas styrka ligger i förmågan att deltagarna individuellt kan anpassa sitt deltagande efter egna behov och förutsättningar. Tornstam (2005:64-71) beskriver ett förändrat synsätt på aktivitet och sociala relationer under den transcendentala förändringen, dels i relation till synen på sociala kontakter och deras värde, dels en mognad kring förhållningssätt till andras och det egna beteendet. Följande citat belyser ett avslappnat förhållningssätt i relation till de sociala relationerna:

Och gänget med här, vi känner varandra så väl och vet vad vi är för personer, [...] Så att vi har blivit som ett, jag, allihopa av de damerna som är här nu.

R3, 74 år

Respondentens uttryck i ovan citat anas uppvisa säkerhet rörande självet liksom i relation till gruppen i helhet, vilket kopplas till Tornstams (ibid.) beskrivning kring att den transcendentala förändringen kan innebära en trygghet kring den egna rollen. Detta kombinerat med att individen också kan bryta upp med gamla, antagna roller som inte längre upplevs fylla meningsfulla funktioner. Genom medveten reflektion kring jaget och utforskande av den individuella meningen i livet kan positiv avskildhet generera ett ökat självförtroende som motverkar osäkerhet kring det egna beteendet liksom andras. Citatet kan således visa på en benägenhet att önska leva i enlighet med en genuin version av självet, vilket möjligen minskat behovet av ytliga kontakter som existerat på grund av tidigare upplevda behov kopplade till eventuella ytliga, självuppfyllande syften (ibid.). Följande citat belyser en ändrad inställning till sociala relationers betydelse:

[...] Vi har ju en jättegod relation till varann även om vi, [...] vi ringer inte till varann, vi umgås väldigt lite, eller ringer utanför gruppen. Men vi känner att vi har de här personerna. Och skulle det vara någonting så kan man ringa till någon och man har en relation som är

djupare än bara just att man träffas och fikar och så. Och det betyder ju jättemycket.

R8, 73 år

Respondentens utsaga kopplas till gerotranscendens i relation till hur sociala relationers karaktär kan skifta under olika livsfaser, liksom relationernas individuellt uppfattade värde. Tornstam (2005:64-65) menar att de sociala kontakter vars karaktär är ytlig och inte medför något speciellt utbyte som gagnar individen väljs bort för att premiera de relationer som har substans och en djupare betydelse. Att relationerna och gemenskapen som lyfts i citatet upplevs menings- och värdefulla trots att umgänget inte innebär träffar i någon större utsträckning eller ens träffar utanför träffpunkten, kan således tolkas som ett resultat av en transcendent förändring kring respondenten. Något som kan ha bidragit med en omvärderad verklighet och syn på social gemenskap. Fyndet linjerar också med Aartsen & Jylhäs (2011) liksom Agahi, et al. (2010) artiklar, vilka belyser relationernas bidrag baserat på vilken karaktär de har. Med deras studier som bakgrund belyses här att respondenterna kan antas uppleva att den utformning av relationerna skapade på träffpunkten, bidrar med former av stöd i enlighet med de upplevda behoven varvid känslor av ensamhet uteblir.

5.2.3 Bara att man rör sig

Likheter kring aktivitet och hälsa kan synliggöras mellan Karp & Wånells (2013) rapport och respondenternas utsagor, dock kan det som framkom snarare tolkas i linje med att aktiviteterna för vår målgrupp hade en bakomliggande mening vilken inte tydligt förmedlas i författarnas rapport. Karp & Wånells (2013) studie utgår starkt ifrån ett aktivitetsbetonat fokus kring fysisk aktivitet, vilket menas främja god hälsa och ett gott åldrande. Våra studiedeltagares röster betonar dels betydelsen av fysisk aktivitet men även aktivitetsformer som har en starkare koppling till ett inre välbefinnande och personlig utveckling. Följande citat belyser rehabiliterande aktiviteter som möjliggör en främjande effekt kring hälsan:

Röra sig, ja de knakar. Det är ingen större gymnastik, men bara att man rör sig.

R6, 80 år

Flertalet av respondenterna påtalade kroppsliga förändringar och att hälsan och funktionsförmågan utgjorde stor vikt. Till detta knyts genom ovan citat så kallad kroppstrascendens, vilken baseras på att individen omvärderar sitt sätt att se på sin kropp varvid formerna av fysisk aktivitet förändras i linje med att förståelse för att kroppens förändras etableras (Tornstam 2005:188). Något som bidrar med att individen förhåller sig till den egna kroppen på ett mer accepterande sätt (ibid.167-168). Förmågan att acceptera att kroppen förändras menar Tornstam (ibid.) vidare bland annat kan påverkas av individens hanteringsförmåga och syn på sitt liv. Detta kan således signalera antingen att respondenten i citatet är långt kommen i sin transcendent förändring, vid stor acceptans inför här kroppsliga förändringar, eller att det finns aspekter som gör att personen avstannat i denna utveckling och jämför sin nuvarande funktionsförmåga med den som tidigare fanns.

Under majoriteten av intervjuerna framkom också att lugnare former av fysisk aktivitet såsom meditation, utgjorde en form av meningsfull aktivitet enligt besökarna. Detta liksom möjligheten att befinna sig i ett sammanhang där självläkning gjordes möjlig påtalades som ett viktigt och välkommet inslag. Utifrån den starka samhällsnormen kring produktivitet och effektivitet kan utvecklingen mot gerotranscendens avstannas med anledning av omgivningens förhållningssätt i linje med aktivitetsteorin (Tornstam 2005:43-44). Individer som påbörjat sitt sökande inåt och utvecklande av jaget genom nya premisser än att utgå ifrån sina tidigare medelåldersvärderingar, kan möjligen anses vara passiva och i behov av att återaktiveras på grund av den aktivitetsbetonade synen på god hälsa. Denna syn framgår bland annat i dels Alftbergs (2012) och Nilssons (2008) avhandlingar liksom Karp & Wånells (2013) rapport vilket kontrasterar mot fynden i vår studie. Följande citat belyser behovet av att utforska de inre behoven liksom att ägna sig åt mindfulness som kan ha en självutvecklande effekt:

[...] Och så den här meditationen, den är fantastisk. För hela välbefinnandet i kroppen. Att man kan stilla ner sig och...det blir en...helt plötsligt så blir man en väldigt tajt grupp också.

