



Hug- og félagsvísindasvið

Þjóðfélagsfræði

2012

# **Búsetuaðstæður, félagsleg tengsl og viðhorf aldra á dvalarheimili**

Höfundar:

Rut Pétursdóttir

Sunna Hrafnisdóttir

Lokaverkefni við Hug- og félagsvísindasvið



Hug- og félagsvísindasvið

Þjóðfélagsfræði

2012

# **Búsetuaðstæður, félagsleg tengsl og viðhorf aldra á dvalarheimili**

Höfundar:

Rut Pétursdóttir

Sunna Hrafnadóttir

Lokaverkefni til 180 eininga B.A-prófs við Hug- og félagsvísindasvið

Leiðbeinandi: Hermann Óskarsson

## Yfirlýsingar

- a) Við lýsum því hér með yfir að við einar erum höfundar þessa verkefnis og að það er ágóði eigin rannsókna.

---

Rut Pétursdóttir

---

Sunna Hrafnisdóttir

- b) Það staðfestist hér með að lokaverkefni þetta fullnægir að mínum dómi kröfum til B.A.-prófs við Hug- og félagsvísindasvið.

---

Hermann Óskarsson

## Útdráttur

Aldraðir eru stækkandi hópur í samfélaginu og þarfir þeirra og væntingar eru margvísilegar. Mikið hefur verið fjallað um líkamlegt og andlegt heilbrigði aldraðra en að mati rannsakenda gleymist oft að skoða félagslegt heilbrigði þeirra. Búsetuaðstæður aldraðra hafa mikil áhrif á líðan þeirra en margt eldra fólk eyðir sínum efri árum á stofnun. Markmið þessarar rannsóknar var að svara því hvaða áhrif búsetuaðstæður og félagsleg tengsl aldraðra hafa á viðhorf þeirra til vistunar á dvalarheimili. Tilgangur höfunda var að varpa ljósi á félagslega stöðu og búsetuaðstæður aldraðra sem búa á stofnun. Rannsóknin byggist á eigindlegri rannsóknaraðferð þar sem rannsakendur einbeita sér að því að skilja þá merkingu sem fólk leggur í líf sitt og aðstæður. Rannsóknin fór fram á dvalarheimili fyrir aldraða, tekin voru fimm viðtöl við íbúa á dvalarheimilinu sem hafa búið þar í eitt til þrjú ár. Niðurstöður rannsóknarinnar sýndu að viðmælendur voru almennt ánægðir með núverandi búsetuaðstæður sínar og flutningur á stofnun hefur veitt þeim aukið öryggi. Helstu félagsleg tengsl og samskipti viðmælenda voru við fjölskyldu og vini, en þegar litið var til samskipta og félagslegra tengsla milli íbúa dvalarheimilisins, var niðurstaðan sú að lítil tengsl eru til staðar en vilji er fyrir auknum tengslum. Einnig kom berlega í ljós hvað tómstundastarf er mikilvægt. Af þessu má álykta að gæta þarf vel að félagslegum þörfum aldraðra sem búa á stofnun.

Lykilhugtök: Búsetuaðstæður; félagsleg tengsl; öryggi; aldraðir; dvalarheimili.

## Abstract

The elderly are an increasingly growing group in today's society with diverse needs and expectations. The physical and mental health of the elderly has been vastly covered but many researchers point out that the social well-being of this group is often forgotten. A lot of people spend the last years of their lives in nursing homes or residential care homes, which can greatly affect their well-being. The main objective of this study was to answer how living arrangements and social relationships affect the views of senior citizens on residential care homes. A qualitative research approach was used, where the researchers focus on trying to understand how people value their living arrangements. The research was conducted in a residential care home for the elderly. Five interviews were taken with people who had lived there for one to three years. The conclusions of the research showed that people are generally content with their current living arrangements and moving to a residential care home has made them feel more secure. The respondent's main social relationships were with family and friends. Social relationships between the residential care home's inhabitants were not common but there seemed to be a common will to improve those relationships. The importance of recreation and hobbies was evident. The conclusion was that the social needs of the elderly, living in residential care homes, is of vast importance.

Key words: Living arrangements; social relationships; security; the elderly, residential care homes.

## **Þakkarorð**

Við viljum þakka leiðbeinandanum okkar Hermanni Óskarssyni, dósent við Háskólann á Akureyri fyrir mjög góða samvinnu, stuðning og faglegar ábendingar við verkefnið.

Einnig viljum við þakka Jón Hauki Ingimundarsyni, dósent við Háskólann á Akureyri, fyrir gagnleg ráð, Ómari Kristinssyni fyrir yfirllestur á verkefninu og fjölskyldu og vinum fyrir þolinmæði og stuðning á okkar námsárum.

## Efnisyfirlit

Efnisyfirlit.....	2
Inngangur.....	4
1. Fræðileg umfjöllun .....	6
1.1. Öldrunarfræði .....	6
1.2. Kenningar .....	8
1.3. Öryggi og aðstæður .....	11
1.3.1 Öryggi einstaklinga .....	12
1.3.2 Sjálfræði og ákvörðunarréttur.....	14
1.3.3 Búsetuaðstæður og öryggi aldraðra .....	17
1.4 Félagsleg tengsl .....	20
1.4.1 Félagsleg tengsl og heilbrigði.....	20
1.4.2 Félagsmótun á mismunandi aldurskeiðum.....	21
1.4.3 Áhrif félagslegra tengsla á lífsgæði aldraðra.....	23
2. Eigindleg frumrannsókn höfunda .....	28
2.1 Markmið rannsóknarinnar .....	28
2.2 Rannsóknarsnið .....	28
2.3 Þátttakendur.....	29
2.4. Gagnaöflun og úrvinnsla gagna.....	30
3. Niðurstöður.....	31
3.1 Öryggi.....	31
3.1.1 Ótti.....	33
3.1.2 Ánægja.....	35
3.2 Félagsleg tengsl .....	37
3.2.1 Samskipti og félagsleg tengsl .....	37

3.2.2 Virkni.....	42
3.3 Aðstæður og umhverfi.....	46
3.3.1 Rými .....	46
3.3.2 Staðsetning .....	50
Umræður.....	51
Heimildaskrá.....	57
Viðauki I.....	63
Viðauki II.....	65

## Inngangur

Markmið þessarar rannsóknar er að rannsaka hvaða áhrif búsetuaðstæður og félagsleg tengsl aldraðra hafa á viðhorf þeirra til vistunar á dvalarheimili. Eitt er víst að við eldumst öll með hverju árinu sem líður. Hins vegar er það jafn mismunandi og við erum mörg hvernig hver einstaklingur upplifir það að eldast.

Aldraðir þurfa margvíslega þjónustu og þarfir þeirra og væntingar eru ólíkar. (Sigurveig H. Sigurðardóttir, 2006). Öldruðum fer ört fjölgandi í þjóðfélaginu og rannsóknir hafa sýnt að það eru sterk tengsl á milli góðrar líkamlegrar heilsu og góðrar andlegrar heilsu. Þættir eins og félagsleg tengsl og athafnasemi geta haft mikil áhrif á andlega heilsu aldraðra. Innan öldrunarfræðinnar er almennt talið að félagsleg tengsl eigi stóran þátt í vellíðan og velferð aldraðra (Bond, Coleman og Peace, 2001).

Rannsóknin byggir á eigindlegri rannsóknaraðferð og val á viðfangsefni þessa verkefnis kemur til vegna sameiginlegra skoðana rannsakenda á því hversu algengt er að málefni aldraðra gleymist í þjóðfélagsumræðunni. Því er áhugi rannsakenda mikill fyrir því að fjalla um málefni tengd þessum hópi. Leitast er við að svara viðfangsefninu með rannsóknarspurningunni: *Hvaða áhrif hafa búsetuaðstæður og félagsleg tengsl aldraðra á viðhorf þeirra til vistunar á dvalarheimili?*

Megin hugtök þessa verkefnis eru búsetuaðstæður og félagsleg tengsl. Búseta merkir að setjast að, eða dvöl til langframa. Aðstæður merkir aðstaða einhvers, bæði góð eða slæm (Íslensk Orðabók A-L, 2002). Búsetuaðstæður vísa því til búferlaflutnings aldraðra á dvalarheimili og aðstæður þeirra í nýju umhverfi. Félagsleg tengsl eru skilgreind sem margvísleg félagsleg samskipti milli tveggja eða fleiri persóna (Webster's Online Dictionary, e.d.).



Verkefnið skiptist í fjóra hluta; fræðilega umfjöllun, eigindlega rannsókn höfunda, niðurstöður og að lokum umræður. Í fyrsta hluta er fjallað fræðilega um öldrunarfræði og kenningar innan hennar og einnig fræðilega um öryggi, sjálfræði, búsetuaðstæður og félagsleg tengsl aldraða. Í öðrum hluta er fjallað um markmið rannsóknarinnar, rannsóknarsnið, þátttakendur og gagnaöflun og úrvinnslu gagna. Í þriðja hluta eru síðan viðtölin greind í meginþemu og undirþemu og fjallað út frá þeim um niðurstöður rannsóknarinnar. Í lokin eru svo umræður þar sem rannsakendur draga saman helstu niðurstöður og greina þær í samræmi við fræðilega samantekt verkefnisins.

## 1. Fræðileg umfjöllun

### 1.1. Öldrunarfræði

Aldraðir eru þeir sem náð hafa 67 ára aldri samkvæmt íslenskum lögum (Lög um málefni aldraðra nr.125, 1999). Öldruðum fjölgar ört og eru þeir alltaf að verða stærrí hópur í okkar samfélagi. Þessi hópur þarfnast margvíslegrar þjónustu og eru þarfir og væntingar einstaklinga ólíkar (Sigurveig H. Sigurðardóttir, 2006). Samkvæmt tölum sem Hagstofan birti nú í janúar 2012 eru rúmlega 30.000 einstaklingar á aldrinum 67 ára og eldri á Íslandi (Hagstofa Íslands, 2012). Stór hluti aldraðra býr við góða heilsu og aðstæður og þarf tiltölulega litla aðstoð frá samfélaginu. Það er þó þannig að eftir því sem aldur fólks hækkar verður meiri þörf fyrir þjónustu, bæði heilbrigðis- og félagsþjónustu (Sigurveig H. Sigurðardóttir, 2006).

Öldrun er einfaldast að skilgreina sem ferli elli og hrörnunar. Öldrun er óhjákvæmileg og hefst við fæðingu og endar með elli og að lokum dauða (Sigurveig H. Sigurðardóttir, 2006).

Öldrunarfræði fjallar um síðustu ár einstaklinga - félagslega, læknisfræðilega og sálræna þætti í lífi þeirra. Sérfræðingar á sviði öldrunarfræða leitast við að skýra þá þætti sem hafa áhrif á öldrunarferlið og bæta lífsgæði aldraðra. Öldrunarfræði er þverfagleg og er oft skipt í tvær undirgreinar; öldrunarfélagsfræði og öldrunarlækningar (Sigurveig H. Sigurðardóttir, 2006). Öldrunarfélagsfræði tekur á félagslegum og menningarlegum þáttum sem snerta öldrunarferlið. Félagslegt umhverfi hefur mikil áhrif á líf einstaklinga og öldrunarfélagsfræði skoðar öldrun í því samhengi. Rannsóknir hafa sýnt að félagslegar breytingar og félagslegar aðstæður hafa áhrif á heilsu, þátttöku, val og stöðu aldraðra (Sigurveig H. Sigurðardóttir, 2006).

Megin áhersla öldrunarlækninga er að bæta greiningu, meðferðarúrræði og stuðla að forvörnum fyrir aldraða (Aðalsteinn Guðmundsson og Ársæll Jónsson, 2007).

Öldrunarfræðin er ekki aðeins akademísk fræðigrein heldur hefur hún einnig áhrif á stefnumörkun stjórnvalda og hvernig ýmis þjónusta er mótuð (Sigurveig H. Sigurðardóttir, 2006).

Settar hafa verið fram hugmyndir um þrenns konar aldur fólks; líffræðilegan, sálrænan og félagslegan aldur. Líffræðilegi aldurinn vísar til hvar einstaklingurinn er staddur á æviferli sínum og hvernig tíminn færir yfir líkamann og líffærin. Erfðir og ytri aðstæður hafa áhrif á ævilengd einstaklinga en hámarksævilengd mannsins er talin vera um 70-110 ár. Líffræðilegi aldurinn og aldur einstaklinga í árum fylgist oft nokkuð að (Sigurveig H. Sigurðardóttir, 2006; Jón Björnsson, 1996a).

Sálrænn aldur vísar til hvernig einstaklingurinn skynjar tímann og aldur sinn og gefur til kynna hvernig sjálfsmynd hans er. Þannig geta tveir einstaklingar sem eru jafn gamlir upplifað aldur sinn á ólíkan hátt. Þættir eins og heilsubrestur, missir og áföll geta haft þau áhrif að einstaklingum finnst þeir vera eldri en æviárin segja til um (Sigurveig H. Sigurðardóttir, 2006; Jón Björnsson, 1996a). Hvert og eitt samfélag hefur sýna afstöðu til aldurs og gefur aldurshópum stöðu, réttindi, skyldur og samfélagslega þýðingu (Sigurveig H. Sigurðardóttir, 2006; Jón Björnsson, 1996a).

Félagslegur aldur fólks vísar til þeirrar tilfinningar sem einstaklingar finna fyrir í tengslum við samfélag sitt og því er einstaklingur gjarnan jafn gamall og samfélagið vill að hann sé. Mjög mismunandi getur verið eftir samfélögum hvaða afstöðu það hefur til aldraða. Á Íslandi er öldruðum gert að hætta í launaðri vinnu um sjötugt hvort sem þeir hafi viljann eða getuna til að halda áfram. Þetta getur haft áhrif á sjálfsmynd og hegðun fólks. Misræmi á milli þessara þriggja öldrunarferla getur valdið einstaklingum erfiðleikum og vanda fyrir þjónustukerfið og því er ákjósanlegast að þessir þrjú ferlar

fylgjast sem mest að (Sigurveig H. Sigurðardóttir, 2006; Jón Björnsson, 1996a).

Kenningarlegt fræðasvið öldrunarfræðinnar er oftast talið þríþætt. Fyrsta sviðið skoðar sálrænar og líffræðilegar breytingar hjá öldruðum, hvernig hið sálræna og líkamlega hafa áhrif hvort á annað og hvernig hugur og líkami breytist. Annað kenningarsviðið tekur á því hvernig fólk hefur áhrif hvert á annað og virkar sem hópverur, einnig hvernig umhverfið hefur áhrif á einstaklinga og mótar þá. Hver og einn einstaklingur gegnir mörgum hlutverkum í lífinu og ólíkar væntingar eru gerðar eftir því í hvaða hlutverki fólk er hverju sinni. Þriðja sviðið er samfélagssviðið og það tekur á stöðu aldraðra einstaklinga í samfélaginu, það er að segja hvernig samfélagið hefur áhrif á líðan aldraðra. Þar er skoðað hvernig mismunandi aðstæður, búseta og tekjur hafa áhrif á líðan aldraðra (Sigurveig H. Sigurðardóttir, 2006).

## **1.2. Kenningar**

Hér verða skoðuð meginatriði þriggja kenninga innan öldrunarfræðinnar; hlédrægnikenningin, athafnakeningin og öldrunarinnisæiskenningin.

Hlédrægnikenning var sett fram árið 1961 og er ein mest notaða kenning um persónuleika aldraðra (Phillipson og Baars, 2007). Samkvæmt kenningunni er það fólki eðlislægt að draga sig í hlé og draga úr tengslum við umheiminn á efri árum. Þar eru skoðuð tengsl á milli aldraðra einstaklinga og samfélagsins, þar sem talið er mikilvægt að samfélagið dragi úr kröfum sínum til aldraðra. Samkvæmt kenningunni kemur það bæði samfélaginu og öldruðum vel að þeir síðarnefndu dragi sig í hlé. Hjá bæði samfélaginu og öldruðum einstaklingum er ósjálfráður og óumflýjanlegur undirbúningur fyrir endalok lífsins (Jón Björnsson, 1996b).

Í kenningunni eru skoðaðar tvær hliðar, ein sem lýtur að samfélaginu og önnur sem snýr að hinum aldraða einstaklingi. Samfélagið undirbýr alla meðlimi samfélagsins

svo ekki verði rof þegar einstaklingur fellur frá. Þetta þykir nauðsynlegt því hlutverkum einstaklinga lýkur ekki með dauða heldur verða aðrir að taka við. Sú hlið kenningarinnar sem snýr að hinum öldruðu einstaklingum skoðar þarfir þeirra. Þar kemur fram að þegar aldurinn færast yfir sé það einstaklingnum eðlilegt að draga sig í hlé frá þeim hlutverkum sem hann tók sér fyrir hendur fyrir á ævinni, draga úr skuldbindingum og vilja losna við byrðar. Þessi þörf fer ekki eftir aldri fólks í árum heldur andlegum aldri þess. Kenningin hefur verið gagnrýnd fyrir að vera afsökun fyrir sinnuleysi gagnvart öldruðum og að þar komi fram að hlédrægni eldra fólks sé æskileg (Jón Björnsson, 1996b).

