

Stockholms universitet
Institutionen för socialt arbete -
Socialhögskolan
Höstterminen 2006
C-uppsats, 10 poäng

Trygg med trygghetslarm?

En kvalitativ studie av några ålderspensionärers erfarenheter
och upplevelser av trygghetslarm

Författare: Jenny Lindén
Handledare: Gun-Britt Trydegård

Trygg med trygghetslarm?

En kvalitativ studie av några ålderspensionärers erfarenheter och upplevelser av trygghetslarm

Av: Jenny Lindén

Abstract

The purpose of this study was to depict some elderly people's experiences of personal safety alarms. Furthermore, the aim was to look into whether there is any difference in experience between men and women and depending on their level of care. Using a qualitative method, semi-structured interviews were carried out with eight elderly people; six women and two men. The main questions of the study were: How do the elderly people experience the practical use of personal safety alarms? In what ways, if any, do the elderly people experience that the personal safety alarm has changed their daily life? In what ways do the elderly people experience that the personal safety alarm affects their ability to stay in their own home? A cognitive perspective was mainly used to analyze the results. The results of the study showed that there were no significant differences between men and women's experiences or considering their level of care. In the elderly people's opinion, the personal safety alarm works well and affects their ability to remain in their own home. The personal safety alarm has not made any significant difference in the elderly people's daily life, although some of them feel a sense of safety.

Keywords: personal safety alarm, elderly people, experience

Sökord: trygghetslarm, kvarboende, kvalitativ

Innehåll

1. Inledning	5
1.1 Bakgrund	5
1.2 Syfte	6
1.3 Frågeställningar	6
1.4 Avgränsning	6
1.5 Centrala begrepp	6
1.6 Förförståelse	7
2. Trygghetslarm	8
2.1 Bakgrund	8
2.2 Hur ett trygghetslarm fungerar	8
2.3 Hur och varför man får ett trygghetslarm	9
3. Tidigare forskning	11
3.1 Upplevelser av PERS	11
3.2 Hemmet och vikten av kvarboende i det egna hemmet	12
4. Teori	14
4.1 Kognitivt perspektiv	14
4.2 Socialgerontologisk rollteori	15
4.3 Socialgerontologisk kontinuitetsteori	16
5. Metod	18
5.1 Forskningsdesign	18
5.2 Vetenskapsfilosofisk position	18
5.3 Litteratursökning	19
5.4 Urval av intervjupersoner	19
5.5 Intervjuguide och intervjuer	20
5.6 Databearbetning och analysmetod	20
5.7 Validitet, reliabilitet och generaliserbarhet	21
5.8 Etiska aspekter	23
5.9 Studiens begränsningar	24
6. Resultatredovisning	25
6.1 Bakgrundsbeskrivning av intervjupersonerna	25
6.2 Trygghetslarmets användningsområden	27
6.3 Hjälpt vid larm	29
6.4 Skillnader i vardagen	30
6.5 Trygghetslarmets betydelse för kvarboende	32
6.6 Övriga upplevelser	34
7. Analys och tolkning	37
7.1 Trygghetslarmets användningsområden	37
7.2 Hjälpt vid larm	39
7.3 Skillnader i vardagen	40
7.4 Trygghetslarmets betydelse för kvarboende	42

8. Diskussion	45
8.1 Vad resultatet visade	45
8.2 Metoddiskussion	47
8.3 Förslag till vidare forskning	47
9. Referenser	49

Bilaga 1. Informationsbrev

Bilaga 2. Intervjuguide

1. Inledning

1.1 Bakgrund

De flesta äldre i Sverige, eller närmare bestämt 94 % av dem som är 65 år eller äldre, bor kvar i vanliga bostäder idag (Larsson, 2006). Studier har visat att det även är så man vill ha det. Man vill bo kvar så länge som möjligt i sitt eget hem. De skäl man anger för detta är främst att man känner sig trygg och säker i sitt eget hem och att de känslorna är viktiga för en (Uppsala kommun, u.å.).

1992 trädde Ädelreformen i kraft vars främsta syfte var att effektivisera användningen av samhällets resurser. Detta innebar bl.a. att kommunerna fick ta ansvar för äldre och handikappades vård och omsorg i större utsträckning än tidigare. Några begrepp som ansågs viktiga och som skulle genomsyra den nya situationen var valfrihet, trygghet, integritet och självbestämmande. Som en konsekvens av dessa begrepp uppstod kvarboendepincipen (Hjortsjö-Norberg, 2003). Denna innebär, i korthet, att man ska kunna bo kvar i sitt hem hela livet ut och inte tvingas flytta till ett bostadsområde man inte valt själv eller till ett särskilt boende (Wånell, 2004). Trygghetslarmet är ett sätt att stärka kvarboendepincipen eftersom det ges ut i syfte att få den äldre att känna sig tryggare och säkrare i sitt hem, och därmed kunna bo kvar hemma längre.