R9, 76 år

Citatet kopplas dels till önskemål kring annorlunda former av aktivitet baserat på den begränsade tillgången av rum för självutforskande i västvärlden, dels till en minskad självcentrering som baserats på en förändrad syn på livets mening (Tornstam 2005:43-74). Att ägna sig åt mindfulness som bidrar med ett välbefinnande likt respondentens utsaga, liksom att i grupp utveckla sin förståelse för jaget och andra människor knyter an till att ytliga strävanden rörande den egna kroppen och dess funktion byts ut mot en vilja att få en djupare psykisk kontakt med sina medmänniskor. Att anordna aktiviteter på träffpunkter där besökarna kan ägna sig åt denna form av aktivitet kan vidare på sikt främja meningsfulla relationer som undanröjer eventuella individuella begränsningar i form av bland annat självkritik, vilket främjar bevarandet och relationsskapandet långsiktigt (ibid.). Vidare kan de hegemoniska diskurser som lyfts i Nilssons (2008) avhandling på detta sätt möjligen motarbetas på ett fruktbart sätt kring den individuella påverkan liksom kring förändringen av gruppnormer för att erbjuda resiliens och främja förmågan att leva efter egna premisser.

5.3 Ensamhet och trygghet

Nedan presenteras ett tema som framkom ur datamaterialet utifrån frågeställningen hur deltagarna upplever betydelsen av träffpunktsverksamheten i relation till gemenskap och känslan av att ingå i ett socialt sammanhang.

5.3.1 Många av oss som är ensamma här

Det framkom hos flertalet respondenter att de levde ensamma. Tre av respondenterna hade levt ensamma större delen av livet, medan resterande hade haft en partner som gått bort. Hos respondenterna framkom en gemensam bild av att de som besökte träffpunkten ofta bodde ensamma.

Jag förstår att det är många av oss som är ensamma som är här. Ja, sen verkar det som att det är änkor, vi är många änkor faktiskt. Jag har varit ensam i 23 år nu. Det är ju 23 år sen min man gick bort.

R7, 74 år

Hos respondenterna framkommer det att det är ensamboendet som utgör en av faktorerna till varför de söker sig till träffpunkterna.

Jag fick hem den där boken (träffpunktens aktivitetsprogram) ja, hem med alla sakerna i. Och så tänkte jag att det ska jag nog göra, när man sitter här. Att ha någonting annat än att bara gå och ut och gå själv.

R6, 80 år

Ovan citat bekräftar Iecovich och Bidermans (2012) resultat, vilket beskriver att ensamheten kan vara en faktor till varför äldre väljer att besöka träffpunkter där den menas bli ett sätt att dämpa känslorna av ensamhet. Utifrån systemteori kan ensamheten hos de äldre ses utifrån ett förändrat familjesystem som uppstår i åldrandeprocessen genom exempelvis en partners bortgång (Forsberg & Wallmark 2002:29-31). Det gör att orsaken till att ensamma äldre väljer att söka sig till träffpunkterna skulle kunna ses utifrån orsakssambandet att förändring i familjesystemet kan medföra förändringar i ett annat system. I detta fall skulle ensamhet som inte kan regleras i familjesystemet ses som en orsak till att en person söker sig till nya, yttre system för att återskapa en harmoni. Barnes (1954:1-19) beskriver det sociala systemet som något som ständigt förändras och omförhandlas vilket kan synliggöras i studiens resultat.

5.3.2 Så länge man kan ta sig ut och göra saker

Det framkom hos flertalet respondenter att de hade flera andra sociala aktiviteter utöver deltagandet i verksamhet, se ovan avsnitt 5.2.2. Respondenterna uppgav inte träffpunkten som den avgörande faktorn i deras liv för att motverka ensamhet. För att motverka ensamhet var hälsan och att kunna upprätthålla en aktiv tillvaro utanför träffpunkten viktig för dem. Respondenterna angav att träffpunkten var ett viktigt skydd för att motverka ensamhet ifall deras hälsa skulle förändras.

Ja, det är mycket socialt, det är ju klart (träffpunkten). Och sen är det ju underbart att den finns. Och speciellt den dagen då man kanske inte kan, orkar ta sig så långt och följa med vänner. Så är det ju bra att det finns. Man kan få sitt umgänge, träffa människor, sitta och prata.

Istället för att sitta ensam hemma hela dagen. Ja, då det är ju toppen med ett sånt här ställe, ja.

R5, 80 år

Utifrån ovanstående citat går resultatet att se i linje med Aartsen och Jylhäs (2011:5-7) artikel kring att självskattad hälsa och socialt nätverk utgör viktiga faktorer för äldres upplevelser av ensamhet. Utifrån systemteori dras slutsatsen att det kan tänkas att respondenternas upplevda hälsa kan ses påverka hur respondenterna upplever sig kunna upprätthålla kontakter i det sociala fältet för att motverka känslor av ensamhet (Barnes 1954:1-19). Det sociala fältet är inte statiskt, utan något som ständigt förändras och hälsan för äldre blir en viktig faktor för att bibehålla relationer. Det skulle även utifrån resultatet tänkas att respondenterna genom träffpunkten fått ett utvidgat socialt fält. Utifrån systemteori kan träffpunkten som system hos respondenterna ses bidra till att kompensera för familjesystemet och således ses motverka ensamhet.

5.3.3 Inte roligt att laga mat

Det framkom hos respondenterna att måltider på träffpunkten bidrog till att minska aktiviteter som uppfattades som tråkiga att göra ensam.

[...] Sen maten. Jag lever ensam och tycker inte att det är så roligt att laga mat. Så jag är jätteglad att få komma hit (till träffpunkten) och få jättegod mat en gång i veckan.