Í athafnakenningu segir að með því að viðhalda þeirri athafnasemi og virkni sem fólk hafði á miðjum aldri, sé hægt að öðlast farsæla öldrun (Coppola, Elliott og Toto, 2008). Höfundar kenningarinnar halda því einnig fram að það færi eldra fólki betri líðan þegar það finnur fyrir tilgangi í samfélaginu, getur gert gagn og finnur fyrir mikilvægi sínu (Jón Björnsson, 1996b).

Samkvæmt kenningunni afneita aldraðir oft hrörnun sinni og reyna að halda sem lengst í þá lífshætti sem voru einkennandi um miðjan aldur, þegar þeim fannst þeir gera gagn og þeim fannst verk þeirra hafa meiri tilgang. Samböndum og athöfnum fólks fækkar oft þegar á efri ár er komið. Í kenningunni segir að þegar þessum athöfnum og samböndum fækkar sé mikilvægt að skipta þeim gömlu út fyrir ný. Einnig kveður kenningin á um að samfélagið eigi að koma til móts við eldra fólk til að viðhalda samfélagslegum hlutverkum og auka tilgang þeirra í lífinu. Einnig sé mikilvægt að samfélagið sjái til þess að einhverskonar félagsstarf og tómsundur séu í boði fyrir aldraða þegar þeir eru komnir á efri ár. Athafnakeningin hefur verið gagnrýnd fyrir það að þar sé búist við því að allt eldra fólk geti viðhaldið þeim athöfnum sem voru einkennandi á miðjum aldri. Efnahagslegar og samfélagslegar aðstæður geta komið í

veg fyrir að eldra fólk geti viðhaldið sömu athöfnum og um miðjan aldur, einnig er líkamleg geta aldraðra afar misjöfn (Jón Björnsson, 1996b).

Öldrunarinnisæiskenningin var sett fram af sænskum prófessor í öldrunarfræðum, Lars Tornstam. Samkvæmt kenningunni þróast hjá sumum ný sýn á lífið og tilveruna með auknum aldri, en öldrunarinnisæi fylgi að eldast ekki sjálfkrafa. Tornstam telur að öldrun geti haft jákvæðar breytingar í för með sér ásamt betri líðan, visku og innra öryggi (Helga S. Ragnarsdóttir, 2006; Ingunn Stefánsdóttir, 2009).

Hér er að mestu leyti um þrenns konar viðhorfsbreytingu að ræða. Fyrst má nefna breytingu á viðhorfi í garð tilvistar og tíma, þar sem skilin á milli fortíðar og nútíma geta orðið óljós. Einstaklingar skilgreina upplifanir upp á nýtt, bernskan færast nær þeim og þeir upplifa tilfinningar sem hluta af stærri heild. Einstaklingar fara að skilgreina lífið og dauðann sem samhliða hlut, ekki sem andstæðu, og þar með minnkar ótti við dauðann. Þannig viðurkenna þeir að ekki er endilega hægt að skýra allt út frá efnisheiminum einum og sér (Helga S. Ragnarsdóttir, 2006; Tornstam, e.d.).

Í öðru lagi verður breyting á viðhorfi til eigin persónu og einstaklingar hafa ekki lengur sjálfan sig í forgrunni. Fólk endurmetur oft sjálf sig og leggur minni áherslu á líkamlega þætti eins og útlit (Helga S. Ragnarsdóttir, 2006; Tornstam, e.d.).

Að lokum má nefna breytt viðhorf til samskipta; fólk velur úr hvað er mikilvægt og hvað ekki. Einstaklingar taka oft meiri tíma frá til að vera einir og nýr skilningur verður á hlutverkum og eigin sjálfi. Oft eru viðteknar venjur ekki látnar stjórna í eins miklum mæli og litið er nýjum augum á veraldlega hluti og eignir. Fólk verður oft umburðarlyndara og víðsýnna og skilningur eykst á hvað þykir rétt og hvað þykir rangt (Helga S. Ragnarsdóttir, 2006; Tornstam, e.d.).

Kenningin skilur sig frá öðrum kenningum í öldrunarfræðum vegna nýrrar nálgunar á öldrunarferlið. Höfundur gerir ekki ráð fyrir að allir gangi í gegnum sama

ferlið, að aldur sé eina breytan sem hefur áhrif og þeim viðhorfum sem hefur verið lýst séu ekki alltaf ríkjandi meðal aldraðra. Í kenningunni er tekið tillit til þátta eins og kyns og félagslegrar stöðu, en einnig hafa atburðir eins og áföll og veikindi áhrif á það hversu gott öldrunarinnisæi einstaklingur öðlast (Ingunn Stefánsdóttir, 2009; Helga S. Ragnarsdóttir, 2006). Samkvæmt kenningunni ríkir einnig ákveðin félagsleg mismunun þar sem þeir sem hafa haft meiri áhrif á eigið líf öðlast fremur öldrunarinnisæi en hinir sem ekki hafa haft mikið um kjör og aðstæður sínar að segja. Öldrunarinnisæi hefur þann tilgang að víkka kenningarheim þeirra sem vinna með öldruðum og bæta skilning á hegðun og líðan aldraðra (Helga S. Ragnarsdóttir, 2006).

### ***1.3. Öryggi og aðstæður***

Sjálfræði er oftast auðkennt sem frelsi. Manneskja er frjáls vera í þeim skilningi að hún á þátt í því að móta tilveru sína. Enginn annar getur með réttu tekið ráðin af fullvalda einstaklingi eða gert honum ókleift með einhverjum hætti að nýta sér frelsi sitt. Það er hins vegar ákvörðun hvers og eins hvernig hann ákveður að nýta sér frelsi sitt. Öll afskipti af einstaklingnum eða íhlutun í málefni hans sem ganga gegn þessari sjálfræðisreglu ógna mennsku hans, reisn og sjálfsvirðingu. Því er sjálfræði öllum afar mikilvægt frá siðferðilegu sjónarmiði. Til að skilgreina hugtakið sjálfræði frekar er því skipt niður í þrjú meginatriði: að hafa rými til athafna, að geta nýtt sér rýmið til athafna og að kjósa að nýta sér rýmið til athafna á sinn hátt (Ástríður Stefánsdóttir og Vilhjálmur Árnason, 2004). Þessi atriði verða útskýrð nánar síðar.

Þegar litið er til umræðunnar um sjálfræði aldraðra þarf að hafa í huga þær aðstæður sem aldraðir búa við. Ýmsir þættir geta ógnað eða skert sjálfræði aldraðra, t.d. mismunandi búseta og aðstæður þeirra. Búsetuaðstæður aldraðra hafa breyst mikið síðustu áratugi, hér áður fyrr voru öldrunarstofnanir óalgengar og eldra fólk bjó lengur

heima, þó brýn þörf væri á meiri hjálp og stuðningi fyrir einstaklinginn. Úrræðin voru hins vegar fá og oft skapaði þetta einstaklingum mikið óöryggi. Í dag hefur hins vegar öldrunarstofnunum fjölgað og ef aðstæður aldraðra eru á þann veg að viðkomandi þarf mikla hjálp við daglegar athafnir, er lausnin oft sú að hinn aldraði flyst á stofnun til að fá þá umönnun sem hann þarfnast. Við flutning á stofnun skerðist sjálfræði einstaklings á ýmsa vegu, til dæmis ríkja ákveðnar reglur og starfsvenjur inn á stofnunum sem íbúar verða að fara eftir. Hins vegar eykst öryggi einstaklings við flutning inn á stofnun á þann veg að viðkomandi fær meiri umönnun og betra eftirlit heldur en heima fyrir (Ástríður Stefánsdóttir og Vilhjálmur Árnason, 2004). Öryggistilfinning er tilfinning sem flestir vilja finna fyrir; að vera öruggur veitir okkur vellíðan. Hugtakið mannöryggi er oft notað þegar verið er að vísa til ákveðins öryggi einstaklinga (Acharya, 2008).

### *1.3.1 Öryggi einstaklinga*

Hægt er að greina öryggi í tvær mismunandi tegundir, annars vegar samfélagslegt öryggi og hins vegar félagslegt öryggi. Samfélagslegt öryggi snýst um hópa og sjálfsmynd, það er að segja samfélagið sem einstaklingurinn byggir sjálfsmynd sína á og hvernig slíkum sjálfsmyndum er viðhaldið á meðan að félagslegt öryggi snýst um velferð einstaklinga (Buzan, Wæver og Wilde, 1998).

Eins og fram kom hér að ofan er hugtakið mannöryggi oft notað þegar verið er að vísa til öryggis einstaklinga. Þá er áhersla lögð á að einstaklingar séu meginviðfangsefni öryggismála og hin ríkismiðaða hugmynd um öryggi víkur til hliðar. Það má því segja að mannöryggi fjalli um öryggi fyrir fólk, frekar en öryggi fyrir ríki og samfélög (Acharya, 2008).

Þessi skilgreining á öryggi hefur fengið mikla umræðu og einnig verið gagnrýnd, en gagnrýnendur hafa bent á að þessi skilgreining á öryggi geti hugsanlega víkkað mörk



öryggisrannsóknna of mikið. Einnig hefur verið bent á að það að öryggisvæða einstaklinginn sé ekki besta leiðin til að mæta þeim áskorunum sem hnattvæðingin hefur haft í för með sér. Hins vegar hafa aðrir bent á að hugtakið mannöryggi sé mikilvægt skref í áttina að því að varpa ljósi á þær hættur sem stafa af fátækt, sjúkdómum, ógn vopnaðra átaka og brotum á mannréttindum (Acharya, 2008).

Sameinuðu þjóðirnar settu fram þróunaráætlun árið 1994 þar sem mannöryggi er skilgreint og flokkað niður í sjö tegundir. Samkvæmt áætluninni er mannöryggi einstaklingsmiðað öryggi og varðar það hvernig einstaklingar lifa í umhverfi sínu, hversu mikið frelsi þeir hafa til að nýta sér valkosti sína, hversu mikinn aðgang þeir hafa að markaðs- og félagslegum tækifærum og hvort þeir lifa á átakasvæðum eða í friði.

Samkvæmt þróunaráætluninni skiptist mannöryggi niður í eftirfarandi þætti:

- Efnahagslegt öryggi, sem felur í sér að einstaklingar hafi öruggar tekjur til að framfleyta sér, oftast tekjur af atvinnu en í neyð einhverskonar fjármagn frá samfélaginu.
- Fæðuöryggi, sem tryggir að allir einstaklingar hafi aðgang að næringu á öllum tímum.
- Heilsuöryggi, sem veitir lágmarksvernd gagnvart sjúkdómum og óheilbrigðu líferni.
- Umhverfisöryggi, sem felur í sér vernd einstaklinga fyrir náttúruhamförum, ógnum af völdum manna í náttúrunni og röskun á náttúrulegu umhverfi.
- Persónulegt öryggi, sem veitir vernd gegn líkamlegu ofbeldi, hvort sem um er að ræða ofbeldi af hálfu einstaklinga, ríkis eða þátta innan ríkis eða utan, einnig heimilisofbeldi.

- Samfélagslegt öryggi, sem felur í sér vernd fyrir einstaklinga gagnvart hnignun hefðbundinna sambanda og gilda og svæðisbundnu eða þjóðernisbundnu ofbeldi.
- Pólítískt öryggi, sem tryggir að einstaklingar búi í samfélagi sem virðir grundvallar mannréttindi og tryggir frelsi einstaklinga og hópa.

(Human Development Reports, 1994).

Mannöryggi varpar því ljósi á mannþróunina, þar sem megin áherslan er að auka valmöguleika og hæfni einstaklinga til að takast á við fátækt, ólæsi, sjúkdóma, misrétti, takmarkanir á pólitísku frelsi og ógn vopnaðra átaka (Acharya, 2008).

Frelsi er öllum einstaklingum mikilvægt, en til að sem flestir geti notið þessa frelsis þarf að taka tillit til mismunandi aðstæðna fólks. Einstaklingur getur ekki nýtt sér slíkt frelsi búi hann við fátækt, ólæsi, misrétti, ógn vegna ofbeldis og átaka eða neitun um pólitískt tjáningarfrelsi (Acharya, 2008).

### *1.3.2 Sjálfræði og ákvörðunarréttur*

Sjálfræði er eitt af grundvallargildum í mannlegri tilveru. Það er ekki hægt að gera viðhlítandi grein fyrir mannlífinu nema notast við hugtök á borð við athöfn, ákvörðun, vilja og val. Öll þiggja þessi hugtök merkingu sína af því að manneskjan er vera sem getur skoðað og metið aðstæður sínar og athafnað sig í samræmi við hugmyndir sínar um þær. Manneskja er sjálfsvera, það er að segja gerandi með sjálfsmynd og sjálfsvitund, en einnig vilja, langanir, gildismat og tilfinningar sem hafa áhrif á það hvaða stefnu líf hvers og eins tekur. Manneskjan er því aldrei einber þolandi atburða og aðstæðna; hún bregst við aðstæðum og gefur þeim merkingu og mikilvægi sem eru til

marks um lífsáform hennar og veruleikasýn (Ástríður Stefánsdóttir og Vilhjálmur Árnason, 2004).

Sjálfræði eru öllum mjög mikilvægt, það er forsenda þess að einstaklingur geti metið aðstæður sínar og breytt þeim samkvæmt eigin mati. Það er því rangt að ætla öðrum að meta hvað sé öldruðum einstaklingi fyrir bestu án þess að tekið sé mark á gildismati, tilfinningum og vilja hans. Þegar sjálfráða einstaklingur á í hlut verður ávallt að taka mið af skilningi einstaklingsins sjálfs á eigin hagsmunum, því þó svo að margt bendi til þess að einstaklingurinn ætti að gera annað en hann sjálfur kys, þá er rangt að taka fram fyrir hendurnar á honum svo lengi sem hann er með réttu ráði og ákvarðanir hans skaða ekki aðra. Þetta er frelsisregla Johns Stuart Mill, sem er afar mikilvæg í þessu samhengi (Ástríður Stefánsdóttir og Vilhjálmur Árnason, 2004).

Sjálfræði er einfaldlega það að ráða sér sjálfur, en málið flækist þegar hugað er að því hvað það felur í sér að ráða sér sjálfur. Til að skilgreina hugtakið sjálfræði frekar er hægt að útskýra það í þremur meginatriðum (Ástríður Stefánsdóttir og Vilhjálmur Árnason, 2004).

Það fyrsta er *að hafa rými til athafna*, þar sem aðaláherslan er að einstaklingur sé laus undan yfirráðum annarra. Sá einstaklingur sem er beint eða óbeint þvingaður til einhverra athafna ræður sér augljóslega ekki sjálfur. Mannlegt sjálfræði felur aldrei í sér að einstaklingur ráði sínum aðstæðum fyllilega sjálfur, því alltaf eru einhverjar hömlur á vegi hvers og eins, það felur einungis í sér að einstaklingur ræður sjálfur hvernig hann nýtir sér þá valkosti sem aðstæður bjóða honum upp á hverju sinni, en er ekki neyddur til að velja eitt fremur en annað. Afskipti annarra í formi valdboða eða inngripa ráða yfirleitt mestu um þetta rými til athafna. Dæmi um þetta er þegar aldraður einstaklingur er þvingaður af aðstandendum sínum til að flytjast á stofnun, þó svo hann vilji búi

heima hjá sér og sé fær um það ef hann fengi heimilishjálpi til að yfirstíga þær hindranir sem á vegi hans yrðu (Ástríður Stefánsdóttir og Vilhjálmur Árnason, 2004).

Annað meginatriðið í sjálfræðishugtakinu er að *geta nýtt sér rýmið til athafna*. Þetta atriði snýst um að það er engin leið fyrir einstaklinginn að nýta sér frelsi sitt nema hann þekki þá valkosti sem aðstæður bjóða upp á. Í fyrsta lagi verður einstaklingur að vera fær um að skilja aðstæður sínar og leggja eigið mat á þær. Í öðru lagi þarf einstaklingurinn að vera upplýstur um þá kosti sem honum standa til boða. Hér geta fáfræði, menntunarleysi, skortur á upplýsingum eða villandi upplýsingar dregið mjög úr sjálfræði einstaklinga. Þess má geta að skert hæfni og skortur á upplýsingum um valkosti eru meðal alvarlegustu ógnvalda sjálfræðis aldraðra (Ástríður Stefánsdóttir og Vilhjálmur Árnason, 2004).

Þriðja og síðasta meginatriðið er að *kjósa að nýta sér rýmið til athafna á sinn hátt*. Hér er lögð áhersla á að mikilvægt sé að skilja sjálfræði sérhvers einstaklings út frá óskum, viðhorfum og venjum hans sjálfs. Við virðum persónuna og sjálfræði hennar með því að gera henni kleift að lifa merkingabæru lífi á sínum eigin forsendum. Þetta tiltekna atriði er afar mikilvægt í umræðunni um sjálfræði aldraðra sem eru oft orðnir fastir í sínum venjum (Ástríður Stefánsdóttir og Vilhjálmur Árnason, 2004).