Jag har extraarbetat som vårdbiträde inom äldreomsorgens hemtjänst under de senaste fem åren. Då jag har varit hemma hos ålderspensionärerna har jag många gånger sett att de haft ett trygghetslarm i bostaden. Jag har ofta undrat vad de själva tycker om att ha ett trygghetslarm. Fungerar det som det är sagt att det ska göra? Ville de ha det själva eller var det någon som prackade på dem det? Är de glada för det? Känner man sig tryggare och säkrare, och har trygghetslarmet i så fall någon betydelse för känslan att man kan bo kvar hemma längre?

För att förhoppningsvis kunna få svar på dessa frågor och några till kommer denna studie att ägnas åt ålderspensionärernas egna erfarenheter och upplevelser av trygghetslarm.

1.2 Syfte

Syftet med den här uppsatsen är att ge en bild av några ålderspensionärers erfarenheter och upplevelser av trygghetslarm. Utifrån ålderspensionärernas beskrivningar av sina upplevelser av trygghetslarm vill jag vidare undersöka om det finns någon skillnad i upplevelsorna beroende på om ålderspensionären är kvinna eller man samt beroende på vård- och omsorgsnivå.

1.3 Frågeställningar

1. Hur upplever ålderspensionärerna att trygghetslarmet fungerar för dem rent praktiskt?
2. På vilka sätt, om några, upplever ålderspensionärerna att trygghetslarmet har förändrat deras vardag?
3. Hur upplever ålderspensionärerna att trygghetslarmet påverkar deras möjlighet till kvarboende i det egna hemmet?

1.4 Avgränsning

Den här studien avgränsas genom att den enbart rör några ålderspensionärers erfarenheter och upplevelser av trygghetslarm. Undersökningen och analysen har gjorts på en individnivå. Jag är medveten om att det även kan finnas faktorer som på en strukturell nivå kan påverka ålderspensionärernas erfarenheter och upplevelser, t.ex. synen på äldres roll och status i samhället. Dessa faktorer faller dock inte inom ramen för denna studie.

1.5 Centrala begrepp

Ålderspensionär: Jag har i min studie valt att använda mig av begreppet ålderspensionär. Jag definierar det som en person som p.g.a. ålder är pensionär, d.v.s. har pensionerats från sitt arbete eller liknande vid ca 65 års ålder. Jag föredrar detta begrepp framför begreppet äldre eller gamla då de, enligt mig är mer oklara.

Hemtjänst: Jag definierar hemtjänst som de insatser en ålderspensionär kan få, som t.ex. handling, städning, tillsyn och matlåda. Jag ser alltså trygghetslarmet som något särskilt från detta då ålderspensionären inte behöver ha någon kontakt med hemtjänstpersonalen förrän larmet används.

1.6 Förförståelse

Mina erfarenheter av ålderspensionärer som innehar trygghetslarm är ganska stora. Då jag arbetat som vårdbiträde inom äldreomsorgens hemtjänst har jag stött på det många gånger. Jag har personlig erfarenhet av att svara på larm och komma till ålderspensionärens undsättning vid ett flertal olika tillfällen och p.g.a. olika orsaker. Min upplevelse har då varit att trygghetslarmet är något som uppfattas som positivt av ålderspensionärerna och även av oss som arbetar inom hemtjänsten. För mig som vårdbiträde har det känts som en trygghet att veta att en ålderspensionär kan komma i kontakt med mig på ett enkelt sätt, även om jag för tillfället befinner mig hos en annan ålderspensionär. Särskilt viktigt har det känts då någon varit riktigt sjuk och jag inte har haft tid att stanna då det är fler som behövt min hjälp.

2. Trygghetslarm

2.1 Bakgrund

Det är svårt att säga exakt när trygghetslarmet togs i bruk i Sverige. I ett betänkande av äldreberedningen, *Trygghetslarm – inte bara teknik* (Socialdepartementet, 1982), skriver man att det 1975 var 12 kommuner som hade trygghetslarm för ordinärt boende. Detta ökade sedan till 45 kommuner år 1981. Sedan dess har trygghetslarmet förstås utvecklats designmässigt och teknologiskt men funktion och syfte har varit ungefär de samma. Långt tidigare har det förekommit olika slags larmanordningar på sjukhus, vårdhem och liknande men dessa har inte fungerat som de trygghetslarm som nu finns i privatbostäder.

I äldreberedningens betänkande från 1982 (Socialdepartementet) uppskattade man att ca 17 000 personer skulle vara i behov av ett trygghetslarm. Detta inkluderade då även yngre, gravt handikappade personer. Svenska Kommunförbundet genomförde 2004 en enkätundersökning om äldreomsorgens styrning (refererad i Sveriges Kommuner och Landsting [SKL], 2005) som besvarades av 269 av Sveriges 290 kommuner. En av frågorna i enkäten var den om hur många i kommunen som hade trygghetslarm. 258 kommuner besvarade denna fråga och det framgår av undersökningen att det 2004 fanns 131 029 trygghetslarm för personer över 65 år i dessa kommuner. Eftersom 32 kommuner inte besvarat frågan kan den totala summan trygghetslarm uppgå till mellan 140 000 -150 000. Det skulle i så fall betyda att ca 9-9,5 % av alla personer över 65 år i Sverige har trygghetslarm (SKL, 2005).