R3, 74 år

Ovan citat att ses utifrån Alftbergs (2012:85-100) avhandling kring att måltiden som tidigare fyllt en social situation kan bli jobbig när en är ensam (ibid.). Det gör att träffpunktens caféverksamhet och måltider kan ses viktiga för besökarna för att motverka känslor av ensamhet. Utifrån KASAM är en analys att måltiden genom att äta tillsammans med andra kan ses meningsfull och skapa motivation tack vare att gemenskapen kring måltiden exempelvis bidrar med ett känslomässigt engagemang för att överkomma en förlust av en partner (Antonovsky 2005:44-47). Träffpunkten kan således skapa hanterbarhet och göra situationen begriplig genom det sociala umgänget vid måltiden, vilket motverkar känslor av ensamhet (ibid.).

Det kan även ses i relation till Karp och Wånells (2013) rapport där träffpunkter kan ses ha en positiv inverkan att hantera negativa känslor.

5.3.4 Du vet att någon saknar dig

Hos respondenterna framkommer att gemenskapen som träffpunkten erbjuder skapar en trygghet i deras ensamhet. Detta då deltagande på träffpunkten följer en slags planering och där andra deltagare reagerar om en person inte kommer utan att meddela detta.

[...] och sen är det ju väldigt bra [...] om det helt plötsligt skulle vara så tokigt att en inte kommer idag. Ja, men då ringer ju vi och undrar 'varför kommer inte du?'. Det är också en jätte viktig grej då att du vet att någon saknar dig. För man ska inte lita på sina barn, de ringer ju inte varje dag.

R5, 80 år

En annan respondent uttrycker det enligt följande.

[...] Men går man kontinuerligt och så kommer man inte en dag, jag menar även i vår grupp, så tänker man att 'jaha, var är personen idag'. Och så frågar man runt om det är någon som vet och såhär. Annars så hör man ju av sig. Det gör man.

R8, 73 år

Utifrån systemteori kan citatet ses genom att det sociala fältet som träffpunkten bildar, omsluter ett antal regler som deltagare inom systemet har (Barnes 1954:1-19). En sådan regel är att exempelvis personerna som ingår i systemet ser efter varandra om de inte kommer till en planerad aktivitet. Det skulle kunna kopplas till att systemet således reglerar en otrygghet som ensamheten i ett ensamt familjesystem kan bilda. Att deltagarna kan räkna ut att personen kanske skulle ha dykt upp på en aktivitet kan ses utifrån att äldre ofta skapar rutiner för vardagen likt ett arbetsschema för att uppvisa kontinuitet rörande gamla levnadsmönster i likhet med Alftbergs (2012) studie.

5.4 Relationer mellan deltagare och sociala nätverk

Nedan presenteras temat som framkom utifrån frågeställningen hur deltagarna träffpunktsverksamhetens funktion i relation till det egna nätverket och relationerna mellan besökarna.

5.4.1 Nya relationer som är svårt att få när man blir äldre

Hos respondenterna kunde ses en bild av att det var svårare att träffa nya vänner när en blivit äldre. Träffpunkten sågs därför som en viktig källa för dem att kunna träffa nya personer och utvidga det sociala nätverket.

[...] Den betyder jättemycket den här gruppen som vi nu är med i, som startade förra året, när vi har en meditationsstund och så det här att vi doppar händerna och alltihopa det, det betyder oerhört mycket. Vi har lärt känna varandra och på så vis har man ju fått nya relationer. Och det är svårt när man blir äldre. Det är svårt att hitta nya kompisar så att säga. Det är det.

R8, 73 år

Utifrån ovanstående citat kan det tolkas som att åldrandet bidrar med ett försvårande för äldre att knyta starka sociala band med andra människor. Svårigheterna kan ses utifrån relationens differentieringsgrad där ett starkt band som ofta återfinns i kompisrelationer, ofta associeras till att ha haft ett långt stabilt band under en längre period med en person (Scheff 1990:4-32). Svårigheterna skulle också kunna ses utifrån att sociala band med andra personer ständigt behöver stärkas och återskapas, vilket genom åldrandeprocessens eventuellt nedsatta förmågor kan försvåra för äldre att upprätthålla de sociala banden. Detta skulle kunna medföra att äldre oftare bildar relationer med en lägre styrka på det sociala bandet, vilket påverkar behovet av att vilja uppnå en emotionell koppling inom relationerna. Genom åldrandeprocessen kan också det sociala nätverket minskas genom att vänner blir sjuka eller avlider. Ett annat synsätt utifrån problematiken är i linje med vad som framkommer under avsnitt 5.3.1, där en respondent berättar att det finns många änkor på träffpunkten. Tillsammans med Aatsen och Jylhäs (2011) fynd kring att äldre som vårdar en sjuk partner ofta upplever mer ensamhet, kan det

tänkas att änkor som tidigare vårdat en sjuk partner möjligen haft svårare att upprätthålla gamla band liksom att återskapa dessa efter partnerns bortgång.

5.4.2 Plötsligt blivit en tajt grupp

Hos respondenterna framkom att de vid deltagande på vissa aktiviteter kom att bilda olika umgängesgrupper där de blivit väldigt goda vänner. Inom dessa grupper beskrev respondenterna att de hade en väldigt nära kontakt med varandra. Detta till skillnad från relationer med andra besökare på träffpunkten.

[...] Och så det här gänget som vi som träffas här också nu har blivit. Vi har blivit vänner här. Vi har fått en intim kontakt, men vi umgås inte annars (utanför träffpunkten). Men det har blivit en grej som vi inte vill vara utan. Inte någon av oss. [...] Och gänget med här, vi känner varandra så väl och vet vad vi är för personer, men det stannar inom gruppen. Och det är ingen som pladdrar utanför. Utan vi har det inom gruppen. Så att det har blivit som ett jag allihop av de damerna som är här nu.