Í ljósi þessa má segja að sú manneskja sé sjálfráða sem getur breytt í samræmi við sitt eigið gildismat og mótað aðstæður sínar í ljósi þess en er ekki neydd til að fallast á gildismat annarra. Þetta þýðir þó ekki að einstaklingurinn sé einungis sjálfráða ef gildismat hans er algerlega hans eigið en verður ekki fyrir áhrifum frá umhverfinu. Gildismat okkar er alltaf að einhverju leyti mótað af öflum sem eru ekki á okkar valdi. Þetta er að miklu leyti óhjákvæmilegt þar sem samfélag og menning er samofið gildismati okkar. Sjálfráða persóna er fær um að meta gildismat sitt og endurskoða það; slíkur einstaklingur getur því tekið ákvörðun um það hvort hann kýs að samsama sig

ríkjandi gildismati í mikilvægum atriðum eða víkja frá því. Einnig er mikilvægt að hafa í huga að einstaklingur getur vissulega kosið að leggja meira upp úr öðrum verðmætum en sjálfræði, svo sem þægindum og öryggi (Ástríður Stefánsdóttir og Vilhjálmur Árnason, 2004).

### *1.3.3 Búsetuáðstæður og öryggi aldraðra*

Búsetumál aldraðra á Íslandi hafa þróast mikið síðustu áratugi. Þangað til um miðja 20. öldina var algengasta búsetuform aldraðra eigið heimili þar sem þeir nutu umönnunar barna sinna. Í kringum 1920 voru fyrstu nútíma öldrunarheimilin stofnuð en öldrunarþjónusta eins og við þekkjum hana í dag fór ekki að þróast fyrr en á síðari hluta 20. aldarinnar. Þróunin fylgdi aukinni þéttbýlismyndun, atvinnuþátttöku kvenna og fleiri þáttum sem drógu úr hlutverki stórfjölskyldunnar (Sigríður Sigurðardóttir, 2008).

Sú hugmyndafræði sem var ríkjandi um öldrun á þessum tíma var tengd hugmynd um áhyggjulaust ævikvöld og hugmyndum hlédrægnikenningarinnar (Jón Björnsson, 1996a). Samkvæmt því voru víða um land byggð upp dvalarheimili í lok 20. aldarinnar. Síðan komu hjúkrunarheimilin þegar aldur samfélagsins fór hækkandi og aukning varð á langveikum öldruðum einstaklingum (Sigrún Huld Þorgrímsdóttir, 2010). Ríkjandi hugmyndafræði, sem hafði tekið mið af hlédrægnikenningunni, fór minnkandi og hugmyndafræðin þróaðist í átt til athafnakenningarinnar (Jón Björnsson, 1996a). Með þessari hugmyndafræði fylgdi sú stefna að aldraðir ættu að búa sem lengst á eigin heimili. Því hefur dvalarrýmum fækkað mikið á síðustu árum og þjónustuíbúðir og aukin áhersla á heimaþjónustu komið í þeirra stað (Jón Björnsson, 1996a).

Dvalarheimili eru sérhönnuð fyrir aldraða einstaklinga sem ekki eru færir um að annast heimilishald þrátt fyrir heimaþjónustu. Á dvalarheimilum skal vera fjölbreytt þjónusta og varsla allan sólarhringinn. Íbúar dvalarheimila eiga að njóta þjónustu sem er

byggð á einstaklingsbundnu mati og hjúkrunar, læknishjálpar og endurhæfingar þegar það á við. Hjúkrunarheimili eru hins vegar ætluð öldruðum einstaklingum sem hafa of laka heilsu til að dveljast á dvalarheimilum (Lög um málefni aldraðra nr.125, 1999).

Árið 2010 bjuggu 3.144 einstaklingar á skilgreindum dvalar- og hjúkrunarheimilum og í hjúkrunar- og öldrunarlækningarýmum á sjúkrahúsum og heilbrigðisstofnunum á Íslandi. Þar af voru einungis 491 einstaklingur sem bjó á heimilum sem skilgreind eru sem dvalarheimili (Hagstofa Íslands, 2011).

Það eru afdrif margra aldraðra einstaklinga, ekki síst hér á Íslandi, að verja síðustu æviárum sínum á dvalarheimilum eða hjúkrunarheimilum fyrir aldraða. Stofnanavistun getur í sumum tilvikum dregið úr líkamlegri og félagslegri vanhæfni með því að veita öldruðum mun betri aðstæður á stofnun heldur en þeir hafa heima fyrir. Minni sjálfsbjargargeta eða minni félagslegur stuðningur eru helstu ástæður þess að aldrið flytjast á stofnun. Einstaklingar þurfa að skilja við fyrra lífsmunstur og aðlaga sig að skipulagi og reglum sem eru fyrir á öldrunarstofnuninni (Ástríður Stefánsdóttir og Vilhjálmur Árnason, 2004 ).

Helstu ástæður flutninga fólks á öldrunarstofnun eru breytingar á heilsu, sjálfsbjargargetu og félagslegum stuðningi. Faglegt, einstaklingsbundið mat á þörf fyrir vistun á stofnun þarf að framkvæma áður en einstaklingur fær pláss á öldrunarstofnun (Lög um málefni aldraðra nr.125 , 1999). Í þessu mati eru skoðaðar félagslegar, heilsufarslegar og andlegar aðstæður og að auki er metin færni í daglegum athöfnum. Vistunarmat hefur verið forsenda fyrir að komast inn á öldrunarstofnun síðan árið 1991 (Landlæknisembættið, 2011).

Ýmsir þættir geta ógnað eða skert sjálfræði aldraðra einstaklinga sem flytjast á stofnun. Þeir þættir sem ógna sjálfræði aldraðra á stofnunum eru skert geta hins aldraðra og vanmat á henni, viðhorf aldraðra, íhlutun ættingja, forræði fagsfólks, reglur og

starfsvenjur stofnanna, hópþrýstingur á stofnunum og öryggisleysi einstaklinga (Ástríður Stefánsdóttir og Vilhjálmur Árnason, 2004)..

Þátturinn um öryggisleysi einstaklinga er sá liður í skilgreiningunni á sjálfræði sem lýtur að þeim kosti að nýta sér eigið rými til athafna. Þessi kostur vísar til getunnar til að breyta í samræmi við gildismat einstaklingsins og byggir á þáttum í fari hans, eins og hugrekki, viljastyrk og innra öryggi. Öryggi ræðst ekki einungis af innri styrk einstaklinga heldur hefur hið félagslega umhverfi einnig mikil áhrif (Ástríður Stefánsdóttir og Vilhjálmur Árnason, 2004).

Öll viljum við upplifa eins mikið öryggi og hægt er, en hér á landi hefur verið skortur á öðrum úrræðum í öldrunarþjónustu en stofnunum og hefur þessi skortur almennt aukið öryggisleysi meðal aldraðra sem sækjast eftir plássi á stofnunum og því eru aldraðir oft afar þakklátir fyrir að komast loks inn á öldrunarstofnun. Oft þrengir samfélagið einnig kjör þessa aldurshóps með ýmsum hætti. Því þykir oft skásta leiðin til að tryggja afkomu sýna í ellinni að afsala sér sjálfræðinu sem fylgir því að búa á eigin heimili og flytjast í öruggara umhverfi öldrunarstofnana (Ástríður Stefánsdóttir og Vilhjálmur Árnason, 2004).

## *1.4 Félagsleg tengsl*

Lífsgæði er það sem gerir líf fólks gott og þau eru háð samleik hins ytra og innra, hugarfars og kringumstæðna (Jón Björnsson, 1996c). Margir þættir geta haft áhrif á lífsgæði fólks, aðstæður hvers og eins eru mismunandi og oft er eitthvað sem hamlar því að einstaklingar geta ekki notið lífsins jafn vel og aðrir. Heilbrigði er mikilvægur þáttur í því að geta lifað lífinu vel, en líta verður til þess að heilbrigði er ekki einungis líkamlegt og andlegt heldur einnig félagslegt. Félagsleg tengsl eru hverjum manni lífsnauðsynleg en þau efla félagslegt heilbrigði einstaklings (Hermann Óskarsson, 2005).

### *1.4.1 Félagsleg tengsl og heilbrigði*

Samkvæmt skilgreiningu Alþjóðaheilbrigðismálastofnunar er heilbrigði skilgreint sem ástand sem einkennist af fullkominni vellíðan í líkamlegum, andlegum og félagslegum skilningi en ekki einungis það að vera laus við sjúkdóma og vanlíðan (Íslenska alfræði orðabókin H-O, 1992). Heilbrigði er því ekki einungis andlegt og líkamlegt heldur einnig félagslegt.

Félagslegt heilbrigði er heiti sem er almennt notað til að vísa til tveggja ólíkra en skyldra hugtaka. Í vissum skilningi vísar félagslegt heilbrigði til heilbrigðis einstaklings með tilvísun til getu hans til samskipta við aðra og hversu vel honum vegnar í félagslegu samhengi. Félagslegt heilbrigði getur líka vísað til heilbrigðis samfélags almennt og hvernig meðlimir þess eru meðhöndlaðir og koma fram gagnvart hver öðrum. Félagslegt heilbrigði er oft talið hafa mikla þýðingu með tilliti til heilbrigðis einstaklinga, sérstaklega vegna þess að rannsóknir hafa sýnt fram á hvernig félagsleg samskipti geta hjálpað til við að efla líkamlegt og andlegt heilbrigði einstaklinga.



Félagslegt heilbrigði samfélags er skilgreint með tilliti til þess hversu vel samfélagið sér þegnum sínum fyrir jöfnu aðgengi að þjónustu og vörum. Trygging þess að jafn aðgangur sé fyrir alla er lykilforsenda samfélagsins (Hermann Óskarsson, 2005).

Félagsleg tengsl efla félagslegt heilbrigði einstaklings, samskipti milli aðila eru af ýmsum toga en einstaklingar byggja upp ákveðið félagsnet í kringum sig með mismunandi félagslegum tengslum. Félagsleg tengsl eru skilgreind sem margvísleg félagsleg samskipti, sem stjórnað er af hefðbundnum félagslegum viðmiðum og venjum milli tveggja eða fleiri persóna, þar sem hver hefur sína félagslegu stöðu og sitt félagslega hlutverk (Webster's Online Dictionary, e.d.).

#### *1.4.2 Félagsmótun á mismunandi aldurskeiðum*

Einstaklingur aðlagar sig að umhverfinu og mótast af því. Þetta er ævilangt ferli sem hefst við fæðingu og kallast félagsmótun. Fyrstu félagslegu tengsl hvernar manneskju eru fjölskyldan, því næst er það nærumhverfið. Skólinn spilar stórt hlutverk í félagsmótun einstaklinga og félagsleg tengsl sem myndast þar endast oft út ævina (Hermann Óskarsson, 2005). Alls staðar í samfélaginu eru félagslegir kraftar sem hafa áhrif á einstaklinginn. Hegðun fólks er ekki jafn einstaklingsbundin og oft hefur verið haldið fram. Hóparnir sem hver einstaklingur tilheyrir mótar og hefur áhrif á lífsreynslu hans (Glass, Mendes, Bassuk og Berkman, 2006).

Leiða má að því rök að félagsleg tengsl séu einstaklingum jafn mikilvæg og næring og svefn. Félagsleg þátttaka, skilgreind sem félagslegt hlutverk sem skiptir einstaklinginn máli, getur unnið gegn þunglyndi. Bent hefur verið á þrjú atriði sérstaklega sem skipta máli í þessu sambandi. Í fyrsta lagi örvast líkamleg starfsemi við félagslega þátttöku, þ.á.m. vitræn geta. Í annan stað örvar þátttakan hin ýmsu sjálfsbjargarviðbrögð sem minnkar hættuna á þunglyndi. Í þriðja lagi getur félagsleg

þátttaka eflt tengsl sem verða uppspretta félagslegs stuðnings út ævina, eins og t.d. félagsleg þjónusta sveitarfélaganna. Allt þetta verður að spila saman svo sem best útkoma verði fyrir einstaklinginn (Glass, Mendes, Bassuk og Berkman, 2006).

Að vera meðlimur í hóp er öllum einstaklingum mikilvægt og gefur þeim félagslegt sjálf. Ef börn og unglingar búa ekki við félagsleg samskipti og fá ekki nægilega ást og umhyggju á mótunarárum sínum eiga þau á hættu að þroska með sér andlega vanheilsu seinna í lífinu (Hermann Óskarsson, 2005).

Á unglingsárunum fara félagsleg tengsl við jafningjana að skipta mun meira máli og félagsmótun á sér stað af meiri krafti utan fjölskyldunnar. Hver sá hópur sem einstaklingur tilheyrir kallar eftir ákveðnu hlutverki hans. Rannsóknir hafa sýnt fram á að einstaklingur stundar síður svokallaða frávikshegðun ef hann er í tilfinningalega nánnum tengslum við aðrar manneskjur, því þá hefur hann meira aðhald af öðrum (Þóroddur Bjarnason, Stefán Hrafn Jónsson, Kjartan Ólafsson, Andrea Hjálmsdóttir og Aðalsteinn Ólafsson, 2006).

Á fullorðinsárum myndast tengsl við vinnufélaga og þau tengsl haldast oft þó hlutverk einstaklinga sem starfsmenn séu ekki lengur til staðar á efri árum. Þegar aldurinn færir yfir mynda einstaklingar einnig tengsl við barnabörnin sem eru að mörgu leyti annars eðlis en tengslin við börnin þeirra (Sigurður Guðmundsson, 2004).

Félagsleg tengsl eru mikilvæg á efri árum en rannsóknir hafa sýnt fram á að sterk tengsl við vini og ættingja og þátttaka í ýmsum félagslegum athöfnum tengjast bættu minni og greind hjá öldruðum (Sigurður Guðmundsson, 2008). Margar rannsóknir hafa sýnt fram á að góð félagsleg tengsl hafi jákvæð áhrif að því leyti að þau stuðla að lengra og betra lífi (Sigurður Guðmundsson, 2004).

Líf einstaklinga einkennist af mismunandi hlutverkum sem þeir fylgja eftir og þróa með sér allt lífið. Með aukinni þátttöku í samfélaginu koma fram fleiri hlutverk hjá

einstaklingnum en einnig geta þeir misst hlutverk á lífsleiðinni. Allir einstaklingar byrja sem opnir og óheftir einstaklingar og tilbúnir til að móta sig að umhverfinu. Eftir því sem einstaklingur færast nær fullorðinsárunum þá verða athafnir hans flóknari og hlutverkin fleiri, vinnan og fjölskyldan verða í forgang sem gerir það að verkum að tómstundaiðja einstaklingsins fær að sitja á hakanum (Watson og Wilson, 2003).

Eftir því sem einstaklingur verður eldri fer hann að missa færni sína við daglega iðju. Þetta gerir það að verkum að viðkomandi fer að missa hlutverk í sínu daglega lífi, eins og starfshlutverk. Við þetta skapast oft mikið rými fyrir ný gildi í lífi einstaklings sem getur verið erfitt fyrir hann að takast á við. Félagslegur stuðningur og efling tengsla aldraðra skiptir því miklu máli í þessu sambandi. (Watson og Wilson, 2003).

#### 1.4.3 Áhrif félagslegra tengsla á lífsgæði aldraðra

Í öldrunarfræðum hefur hugtakið lífsgæði verið mikið notað þegar fjallað er um hamingju og vellíðan aldraðra einstaklinga. Lífsgæði gera líf einstaklinga merkingarbært og gott. Rannsóknir á eldra fólki sem að eigin sögn lifir góðu og farsælu lífi á efri árum benda til að þeir einstaklingar eigi nokkur sameiginleg einkenni; virkni, nánd, sátt og gleði (Jón Björnsson, 1996c).

Fyrsta sameiginlega einkennið, *virkti*, vísar til þess að einstaklingar taki fullan þátt í lífinu og að þeir hafi áhuga á umhverfi sínu, samskiptum við aðra og njóti þeirra. Hægt er að skipta virkni upp í andlega og líkamlega, sem oft tvinnast saman (Jón Björnsson, 1996c).

Annað einkennið er *nánd* en þá er vísað til þess að einstaklingar finni til nándar við aðra, þ.e. sé í gagnkvæmum tilfinningatengslum við aðra einstaklinga. Hluti þessara tengsla er sú víska að viðkomandi sé öðrum mikilvægur, að einhver þarfnist manns, að

ekki standi öllum á sama um mann og að maður leggi eitthvað að mörkum í samskiptum við aðra en sé ekki aðeins sá sem þiggur (Jón Björnsson, 1996c).

Þriðja sameiginlega einkennið er *sátt*, og er þá er átt við það þegar eldra fólk telur sig vera sátt við sjálft sig og umhverfið. Það kvíðir ekki ellinni, er sátt við fortíðina og líðandi stund (Jón Björnsson, 1996c).

Síðasta sameiginlega einkennið er *gleði*. Með gleði er átt við að hamingjusamir einstaklingar eru alla jafnan glaðir og þá er átt við grunntilfinninguna, að í meginatriðum sé gaman að vera til. Gleðin þarf vissulega ekki að vera óslitin; eftir tilfallandi depurð snýr maður aftur til gleðinnar en ekki öfugt (Jón Björnsson, 1996c).

Eldra fólk í hinum vestræna heimi sem hefur þessi viðhorf til lífsins virðist jafnan hamingjusamara og njóta lífsins betur en annað fólk. Hvort einstaklingur tileinkar sér þessa farsælu afstöðu til lífsins á efri árum sínum er að mestu leyti komið undir reynslu, sjálfsmýnd og verðmætamati hans. Einnig hafa aðstæður hvers og eins áhrif, þær geta bæði eflt eða veikt þessa lífsafstöðu. Samhengið er hinsvegar margbrotið og flókið (Jón Björnsson, 1996c).