2.2 Hur ett trygghetslarm fungerar

Det finns några olika företag som säljer trygghetslarm åt Sveriges kommuner. Trygghetslarmen ser lite olika ut men fungerar på liknande sätt. Det består av två olika delar. En fast högtalartelefon (trygghetstelefon) som kopplas in i ett telejack samt en bärbar larmknapp. Larmknappen bärs vanligen runt handleden med hjälp av ett tygresårband eller i ett snöre runt halsen. När ålderspensionären trycker på larmknappen aktiveras högtalartelefonen och ringer automatiskt upp en sedan förut bestämd trygghetscentral. Vissa företag som säljer trygghetslarm har även hand om och sköter trygghetscentralen. På andra håll kan det vara SOS Alarms Trygghetsjour som svarar på ålderspensionärers larm medan det i Stockholms Stad är

socialtjänstförvaltningens Trygghetsjour (Attendo Systems, 2004; Sos Alarm, u.å.; Stockholms stad, u.å.).

Eftersom trygghetstelefonen har en inbyggd högtalare så kan personalen på den aktuella trygghetscentralen tala direkt med ålderspensionären, i stort sett oberoende av var denna befinner sig någonstans. De kan då göra en första bedömning av läget och i vissa fall kan denna bedömning leda till att ambulans eller sjuktransport skickas direkt till ålderspensionären. Det vanligaste, enligt min egen erfarenhet, är dock att trygghetscentralen tar kontakt med hemtjänsten via t.ex. mobiltelefon.

Trygghetscentralen berättar vem det är som har larmat och, om de har talat med ålderspensionären, vad det är som har hänt. Utifrån denna information beger sig en, eller oftast två ur hemtjänstpersonalen så snart som möjligt till den aktuella ålderspensionärens bostad för att ta hand om situationen. Genom att ålderspensionären, i samband med erhållandet av trygghetslarmet, givit kopior av sina nycklar till hemtjänsten så kommer de lätt och smidigt in ålderspensionärens bostad. Nycklarna förvaras i ett låst skåp, oftast i hemtjänstens lokaler eller i ett närliggande servicehus. I och med att nycklarna först ska hämtas därifrån så kan det dröja en stund innan hemtjänstpersonalen kommer till ålderspensionärernas undsättning.

2.3 Hur och varför man får ett trygghetslarm

Hur det går till och hur man går tillväga för att få ett trygghetslarm ser lite olika ut beroende på i vilken kommun i Sverige ålderspensionären bor. I de flesta kommuner, bl.a. Stockholm, så är det en behovsprövad insats som kräver en biståndsbedömning medan det i vissa kommuner är något som erbjuds den som vill. Ibland kan det vara så att ålderspensionären av någon anledning varit intagen på sjukhus, kanske efter att ha ramlat, och där rekommenderats att ansöka om trygghetslarm. Andra typiska scenarier är att ålderspensionären själv tar kontakt med en biståndsbedömare inom äldreomsorgen, att anhöriga gör det eller att biståndsbedömaren själv vid t.ex. ett hembesök rekommenderar ålderspensionären att ansöka om trygghetslarm.

De vanligaste anledningarna till att ålderspensionärer ansöker om och även beviljas, i de kommuner en biståndsbedömning krävs, ett trygghetslarm är att ålderspensionären i fråga känner sig orolig, otrygg och/eller är rädd för att ramla. Tidigare var det en del ålderspensionärer som fick avslag på sin ansökan om trygghetslarm då man inte bedömde att det behövdes. Det kanske fanns anhöriga som kunde ringa eller grannar som kunde hälsa på ålderspensionären under dagen för att få

denna att känna trygghet istället. Nuförtiden är det sällan någon får avslag på sin ansökan (L. Lindén, personlig kommunikation, 4 januari, 2007).

3. Tidigare forskning

Det finns inte så mycket tidigare forskning om trygghetslarm. Oftast nämns det bara i förbifarten i olika studier av hemtjänsten. När det gäller ålderspensionärers syn på trygghetslarmet, deras erfarenheter och upplevelser så finns det än mindre. Dock redovisas här en sådan studie samt annan tidigare forskning som är relevant för denna studies syfte och frågeställningar.

3.1 Upplevelser av PERS

Porter (2003) har genomfört en fenomenologisk studie i USA, där hon enligt en kvalitativ forskningsmetod intervjuat åtta äldre änkor om deras upplevelser av Personal Emergency Response System [PERS]. PERS är en amerikansk variant av trygghetslarm som fungerar på ett liknande sätt som det trygghetslarm som finns i Sverige. Skillnaden är att ålderspensionären har fått uppge en eller flera kontaktpersoner, t.ex. släktingar eller grannar, som larmcentralen kontaktar istället för hemtjänsten som i normala fall kontaktas i Sverige.