R3, 74 år

Utifrån ovan citat kan gruppen som bildats på träffpunkten ses som ett socialt system, vilket bildats genom att en viss aktivitet på träffpunkten som deltagarna har gemensamt (Barnes 1954:1-19). Det framkommer även i citatet att personerna inom gruppen inte pratar utåt om vad som diskuterats internt, vilket skulle kunna ses som att gruppen bildat ett system med egna regler, skyldigheter och gränser mot andra (ibid.). En analys kring relationerna som respondenterna bildat i gruppen är att de genom deltagandet på den återkommande torsdagsaktiviteten, ständigt kan åter skapa sitt sociala band till varandra (Scheff 1990:4-32). Aktiviteten kan ha möjliggjort att gruppen snabbt uppnått ett starkare band genom att en högre differentieringsgrad uppstått mellan gruppdeltagarna, detta utifrån viljan att ha ett närmare band med intellektuell och emotionell koppling till de andra deltagarna. Det kan utifrån citatet tolkas att den mindre gruppen inom träffpunkten med ett starkare socialt band är viktig för respondenterna då den bidrar till högre emotionell koppling än andra relationer på träffpunkten. Det kan också tänkas att det även pågår ett socialt avlyssnande mellan deltagarna för att kunna upprätthålla ett

starkare band inom gruppen, detta genom att de diskuterar sin relation mellan varandra vilket nämns i citatet (Scheff 1990:4-32).

5.4.3 Vi umgås väldigt lite, eller ringer utanför gruppen

Samtliga respondenter beskrev sina relationer med andra på träffpunkten som något hölls inom verksamheten. De hade vid sidan om träffpunkten inte mycket privat kontakt, vilket gällde både de relationerna som fanns inom umgängesgrupperna och de som fanns utanför den uppbyggda gemenskapen.

[...] Vi har ju en jättegod relation till varann även om vi, som X säger, vi ringer inte till varann, vi umgås väldigt lite, eller ringer utanför gruppen. Men vi känner att vi har de här personerna [...]

R8, 73 år

Ovanstående citat lyfter att träffpunktsbesökarna inte umgås i någon större utsträckning utanför träffpunkten eller ringer varandra mer än nödvändigt. Något som skulle kunna tolkas som att gruppen som socialt system har bildat gränser och regler mot varandra (Barnes 1954:1-19). Gränserna kan därför också uppvisa deltagarnas vilja att bibehålla ett utrymme kring det som utgör ett privat fält. Det skulle kunna ses i linje med Henning, Svensson & Åhnbys (2015) rapport kring de sociala banden vilka skulle kunna upplevas tunnare bland deltagarna på mötesplatsen än gentemot familj och vänner. De tunna banden kan trots detta ha en viktig funktion kring respondenternas förmåga att upprätthålla ett socialt nätverk (ibid). I relation till de band som skapats på träffpunkten skulle reglerna inom gruppen gentemot det privata fältet kunna förstås som att besökarna vill ge utrymme till andra starka sociala band som deltagarna kan tänkas ha utöver de från träffpunkten. Det kan också tänkas att reglerna svarar mot vad Alftberg (2012) beskriver rörande att äldres vardag ofta organiseras utefter rutiner, där umgänget på träffpunkten kan ses som en slags strukturering av vardagen, vilken deltagarna på träffpunkten eftersöker. Det gör att träffpunkten blir den sociala arena i vilken deltagarna möter varandra och umgås tämligen villkorslöst.

5.4.4 På gympan, där är inga som jag umgås med

Respondenterna beskriver, vilket även nämnts under avsnitt 5.3.1, att de hade olika relationer med andra besökare på träffpunkten. Även med andra besökare som de hade en ytligare relation med eftersträvades det att vara trevlig och prata när dem exempelvis sprang på varandra utanför träffpunkten.

[...] Och sen lika så på gympan, där är det inga som jag umgås med så, det kan jag inte säga. När vi träffas så känner man, åh, lite det här du vet. 'Roligt att du kommer idag' och sådär. Men så är det inte med alla, men många får man. Och träffar man på någon från gympan ute så stannar man ju och pratar och ja, man pratar kanske lite sådär att 'ja, visst jag ska ut och resa' eller 'jag ska göra det...'

R9, 76 år

En annan respondent beskriver enligt följande om att försöka hålla en god nivå med alla.

[...] Det finns ju de personerna här som man kanske inte pratar så mycket med. Men man försöker hålla en nivå där man kan umgås, sen behöver jag ju inte älska alla.

R7, 74 år

Utifrån ovanstående citat kan det tolkas som att de äldre som besöker träffpunkten har olika sociala band med varandra (Scheff 1990:4-32). Trots ett beskrivet tunnare socialt band med vissa så beskriver respondenterna att de privat, när dem sprang på varandra, stannar och pratar. Det kan ses som en ritual som är en slags kraft som kopplar samman deltagarna på träffpunkten med varandra. Det sociala bandet mellan besökarna på träffpunkten kan också tolkas som viktigt kring att återskapa de sociala banden även med personer som dem hade tunnare band till. Det skulle kunna ses som att deltagarna ser den sociala gemenskapen och tillhörigheten som bildats på träffpunkten som viktig och något de vill upprätthålla. Detta kan ses i linje med Henning, Svensson & Åhnby (2015) att även de tunna banden som bildas på träffpunkt ger en upplevelse av tillhörighet och sammanhang, vilket bidrar till trygghet. Att upprätthålla de tunnare relationerna kan analyseras i form av att det utgör en slags förstärkning av identiteten i relation till träffpunkten.

5.4.5 Väldigt rädd om sina närmaste vänner

Hos respondenterna som levt ensamma länge framkom det att de var väldigt måna om sina vänskapsrelationer och att dessa under livet varit viktiga att upprätthålla.

[...] jag tillhör ju de här ensamma, som har levt ensam i större delen av mitt liv. Så att säga. [...] Så att det är ju också då man skapar ett annat liv kring sig så att säga. De gör man. Och har man det, så blir ju ens kompisar väldigt viktiga. Och då har man ju lärt sig det här, att om man har varit i en sådan situation, så släpper man aldrig sina bästa vänner. Som väldigt många parrelationer dem släpper sina vänner och så va. Och så plötsligt så händer något och då har de ingen.