Sumt eldra fólk lítur svo á að lífið sé að styttest á sínum efri árum og því taki sig ekki að eldast með reisn og njóta þeirra valmöguleika sem í boði eru. Margir fræðimenn sem hafa lagt stund á rannsóknir tengdar öldrun hafa bent á gildi þess að vera félagslega virkur fyrir andlega og líkamlega heilsu fólks á þessu æviskeiði. Ræktun vináttu og fjölskyldubanda er þarna mikilvægast en einnig að vera opinn fyrir þeim möguleikum sem felast í því að kynnast nýju fólki. Samneyti við aðra getur auðgað lífið til muna og gefið því nýjan tilgang. Sterk jákvæð sjálfsmýnd er öflugasta aðdráttaraflið í myndun tengsla milli fólks. Hvernig einstaklingnum líkar við sjálfan sig speglast í því hvernig viðkomandi vill koma öðrum fyrir sjónir (Jón Björnsson, 1996c).

Margt getur skyggt á lífsgæði einstaklinga en félagsleg einangrun er einn þeirra þátta. Félagsleg einangrun er algeng meðal eldra fólks, hún er yfirleitt viðbragð við vanlíðan eða vonleysi vegna aðstæðna sem viðkomandi býr við. Erfiðir atburðir í lífi einstaklinga, til dæmis missir og skortur á getu til þess að vinna úr lífsreynslu sinni á uppbyggilegan hátt, beina fólki í þennan farveg (Nanna K. Sigurðardóttir og Sigrún Júlíusdóttir, 1996).

Minningar og reynsla gegna mikilvægu hlutverki í andlegri heilsu einstaklinga, minningar skapa skilning á eigin tilfinningalífi sem er grunnurinn sem einstaklingurinn byggir á til að geta tengst öðrum í einlægni og trúnaði. Reynslan lætur einstaklinga finna tilgang lífsins með sér og því þarf hver og einn að vinna úr reynslu sinni svo að viðkomandi öðlist innri sátt (Nanna K. Sigurðardóttir og Sigrún Júlíusdóttir, 1996).

Einstaklingur sem er á sínum efri árum og er bitur vegna lífreynslu sinnar getur átt erfitt með að tengjast öðrum og mynda ný tengsl. Hugurinn er oft bundinn við erfiðar minningar sem einstaklingar eiga erfitt með að bægja frá sér og stöðnun verður í verkum og hugsunum. Þegar stofnað er til nýrra kynna getur slíkt haft slæm áhrif á sambandið við hinn aðilann. Þeir sem ekki hafa náð sátt við líf sitt getur oft á tíðum reynst þetta erfitt (Nanna K. Sigurðardóttir og Sigrún Júlíusdóttir, 1996).

Tilfinningalegur einmanaleiki er einnig algengur meðal eldra fólks og þáttur sem getur dregið úr lífsgæðum einstaklinga. Hugtakið einmanaleiki kemur af ósamræmi á milli félagsnets einstaklings og vilja hans fyrir félagstengslum. Misjafnt er hvort einstaklingar velji að vera einir og upplifa það sem jákvæða tilfinningu eða upplifa einmanaleika sem neikvæða tilfinningu. Rannsóknir hafa sýnt fram á að það eru lítil tengsl á milli tíðni heimsókna fjölskyldu og vina og einmanaleika. Hins vegar eru tengsl á milli einmanaleika og lágrar tíðni félagslegra tengsla við fjölskyldu og vini. Góð félagsleg tengsl skipta meira máli heldur en stærð félagsnetsins, það er að segja gæði

sambands við börn og fjölskyldu hafa meiri áhrif á einmanaleika heldur en fjöldi heimsókna (Pitkälä, Routasalo, Savikko, Strandberg og Tilvis, 2006).

Tómstundir draga úr félagslegri einangrun og einmanaleika og leggja áherslu á mikilvægi félagslegrar virkni. Þeir sem hafa sinnt áhugamálum og tómstundum í gegnum lífið vilja halda því áfram þó breyting verði á heilsufari þeirra. Með virkni í fjölbreyttu tómstundarstarfi njóta aldraðir aukinna lífsgæða, gleði og samverustunda með jafningjum, sem sýnir mikilvægt gildi tómstunda (Öldrunarheimili Akureyrar, e.d.,a).

Ótal rannsóknir sýna að einstaklingar taka þátt í tómstundarstarfi til að fullnægja margskonar félagslegum og sálrænum þörfum. Tómstundum aldraðra virðist vera varið á svipaðan hátt hvar sem er í heiminum, hvort heldur er á Íslandi eða í Kína. Þeim er oft skipt í fimm megin flokka; lestur, líkamsrækt, handið, menningarviðburði og aðra tómstundaiðju (Anna Jónsdóttir, Jóna Eggertsdóttir og Sigurrós Sigurðardóttir, 1996).

Á dvalar- og hjúkrunarheimilum eru oft sérstakir starfsmenn sem sjá um afþreyingu og þar skapast oft ákveðnar hefðir, svo sem menningarvika, fræðilegir fyrirlestrar og ýmis konar annað efni til skemmtunar. Margar athuganir og rannsóknir styðja það að ýmis dægrastytting geti haft góð áhrif á sjúklinga, hún geti gert líf þeirra bærilegra og gefið sjúklingum eitthvað að fást við og tala um (Anna Jónsdóttir, Jóna Eggertsdóttir og Sigurrós Sigurðardóttir, 1996).

Þrátt fyrir að lífsgæði einstaklinga hafi vakið athygli sem rannsóknarefni síðustu áratugi eru aðeins fáar rannsóknir sem hægt er að finna um hvernig aldraðir einstaklingar meta lífsgæði sín eða hvaða merkingu lífið hefur fyrir þá. Eigindleg rannsókn sem gerð var árið 2003 í Svíþjóð meðal eldra fólks um upplifun þeirra á lífsgæðum sýndi fram á einstaklingar meta lífsgæði sín á misjafna vegu. Tekin voru 11 djúpvíðtöl við einstaklinga á aldrinum 80-85 ára. Í ljós kom að það fór eftir merkingu þess hvaða þættir fólkinu fannst skipta máli og einnig hvernig þau sem einstaklingar

voru metin af öðrum í umhverfinu hvernig þau mátu lífsgæði sín. Geta eldra fólks til að aðlagast breyttu lífsmynstri í tengslum við breytingar og nýjar aðstæður fer eftir því hversu vel það varðveitir sjálfsímynd sína. Á efri árum eiga einstaklingar að tileinka sér aðlögunarhæfnina til að varðveita sjálfsímynd sína og þar með er merking í lífinu mikilvægari en vettvangurinn í sjálfu sér til að mynda gildi í lífinu (Borglin, Edberg og Hallberg, 2005).

Ýmsar kenningar af félagsfræðilegum og félagssálfræðilegum toga gera ráð fyrir því að lífsfylling og hamingja aldraðra sé fyrst og fremst undir því komin hvort þeir hafi hlutverki að gegna í samfélaginu og hvert hlutverk þeirra sé. Tengslin við samfélagið eru gerð að hinni almennu, en ekki endilega hinni einstaklingsbundnu, forsendu lífshamingjunnar fyrir aldraðra. Af þessum toga er hlédrægniskenningin, sem kynnt var hér að ofan, en hún gengur út frá gagnkvæmu samkomulagi milli samfélagsins og einstaklinga um að aldraðir setjist í helgan stein, firrtir ábyrgð og áhyggjum. Ef aðstæður koma í veg fyrir að hinn aldraði geti dregið saman seglin, lifir hann gegn eðli ellinnar. Af þessum flokki kenninga eru einnig hugmyndir sem ganga efnislega þvert gegn hlédrægniskenningunni, eins og athafnakenningin sem áður var getið um (Jón Björnsson, 1996c).

## 2. Eigindleg frumrannsókn höfunda

### 2.1 Markmið rannsóknarinnar

Markmið rannsóknarinnar var að skoða hvaða áhrif búsetuaðstæður og félagsleg tengsl aldraðra hafa á viðhorf þeirra til vistunar á dvalarheimili. Með rannsókninni vildu rannsakendur víkka sjóndeildarhring sinn og almennings á málefnum aldraðra og einnig varpa ljósi á þá vankanta sem eru til staðar í tengslum við stöðu aldraðra í samfélaginu.

### 2.2 Rannsóknarsnið

Rannsóknin fór fram á dvalarheimili fyrir aldraðra. Viðkomandi dvalarheimili er staðsett á landsbyggðinni, rétt fyrir utan þéttbýli í afar mikilli náttúrufegurð. Á heimilinu eru 44 íbúar, ýmist í hjúkrunar- eða dvalarrýmum. Byggingin er á fjórum hæðum og eru herbergi vistmanna á fyrstu, annari og þriðju hæðinni. Ýmis afþreying og félagsstarf eru í boði á heimilinu.

Rannsóknin byggist á eigindlegri rannsóknaraðferð, eigindlegar rannsóknir byggja á aðleiðslu, þar sem rannsakendur einbeita sér að því að skilja þá merkingu sem fólk leggur í líf sitt og aðstæður. Eigindlegar rannsóknir líta á fólk og aðstæður í heildrænu samhengi og beina sjónum að daglegu lífi, hugsunum og athöfnum fólks. Rannsakendur leggja áherslu á merkingu rannsóknaniðurstaðna og reyna að fá sem ýtarlegastar niðurstöður úr frásögnum þátttakenda (Taylor og Bogdan, 1998).

Með eigindlegum viðtölum reyndu rannsakendur að skilja félagslegan bakgrunn þátttakenda og túlka svör þeirra með opnum huga og án tillits til eigin skoðana. Lagt var upp úr því að hafa viðtölin við þátttakendur í formi persónulegra samræðna til að skapa þægilegt andrúmsloft og fá sem mest út úr hverju viðtali. Það gerðu rannsakendur með



því að leggja áherslu á að fá að koma inn í herbergi þátttakenda og taka viðtölin þar, en rannsakendur áætluðu að með þeim hætti yrði sem minnst áreiti og þátttakendum gæti því liðið vel á meðan á viðtölunum stóð.

### **2.3. Þátttakendur**

Þátttakendur rannsóknarinnar eru samtals fimm, tvær konur og þrír karlmenn. Allir þátttakendur hafa átt heima á dvalarheimili síðustu eitt til þrjú árin. Þess má geta að öllum þátttakendum voru gefin dulnefni. Þau heita Jón, Sveinn, Helgi, Pálína og Hlín. Þátttakendur eru á aldrinum 64-93 ára.

Jón er 82 ára karlmaður, einhleypur, fimm barna faðir og hefur búið í eitt og hálf ár á dvalarheimilinu.

Sveinn er 73 ára karlmaður, einhleypur, barnlaus og hefur búið í tvö ár á dvalarheimilinu.

Helgi er 64 ára karlmaður, einhleypur, fjögurra barna faðir og hefur búið á dvalarheimilinu í eitt ár.

Pálína er 93 ára gömul kona, ekkja, fjögurra barna móðir og hefur dvalið í þrjú ár á heimilinu.

Hlín er 76 ára gömul kona, einhleyp, þriggja barna móðir og hefur búið í eitt ár á dvalarheimilinu.

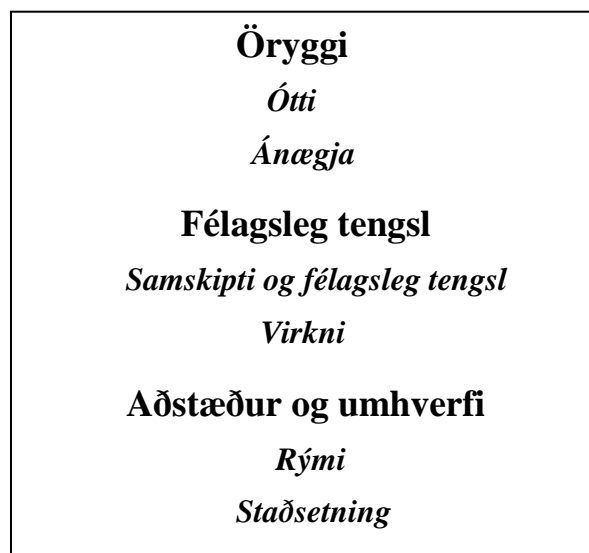
Þátttakendur voru valdir af hjúkrunardeildastjóra á dvalarheimilinu samkvæmt kröfum rannsakenda um að þátttakendur hefðu dvalið á heimilinu í eitt til þrjú ár og byggju allir enn við gott minni og hefðu getu til að tjá sig. Allir þátttakendur samþykktu að taka þátt í rannsókninni við fyrstu beiðni.

#### **2.4. Gagnaöflun og úrvinnsla gagna**

Í fyrstu höfðu rannsakendur samband við hjúkrunardeildarstjóra dvalarheimilisins til að fá leyfi fyrir því að framkvæma rannsóknina. Þegar leyfið lá fyrir sendu rannsakendur formlega tilkynningu um rannsóknina til Persónuverndar. Viðtalsrammi var síðan mótaður í samráði við leiðbeinanda rannsóknar og rúmri viku fyrir viðtölin var þátttakendum afhent kynningarbréf sem innihélt upplýsingar um rannsóknina. Söfnun gagna fór svo fram þann 27. og 29. september 2011. Tekin voru fimm djúpviðtöl upp á segulband á herbergjum þátttakenda og var meðallengd þeirra um 30 mínútur.

Viðtalsrammi rannsóknarinnar innihélt 36 spurningar og var þrískiptur, í byrjun voru þátttakendur spurðir hefðbundinna bakgrunnsspurninga, svo beindust spurningar að búsetuáðstæðum þátttakenda og að lokum að félagslegum tengslum þeirra. Báðir rannsakendur voru viðstaddir hvert viðtal, þar sem annar rannsakandinn tók viðtalið á meðan hinn var til aðstoðar. Viðtölin voru svo rituð orðrétt niður á rafrænt form.

Þegar viðtölin voru komin á blað voru þau greind. Til að byrja með lásu rannsakendur viðtölin nokkrum sinnum yfir til að finna sameiginlega þætti og mynstur. Viðtölin voru greind niður í þemu í samráði við leiðbeinanda rannsóknarinnar og að lokinni úrvinnslu var gögnum eytt. Niðurstöður greiningarinnar koma fram í niðurstöðukafla. Lýsingar þátttakenda af reynslu sinni voru flokkaðar eftir ákveðnum aðferðum þar sem sameiginlegir þættir voru settir saman, samanber eftirfarandi greiningarlíkan:



### 3. Niðurstöður

Í þessum kafla verður farið yfir helstu niðurstöður sem fengust úr rannsókninni. Niðurstöðurnar voru unnar með það til hliðsjónar að mæta því markmiði sem lagt var upp með í byrjun rannsóknar, að skoða hvaða áhrif búsetuaðstæður og félagsleg tengsl aldraðra hafa á viðhorf þeirra til vistunar á dvalarheimili. Reynt verður að ráða í merkingu þeirra gagna sem fengust úr rannsókninni þó ekki sé hægt að alhæfa út frá þeim. Niðurstöðukaflinn fjallar um upplifun og frásagnir viðmælenda af aðstæðum sínum og tengslum, nú og áður. Einnig er fræðileg umfjöllun tengd viðfangsefninu að hluta til, svo sem niðurstöður eldri rannsókna. Hér verður sagt frá þeim sem komu fram við greiningu gagnanna. Um var að ræða þrjú meginþemu og undirþemu við hvort þema voru tvö. Fyrsta þemað er öryggi; undirþemu þar eru ótti og ánægja. Annað þemað er félagsleg tengsl; undirþemu þar eru samskipti og félagsleg tengsl og virkni. Þriðja þemað er svo aðstæður og umhverfi; undirþemu undir því eru rými og staðsetning.

Reynt verður að setja niðurstöðurnar fram með það fyrir augum að lýsingar viðmælenda komi skýrt og greinilega fram í tengslum við þemun.

#### 3.1 Öryggi

Öryggistilfinning er öllum einstaklingum mjög mikilvæg. Öryggistilfinning fólks getur haft innri og ytri áhrif. Ytri áhrif geta verið til dæmis félagslífið, heilbrigðisþjónustan og fjármagnsstofnanir. Innri áhrifin geta svo verið tilfinningar fólks og hvernig því tekst að takast á við lífið og tilveruna (Fagerström, Gustafson, Jakobsson, Johansson og Vartiainen, 2011).

Hingað til hefur verið talið að eldra fólk upplifi visst öryggisleysi í heiminum í dag, til dæmis vegna slæms heilbrigðiskerfis, ótta við hryðjuverkaárásir og ótta við hvers konar ofbeldi og glæpi tengda eiturlyfjum. Í þessu samhengi má líka nefna

umhverfishættur eins og af völdum mengunar og fleira. Árið 2005 var gerð meginleg rannsókn á öryggistilfinningu einstaklinga á aldrinum 65-75 ára í Svíþjóð og Finnlandi. Spurningalistar voru sendir til alls 4927 manns í 15 héruðum í Svíþjóð og 18 héruðum í Finnlandi og reyndist heildarþátttaka vera 68,4 %. Rannsóknin leiddi í ljós að þeir einstaklingar sem telja sig síður örugga eru líklegri til að vera í litlum tengslum við fjölskyldu sína, síður líklegir til þess að treysta vinum og nágrönnum eða til að telja hreyfigetu sína góða, einnig síður líklegir til að vera efnahagslega vel stæðir og til að hafa nýlega lent í örlagaríku ástandi en hins vegar líklegri til að telja að heimurinn sé flókinn (Fagerström, Gustafson, Jakobsson, Johansson og Vartiainen, 2011).