Porter fann i sin studie att en av de viktigaste anledningarna till att änkorna ville ha ett PERS var för att de då kunde känna sig säkra på att de fort skulle kunna få hjälp till sitt hem om de behövde det. De flesta av änkorna uppgav att de skulle använda sig av PERS om de ramlade eller blev sjuka och att det kändes tryggt att kunna göra det. En kvinna som hade hjälp i sitt hem dygnet runt berättade att hon kände sig trygg med att hon kunde använda sitt PERS om hemhjälpen behandlade henne illa eller om någon obehörig skulle ta sig in i hennes hus.

Änkorna i Porters studie upplevde även en slags fruktan inför att inneha PERS. Några av dem berättar om hur rädda och chockade de blivit då någon helt plötsligt börjat prata högt inne i deras hem. De hade då råkat komma åt knappen av misstag. Andra gånger då de larmat av misstag hade de inte hört larmcentralens rop på dem utan helt plötsligt hade deras kontaktperson befunnit sig i hemmet. Detta hade i vissa fall upplevts som skrämmande.

Porter diskuterar vidare om huruvida PERS innebär mer lättnad och trygghet för de närstående och sjukvårdspersonalen än för ålderspensionären själv. Hon menar att det inte går att generalisera och säga att PERS gör ålderspensionären tryggare utan det är en högst individuell upplevelse. Dock påpekar hon att änkorna som hon intervjuat

uppgav att de kände sig tryggare just p.g.a. att de kunde känna sig säkra på att kunna få hem hjälp fort om det skulle behövas.

Avslutningsvis menar Porter att mycket mer forskning behövs göras inom området tekniska hjälpmedel i hemmet och särskilt om PERS, eftersom det hittills inte finns särskilt mycket. Bl.a anser hon att äldres upplevda livskvalitet före och efter PERS intåg bör undersökas mer ingående.

3.2 Hemmet och vikten av kvarboende i det egna hemmet

Sörensdotter (2001) har intervjuat ålderspensionärer som bor hemma och har hjälp av hemtjänst. I sina intervjuer har hon frågat de äldre om hemmets betydelse. Utifrån de svar hon har fått försöker hon förklara varför hemmet är betydelsefullt. Sörensdotter nämner inte om hon använt sig av någon särskild teori för att analysera detta utan tar hjälp av några andra författare, Dovey (refererad i Sörensdotter, 2001) och Hurtig, Paulsson & Schulz (1990) som belyser vad ett hem innebär.

Dovey vill skilja på bostad och hem och gör detta genom att beskriva bostaden som själva byggnaden och hemmet som en relation mellan människor och deras omgivning. Eftersom hemmet har en familjär anknytning så har det även en anknytning bakåt i tiden. Hur en person ser på sitt hem har sina rötter i den personens barndomshem, synen på detta utvecklas genom livet. Dovey menar vidare att hem är en upplevelse som tar tid att utveckla. Det förgångna, nuet och framtiden interagerar i hemmet och den upplevelse man har av sitt hem står därför i ständig förändring. En förändring som inte stannar av för att man blir äldre, menar Sörensdotter (2001), utan upplevelsen av hemmets betydelse varierar genom livet.

I sitt hem skapar man en viss ordning genom dagliga rutiner och hemmet kan därför återskapas genom samma dagliga rutiner om man byter bostad. Det kan dock uppstå problem om en äldre person byter bostad då olika fysiska hinder, t.ex. nedsatt rörelseförmåga, minne och syn, kan göra det svårare att återskapa hemmet i en helt ny miljö (Dovey, refererad i Sörensdotter, 2001).

Hurtig et al. (1990) tror att hemmets betydelse ligger i att det återspeglar och skapar en persons identitet. Vissa delar av ens identitet som visas i hemmet, visas genom ett medvetet urval av personen själv medan andra delar återspeglas omedvetet. Vidare beskriver Hurtig et al. hemmet som den värld där människan ordnar för sitt liv med bostaden som fysisk ram.

Gunilla Bengtson (1985) tar också upp hemmets betydelse för äldre och visar på en undersökning som kommit fram till att de flesta äldre vill bo kvar så länge som möjligt i den egna bostaden. Det starkaste skälet för viljan till kvarboende påstås då vara den invanda miljön.

Bengtson hänvisar även till Berg (refererad i Bengtson, 1985) som tar upp vilka faktorer som har betydelse för viljan att bo kvar hemma. Exempel på sådana faktorer är att man har bott länge i samma bostad, att man har vänner och barn i närheten samt att det finns god tillgång till olika slags service.

Lindberg, Nordén, Nyberg & Samuelsson (1980) har studerat boendemiljö och boenderesurser hos äldre och kommit fram till att de flesta trivs i sin bostad och boendemiljö. Varför de äldre trivs beror i första hand på relationer till människor i omgivningen. Andra trivselargument är bl.a. frihetskänslor och att leva i en rofast miljö. Undersökningen visar också på vissa könsskillnader när det gäller varför de äldre trivs i sin bostad och boendemiljö. För kvinnorna verkar bl.a. betydelsen av goda relationer till människor i deras omgivning samt god service vara viktigast medan männen i större utsträckning använde frihetsupplevelser, närhet till natur samt känslan av att leva i en invand och rofast miljö som trivselargument.