R8, 73 år

Citatet ovan kan tolkas som att respondenterna som levt ensamma länge anser att det är viktigt att ha starka sociala band med vänner (Scheff 1990:1-32). Ur ett systemteoretiskt perspektiv kan ett minskat familjesystem ses göra att vänner inom det sociala nätverket får en viktigare roll för att kunna tillgodose exempelvis behov av emotionell anknytning till andra (Forsberg & Wallmark 2002:27-30). Något som medför att det för ensamma äldre kan anses viktigt att kunna upprätthålla starka sociala band med vänner. Det är likväl någonting som kan vara svårare för äldre som nyligen blivit ensamma då de länge kan ha vårdat en partner som varit sjuk, vilket kan ha medfört att tidigare starka sociala band till vänner kan ha getts ett minskat utrymme.

5.4.6 Gamla barndomskamrater och väninnor att umgås med

Hos flertalet respondenter framkommer det att de har kamrater som de redan innan de började besöka träffpunkten umgicks med på sin fritid. Respondenterna beskrev aktiva relationer med sina vänner där de kunde göra resor tillsammans eller gå på stan och äta tillsammans.

[...] sen har jag väninnor, gamla barndomskamrater och väninnor som jag umgås med. Vi träffas, vi umgås och gör lite grejer. Jag har också

en grupp som jag, vi träffas kanske en gång i månaden, eller varannan månad och gör saker med. Sist var vi Stenungsund och tittade på Lerin.

R7, 74 år

Det går utifrån ovanstående citat att flertalet besökare på träffpunkten har ett nätverk av personer som de har ett stabilt socialt band med. De stabila sociala banden kännetecknas ofta av långvariga relationer såsom ovan, vilka gamla barndomsvänner kan ha tillsammans (Scheff 1990:4-32). Genom att gå ut och äta samt hitta på aktiviteter med sina vänner, återskapas det sociala bandet som finns mellan personerna. De olika sociala band som respondenterna har med sina vänner utanför träffpunkten kan genom tidigare skapade ritualer och samspel uppbära en annorlunda betydelse för relationerna. Detta till skillnad från de relationer som skapats genom träffpunkten (ibid.). Det kan här vidare tänkas att det behov som uppstår rörande ensamhet inte är någonting som kan täckas av de relationer som respondenterna har till vänner utanför träffpunkten. Ovanstående citat belyser ritualer som rör de gamla relationerna och kan finnas inom sociala band med vänner, där de träffas någon gång i månaden och hittat på något för att återskapa dessa sociala band. Det kan tänkas att citatet belyser att det inom relationen som beskrivs med väninnorna från barndomen, finns ett stabilt band. Vid känslor av ensamhet i vardagen hos äldre kan det tänkas att sådana sociala band kan ha svårt att täcka behovet av närhet och emotionellt stöd. De skulle kunna skapa en situation där den äldre upplever ett behov av att träffas mer och ha ett närmare socialt band, något som kanske inte tillgodoses genom den befintliga relationen. I dessa fall kan känslor av skam uppkomma inom det sociala bandet med anledning av diskrepansen som uppfattas (ibid.). Detta belyser ett socialt avlyssnade, vilket kan göra att personer väljer att inte omarbota sina befintliga vänskapsrelationer för bevara förmågan till att kunna täcka behovet av social gemenskap som kan motverka ensamhetskänslor i viss grad. Det kan också ses i relation till Henning, Svensson & Åhnbys (2015) rapport som beskriver att tjocka band till vänner kan tunnas ut i relation till åldrandet. Det synliggör vikten av att upprätthålla ett socialt nätverk med nya band, där tunnare band ersätter de tjockare banden.

6. Avslutande diskussion

Syftet med studien var att undersöka upplevelser av meningsfullhet och gemenskap hos besökare på två träffpunkter på Hisingen i Göteborgs stad, vilka riktar sig mot äldre över 65 år. Studien ämnade även undersöka besökarnas upplevelser av vad träffpunkternas verksamhet tillför i deras vardagsliv. Efter att i avsnitt 5, redogjort för resultatet följer därför en avslutande diskussion med utgångspunkt i detta.

Som svar på studiens forskningsfrågeställningar framkommer det i resultatet fyra huvudteman: Träffpunktens funktion, vardagslivets delar och jaget, ensamhet och trygghet och relationer mellan deltagare och sociala nätverk. Till detta redovisas sexton underkategorier vilka visar på träffpunktens betydelse för besökarna där vikten för varje enskild person utgörs av en olikartad innebörd. Att gemenskapen från träffpunkten är viktig exempelvis för att ges stöd kring hanteringen av en förändrad tillvaro, där egna resurser inte räcker, synliggörs i relation till KASAM-begreppet (Antonovsky 2005). Gemenskapen som träffpunkterna bidrar med visade sig kunna utgöra ett viktigt komplement till det övriga nätverket, där äldre-samordnaren också i vissa fall hade en betydande roll för att komplettera resurser hos besökarna. Det kunde hos besökarna också anas en oro kring träffpunkternas ekonomi och tillgänglighet, detta då flytt tidigare skett som förändrat verksamheten. Oron kring flytten kopplades vidare i relation till KASAM-begreppet som en form av livshändelsestressor (Antonovsky 2005). En slutsats drogs att besökarnas utsatthet rörande hanteringen gällande egna belastande situationer, ansågs kunna öka med anledning av ett eventuellt bortfall av träffpunktsverksamheten. Detta då träffpunkten som kan utgöra en form av extern resurs, görs mindre tillgänglig vilket kan leda till en minskad tillgång till resurser, vilket kan påverka hanteringsförmågan och möjligen resultera i försämrad hälsa.