Einstaklingar sem telja sig vera mjög örugga eru líklegri til að hafa trú á efnahagsstofnunum, til að finnast þeir vera efnahagslega öruggir, til að hafa lent nýlega í örlagaríkum aðstæðum, líklegri til að telja að þeir geti tekist á við örlagaríkar aðstæður og einnig til að finnast líf sitt vera innihaldsríkt. Þeir sem telja sig örugga eru líklegri til að vera í betri tengslum við félagslegt umhverfi sitt (Fagerström, Gustafson, Jakobsson, Johansson og Vartiainen, 2011).

Við greiningu gagna komust höfundar að því að öryggi er viðmælendum mikilvægt. Í þessum hluta koma fram lýsingar viðmælenda á upplifun sinni í tengslum við öryggi, það er að segja lýsingar á tilfinningum er varða öryggi; annars vegar óttann við öryggisleysi og hins vegar ánægjuna við að öðlast aukna öryggistilfinningu.

Fjórir af fimm viðmælendum töluðu um að þau hefðu búið við visst öryggisleysi áður en þau fluttust á dvalarheimilið. Einnig minntust allir viðmælendur á það á einhvern hátt hversu ánægðir þeir eru með flutning sinn á dvalarheimilið í tengslum við aukið öryggi, bæði hvað varðar öryggi umhverfisins og félagslegt öryggi.

### 3.1.1 Ótti

Ótti er ógnvekjandi tilfinning sem við upplifum þegar við verðum hrædd eða óörugg. Í eigindlegri rannsókn sem gerð var í Hong Kong og birt árið 2007, tekin voru viðtöl við 118 manns á aldrinum 60-89 ára sem komu í dagvistun fyrir eldra fólk, kom fram að viðhorf til öldrunarstofnunar var frekar slæmt. Þátttakendur lýstu þeirri tilfinningu að ef þeir þyrftu að flytja á öldrunarstofnun liði þeim eins og fjölskyldan væri að yfirgefa þá og þeir fundu fyrir óöryggi, einmanaleika og þjuggust við að einkalíf þeirra myndi glatast. Samkvæmt þátttakendum rannsóknarinnar voru helstu ástæður fyrir því að þeir myndu vilja flytja á öldrunarstofnun að þeir vildu ekki vera byrði á fjölskyldum sínum. Þeir töldu að ef heilsunni hrakaði, þá gætu þeir fengið góða þjónustu og öryggi á öldrunarstofnun. Einnig töldu þátttakendur að við flutning á öldrunarstofnun gætu þeir notið lífsins með fólki á svipuðum aldri (Tse, Mimi, 2007).

Niðurstöður rannsóknarinnar hér að ofan samræmast ekki öðrum rannsóknum sem hafa sýnt að flutningur á öldrunarheimili býður upp á létti og öryggi fyrir aldraða og fjölskyldur þeirra, að aldraðir finni fyrir létti og þurfi ekki að óttast lengur að vera einir heima og þurfa að hafa áhyggjur af matseld og heimilishaldi. Sömu rannsóknir hafa sýnt að aldraðir finna fyrir líkamlegum létti, minni einmanaleika og meiri örvun en þeir fengu heima fyrir (Tse, Mimi, 2007).

Þessi rannsókn sýnir svipaðar niðurstöður. Viðmælendur fluttust inn á dvalarheimili vegna aðstæðna sem sköpuðu þeim ótta og óþægindi á einhvern hátt og flutningurinn veitti þeim því vissan létti. Sveinn talar um að fæturnir á sér hafi verið orðnir lúnir og hann því ekki getað séð lengur um sig. Pálína talar um hvernig aðstæður hennar voru heima fyrir áður en hún fluttist á dvalarheimili. Af þeim að dæma er ljóst að brýnt var fyrir hana að flytjast inn á stofnunina til að auka öryggi hennar.

Frásögn Pálínu:

Ég var tvö ár ein í íbúðinni minni og var að fá í hausinn og detta, það lá við að ég rotaðist. Eftir það vildu börnin mín ekki hafa mig eina heima og ég kom hingað.

Helgi nefnir sínar fyrri aðstæður heima fyrir, að það hafi verið orðið erfitt og hættulegt að búa einn:

Það var bara það að frá sjö ára aldri hef ég verið með sykursýki og sjónskertur svo ég var farinn að þurfa að sprauta mig tvisvar á dag og sjá mjög illa. Já, það er öruggara, ég er í ströngu fæði hérna og það er öruggara, maður þarf að passa sig á matnum þegar maður er með sykursýki.

Frásögn Hlínar af þeim atburði sem varð til þess að hún fluttist á dvalarheimilið er lýsandi dæmi fyrir þann ótta sem getur skapast við að búa einn.

Ég lá á banalegu á stofugólfinu í desember áður en ég kom hingað, hneig niður og lá í sólahring án þess að nokkur kæmi, það var ekkert þægilegt en ég var ekkert hrædd og meiddi mig ekkert en vissi það sko að það voru margir ættingjar sem höfðu lykla en þetta var svo óþægilegt og snögglegt, það var alveg frá kaffi fram á kaffi næsta dag og ég gat ekki einu sinni velt mér á hliðina. Ég missti svona gjörsamleg máttinn en ég vissi alveg hvað tímanum leið og ég svaf mikið um nóttina.

Óttinn við að vera einn er eitthvað sem hræðir marga. Félaglegt öryggi eru okkur flestum mikilvægt en Jón segir ástæður sínar fyrir því að flytjast inn á dvalarheimili þær að hann

var hættur að vinna og var orðinn einn. Flutningurinn hefur því veitt honum aukið félagslegt öryggi.

Ljóst er að allir viðmælendur bjuggu við einhverskonar óöryggi heima fyrir áður en þeir fluttust á dvalarheimilið. Rannsakendur skynjuðu af frásögnum viðmælenda þann ótta og það óöryggi sem lýsingar þeirra innihéldu þegar þau lýstu óhöppum sínum og hættum sem voru farnar að vera þeim hindranir heima fyrir.

### 3.1.2 *Ánægja*

Mikilvægt er að einstaklingar séu með í ákvörðuninni að flytjast á öldrunarstofnun og fái stuðning frá fjölskyldu sinni (Júlíana Sigurveig Guðjónsdóttir, 2008).

Árið 2004 varð gerð meginleg rannsókn um viðhorf vistmanna á öldrunarstofnunum á Íslandi. Þátttakendur voru samtals 50 vistmenn af fjórum öldrunarstofnunum en þeir voru valdir með tilviljunarúrtaki. Niðurstöður sýndu fram á að samtals 60% vistmanna tóku þá ákvörðun sjálfir að flytjast á dvalarheimili, meðan 40% þátttakenda tóku ekki þá ákvörðun sjálfir. Börn vistmanna og heilsuleysi voru þar aðal ástæður þess að einstaklingar fluttust á dvalarheimili, eða í 72% tilfella. Um 70% vistmanna leið vel eða ágætlega á heimilinu, en karlar virtust að meðaltali aðeins ánægðari en konur með dvöl sína þar (Ástríður Stefánsdóttir og Vilhjálmur Árnason, 2004).

Samkvæmt gögnum þessarar rannsóknar tóku allir viðmælendur þá ákvörðun sjálfir að flytjast inn á dvalarheimilið, algerlega að eigin frumkvæði eða í samráði við aðstandendur sína. Visst öryggi fylgir því að taka þessa ákvörðun sjálfur eða í sátt og samlyndi með aðstandendum, til að viðkomandi viti hvert stefnir og sé sáttur og ánægður með ákvörðun sína. Ef ákvörðun er tekin fyrir einstaklinginn, getur það skapað honum visst óöryggi og vanlíðan.

Viðmælendurnir fimm nefna það allir stuttlega hvernig sú ákvarðanatöku að flytjast á dvalarheimilið fór fram og hluti þeirra nefnir hversu mikil ánægja því fylgdi. Sveinn og Jón nefna báðir að ákvörðunin hafi verið alfarið þeirra en Pálína tekur fram að hún ásamt börnum sínum hafi tekið þessa ákvörðun. Helgi talar um hvernig sú ákvörðun að flytjast á dvalarheimili var tekin, ásamt þeim tilfinningum sem fylgdu því:

Já, ég tók þessa ákvörðun, eða ég í samráði við börnin, eða dóttur mína, ég á tvær dætur og tvo syni. Ég var nú ekki ánægður fyrst því ég vissi ekkert út í hvað ég var að fara en er mjög sáttur núna, ég kalla þetta hótél.

Aðspurð talar Hlín um tilfinningar sínar þegar hún fékk svar um að hún gæti flutt á dvalarheimilið:

Já mjög sátt, ég var svo undrandi þegar ég fékk tilskipun að ég mætti koma hingað að ég hoppaði upp í loftið, ég var alveg búin á því /.../ allir bara í ættinni hjálpuðu við flutninginn.

Af þessu að dæma er því ljóst að allir viðmælendur fluttust á dvalarheimilið af eigin vilja, enginn var tilneyddur til að lúta ákvörðum annarra. Þau hafa því öll fengið að nýta sér sjálfræði sitt til ákvarðanatöku. Ánægjan með ákvörðunina kom í ljós í viðtölunum þegar viðmælendur voru spurðir út í það hvernig væri svo að búa á dvalarheimilinu.

Lýsing Helga af því var á eftirfarandi hátt:

Eins og að búa á fimm stjörnu hóteli /.../ já ég er mjög ánægður mjög, svo eru allir hér góðir starfslíðið og allir.

Jón var einnig jákvæður í garð dvalarheimilisins. Aðspurður um hvernig honum líkaði að búa þar, svaraði hann að honum líkaði það ágætlega og þætti það ósköp þægilegt. Sveinn



orðaði það svo að það væri alveg skínandi að búa á heimilinu. Einnig tóku konurnar Pálína og Hlín það fram að þeim líkaði vel að búa á dvalarheimilinu.

Upplifun rannsakenda var sú að öllum viðmælendum virtist mikið létt að hafa getað flutt á heimilið þar sem þau fá þjónustu og hjálp, sem veitir þeim aukið öryggi.

### ***3.2 Félagsleg tengsl***

Þeir sem hafa þurft að flytja einhvern tíma um ævina þekkja tilfinninguna að skilja við hluti og fólk og læra upp á nýtt á umhverfi og staðhætti. Flutningur á öldrunarheimili tengist oftast breyttum aðstæðum, eins og breyttri heilsu, minni getu til sjálfsbjargar og breytingum á félagslegum stuðningi, til dæmis ef maki deyr. Fólk bregst misjafnlega við flutningi á öldrunarstofnun og það er misjafnt eftir fólki hversu lengi það er að aðlagast nýjum aðstæðum. Það hefur sýnt sig að aðlögun gengur betur ef nýja heimilið stenst væntingar einstaklingsins (Júlíana Sigurveig Guðjónsdóttir, 2008).

Allir viðmælendur þessarar rannsóknar voru spurðir út í það hvort þeir hefðu haft einhverjar væntingar í garð dvalarheimilisins fyrir flutning, en enginn þeirra hafði gert sér neinar væntingar.

#### ***3.2.1 Samskipti og félagsleg tengsl***

Náin tengsl manna á milli styrkja vitundina um að hæfileikinn til að elska og vera elskaður fylgir okkur til æviloka og er dýrmætur fjársjóður sem allir búa yfir. Sátt við lífið sem er að baki eykur vilja og getu til að njóta slíkra tengsla á efri árum (Nanna K. Sigurðardóttir og Sigrún Júlíusdóttir, 1996). Samkvæmt þessu er hægt að álykta að félagsleg tengsl séu okkur öllum mjög mikilvæg, sama á hvaða aldurskeiði við erum.

Í finnskri rannsókn kom fram að aldraðir á stofnunum meta fjölda samskipta sinna við aðra og fjölda heimsókna til þeirra ekki í samhengi við einmanaleika og einangrun, heldur leggja þeir áherslu á gæði samskiptanna en ekki fjölda samverustunda.

Gæðastundir með sínum nánustu skiptu meira máli en margar heimsóknir og margir vinir. Sterk tengsl voru á milli væntinga þess aldraða til samskipta við aðra og upplifunar hans á einmanaleika, það er að segja að ef væntingum einstaklingsins var ekki fullnægt, ýtti það undir frekari einmanaleika hjá honum (Vinun, ráðgjafar- & þjónustumiðstöð, e.d.).

Ein af aðaláherslum þessarar rannsóknar eru félagsleg tengsl og því voru viðmælendur spurðir mikið út í tengsl sín og samskipti við vini og fjölskyldu áður fyrr og í dag, en einnig út í tengsl sín og samskipti við aðra vistmenn og starfsfólk dvalarheimilisins. Viðmælendur í rannsókninni bjuggu einir áður en þeir fluttust á dvalarheimilið, fyrir utan Svein en hann var í sambúð með konu. Hjúskaparstaða og fjöldi barna var misjafn eftir viðmælendum; Pálína er ekkja og á fjögur börn; Helgi er fráskilinn og á einnig fjögur börn; Jón er fráskilinn og á fimm börn; Hlín er fráskilin og á tvö börn og Sveinn er einstæður og á enginn börn, en hefur þó tengsl við fyrrverandi stjúp börn.

Tengsl viðmælenda við sína nánustu áður en þeir fluttust á dvalarheimilið komu ekki skýrt fram í viðtölunum en þó var rætt um það hvort mikill umgangur hefði verið á fyrra heimili þeirra. Hlín tók það fram að það hefði ekki verið mikill umgangur á heimili sínu, frekar hefði hún verið duglegri að fara í heimsóknir til dætra sinna. Sveinn og Jón töluðu báðir um að nánast enginn umgangur hefði verið á heimili þeirra. Einnig tók Helgi það fram að hann þyrfti að fara frekar langt aftur í tímann til að muna eftir einhverjum verulegum samskiptum, eftir að hann varð einn hafi umgangur og samskipti minnkað til muna. Pálína talaði hins vegar um að mikill umgangur hafi verið á hennar fyrra heimili

og alltaf margt fólk í heimsókn. Með þessar upplýsingar fyrir hendi er hægt að sjá brot af bakgrunni viðmælenda í tengslum við samskipti og félagsleg tengsl þeirra.

Viðmælendur voru spurðir út í það hversu oft þeir fengu heimsóknir frá fjölskyldu og vinum á dvalarheimilið. Einnig hversu oft þeir færu í heimsóknir til vina eða fjölskyldu.

Aðspurð að því hvort hún fengi einhverjar heimsóknir á dvalarheimilið svaraði

Pálína: Hér kemur varla nokkur manneskja en það er nú ekki margt í bænum, ein sonardóttir mín býr [erlendis] og tvær dótturdætur mínar eru [erlendis]. Hins vegar kom síðar í ljós í viðtalinu að börnin hennar koma reglulega og sækja hana og fara með hana í bíltúr um sveitina eða bjóða henni í mat. Af þessari frásögn að dæma má því kannski álykta að samskipti Pálínu við fjölskyldu hennar séu henni ekki fullnægjandi, þó svo að ættingjar komi reglulega, þar sem hún tekur fram að ekki nokkur maður heimsæki hana. Hins vegar tekur Pálína líka fram að allir hennar vinir og kunningjar séu látnir og hún standi ein eftir og að hún fari sjaldan sjálf í heimsóknir vegna lítils þreks.

Hlín upplifir félagsleg tengsl sín við fjölskyldu sína á annan hátt. Aðspurð að því hvort hún fái heimsóknir frá vinum eða fjölskyldu svarar hún:

Dætur mínar eru hérna tvær í bænum og þær koma alltaf, önnur á miðvikudögum og hin um helgar og sú yngri tekur mig alltaf heim í mat um helgar og barnabörnin koma stundum.

Hlín tekur einnig fram í lokin að hún eigi enga vini utan fjölskyldunnar og þessi heimsókn hennar til dóttur sinnar vikulega sé sú eina, en að hennar mati er það yfirdrifið nóg.

Helgi tekur fram að vegna sjúkdóms síns sé hann ekki duglegur sjálfur að fara í heimsóknir en þeir ættingjar sem búi í bænum, bróðir hans, hluti barna hans og vinir, komi í heimsókn til hans. Sveinn og Jón svara báðir stuttlega að heimsóknir til þeirra séu

fátíðar og að þeir fari sjaldan í heimsóknir eitthvert annað. Miðað við frásagnir viðmælenda af tengslum sínum við vini og fjölskyldu er ljóst að fjölskyldan er ein af mikilvægustu félagslegu stöðum þeirra, flestir viðmælendur hafa mestu samskiptin sín við fjölskylduna.

Við eignumst flest marga vini og kunningja á lífsleiðinni. Hins vegar er það oft svo að þeim fækkar með hækkandi aldri, á barneignaráldri verða áherslur aðrar og oft fækkar samverustundum með vinum á þeim árum. Á efri árum fækkar þeim einnig vegna annarra hlutverka, samskipta og vegna starfsloka og fráfalla vina.