Aronsson, Gustafsson, Jakobsson och Seger (2004) har gjort en kvalitativ studie vars huvudsakliga syfte är att ta reda på vilka föreställningar äldre har om vilka gränser det finns för kvarboende i det egna hemmet. Studien tar bl.a. upp vilka stödfunktioner som de äldre nämnt och som kan anses vara viktiga för att kunna bo kvar hemma. Några av dessa är hemtjänsten, färdtjänsten och trygghetslarmet. De äldre som nämnde trygghetslarmet som en viktig stödfunktion menade att det innebar en känsla av trygghet att ha larmet eftersom de då snabbt kunde kontakta hemtjänsten om de t.ex. skulle ramla. Aronsson et al. frågar sig därför om att inte ha tillgång till trygghetslarm skulle kunna utgöra en gräns för kvarboende.

4. Teori

I detta kapitel beskrivs tre olika teorier/perspektiv. Dessa kommer sedan att användas i analysdelen av denna uppsats. Det kognitiva perspektivet har valts eftersom det kan vara till hjälp för att kunna förstå en individs tankar och känslor, vad som påverkar hur en individ upplever sin verklighet. Den socialgerontologiska rollteorin samt den socialgerontologiska kontinuitetsteorin kommer främst att användas vid analysen av frågan om hemmets betydelse och vikten av kvarboende i det egna hemmet.

4.1 Kognitivt perspektiv

Det kognitiva perspektivet har sin utgångspunkt i filosofins värld. Det är tänkandet om att det finns ett samband mellan våra tankar och verkligheten som är grunden. På engelska benämns ett antal olika intellektuella funktioner, såsom bl.a. att generalisera, jämföra och uppfatta relationer, som kognition. När människan varseblir eller lär sig något om sin omvärld så lär hon sig samtidigt något om sig själv. Våra känslor, tankar och handlingar ses som nära sammanknutna enligt det kognitiva perspektivet och det är vårt tänkande som i hög grad formar våra känslor.

Det kognitiva perspektivets filosofiska grundare kan sägas vara René Descartes som myntade det bevingade uttrycket ”Jag tänker alltså finns jag till” (Cogito ergo sum). Efter honom fortsatte fler filosofer som t.ex. Hegel och Kant att utveckla teorin. Piaget, i grunden biolog, blev sedermera en banbrytare inom den kognitiva psykologin. Han utvecklade en egen kunskapsteori, den genetiska epistemologin, som handlar om hur kunskap bildas. Piaget menade att den bildas i ett samspel mellan en individs inre och yttre miljö. Människan är en handlande och aktiv varelse, ett subjekt som konstruerar sin egen bild av världen

Det kognitiva perspektivet står alltså för att människan kan påverka sin egen utveckling och sina tankar genom att införliva det som behövs från omgivningen. Detta innebär, enligt Piaget, att de tankemönster en människa införlivar under sina första levnadsår påverkar hur hon senare tolkar, bearbetar och lagrar intryck från både den yttre och inre miljön (Helleday, Jorup & Wikander, 1998).

Dessa tankemönster kallas även inom den kognitiva psykologin för schemata och kan ses som informationsaccepterande system. Det innebär att information som kommer i en individs väg är meningsfull så länge den passar in i individens schemata. Genom åren har individen utvecklat ett särskilt schema för en viss sak, t.ex. hur en

häst ser ut eller hur det förväntas kännas när man åker buss. Om informationen som kommer till individen stämmer överens med dennes schema över hur en viss sak ska vara så kan den bearbetas på ett snabbt och tillfredsställande sätt. Om inte, så kan individen få svårigheter med att identifiera vad informationen betyder och därmed reagera på ett inadekvat sätt (Arai, 2001).

Tyvärr saknar det kognitiva perspektivet, åtminstone hitintills, en teori om hur tänkandet förändras i vuxenåldern och ålderdomen. Piaget koncentrerade sig enbart på barn upp till tonåren och menar att ingen förändring sker därefter (Helleday et al., 1998). Men eftersom erfarenheterna spelar roll för tänkandets utvecklande i barn- och ungdomsåren så borde väl även de erfarenheter som görs i vuxen ålder påverka människans tänkande? Jag anser i alla fall att det borde vara på det sättet.

4.2 Socialgerontologisk rollteori

Gerontologi betyder läran om åldrandet och socialgerontologin är en gren av detta forskningsområde. I socialgerontologin inkluderas psykologiska och sociologiska studier av åldrandet.

En av de viktigaste teorierna inom socialgerontologin är rollteorin. Denna teori innebär att människor spelar olika roller under sin levnadstid såsom exempelvis student, far, make och byggnadsarbetare. Vilken roll en människa spelar är viktig för hennes syn på sig själv och sin identitet och skapar även förväntningar hos andra om hur man bör bete sig i den aktuella rollen.