Oron för träffpunktens ekonomi kan ses utifrån de besparingar som sker då det i framtiden inom äldreomsorgen finns ekonomiska utmaningar genom en ökad äldre befolkning utan fler resurser (Socialstyrelsen 2019). Det framkommer hos stadsdelsnämnderna på Hisingen att besparingar skett inom träffpunktsverksamheterna och generellt inom äldreomsorgen med ambition att minska andelen hemtjänst-

timmar (Göteborgs stad 2019A-B). Utifrån resultatet som visar på vikten av verksamheten är det således viktigt att se vad ekonomiska besparingar inom dessa kan få för konsekvenser i stort för gruppen äldre. Besparingar inom denna sektor kan liksom Aartsen & Jylhä (2011) skapa ett ökat omsorgsbehov, vilket kan resultera i än högre kostnader för en redan belastad äldreomsorg. Det är därför viktigt med ytterligare forskning kring vad neddragningar av verksamheten har för konsekvenser för de äldre som besöker dessa. Individer utsätts ständigt för belastningar som påverkar livet i olika riktningar beroende på belastningarnas karaktär. Viktigt att ha i åtanke kring målgruppen som träffpunktsverksamheterna riktar sig till blir då, i relation till den funktion som träffpunkten har, att beakta vilka resurser besökarna själv besitter liksom förekomsten av resurser i deras nätverk. Tillgången till resurser såsom jagstyrka och socialt stöd, förhållningssättet till jaget liksom andra människor samt betydelsen av sociala relationer och nätverk, menar vi därför påverkar målgruppens syn på sin verklighet och sitt åldrande. Iecovich & Bidermans (2012) resultat kan också bidra med ytterligare komplexitet kring kontextens betydelse liksom upplevelsen av ensamhet. Beroende på var en individ lägger fokus, vid självförverkligande och ett individualistiskt synsätt eller på gruppen som ofta utgörs av familjen, kan upplevelsen av ensamhet påverkas olika. Detta i linje med Aartsen & Jylhäs (2011) resultat som visar på en stark koppling mellan ensamhet och förekomsten av diskrepans mellan den önskade sociala kontakten och det faktiska utfallet, vilket också kan länkas till samhällelig organisering och den individuella synen på nätverket som Iecovich & Biderman (2012) och Aartsen & Jylhäs (2011) belyser.

I resultatet lyfts också att ett uttunnat familjesystem kan skapa ensamhet, vilket möjligen gör att äldre söker sig till träffpunkterna för att utvidga sitt sociala nätverk. De kan på så vis ingå i ett nytt system som harmoniserar och bidrar till att minska upplevelser av ensamhet genom verksamheternas förmåga att främja gemenskap och ett utökat socialt nätverk (Forsberg & Wallmark 2002:27-30). Träffpunkter har således genom detta fynd, en viktig roll för att motverka ensamhet för äldre. Det framkommer likaså i resultatet att det inom systemet, som besökarna bildar och utgör för varandra, också förekommer omsorgsaspekter kring att de bland annat håller koll på varandra. Något som i sig visade sig bidra till en slags trygghet. Denna trygghet är någonting som träffpunkten verkar forma, vilken också kan ses

som en motverkande faktor kring upplevelsen av otrygghet. Således något som också kan leda till att hemtjänstinsatser såsom tillsyner och dylikt minskar, vilket kan vara fördelaktigt ur en ekonomisk synvinkel. Detta i linje med fynden i Aartsen & Jylhäs (2011) studie. Utifrån resultatet i vår studie är synen på åldrandet en komplex process där äldre utifrån gerotranscendens ses transcendera i sin egna utsikt på vardagen och livssituation (Tornstam 2005). Träffpunkten uppvisar utifrån resultatet kring ett gott åldrande, en viktig funktion för att kunna stötta upp med resurser såsom kontakt med andra människor liksom genom gymnastik som ett sätt att omvärdera förändringarna kring den egna kroppen.

Det är intressant i vidare forskning att undersöka känslorna av minskad ensamhet liksom ökad trygghet närmare. Det är också intressant att undersöka vilka aktiviteter som exempelvis bidrar till att skapa starka sociala band mellan deltagare samt att studera äldres uppfattade behov och önskemål kring organiseringen av träffpunktsverksamheter.

Med anledning av rådande coronapandemi blev vi under arbetets gång tvingade att ställa in ett planerat besök på en träffpunkt. Då vald målgrupp utgör en av riskgrupperna för smitta, stängdes därför samtliga träffpunkter sina verksamheter för att minska smittspridningen och skydda besökarnas fysiska hälsa. Effekterna på den här studien utgjordes av att vi misslyckades med att få fler manliga respondenter som planerat, vilket resulterade i en överrepresentation av kvinnor. Något som har gjort att studien saknar förmåga att belysa eventuella skillnader rörande dimensioner kring bland annat mäns sociala relationer liksom att tydligare belysa vilken funktion träffpunkten har för manliga besökare. Detta hade varit intressant utifrån Aartsen och Jylhäs (2011) artikel, vilken visar på att män ofta kan ha svårare än kvinnor att mobilisera personliga relationer (ibid.).

Vid slutet av första sammanställandet av uppsatsen under vecka 15 var coronapandemin fortfarande närvarande med en stor rädsla för smittspridning i samhället. Pandemiförklaringen och åtgärder kring denna skedde strax efter att intervjuerna till studien genomförts under vecka 11, där träffpunkterna dagen efter intervjuerna stängde för att skydda de äldre. Vår studie som tidigare på ett mer abstrakt sätt studerat träffpunkternas funktion och betydelse, kom med anledning av corona-

pandemin att ges förmåga till att belysa detta på ett mer konkret sätt genom de ändrande omständigheterna för studiedeltagarna.

Vi återkopplade med två av respondenterna för att höra hur de upplevde sin vardag efter att träffpunkten varit stängd under fyra veckor. De beskrev enhälligt att dagarna gick långsamt liksom att de saknade det sällskap som träffpunkten i fråga erbjöd och bistod med. Den rådande, sociala isoleringen uttrycktes starkt av en av respondenterna, generera både känslor av utsatthet liksom ensamhet vari även känslor av otrygghet inför den rådande situationen uttrycktes. Gemensamt var att behovet av att prata med andra liksom umgås i grupp igen, utgjorde en stark målbild för respondenterna kring anpassningen av dagarna samt kring förmågan att hantera följderna som uppstått av träffpunktens nedstängning. De uttryckte således båda, verksamhetens betydelse i former av gemenskap och meningsfullhet liksom vikten av att ingå i ett socialt sammanhang.