Vinatengsl viðmælenda eru misjöfn, en ekkert af þeim hafði einhver tengsl við aðra íbúa dvalarheimilisins fyrir flutning. Viðmælendur voru spurðir hvort þeir hefðu eignast nýja vini eða kunningja eftir að þeir fluttust á dvalarheimilið. Sveinn var eini viðmælandinn sem tók fram að hann hefði myndað einhver tengsl við aðra íbúa, en hann hafði eignast góðan vin á heimilinu. Aðrir viðmælendur tala um að tengsl sín við aðra íbúa séu mjög lítil og ekki nán. Áhugavert var hvernig Jón svaraði því hvort hann ætti einhverja vini á heimilinu:

Njaaa eða kannski kunningja. Það er dálítið mikill munur á þeim orðum, kunningi eða vinur.

Pálína segir frá tengslum sínum við aðra íbúa á þann veg að þau séu mjög lítil og erfitt sé að mynda þau, stundum sé það þó svo að hún kæri sig ekki um að þekkja suma íbúa það sé ekki nauðsynlegt að þekkja fólk ef mann langar ekki til þess. Hins vegar sé ekki gott ef að ekki er hægt að kynnast neinum. Hún orðaði þetta á eftirfarandi hátt:

Það eru nú bara enginn tengsl bara ekki nokkur, maður þekkir engan hérna og kynnist engum hérna því fólk heldur svo mikið til inn á herbergjum sínum og ég geng hér um gangana til og frá án þess að sjá

eina einustu manneskju /.../ en það er ekki gott ef maður getur ekki kynnst neinum, gaman að vera með og spjalla við en það er ekki, það er einkennilegt. Bróðir minn var á elliheimili á Reykjavík áður en hann dó og hann hafði alveg sömu sögu að segja og ég að það sé hægt að ganga um gangana heilu og hálfu dagana án þess að sjá eina einustu manneskju og allir eru inn á herbergjunum og enginn til að tala við.

Frásögn Pálínu af upplifun sinni af því hversu lítil félagsleg tengsl eru á milli íbúa er í samræmi við allar aðrar frásagnir viðmælenda.

Samskipti eru ekki einungis maður á mann heldur einnig rafræn og gegnum síma. Þó svo að einstaklingur sé ekki í miklum daglegum samskiptum við fólk augliti til auglitis geta samskipti gegnum síma gefið honum mikið gildi. Allir viðmælendur hafa það sameiginlegt að nýta sér símann mikið. Sveinn hringir reglulega í sína fyrrverandi sambýliskonu, Jón tekur fram að hann noti símann þó nokkuð, Hlín hringir mikið og gerir góðlátlegt grín af því að hún sé líklega að gera fjölskylduna brjálaða með þessum símtölum sínum. Pálína nýtir sér símann einnig mikið og Helgi talar um að hann noti símann í það miklum mæli að starfsfólkið bendi honum reglulega á hversu hár símareikningurinn sé orðinn. Af þessu má sjá að fjarskipti eru þeim afar mikilvæg og góð leið til að halda tengslum við vini og ættingja.

Almennt var mjög mikil ánægja með starfsfólk dvalarheimilisins. Helgi orðaði það á skemmtilegan hátt:

Þær eru allar yndislegar stúlkurnar ég á bara ekki orð, yndislegar allar saman.

Sveinn og Jón voru honum sammála. Hlín talaði um að henni hafi alltaf líkað vel við allt starfsfólkið og hrósaði því fyrir mikla þolinmæði. Pálína kom með annan vinkil með

svari sínu en hún tók fram að samskipti sín við starfsfólk væru ágæt en það væri ekki beint vinafólk hennar heldur bara almennilegt fólk. Henni finnst að starfsfólk ætti að vera duglegra að efla tengsl íbúa:

Starfsfólk mætti gera eitthvað fyrir mann, fá mann til að gera eitthvað með sér. Frekar að fólk tæki sig til og gerði eitthvað til að fá mannskapinn til að vera með en það er ekki til hérna. Og svo núna í sumar er svo mikil skipting á starfsfólki.

Þetta er athyglisverður punktur hjá Pálínu, því greinilegt er að hennar mati að ekki er gert nóg til að virkja íbúa í þátttöku í hinum ýmsu viðburðum sem eru í boði sem gætu eflt tengsl milli íbúa. Ef starfsfólk er ekki meðvitað um að það þurfi að huga að því að virkja einstaklinga til koma út af herbergjum sínum og taka þátt í starfsemi heimilisins til að efla tengsl þeirra á milli, hver gerir það þá? Þess má geta að allir viðmælendur rannsóknarinnar verja miklum tíma einir inn á herbergjum sínum, en það kom fram í öllum viðtölunum á einhvern hátt.

### 3.2.2 Virkni

Eins og fram kom í fræðilega hluta ritgerðarinnar er gildi tómsunda mikið, það að vera virkur í félagsstarfi eða áhugamálum gefur einstaklingum aukin lífsgæði (Öldrunarheimili Akureyrar, e.d.,a).

Að vera virkur félagslega skiptir því máli en viðmælendur rannsóknarinnar hafa tök á því að sækja sér ýmsa afþreyingu, s.s. upplestur, spilamennsku og handavinnu, á dvalarheimilinu. Auk þess eru ýmsar uppákomur í boði, eins og söngstundir, tónleikar og helgistundir. Af og til eru einnig ferðir frá heimilinu á ýmsa staði í nágrenninu (Öldrunarheimili, e.d.,b).

Viðmælendur voru spurðir um það hvort þau væru virk í tómstundarstarfi eða einhverskonar félagsstarfi nú, eða hefðu verið áður, ásamt því hvort þau hafi ferðast mikið áður eða stundi ferðir á vegum dvalarheimilisins.

Hlín tók fram að hún væri dugleg að vera í tómstundaherberginu og þar líkaði henni vel, þar hittu hún fólk, drykki kaffi, spjallaði og skemmti sér. Þar gæti hún einnig komið sér vel fyrir og iðkað handavinnu sem er hennar helsta áhugamál. Einnig tekur hún alltaf þátt í keilukeppni einu sinni í viku og spilar spurningaspil oft. Hlín fer ekki oft í ferðir sem boðið er upp á, vegna líkamlegra kvilla, en var þó dugleg á efri árum heima fyrir að ferðast bæði innanlands og erlendis.

Sveinn fer hins vegar í allar ferðir sem farnar eru en nýtir sér afar lítið tómstundaherbergið fyrir utan að hann tekur þátt í keilukeppni einu sinni í viku. Hestamennska er hans helsta áhugamál en hann getur þó ekki stundað hana jafn mikið í dag og áður, en er þó einstaka sinnum sóttur af fyrrverandi sambýliskonu og sonum hennar til að fara upp í hesthús en hann á eitt slíkt. Sveinn hefur aldrei ferðast erlendis en hefur þó ferðast víða innanlands í hestaferðum.

Jón var eini viðmælandinn sem nýtir sér tómstundaherbergið ekki neitt. Hans aðaláhugamál er píanóleikur, á árum áður var hann tónlistarmaður og spilaði á píanó. Eftir að hann fluttist á dvalarheimilið hefur hann ekki getað sinnt þessu áhugamáli jafn mikið og hann vildi en getur þó einstaka sinnum spilað fyrir aðra íbúa í matsal hússins. Jón var í kórstarfi og ferðaðist víða á vegum kórsins, bæði innanlands og erlendis.

Vegna sjónskerðingar Helga getur hann ekki lesið bækur eða blöð en hann nýtir sér í miklum mæli hljóðbækur. Hann gerir sér einnig ferðir í tómstundaherbergið reglulega eftir morgunmat þar sem hann fær sér kaffi og spjallar við aðra íbúa og starfsfólk. Hann treystir sér ekki til að fara í ferðir á vegum heimilisins vegna slæmrar heilsu sinnar. Áður fyrr var hann duglegur að fara í gönguferðir á golfvöllinum og

fylgjast með félögumunum spila golf. Einnig hjólaði hann oft og horfði mikið á í körfubolta. Hann hefur ferðast tvisvar sinnum erlendis en nefnir ekki ferðir sínar innanlands.

Eini viðmælandinn sem tók fram að hún hefði verið virk í félagsstarfi á árum áður var Pálína, en hún sótti fundi á vegum einhverskonar félagssamtaka. Önnur áhugamál hafði hún ekki, að eigin sögn vegna anna við barnauppleði og heimilisstörf. Hún stundar ekki ferðir sem dvalarheimilið býður upp á en ferðaðist mjög mikið áður fyrr, bæði erlendis og innanlands. Aðspurð hvort hún nýtti sér tómstundaherbergi dvalarheimilisins sagðist hún gera það sjaldan en hún les mikið og stundar handavinnu.

Pálína gagnrýndi hinsvegar dagskránnu sem er í boði á heimilinu, hún lýsti því á eftirfarandi hátt:

Ekkert nema aðeins eitthvað frá 2-4 fjóra daga vikunnar eða kannski fimm daga vikunnar en svo er bara ekkert gert um helgar, spila bingó á mánudögum, tuskukast á þriðjudögum, ekkert á miðvikudögum nema spjalla, vist á fimmtudögum og svo keila á föstudögum, en svo er það bara búið.

Misjafnt er hversu mikla afþreyingu hver og einn þarf til þess að mæta félagslegum þörfum sínum. Sumir kjósa að vera í miklum samskiptum við annað fólk og stunda ýmis konar afþreyingu, meðan aðrir kjósa að verja tíma sínum í einrúmi. Fyrir þá fyrrnefndu sem vilja verja tíma sínum með öðrum, þarf að vera til staðar, sérstaklega á dvalarheimilum, nægilegt úrval afþreyingar.

Á dvalarheimilinu er tómstundadagskrá suma daga vikunnar, þar á meðal er keppt í keilu alla föstudaga. Þrjú af fimm viðmælendum tóku fram að þeir kepptu alltaf í keilu. Ljóst var að þessi keppni gaf þeim mikla gleði og tilhlökkun, segja má að markmið vikunnar hjá þeim hafi verið að sigra í þessari keppni. Sveinn lagði mikla áherslu á að



hann tæki alltaf þátt í keilunni og bæri oft sigur úr bítum. Þegar Hlín var spurð um ánægjulegar stundir sínar á heimilinu tók hún fram að ein af þeim væri keilukeppnin, hún orðaði það á eftirfarandi hátt:

Á föstudögum fyrir hádegi er keilukeppni og ég er alveg brjáluð keppnismanneskja en karlarnir vinna okkur alltaf. Við erum tvær konur sem erum á hælunum á þeim en þeir vinna okkur alltaf, það er rosalega gaman í keilu alveg frábært, ég öskra bara ef það gengur illa og líka náttúrulega vel.

Pálína tók einnig fram að hún tæki þátt í keilukeppninni og þætti mjög gaman. Aðspurð um velgengni sína í keilunni sagði hún:

Ég er venjulega í öðru eða þriðja sæti en ég fór einu sinni ofan í fimmta sætið, ég veit ekki af hverju en það hefur bara komið fyrir einu sinni.

Það kom berlega í ljós hversu mikill keppnisandi ríkti hjá þeim öllum og hversu mikla skemmtun þessi ákveðni viðburður gaf þeim. Enn og aftur sýnir mikilvægi tómsunda sig og að eitthvað skemmtilegt sé í boði sem höfðar til sem flestra. Af og til eru ýmsar uppákomur til að brjóta upp daglegt mynstur. Í þeirri viku sem rannsakendur tóku viðtölin fór fram svokallað kráarkvöld á dvalaheimilinu, en þá kemur hljómsveit og spilar fyrir íbúa og boðið er upp á áfengi. Kráarkvöld er aðeins haldið tvisvar á ári og það virtist mikil eftirvænting tengjast því. Hlín lýsti upplifun sinni af kráarkvöldinu á afar skemmtilegan hátt:

Í gær voru timburmenni eftir ballið /.../ það var mjög gaman /.../ þar risu dauðir upp úr hjólastólnum /.../ mér finnst þetta frábært að það sé verið að splæsa hljómsveit á okkur gamla fólkið.

Ljóst er að viðburður sem þessi hefur mikið gildi. Sama á hvaða aldri einstaklingar eru þurfa þeir á tilbreytingu að halda í sínu daglega lífi.

### **3.3 Aðstæður og umhverfi**

Búsetuaðstæður aldraðra breytast mikið við flutning inn á stofnun; það er ekki einungis sjálfræðið sem skerðist heldur einnig breytist umhverfið og vistrými þeirra mikið (Ástríður Stefánsdóttir og Vilhjálmur Árnason, 2004). Í þessum hluta er gert grein fyrir búsetuaðstæðum og umhverfi viðmælenda á dvalarheimilinu.

Viðmælendur voru spurðir út í fyrri búsetuhætti sína, hvernig húsnæði þeir bjuggu í og hversu auðvelt það var þeim að komast á milli staða, í þjónustu og annað. Einnig voru þeir svo spurðir um núverandi aðstæður sínar, til dæmis herbergi, önnur rými hússins og umhverfi. Vert er að geta þess að nú stendur yfir bygging nýs dvalarheimilis sem mun opna bráðlega.

#### **3.3.1 Rými**

Samkvæmt meginlegri rannsókn Ingibjargar Bernhöft um hvaða kosti eldri borgarar vildu hafa ef heilsan brysti, kom í ljós að aðal áhersla þátttakenda var á að hafa eigið herbergi og sérbaðherbergi. Einnig var mikilvægt að flytjast á lítil heimili í sínu hverfi frekar en stórar öldrunarstofnanir. Alls tóku 241 einstaklingur á aldrinum 55-80 ára þátt í rannsókninni og var úrtakið slembiúrtak úr þjóðskrá (Ingibjörg Bernhöft, 2009).

Í fyrrnefndri könnun þeirra Ástríðar Stefánsdóttur og Vilhjálms Árnasonar frá árinu 2004 um viðhorf vistmanna, voru þátttakendur spurðir út í það hvort þeir hefðu tekið með sér eitthvað af eigum sínum þegar þeir fluttust á dvalarheimili. Flestir, eða um 64%, höfðu með sér myndir, bækur og blóm þegar þeir fluttu, 5% tóku með sér alla þá

hluti sem spurt var um og aðeins 1% tók enga hluti með sér. Einnig kom fram í niðurstöðum að 68% hefðu ekki viljað hafa meira af eignum sínum með sér en 32% hefðu viljað hafa meira af eignum sínum með sér (Ástríður Stefánsdóttir og Vilhjálmur Árnason, 2004).

Aðstæður viðmælenda okkar í fyrra húsnæði voru ekki meginástæður þess að þeir fluttust á dvalarheimilið, heldur voru ástæður þess, eins og fram hefur komið áður, líkamleg hrörnun á einhvern hátt eða félagsleg einangrun. Þrátt fyrir það voru viðmælendur spurðir út í það hvernig húsnæði þeir hefðu búið í áður og hvernig þeir fóru að því að sækja nærtæka þjónustu. Þrír viðmælenda bjuggu áður í blokkaríbúðum og hinir tveir í parhúsi og hæð í einbýlishúsi. Enginn tók það fram að húsnæði þeirra hefði valdið þeim einhvers konar óþægindum. Sveinn og Jón notuðust við bíl til að sækja sér þá þjónustu sem þeir þurftu. Pálína fór allt fótgangandi og tók fram að stutt hefði verið í alla þjónustu. Helgi notaðist við leigubíl og strætó sem þjónusta blindrafélagsins greiddi niður.

Hlín lýsti því svo að hún hafi farið ferða sinna á bíl en það hafi veitt henni mikið frelsi. Lýsing hennar var eftirfarandi:

Fyrst ferðaðist ég með strætó, síðan keypti ég mér bíl, ég var hamingjusöm en það voru mikil átök að fara að keyra í þéttbýlinu. Ég hafði varla gert það, ég keyrði í sveitinni náttúrulega en þar voru engir bílar og umferðarljós og allt. Ég var skelfileg, ég þurfti að skamma mig í hvert skipti sem ég fór af stað. En draumurinn rættist og ég gat keyrt og keypt inn og allt svoleiðis, ég gat bjargað mér og farið á milli dætra minna ef mig langaði til.

Öll höfðu þau því getu og úrræði til að sækja sér þá þjónustu sem þau þurftu framan af, þangað til líkamlegt eða félagslegt ástand versnaði á þann hátt að þau þurftu að aukna aðstoð og fluttust inn á dvalarheimilið.

Vistarverur viðmælanda á dvalarheimilinu eru á þremur hæðum. Viðmælendur búa allir í einstaklingsherbergjum. Munur er á herbergjum kynjanna. Herbergi kvennanna einkennast af mörgum persónulegum munum, til dæmis myndum af fjölskyldumeðlimum. Húsgögn eru fleiri hjá þeim en körlunum og hlutir eins og litrík rúmteppi og dúkar gáfu herbergjunum hlýleika, gerðu þau heimilislegri. Á hinn bóginn voru fá húsgögn og fáir persónulegir munir inn á herbergjum karlanna og því meiri stofnanabragur yfir þeim. Vert er að taka fram að báðar konurnar voru í stærri herbergjum heldur en karlarnir.