Den kronologiska åldern påverkar ofta vilka roller man kan anta, vilka som är lämpliga och fysiskt möjliga. Även de åldersnormer som finns i ett samhälle påverkar vilka roller man "får" ta i en viss ålder. Hur en individ anpassar sig till sitt åldrande beror på hur väl de rollförändringar som då sker accepteras av individen. Med åldern förlorar individen nämligen gamla roller oftare än de vinner nya roller och vissa är oåterkalleliga som t.ex. yrkesrollen. En individs sociala roller är, som tidigare nämnts, av stor betydelse för självförtroendet och identiteten, och de rollförluster som sker kan därför leda till en försämrad syn på sig själv.

Den socialgerontologiska rollteorin uppehåller sig mycket vid just rollskiftet från yrkesverksam till pensionär. De erfarenheter man gjort i sin yrkesroll och som där har varit betydelsefulla tenderar att vara värdelösa i pensionärsrollen. Samtidigt vet man inte hur man "ska" bete sig i pensionärsrollen då samhället är ungdomsfixerat och man ska vara högproduktiv för att duga. Empiriska undersökningar som gjorts visar

dock inga entydiga resultat som stämmer med rollteorins antagande om att förlusten av yrkesrollen kan leda till en livskris. Då många pensionärer har fått det bättre ställt ekonomiskt har en mer positiv syn på pensionärsrollen och dess konsekvenser utvecklats (Dehlin, Hagberg, Samuelsson & Svensson, 1998).

För att en individ ska kunna få klart för sig vilka roller han/hon ska spela och hur dessa ska spelas krävs en socialisationsprocess. Den innebär att individen tar till sig de värdemönster och beteenden som är förenliga med just den roll som de ska spela. Då processen är till ända har individen internaliserat och accepterat de normer och förväntningar som är förknippade med rollen. För att socialisationen ska vara framgångsrik krävs att individen frivilligt accepterat de värdemönster och sätt att bete sig som delas av en större grupp människor. Tidigare i livet har man kunnat dra nytta av s.k. rollmodeller för att veta hur man ska bete sig i en viss roll, som t.ex. att se på sina föräldrar hur de agerar som make/maka för att få en uppfattning om den rollen. När det gäller åldringsrollen så finns oftast inte samma tillgång på rollmodeller, de egna föräldrarna och andra ur generationen över är döda.

Enligt den socialgerontologiska rollteorin kan man säga att de roller som antas i yngre ålder och i vuxenåldern är förknippade med sociala vinster. Ett exempel på detta är när en individ träder in i sin yrkesroll, då detta innebär en belöning i form av högre status och oberoende. I senare delen av livet kan antagandet av åldringsrollen förknippas med sociala förluster eftersom det innebär omständigheter som t.ex. ökad grad av beroende, försämrade ekonomi och minskat socialt ansvar (Tornstam, 1986).

4.3 Socialgerontologisk kontinuitetsteori

Rollteorin som beskrivits ovan ligger till grund för två andra mycket inflytelserika socialgerontologiska teoriansatser, nämligen *aktivitetsteorin* och *disengagemangsteorin*. Aktivitetsteorin menar bl.a. att äldre som är aktiva med olika sysselsättningar och i kontakt med andra människor, är mer tillfredsställda och bättre anpassade i sin tillvaro än de som är mindre aktiva. Disengagemangsteorin menar däremot att äldre ska minska sin aktivitetsnivå och söka mer passiva roller för att istället koncentrera sig på sitt eget inre liv. De äldre kan då uppleva att samhällsnormens tryck om högproduktivitet avtar och i och med det främjas deras känsla av människovärde.

Som ett alternativ till dessa båda teorier uppkom kontinuitetsteorin. Den innebär att man under ålderdomen försöker ersätta förlorade roller med nya roller som

innehållsmässigt liknar de man tidigare hade. En inre psykologisk kontinuitet och en kontinuitet i det sociala beteendet kan skapas genom att man fortsätter att anpassa sig till sin omgivande miljö på samma sätt som man tidigare gjort.

Kontinuitetsteorin hävdar också att oberoende av ålder så har individer olika personligheter och livsstilar och det är personligheten som är avgörande för hur man anpassar sig till åldrandet. Så oavsett hur aktiv eller inaktiv en individ har varit tidigare i sitt liv så är det viktigast för välbefinnandet att fortsätta det tidigare levnadssättet.

Ytterligare ett viktigt grundantagande som kontinuitetsteorin har är att individen blir mer av den person den var som yngre, ju äldre den blir. Med detta menas att de specifika särdrag och beteenden som var unika för just den personen förstärks och blir mer uttalade med ålderdomen. I förlängningen innebär detta att det inte kan finnas någon generell måttstock för ett framgångsrikt åldrande utan att det snarare varierar från individ till individ (Dehlin, Hagberg, Samuelsson & Svensson, 1998).

5. Metod

5.1 Forskningsdesign

Enligt Malterud (1998) kan man med kvalitativa metoder belysa frågeställningar som t.ex. ”Vad är?” och ”Vad innebär?”. Den här undersökningens syfte är att ge en bild av några ålderspensionärers erfarenheter och upplevelser av trygghetslarm, eller med andra ord beskriva vad trygghetslarmet innebär för dem. Eftersom det är syftet som avgör vilken forskningsmetod som är mest relevant så har jag valt att använda mig av en kvalitativ forskningsmetod. Den kvalitativa forskningsmetoden vill förstå, inte förklara och dess mål är att beskriva hur något är eller verkar vara.