Dessa ord bekräftar den betydelse av träffpunkten som respondenterna tidigare uttryckt liksom visar att verksamheterna har en stor betydelse för att motverka ensamhet och bidra till bland annat trygghet, gemenskap och meningsfullhet i vardagen. Rörande utmaningarna i relation till äldreomsorgen, vill vi med studiens resultat påvisa betydelsen av ett förebyggande arbete för äldre som anpassas efter de äldres egna, uttryckta behov istället för samhällets syn på det goda åldrandet. Det behövs därför mer forskning utifrån den existerande forskningens svårigheter att belysa verksamheternas roll och bidrag i dess besökars liv. Detta för att utförligt kunna påvisa träffpunktsverksamheternas resultat liksom kunna åstadkomma ett förebyggande arbete som verkligen *är* kostnadseffektivt. Detta då arbetet ges förmåga att inrikta sig på långsiktiga insatser utifrån målgruppens *faktiska* behov kring god hälsa och livskvalitet.

Referenslista

Alftberg, Åsa (2012) *Vad är det att åldras? En etnologisk studie av åldrande, kropp och materialitet*. Lund: Lunds universitet, Institutionen för kulturvetenskaper avdelningen för etnologi.

Agahi, Neda, Lennartsson, Carin, Österman, Jenny & Wånell, Sven Erik (2010). *Sociala relationer, socialt deltagande och hälsa bland äldre personer*. Socialmedicinsk tidskrift vol. 87(3):175-181.

Aartsen, Marja & Marija Jylhä (2011) *Onset of loneliness in older adults: results of a 28 year prospective study*. European Journal of ageing nr 8:31-38.

Antonovsky, Aaron (2005). *Hälsans mysterium*. Stockholm: Natur och Kultur.

Barnes, James Adam (1954) *Class and committees in a Norwegian Island Parish*. Human relations vol. 7 (1):39-58.

Bryman, Alan (2018) *Samhällsvetenskapliga metoder*. Stockholm: Liber.

Edebalk, Per-Gunnar (1990) *Hemmaboendeideologins genombrott - åldrings och socialpolitik 1945-1965*. Lund: Socialhögskolan.

Ejrnæs, Morten & Kristiansen, Søren (2013). *Perspektiv på sociala problem i USA och Skandinavien*. I: Meeuwisse, Anna & Swärd, Hans (2013) (red.). *Perspektiv på sociala problem*. Stockholm: Natur och Kultur.

Folkhälsomyndigheten (2020). *Personer över 70 bör begränsa sociala kontakter tills vidare*. Internet: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/nyheter-och-press/nyhetsarkiv/2020/mars/personer-over-70-bor-begransa-sociala-kontakter-tills-vidare/> [2020-03-17]

Forsberg, Gunnar & Johan Wallmark (2002) *Nätverksboken. Om mötets möjligheter*. Stockholm: Liber.

Göteborgs stad (2019) *Träffpunktsprogram Lundby*. Göteborg: Göteborgs stad.

Göteborgs stad (2019A) *Förslag budget 2020. SDN Lundby*. Göteborg: Göteborgs stad.

Göteborgs stad (2019B) *Tjänsteutlåtande 2019-01-10, Organisering av Norra Hisingens mötesplatser och fritidsverksamhet efter återremiss*. Göteborg: Göteborgs stad.

Henning, Cecilia, Svensson, Lars A & Åhnby, Ulla (2015). *Tunna band och sociala sammanhang: Mötesplatsers betydelse för äldre. Rapport*. Trollhättan: Högskolan Väst.

Iecovich, Esther & Biderman, Aya (2012). *Attendance in adult day care centers and its relation to loneliness among frail older adults*. International Psychogeriatrics vol. 24(3):439-448.

- Jacobsen, Dag Ingvar (2012) *Förståelse, beskrivning och förklaring. Introduktion till samhällsvetenskaplig metod för hälsovård och socialt arbete*. Lund: Studentlitteratur.
- Jönson, Håkan & Tove, Harnett (2015) *Socialt arbete med äldre*. Stockholm: Natur och kultur.
- Jönson, Håkan & Magnusson, Jan Arne (2001). *A new age of old age? Gerotranscendence and the re-enchantment of aging*. Journal of Aging Studies nr. 15:317–331.
- Karp, Lena & Wånell, Sven Erik (2013). *Gemenskap ger hälsa - om förebyggande arbete i Enskede-Årsta-Vantör*. Stockholm: Stiftelsen Stockholms läns Äldrecentrum.
- Kvale, Steinar & Svend, Brinkmann (2014). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.
- Lidskog, Marie (2011) *Meningsfull vardag på äldreboendet I: Strandberg, Thomas (red.) Förhållningssätt och möten. Arbetsmetoder i social omsorg*. Lund: Studentlitteratur.
- Malmberg, Bo & Margaretha, Ågren (2015) *Socialt åldrande I: Bredvall, Marie Ernsth (red.) Äldre och åldrande. En grundbok i gerontologi*. Malmö: Gleerups.
- Nilsson, Magnus (2008) *Våra äldre. Om konstruktioner av äldre i offentligheten*. Linköping: Linköpings universitet, institutionen för samhälls- och välfärdsstudier.
- Rennstam, Jens & David Wästerfors (2015) *Från stoff till studie. Om analysarbete i kvalitativ forskning*. Lund: Studentlitteratur.
- Rundgren, Åke (2010) *Åldrandets villkor*. Socialmedicinsk tidsskrift nr 3:153-159.
- Scheff, Thomas J (1990) *Microsociology. Discourse, emotion and social structure*. Chicago: The university of Chicago press.
- SFS 2001:453. *Socialtjänstlagen*. Stockholm: Socialdepartementet.
- Sundström. Gert, Fransson, Eleonor, Malmberg, Bo & Adam Davey (2009). *Loneliness among older Europeans*. European Journal Ageing nr 6:267-275.
- Socialstyrelsen (2019) *Vård och omsorg av äldre. Lägesrapport 2019*. Stockholm: Socialstyrelsen.
- Socialstyrelsen (2016). *Individens behov i centrum: Behovsriktat och systematiskt arbetssätt med dokumentation av individens behov utifrån ICF (Artikel 2016-6-26)*. Stockholm: Socialstyrelsen.
- Socialstyrelsen (2015) *Tillståndet och utveckling inom hälso- sjukvård och socialtjänst. Lägesrapport 2015*. Stockholm: Socialstyrelsen.