Viðmælendur voru ekki spurðir nákvæmlega um það hvaða hluti þeir tóku með sér við flutninga en hins vegar voru þeir spurðir um álit sitt á stærðherbergis og ánægju með það, hvort þeir væru sáttir eða hvort einhverju væri ábótavant. Flestir viðmælanda voru ánægðir með herbergin sín. Fjórir af fimm viðmælendum höfðu sérsalernisaðstöðu inn á herbergjum sínum. Sá eini sem ekki hafði salernisaðstöðu í herbergi sínu var einnig í minnsta herberginu á fyrstu hæð, en það var Jón. Aðspurður hvernig honum líkaði herbergið sitt svaraði hann því að herbergið mætti vera stærra. Einnig tók hann fram að ekki væri pláss fyrir meira af eigum hans, en hann vildi gjarnan að pláss væri fyrir píanóið sitt.

Herbergi Sveins og Helga eru sömu stærðar á miðhæð. Sveinn tók fram að hann væri ánægður með herbergið sitt, að hans mati skorti hann ekkert og stærð herbergisins væri hæfileg. Helgi svaraði á eftirfarandi hátt:

Ég er mjög sáttur, ég sé engan tilgang í að vera með stærra herbergi og týna sjálfum mér í því. Ég frétti það að á nýja heimilinu verði dálítið stærri herbergi og ég spurði til hvers að vera með stærri herbergi.

Herbergi Hlínar og Pálínu eru stærst af herbergjum viðmælenda. Bæði eru þau staðsett á efstu hæð. Hlín talar um að sér líki herbergið sitt mjög vel og að stærðin henti henni vel, hún tekur fram að sig skorti ekkert og það sé hæfilegt magn af hennar persónulegu hlutum í herberginu. Hún talar um að það sé afar mikilvægt fyrir sig að hafa eigin salernisaðstöðu.

Pálína tekur fram að þegar hún bjó fyrst á heimilinu hafi hún verið í minna herbergi þar sem henni fannst hún varla geta snúið sér við og var óánægð með það. Nú er hún hins vegar mjög sátt eftir að hún komst í stærra herbergi á efstu hæð, þar sem hún getur notið útsýnisins og að hennar mati vantar enga hluti eða muni í herbergið hennar.

Af þessum frásögnum er hægt að sjá að flest þeirra eru sátt við herbergin sín. Hins vegar kemur ekki á óvart að sá sem er í minnsta herberginu án salernisaðstöðu er óánægðastur af viðmælendum. Því er ljóst að stærð herbergis og aðstaða þess skiptir miklu máli til að einstaklingum líði vel og þeir séu sáttir með sína aðstöðu. Af öðrum rýmum hússins nýta íbúar sér aðallega matsalinn sem er á annarri hæð og tómsundaherbergi sem er staðsett í kjallara hússins.

Rannsakendur spurðu viðmælendur um það hversu mikið þau nýta sér önnur rými hússins svo sem matsal eða tómsundaherbergi. Meirihluti þeirra, eða allir nema einn nýta sér tómsundaherbergið á einhvern hátt. Almennt ríkti ánægja með aðstöðuna í tómsundaherberginu, en þar gátu þau flest fundið sér eitthvað við sitt hæfi.

Tómsundaherbergið er, eins og áður hefur komið fram, staðsett í kjallara hússins, þar eru nokkur borð og stólar og sitja íbúar þar hvort sem þeir eru að drekka kaffi og spjalla

eða iðka einhverskonar handavinnu. Keilubrautin er einnig þar ásamt hillum með ýmiskonar afþreyingu, s.s spilum og púslum.

### 3.3.2 Staðsetning

Umræður sem vörðuðu umhverfi dvalarheimilisins sýndu fram á að viðmælendur nýta sér útisvæðið að einhverju leyti.

Sveinn og Hlín tóku fram að á góðum dögum færu þau út í göngutúr. Pálína talaði hins vegar um að hún nýtti sér útisvæðið mun oftar en þegar veður leyfir fer hún út og gengur í kringum húsið og nýtur útsýnisins. Augljóst var hversu mikilvæg staðsetning dvalarheimilisins var Pálínu, en hún tók það oftar en einu sinni fram hversu fallegt umhverfi heimilisins væri. Einnig tók hún fram að hún kviði fyrir því að flytjast á nýjan stað þar sem hún bjóst við því að hún gæti ekki notið náttúrunnar þar í sama mæli.

## Umræður

Markmið rannsóknarinnar var að skoða hvaða áhrif búsetuaðstæður og félagsleg tengsl aldraðra hafa á viðhorf þeirra til vistunar á dvalarheimili. Rannsakendur telja að þeir hafi náð markmiði sínu og fengið áhugaverðar niðurstöður um stöðu aldraðra á öldrunarstofnun. Upplifunar viðmælenda eru ólíkar og skoðanir þeirra fjölbreyttar.

Samkvæmt helstu niðurstöðum rannsóknarinnar eru viðmælendur almennt ánægðir með núverandi búsetuaðstæður sínar, staðsetningu, herbergi og önnur rými hússins, og flutningur á stofnun hefur veitt þeim aukið öryggi. Niðurstöður sýna einnig að helstu félagsleg tengsl og samskipti viðmælenda eru við fjölskyldu og vini. Tengsl meðal íbúa dvalarheimilisins eru hins vegar afar lítil og vandamál sem leysa þarf.

Öllum viðmælendum er afar mikilvægt það öryggi sem þau hafa öðlast á dvalarheimilinu. Eins og fram hefur komið, eykur öryggi lífsgæði einstaklinga, þeir sem búa við öryggi hafa meiri möguleika til að nýta sér þá valkosti sem þeim bjóðast. Því má segja að því meira öryggi sem einstaklingur býr við, því meira frelsi hefur hann.

Viðmælendur bjuggu við ákveðinn ótta áður en þeir fluttu á dvalarheimilið, vegna öryggisleysis af völdum heilsubreysts og félagslegrar einangrunar. Segja má að frelsi viðmælenda hafi verið farið að minnka þegar þeir bjuggu heima, þar sem sjálfsbjargargeta þeirra var orðin minni vegna hrakandi heilsu og þeir þurftu að reiða sig á aðra. Álykta má að öryggi sé þeim öllum mjög mikilvægt þar sem þau voru tilbúin til að fórna að hluta til sjálfræði sínu í skiptum fyrir aukið öryggi, með því að ákveða flutning á stofnun.

Hugtakið sjálfræði er margþætt, eitt er þó augljóst að sjálfræði er nauðsynlegt hverjum og einum til að lifa sjálfstæðu lífi. Allir viðmælendur tóku skýrt fram að sú ákvörðun að flytjast á dvalarheimili væri algerlega með samþykki þeirra, því má líta svo

á að frelsisregla Johns Stuart Mill hafi verið í gildi; þau voru laus undan yfirráðum annarra og réðu ferðinni algerlega sjálf (Ástríður Stefánsdóttir og Vilhjálmur Árnason, 2004). Viðmælendur gátu nýtt sér rými sitt til athafna, sem er eitt af meginatriðum sjálfræðishugtaksins. Einnig kusu þau öll sjálf að nýta sér rýmið til athafna á sinn hátt en það er annað meginatriði sjálfræðishugtaksins, þau breyttu öll aðstæðum sínum einungis í samræmi við sitt eigið gildismat (Ástríður Stefánsdóttir og Vilhjálmur Árnason, 2004).

Öll voru viðmælendur ánægð með það að búa á dvalarheimilinu þegar kemur að búsetuaðstæðum og létu þau öll í ljós mikla ánægju í garð starfsmanna. Þrátt fyrir að almennt hafi þeim öllum líkað að búa á dvalarheimilinu mátti skynja vissa nægjusemi, öll virtust þau ánægð með aðstæður sína þrátt fyrir að geta ef til vill óskað eftir fleiru. Rannsakendur velta því fyrir sér hvort þessi nægjusemi sé kynslóðatengd, þar sem þessar kynslóðir ólust ekki upp við sömu vellystingar og yngri kynslóðir. Ólíklegt er að þær kynslóðir sem viðmælendur eru af og yngri kynslóðir sætti sig við það sama.

Öldrunarinnisæiskenningin tengist þessu viðhorfi að einhverjum leyti, þar sem kenningin kveður á um að einstaklingar láta ekki viðteknar venjur stjórna sér í eins miklum mæli á efri árum sínum og líta ekki einungis á heiminn efnislega séð (Helga S. Ragnarsdóttir, 2006; Tornstam, e.d.).

Sátt er eitt af sameiginlegum einkennum betri lífsgæða. Að vera sáttur við fortíð og nútíð gefur okkur innri sátt (Jón Björnsson, 1996c). Meirihluti viðmælenda var sáttur við sitt en skynja mátti hjá tveimur viðmælendum biturð og eftirsjá með tilliti til fyrri lífshátta. Upplifun rannsakenda var sú að ef þeir hefðu lifað lífi sínu öðruvísi á árum áður hefði ástand þeirra og aðstæður verið með öðrum hætti í dag.

Athyglisvert er að enginn viðmælandi hafði gert sér væntingar fyrirfram um dvalarheimilið né íhugað eða undirbúið ævikvöldið á sínum yngri árum. Þremur viðmælendum fannst ekki ástæða til þess að huga að ævikvöldi sínu þegar þau voru ung.



Hins vegar fannst tveimur viðmælendum ástæða til þess núna eftir á, en umhugsunarvert er að það eru þeir sömu og voru með eftirsjá til fortíðar og tóku þeir fram að þeir hefðu betur mátt huga að sínu ævikvöldi á yngri árum. Það að enginn viðmælandi hafði hugað að ævikvöldi sínu fyrr á lífsleiðinni má kannski að einhverju leyti tengja aftur við mun milli kynslóða. Yngri kynslóðir eru ef til vill framsæknari og kröfuharðari vegna þeirra þæginda sem þær eru vanar að búa við á meðan að þær kynslóðir sem viðmælendur eru af huga meira að því að vera sáttar með það sem býðst þegar þar að kemur, þar sem þær ólust ekki upp á tímum mikilla vellystinga og umframvæntinga. Því má áætla að komandi kynslóðir hugi betur að síðari árum sínum til að tryggja að aðstæður sínar verði ásættanlegar. Næsta verk skipuleggjenda í öldrunarþjónustu gæti því verið það að huga vel að þeim mögulegu breytingum sem munu fylgja hverri kynslóð fyrir sig á komandi árum.

Eins og fram kemur í fræðilega hluta þessa verkefnis hafa rannsóknir tengdar öldrun sýnt fram á mikilvægi þess að vera félagslega virkur. Ræktun vináttu og fjölskyldutengsla hafði þar mest áhrif (Jón Björnsson, 1996c). Því er jákvætt að allir viðmælendur okkar eru í samskiptum við fjölskyldu sína og vini, þó í mismiklum mæli. Einnig kom fram að mikilvægt sé að tileinka sér að vera opinn fyrir því að kynnast nýju fólki á sínum efri árum en samkvæmt athafnakeningunni fækkar tengslum einstaklinga á efri árum og er því mikilvægt að mynda ný tengsl og skipta þeim gömlu út (Jón Björnsson, 1996b).

Með þetta að leiðarljósi má huga að niðurstöðum þessarar rannsóknar varðandi félagsleg tengsl meðal íbúa dvalarheimilisins, en eins og niðurstöður sýna eru tengslin afar lítil milli íbúa og er vert að velta fyrir sér hvers vegna svo sé. Ætli umhverfið inn á stofnuninni sé með því lagi að einhvern veginn finnist viðmælendum ómögulegt að finna tækifæri til þess að kynnast nýju fólki og mynda ný vináttubönd?

Viðmælendur eiga samskipti í einhverjum mæli bæði við starfsfólk og aðra íbúa, en þrátt fyrir það virðist sem afar sjaldan náist að mynda náinn félagsleg tengsl. Eins og fram kom í fræðilega hlutanum um félagsleg tengsl þá skipta gæði samskipta mun meira máli heldur en fjöldi þeirra hjá öldruðum ((Pitkälä, Routasalo, Savikko, Strandberg og Tilvis, 2006).) Af viðtölunum að dæma er mjög misjafnt eftir hverju og einu hvernig þau meta gæði samskipta sinna.

Allir nema einn viðmælandi tóku að einhverju leyti þátt í tómstundastarfi á dvalarheimilinu. Augljóst var að þátttaka í tómstundastarfinu gaf þeim mikla ánægju. Athyglisvert er að sá viðmælandi sem fluttist á dvalarheimilið til að auka félagsleg tengsl sín og vera í samneyti við annað fólk, vegna þess að hann var orðinn einn heima fyrir, er sá hinn sami og tekur engan þátt í tómstundastarfi heimilisins. Með þetta í huga má velja því fyrir sér hvort sá viðmælandi sem líklegast þarf sem mestan félagslegan stuðning sé látinn afskiptalaus að þessu leyti. Einnig er hægt að tengja þetta við þá gagnrýni sem hlédrægnikenningin hefur hlotið, að kenningin sé afsökun fyrir sinnuleysi gagnvart öldruðum (Jón Björnsson, 1996b). Því má íhuga hvort viss hlédrægni í garð aldraðra sé á dvalarheimlinu þegar kemur að því að virkja íbúana félagslega. Inngríp starfsfólks í aðstæðum sem þessum er nauðsynlegt. Starfsfólk í hjúkrunar- og umönnunarstarfi þarf að huga vel að þörfum einstaklinga, hvort sem um er að ræða líkamlegum, andlegum og ekki síst félagslegum þörfum.

Rannsakendur upplifðu viðmót kynjanna á ólíka vegu. Áhugavert var hversu mikil munur var á karlkyns og kvenkyns viðmælendum, bæði á umhverfi þeirra og viðmóti. Að okkar mati var aðallega tvennt ólíkt með þeim.

Viðtöl kvennanna voru heldur lengri, þær voru opnari og viljugari til að tjá sig, áhugasamar um rannsóknina og rannsakendur. Þær voru persónulegri en karlarnir og aðeins þær fylgdu rannsakendum út að dyrum eftir að viðtali lauk.

Á meðan var tilfinning rannsakenda gagnvart körlunum var sú að þeir tækju þátt í rannsókninni einungis til að þóknast rannsakendum. Þeir svöruðu spurningum stuttlega, sýndu minni áhuga á umræðum sem voru utan rannsóknarefnis og að loknum viðtölum kvöddu þeir á formlegan máta með handabandi.

Af þessari upplifun að dæma stenst umfjöllun um sjálfsmyndir kynjanna og venjur þeirra. Þar kemur fram að sjálfsmyndir og venjur kynjanna séu ólíkar þegar kemur að félagslegum samskiptum. Konur eru vanar því að hafa samskipti samskiptanna vegna, ræða tilfinningar og reynslu sína við aðra. Karlmenn gera hins vegar minna af þessu og eru vanari að eiga samskipti við aðra í tengslum við vinnu sína eða önnur verkefni (Nanna K. Sigurðardóttir og Sigrún Júlíusdóttir, 1996).

Oft er það svo að þrátt fyrir að einstaklingar séu svipaðir í líffræðilegum aldri er sálrænn og félagslegur aldur afar ólíkur eftir einstaklingum. Líklegt er að viðmælendur skynji aldur sinn á ólíka vegu og því er sálrænn aldur þeirra misjafn. Líkamlegt ástand getur haft mikið um það að segja hvernig einstaklingur upplifir aldur sinn. Ef líkamleg færni er orðinn verulega skert getur verið að viðkomandi upplifi sig jafnvel eldri en líffræðilegur aldur hans segir til um, og öfugt.

Elsti viðmælandinn í rannsókninni var á tíræðisaldri en kom rannsakendum fyrir sjónir sem mun yngri. Áætla má að viðkomandi upplifi sálrænan aldur sinn lægri en hans raunverulegi aldur er. Umhverfið hefur áhrif á félagslegan aldur einstaklinga, að mati rannsakenda er líklegra að þeir sem dvelja á stofnun fyrir aldraða upplifi sig eldri heldur en þeir sem búa ekki á stofnun. Líklegt er að viðmælendur upplifi félagslegan aldur sinn hærri en líffræðilega aldur sinn, þar sem umhverfi dvalarheimilisins er að þeirra sögn á þann máta að vöntun er á félagslegri örvun.

Huga þarf að því að þó að niðurstöður rannsóknarinnar sýni fram á ánægju viðmælenda með flesta þá þætti sem þeir voru spurðir um, þá eru félagsleg tengsl meðal

Íbúa augljóslega vandamál sem þarf að leysa og einnig þarf að huga að fjölbreyttari afþreyingu sem höfðar til sem flestra. Rannsakendur höfðu gert sér þá hugmynd áður en rannsókn var framkvæmd að nóg væri um úrval tómtunda og mikið væri um ný vináttu tengsl eftir að aldraður einstaklingur flytur á dvalarheimili. Í ljósi þessa má sjá að hugmynd rannsakenda stenst ekki raunveruleikann.

Niðurstöður rannsóknar sýna fram á að dvalarheimili eru nauðsynlegur valkostur fyrir aldraða af ýmsum ástæðum, ekki síst öryggisástæðum. Einnig varpa þær ljósi á að mikilvægi þess að búsetuaðstæður og félagsleg tengsl séu fullnægjandi fyrir íbúa á öldrunarstofnunum. Niðurstöður sýna almennt jákvæða mynd af búsetuaðstæðum viðmælenda en hins vegar er hægt að draga upp frekar neikvæða mynd af félagslegum tengslum viðmælenda við aðra vistmenn heimilisins, þar sem meirihluti hefur ekki myndað nein ný tengsl eftir að þeir fluttu á stofnunina.