Kvale (1997) menar vidare att den kvalitativa forskningsmetoden kan vara den bäst lämpade när det gäller att beskriva och identifiera mer grundläggande föreställningar, värderingar och attityder. Då denna studie har individens egna erfarenheter och upplevelser i fokus torde alltså en kvalitativ forskningsmetod vara att föredra.

5.2 Vetenskapsfilosofisk position

Eftersom syftet med den här studien är att ge en bild av några ålderspensionärers erfarenheter och upplevelser av trygghetslarm så har jag fenomenologin som utgångspunkt, men kombinerar denna med hermeneutiken i analysfasen. Enligt Moe (1995) avhandlar fenomenologin vad som är verkligt och vad som ska gälla som verkligt. När en individ betraktar världen gör den det genom sin subjektiva medvetenhet, vilket i sin tur leder till att det som individen upplever också är den genuina verkligheten.

Fenomenologin syftar till att beskriva människors upplevelse av ett visst fenomen och genom kvalitativa intervjuer kan man få beskrivningar av intervjupersoners livsvärld, d.v.s. deras egen upplevda vardagsvärld. Fokus i en fenomenologisk undersökning ska ligga på den enskildes beskrivning av ett upplevt fenomen och tar ingen hänsyn till huruvida det finns en verklighet bakom upplevelsen eller vilket ursprung och vilken orsak upplevelsen har. Det är viktigt inom fenomenologin att forskaren sätter sin egen förförståelse åt sidan och sedan försöker identifiera väsentligheter i intervjupersonernas beskrivningar (Olsson & Sörensen, 2004).

Jag försökte se till så att jag påverkade mina intervjupersoner så lite som möjligt under intervjuerna. Jag gav dem gott om utrymme att tala fritt kring några av mig valda teman för att så långt som möjligt kunna ta del av deras egna beskrivningar av

sin livsvärld. Om de kom på något eget att tillägga så gav jag dem även den möjligheten, allt för att låta deras egna beskrivningar ligga i fokus.

I analysfasen av denna studie övergick jag så till att anta en mer hermeneutisk position. Enligt Kvale (1997) innebär detta att forskaren tolkar det som beskrivs i en intervju och forskarens förförståelse får då stor betydelse. Min förförståelse redovisas i kapitlet Inledning. För att kunna uppnå förståelse av en berättelse krävs en process där de enskilda delarnas mening bestäms av textens helhetliga mening. Sedan följer en process där delarna och helheten påverkar varandra till förändring. Denna process fortgår sedan tills man som forskare uppnått en rimlig mening i en s.k. hermeneutisk cirkel. När jag sedan tolkade mitt material, d.v.s. intervjupersonernas utsagor, så analyserades varje tema för sig och utifrån de kunskaper som tidigare forskning och valda teoretiska utgångspunkter gett mig så sökte jag en förståelse. När detta utförts försökte jag förstå helheten för att se om denna stämde överens med delarna.

5.3 Litteratursökning

Litteratursökningen tog sin början på Socialhögskolans bibliotek där det finns en avdelning som heter Tema Äldre. Jag sökte först via bibliotekets databas och använde då bl.a. sökorden ”trygghetslarm”, ”äldre”, ”gamla”, ”boende” och ”vardag”. Jag kombinerade även dessa sökord med varandra och hittade då en del intressant litteratur. I den litteratur jag hittade, fann jag en del ny litteratur via referenslistorna. Jag använde mig också av Libris samt andra elektroniska databaser såsom ASSIA, Svensk Periodica Online och Ageline. Mina engelska sökord var bl.a. ”elderly people”, ”alarm systems”, ”safety” och ”telephone”. Dessutom har jag använt mig av sökmotorn Google för att hitta uppdaterade rapporter och statistik.

5.4 Urval av intervjupersoner

För att kunna besvara mina frågeställningar behövde jag intervjua ett antal ålderspensionärer. Jag bestämde mig för att åtta stycken var ett rimligt antal för denna studies omfattning. Därefter kontaktade jag min mor som arbetar som biståndsbedömare inom äldreomsorgen och bad henne om hjälp att kontakta några lämpliga intervjupersoner.

Mina kriterier för vilka som skulle kontaktas var att samtliga skulle inneha trygghetslarm, bo i eget boende och ha förutsättningar att delta i studien. Jag ville även intervjua både kvinnor och män samt att de skulle ha olika nivåer av hjälpbehov.

Biståndsbedömaren kontaktade sedan ett antal ålderspensionärer per telefon och informerade dem om vad studien gick ut på och frågade om de var intresserade av att delta. Därefter kontaktade jag de åtta som var intresserade, först per brev (bilaga 1.) och sedan telefon, och berättade lite mer ingående om studiens syfte samt om hur intervjusituationen kunde komma att se ut. Då alla blivit införstådda med detta bokades tider för intervjugenomförande.