Socialstyrelsen (2014) *Dagverksamheter för äldre personer. Kartläggning 2013*. Stockholm: Socialstyrelsen.

Tornstam, Lars (2005). *Gerotranscendence: A Developmental Theory of Positive Aging*. New York: Springer Publishing Co.

Tornstam, Lars (2018). *Åldrandets socialpsykologi*. Lund: Studentlitteratur.

Vetenskapsrådet (2012) *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet.

WHO (2020). *WHO announces COVID-19 outbreak a pandemic*. Internet: <http://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/news/news/2020/3/who-announces-covid-19-outbreak-a-pandemic> [2020-03-17]

Österman, Jenny & Sven Erik, Wånell (2010) *Träffpunkt för mig? Utbudet av aktiviteter för äldre med behov av stöd och hjälp i Stockholms stad*. Stockholm: Stockholms läns äldrecentrum.

Bilaga 1 – Informationsbrev

Göteborg 2020-02-25



Informationsbrev till dig som deltar i vår forskningsstudie

Vi, Daniel Berggren och Anna Allard är studenter på socionomprogrammet vid Göteborgs universitet. Som en del av vår utbildning kommer vi skriva ett examensarbete där vi kommer att genomföra en kvalitativ forskningsstudie med personer som besöker träffpunkter för äldre.

Syftet med studien är att undersöka äldres upplevelser av träffpunkter för äldre.

Detta utifrån känsla av meningfullhet, hur det varit innan, upplevelser av äldreomsorgen.

Genomförandet av arbetet:

Vårt examensarbete kommer att genomföras på Institutionen för socialt arbete vid Göteborgs universitet och pågår fram till vecka 18. Vi kommer att under vecka intervju mellan 15-20 besökare på träffpunkter för äldre i Göteborg för att samla deras erfarenheter med koppling till studiens syfte. Intervjuerna kommer att pågå i runt 20 minuter och deltagandet är helt frivilligt. Ingen ersättning utgår till deltagare, men ni har möjlighet att bidra till värdefull kunskap på området samt få en kopia av uppsatsen via e-post eller brev när den blivit godkänd.

För att vår studie ska följa de forskningsetiska kraven vill vi nedan informera dig om följande:

- Det är frivilligt och icke bindande att ställa upp på intervju. Såsom deltagare kan du när som helst avbryta din medverkan. Omfattningen av ditt deltagande utformas av dig själv.
- För att delta i studien krävs att du skriftligt samtycker till deltagandet. Du har rätt att under vårt arbete med studien avbryta din medverkan utan konsekvenser eller otillbörlig påtryckning.
- Vi önskar att spela in intervjuerna för att underlätta inför skrivandet. För att säkra konfidentialitet i studien kommer all information som lagras inte kunna identifieras av utomstående. Allt källmaterial kommer även förvaras på säker plats. I vår forskningsstudie kommer inte heller namn att publiceras på deltagare eller vilken exakt ort som studien genomförs på.
- Vårt examensarbete kommer att arkiveras på Göteborgs universitet. Uppsatsen kommer främst att läsas av andra Socionomstudenter men kommer även att finnas tillgänglig för andra att själva söka upp via Institutionen för Socialt arbete. Vi kan även att skicka uppsatsen till er som deltar när den är färdigskriven vid önskemål.
- Inga uppgifter som blivit insamlade till studien kommer att användas i något annat syfte än det examensarbetet är avsett för. Den insamlade informationen kommer att förstöras när arbetet är färdigskrivet.

Kontaktuppgifter:

Daniel Berggren
E-post: gusberggda@student.gu.se
Telefon: 073-714 68 30

Anna Allard
E-post: gusallaran@student.gu.se
Telefon: 070-895 29 27

Bilaga 2 - Intervjuguide

- Gå igenom syfte, etiska riktlinjer, samtycke samt presentation

Bakgrundsfrågor:

- Hur gammal är du?
- Hur ser ditt boende ut?
 - Bor du ensam eller med partner?
 - Bor du i närheten?
- Har du några insatser från exempelvis hemtjänsten?

Träffpunkten:

- Hur länge har du besökt träffpunkten?
- Vad har träffpunkten för betydelse för dig?
- Hur upplever du aktiviteterna på träffpunkten?
- Hur upplever du att personalens engagemang och arbete för er som besöker träffpunkten?
- Brukar du ta del av flera aktiviteter samt har du någon favorit?

Delaktighet (träffpunkten)

- Hur upplever du att du kan påverka exempelvis öppettider och aktiviteter som ordnas på träffpunkten?
 - Vad skulle du vilja att träffpunkten ordnade för aktivitet som inte finns idag?
- Hur upplever du volontärerna/äldresamordnaren som finns på träffpunkten?

Känslan av ett sammanhang (träffpunkten)

- Vad tycker du om att göra på fritiden och i vardagen?
- Har du några höjdpunkter i din vardag?
- Hur upplever du gemenskapen/grupperna och de andra som besöker träffpunkten?
 - Umgås du med samma personer/grupper eller olika?

Meningsfullhet (vardagslivet)

- Hur kan en dag se ut för dig?
- Nämn några saker, aktiviteter eller relationer som betyder mycket för dig i din vardag?
- Hur såg din vardag innan du började besöka träffpunkten?

Hemmiljön (vardagslivet)

- Hur upplever du tiden som du inte tillbringar på träffpunkten?
- Hur upplever du att denna tid känns för dig?
 - T.ex. att vara hemma, vilka känslor kan du uppleva i relation till hemmet?

Avslutning

- Tillägg eller något som inte vi inte tagit upp som du vill belysa?