Ekki er hægt að alhæfa einungis út frá niðurstöðum þessarar rannsóknar, en hins vegar eru niðurstöðurnar gagnlegar til að minna á og skapa aukna umræðu um aðstæður og félagslega stöðu aldraðra á öldrunarstofnunum.

Með eftirfarandi niðurstöður geta stjórnendur og starfsmenn öldrunarstofnanna ásamt öðrum sem hafa með mál aldraðra að gera unnið sameiginlega að því að bæta aðstæður aldraðra einstaklinga sem búsettir eru á stofnunum.

## Heimildaskrá

- Acharya, A. (2008). „Human Security“. Í Baylis, J., Smith, S. og Owens, P. (ritstjórar), *The globalization of world politics: an introduction to international relations* (fjórða útgáfa) (bls. 490-505). Oxford: Oxford University Press.
- Aðalsteinn Guðmundsson og Ársæll Jónsson. (2007). Öldrunarlækningar á Íslandi - þróun og framtíðarsýn. *Öldrun*, 25(1), 12-15.
- Anna Jónsdóttir, Jóna Eggertsdóttir og Sigurrós Sigurðardóttir. (1996). Tómsundur. Í Hörður Þorgilsson og Jakob Smári (ritstjórar), *Árin eftir sextugt* (bls. 195-208). Reykjavík: Forlagið.
- Ástríður Stefánsdóttir og Vilhjálmur Árnason. (2004). *Sjálfræði & Aldraðir*. Reykjavík: Siðfræðistofnun og Háskólaútgáfan.
- Bond, J., Coleman, P og Peace, S. (ritstjórar). (2001). *Ageing in society*. London: Sage Publications.
- Borglin, G., Edberg, A. K. og Hallberg, I. R. (2005). The experience of quality of life among older people. *Journal of Aging studies*, 19(2), 201-220. doi: 10.1016/j.jaging.2004.04.001
- Buzan, B., Wæver, O. og Wilde D. J. (1998). *Security: A new framework for analysis*. Boulder, CO: Lynne Rienner Publishers.

- Coppola, S., Elliott, J. S. og Toto, E. P. (2008). *Strategies to Advance Gerontology Excellence*. Bethesda: The American Occupational Therapy Association.
- Fagerström, L., Gustafson, Y. Jakobsson, G., Johansson, S og Vartiainen, P. (2011). Sense of security among people aged 65 and 75: external and inner sources of security. *Journal of Advanced Nursing* 67(6), 1305-1316. doi: 10.1111/j.1365-2648.2010.05562.x
- Glass, T. A., Mendes, F. C., Bassuk, S. S. og Berkman, L. F. (2006). *Social engagement and depressive symptoms in late life: Longitudinal findings*. *Journal of aging and health*, 18(4), 604-628. doi: 10.1177/0898264306291017
- Hagstofa Íslands. (2012). *Mannfjöldi eftir kyni og aldri 1841-2012*. Sótt af <http://hagstofan.is/?PageID=2593&src=/temp/Dialog/varval.asp?ma=MAN00101%26ti=Mannfj%F6ldi+eftir+kyni+og+aldri+1841%2D2012++++++%26path=.%2FDatabase/mannfjoldi/Yfirlit/%26lang=3%26units=Fj%F6ldi>
- Hagstofa Íslands. (2011). *Stofnanahjónusta og dagvistir aldraðra 2010*. Sótt af <http://www.hagstofa.is/?PageID=95&NewsID=5996>
- Helga S. Ragnarsdóttir. (2006). Öldrunarinnisæi - ný kenning í öldrunarfræðum. *Öldrun*, 24(2), 12-14.

Hermann Óskarsson. (2005). *Heilbrigði og samfélag: Heilsufélagsfræðilegt sjónarhorn*. Akureyri: Háskólinn á Akureyri: Háskólaútgáfan.

Human Development Reports. (1994). *New dimensions of human security*. Sótt af [http://hdr.undp.org/en/media/hdr\\_1994\\_en\\_chap2.pdf](http://hdr.undp.org/en/media/hdr_1994_en_chap2.pdf)

Ingibjörg Bernhöft. (2009). *Hvaða kostum vilja eldri borgarar hafa úr að velja ef heilsan brestur á efri árum?* Óbirt mastersritgerð: Háskóli Íslands, Viðskiptafræðideild.

Ingunn Stefánsdóttir. (2009). Er óþarfi að kvíða ellinni? *Tímarit hjúkrunarfræðinga*, 85(5), 30-35.

Íslenska Alfræði Orðabókin H-O. (1992). 2.útg. Reykjavík: Bókaútgáfan Örn og Örlygur.

Íslensk Orðabók A-L. (2002). Í Mörður Árnason (ritstj.) 3.útg. Reykjavík: Edda.

Jón Björnsson. (1996a). Hvað er öldrun? Í Hörður Þorgilsson og Jakob Smári (ritstjórar), *Árin eftir sextugt* (bls. 37-57). Reykjavík: Forlagið.

Jón Björnsson. (1996b). Persónuleikinn á efri árum. Í Hörður Þorgilsson og Jakob Smári (ritstjórar), *Árin eftir sextugt* (bls. 147-166). Reykjavík: Forlagið.

Jón Björnsson. (1996c). Farsæld og hamingja í elli. Í Hörður Þorgilsson og Jakob Smári (ritstjórar), *Árin eftir sextugt* (bls. 209-220). Reykjavík: Forlagið.

Júlíana Sigurveig Guðjónsdóttir. (2008). Flutningur á hjúkrunarheimili og hvers má vænta. Í Margrét Gústafsdóttir (ritstjóri), *Hjúkrunarheimili* (bls. 45-52). Reykjavík: Háskólaútgáfan.

Landlæknisembættið. (2011). *Vistunarmat*. Sótt af <http://www.landlaeknir.is/pages/1142>

*Lög um málefni aldraðra* nr. 125/1999

Nanna K. Sigurðardóttir og Sigrún Júlíusdóttir. (1996). Ný tengsl. Í Hörður Þorgilsson og Jakob Smári (ritstjórar), *Árin eftir sextugt* (bls. 497-506). Reykjavík: Forlagið.

Phillipson, C. og Baars, J. (2007). Social theory and social ageing. Í Bond, J., Peace, S., Dittmann-Kohli, F. og Westerhof, J. G. (ritstjórar), *Ageing in Society – European Perspectives on Gerontology* (3. útgáfa) (bls. 68-84). London: SAGE publications Ltd.

Pitkälä, K. H., Routasalo, P. E., Savikko, N., Strandberg, T. E. og Tilvis, R. S. (2006). Social Contacts and Their Relationship to Loneliness among Aged People – A Population-Based Study. *Gerontology*, 52(3), 181-187. doi: 10.1159/000091828



Sigríður Sigurðardóttir. (2008). Í Margrét Gústafsdóttir (ritstjóri), *Hjúkrunarheimili* (bls. 1-18). Reykjavík: Háskólaútgáfan.

Sigrún Huld Þorgrímsdóttir. (2010). Sjálfræði aldraðra íslendinga. *Tímarit hjúkrunarfræðinga*, 86(4), 22-27.

Sigurður Guðmundsson. (2004). *Minni og félagsleg tengsl*. Sótt af <http://www.landlaeknir.is/Pages/677>

Sigurður Guðmundsson. (2008). *Menn og mýs*. Sótt af <http://landlaeknir.is/?PageID=682>

Sigurveig H. Sigurðardóttir. (2006). Aldraðir – fræðin og framtíðin. Í Sigrún Júlíusdóttir og Halldór Sig. Guðmundsson (ritstjórar), *Heilbrigði og heildarsýn, félagsráðgjöf í heilbrigðisþjónustu* (bls. 259-269). Reykjavík: Háskólaútgáfan og RBF.

Taylor, S. J. og Bogdan, R. (1998). *Introduction to qualitative research methods: A guidebook and resource*. New York: John Wiley and sons.

Tornstam, L. (e.d.). *The Theory of Gerotranscendence*. Sótt af <http://www.soc.uu.se/en/research/research-fields/the-social-gerontology-group/research/the-theory-of-gerotranscendence/>

Tse, Mimi. (2007). Nursing home placement: perspectives of community-dwelling older persons. *Journal of clinical nursing*, 16(5), 911-917. doi: 10.1111/j.1365-2702.2006.01833.x

Vinun, ráðgjafar- & þjónustumiðstöð. (e.d.). *Aldraðir á Íslandi*. Sótt af <http://www.vinun.is/frodleikur-og-tenglar/adradir-a-islandi>

Watson, D. E og Wilson, S. A. (2003). *Task analysis an individual and population approach*. Bethesda: AOTA Press.

Webster's Online Dictionary. (e.d.). *Social Relation*. Sótt af <http://www.websters-online-dictionary.org/definitions/Social%20Relation>

Þóroddur Bjarnason, Stefán Hrafn Jónsson, Kjartan Ólafsson, Andrea Hjálmsdóttir og Aðalsteinn Ólafsson. (2006). *Heilsa og lífskjör skólanema 2006*. Sótt af [http://www.hbsc.is/heilsaoglifskjor\\_skolanema\\_landshlutar\\_2006.pdf](http://www.hbsc.is/heilsaoglifskjor_skolanema_landshlutar_2006.pdf)

Öldrunarheimili Akureyrarbæjar. (e.d.,a). *Félagsstarfið í Hlíð*. Sótt af <http://www.akureyri.is/oldrunarheimili/thjonusta/felagsstarf>

Öldrunarheimili Akureyrarbæjar. (e.d.,b). *Dvalarheimilið Kjarnalundi*. Sótt af <http://www.akureyri.is/oldrunarheimili/heimilin/kjarnalundur>

## Viðauki I



Akureyri 21.9. 2011

### **Kynningarbréf vegna rannsóknarinnar: Hvaða áhrif hafa búsetuaðstæður og félagsleg tengsl aldraðra á viðhorf þeirra til vistunar á dvalarheimili?**

Ágæti viðtakandi.

Efni þessa bréfs er að veita þér upplýsingar um rannsóknina og fara þess á leit við þig að taka þátt í því verkefni. Rannsóknin er lokaverkefni til B.A. gráðu í þjóðfélagsfræðum við Háskólann á Akureyri (HA). Við undirritaðar, Rut Pétursdóttir og Sunna Hrafnisdóttir erum nemar á þriðja ári og munum við vinna rannsóknina. Leiðbeinandi okkar og ábyrgðarmaður rannsóknarinnar er Hermann Óskarsson dósent við Háskólann á Akureyri.

Markmið rannsóknarinnar er að kanna hvaða áhrif búsetuaðstæður og félagsleg tengsl aldraðra hefur á viðhorf þeirra til vistunar á dvalarheimili. Gagna verður aflað með viðtölum þar sem notaðar verða hálfstaðlaðar spurningar. Að fengnu samþykki þínu verður tekið við þig viðtal sem tekur hámark klukkustund. Viðtalið verður tekið upp á segulband og skráð niður orðrétt. Gagnagreining felur í sér að lýsingar þátttakenda á reynslu sinni verða flokkaðar eftir ákveðnum viðurkenndum aðferðum þar sem sameiginlegir þættir verða settir saman. Að lokinni úrvinnslu verður öllum gögnum eytt. Niðurstöður rannsóknarinnar verða kynntar á kynningardegi lokaverkefna við Félagsvísindasvið vorið 2012. Mögulegur ávinningur af þessari rannsókn er sá að niðurstöður rannsóknarinnar leiði til nýrrar þekkingar.

Við óskum hér með eftir því að þú gefir samþykki þitt fyrir því að tekið verði við þig viðtal þar sem þú segir frá reynslu þinni. Eftir að samþykki þitt liggur fyrir þá átt þú rétt á því að hætta við þátttöku eða hætta í rannsókninni meðan á henni stendur, án þess að það hafi í för með sér nokkurn skaða fyrir þig.

Algjör nafnleynd verður viðhöfð, einungis þeir sem taka viðtalið munu vita hver þú ert. Það er einlæg ósk okkar að fá þig til samstarfs við okkur og fá að heyra hvað þú hefur til málanna að leggja.

Með kærri kveðju,

Rut Pétursdóttir, sími: 866-4842 netfang: ha080280@unak.is

---

Sunna Hrafnisdóttir, sími: 6947335 netfang: ha090462@unak.is

---

Hermann Óskarsson, sími:460-8455 netfang: hermann@unak.is

---

## Viðauki II

### Viðtalsrammi

### Fjölskylduhagir

**Nafn og aldur Hver er hjúskaparstaða þín?** (ógiftur, kvæntur, fráskilin/n, ekkja/ekill, í sambandi/sambúð)

**Áttu börn? barnabörn? og hve mörg?**

**Hver eru þín fyrri störf?**

**Hversu langt er síðan þú fluttist á Kjarnalund?**

### Búsetuaðstæður

**Hvar bjóstu áður en þú fluttist á Kjarnalund?**

**Með hverjum bjóstu?**

**Bjóstu lengi þar?**

**Hvernig húsnaði bjóstu í?** (einbýli, raðhús, fjölbýli)

**Hvernig fórstu milli staða?** (bíl, fótgangandi, aðrir aka, strætisvagn, leigubíl, reiðhjól, ferilþjónusta)

**Var langt fyrir þig að komast í þá þjónustu sem þig vantaði?** (búð, apótek, eða annað)

**Hvað varð til þess að þú fluttist á Kjarnalund?** (lýsa aðdraganda, hver tók ákvörðunina?, hver aðstoðaði við flutninginn?)

**Hvernig líkar þér að búa hér?** (Kjarnalundi)

**Hvernig finnst þér herbergið þitt vera?** (nógu stórt/ of lítið?)

**Finnst þér eitthvað vanta í herbergið þitt?**

**Hvernig finnst þér aðrar aðstæður vera?** (s.s matsalur, tómsundaherbergi, sameiginleg rými)

**Nýtirðu þér aðstöðuna úti?**

**Hvaða árstími finnst þér skemmtilegastur/erfiðastur?** (Hvers vegna?)

**Hvernig eru tengsl þín við fólk í næstu herbergjum/ ganginum?** (Hverja umgengst þú helst og hverja síst, hvenær og hvers vegna? Ánægjulegar stundir?/ árekstrar?)

**Hvaða væntingar hafðir þú fyrirfram áður en þú fluttist hingað?** Finnst þér þær væntingar hafi ræst? (hvers vegna/hvers vegna ekki?)

**Hafðirðu íhugað og undirbúið ævikvöldið með einhverjum hætti á yngri árum? Finnst þér að fólk eigi að gera það?** (Hvers vegna/hvers vegna ekki?)

### Félagsleg tengsl

**Færðu heimsóknir frá fjölskyldu og vinum?** (Hversu oft? Hversu oft í þessum/síðasta mánuði?, gerið þið þá eitthvað saman? Um hvað er rætt o.s.frv.)

**Ferðu í heimsókn til fjölskyldu eða vina?** (Hversu oft? Hversu oft í þessum/síðasta mánuði?, gerið þið þá eitthvað saman? Um hvað er rætt o.s.frv.)

**Eða hefurðu önnur samskipti við vini þína og fjölskyldu svo sem í síma?** (bréfaskrif, tölvu)?

**Ertu virk/ur í tómstundarstarfi og félagsstarfi s.s ferðir og annað sem er boðið upp á, á Kjarnalundi?**

**Eru margir af þínum gömlu vinum sem búa einnig hér á Kjarnalundi í dag?** (Hvar búa gömlu vinirnir?)

**Hefurðu eignast nýja vini/kunningja á Kjarnalundi?** Hverja?, hversu marga?,

**Hvernig er samskiptum þínum háttað við starfsfólk ?** (góð? vinir?)

**Líður þér vel á Kjarnalundi ?** (eins og þetta sé heima)

**Hvernig voru samskipti þín við fjölskylduna þegar þú bjóst í fyrra húsnæði?**(Var mikill umgangur á þínu fyrra heimili?, þ.e mikið um heimsóknir vina og fjölskyldu) (hér þarf einhverja tölulega viðmiðun t.d. vikulega, mánaðarlega eða árlega)

**Varstu í miklum samskiptum við ákveðinn hóp fólks (vini)?** (hér þarf einhverja tölulega viðmiðun t.d. vikulega, mánaðarlega eða árlega)

**Varstu virk/ur í einhverskonar tómstundastarfi/áhugamálum þegar þú bjóst ennþá á þínu fyrra heimili?** (hér þarf einhverja tölulega viðmiðun t.d. vikulega, mánaðarlega eða árlega)

**Ef svo er, hvers konar tómstundastarf var það?**

**Voru margir af vinum eða kunningjum þínum með þér í því tómstundastarfi? Ef já, ertu ennþá í sambandi við þá í dag?**

**Geturðu stundað áfram fyrra tómstundastarf hér í Kjarnalundi?**

**Varstu dugleg/ur við að ferðast innanland/utanlands?** (hér þarf einhverja tölulega viðmiðun t.d. árlega)

**Lok viðtals:** Leiða hugann að lausum endum og þakka fyrir sig