5.5 Intervjuguide och intervjuer

Jag valde att göra halvstrukturerade forskningsintervjuer med hjälp av en intervjuguide (bilaga 2.) som utvecklades ur frågeställningarnas olika teman. Enligt Kvale (1997) kan syftet med en sådan slags intervju vara att förstå ämnen från livsvärlden ur den intervjuades eget perspektiv. Eftersom jag ville komma åt ålderspensionärernas egna erfarenheter och upplevelser av trygghetslarm bad jag dem att själva beskriva olika situationer som hade med ämnet att göra. Jag inledde även samtliga intervjuer med att ta reda på bakgrundsinformation såsom t.ex. ålder, vilka hemtjänstinsatser de hade och hur länge de bott i sina bostäder.

Samtliga intervjuer är gjorda i intervjupersonernas egna bostäder. Jag valde att göra så av olika skäl. Dels för att skapa en så bekväm och naturlig situation för intervjupersonen som möjligt och dels för att vissa av dem hade svårigheter med att ta sig utanför bostaden. Intervjuerna varierade i tid från ca 25min till 75min och spelades in med digitalinspelare.

5.6 Databearbetning och analysmetod

Efter att alla intervjuer genomförts lyssnade jag igenom och transkriberade dem en efter en. Enligt Kvale (1997) finns det ingen specifik standard för hur en transkribering ska gå till utan det beror bl.a. på vilket syfte man har med sin undersökning och hur mycket tid och pengar man har tillgång till. Jag valde att relativt ordgrant transkribera de delar av intervjuerna som jag ansåg innehöll information av värde för mitt syfte, medan de som inte innehöll sådan information koncentrerades och sammanfattades i skriftspråkliga stycken.

För att bearbeta mitt material använde jag mig av den fenomenologiska analysmodell som Malterud (1998) beskriver. Den innebär att analysen genomförs i fyra steg där man börjar med att få ett helhetsintryck, därefter identifieras

meningsbildande enheter sedan abstraheras innehållet i de meningsbildande enheterna för att man slutligen ska kunna sammanfatta innebörden av innehållet.

Jag började med att läsa igenom allt det transkriberade materialet, utan att försöka systematisera det, för att få ett helhetsintryck. Därefter sammanfattade jag de intryck jag fått i 10 preliminära teman kopplade till mina frågeställningar, som ett första steg mot en organisering av materialet. Med dessa 10 preliminära teman i åtanke började jag identifiera meningsbärande enheter, d.v.s. textavsnitt som bar med sig kunskap om ett eller flera teman. De meningsbärande enheterna markerades sedan i texten och systematiserades sedan gruppvis under särskilda koder. Under vissa koder fanns få meningsbärande enheter vilket medförde att jag valde att istället placera dessa under andra koder, medan ett par av dem vid närmare eftertanke inte kunde klassificeras som meningsbärande enheter alls och slopades.

Efter denna process återstod fyra teman: trygghetslarmets användningsområden, hjälp vid larm, skillnader i vardagen samt trygghetslarmets betydelse för kvarboende. Jag sammanfattade sedan alla teman var för sig samt valde ut de citat som jag ansåg bäst visade vad intervjupersonerna ville ha sagt. I resultatdelen presenteras även ålderspensionärernas övriga upplevelser av trygghetslarmet. Detta görs då jag anser att det är viktigt att lyfta fram de saker som ålderspensionärerna själva har påpekat. Dessa åsikter kommer dock inte att analyseras närmare.

5.7 Validitet, reliabilitet och generaliserbarhet

Den kvalitativa forskningen skiljer sig från den kvantitativa när det gäller betydelsen av begreppen validitet, reliabilitet och generaliserbarhet. Inom den kvantitativa forskningen finns det säkerställda och allmänt accepterade regler för hur man fastslår en studies validitet och reliabilitet. Detta existerar inte inom den kvalitativa forskningen och det råder delade meningar hos dagens forskare om det ens är möjligt att bedöma en kvalitativ studies validitet och reliabilitet (Halvorsen, 1992). Jag anser dock att detta ändå är något som bör diskuteras i en uppsats med en kvalitativ inriktning, för att om möjligt ge uppsatsen en mer vetenskaplig status.

Enligt Kvale (1997) handlar begreppet validitet om att man undersökt det man har avsett att undersöka. För att kunna försäkra sig om att så har skett ska man se till att man har samlat in uppgifter som är av relevans för studiens syfte och frågeställningar, samt kritiskt granska sin analys. Eftersom syftet med uppsatsen är att ge en bild av några ålderspensionärers erfarenheter och upplevelser av trygghetslarm så såg jag till

att intervjuja åtta ålderspensionärer om detta. På så sätt fick jag höra direkt från dem om vad de erfarit och upplevt, istället för att t.ex. lita till andrahandskällor såsom biståndsbedömare, anhöriga eller vårdpersonal. Dessa uppgifter var således relevanta för studiens syfte och frågeställningar och höjer därmed studiens validitet. Eftersom jag valt att skriva den här uppsatsen ensam så har jag inte kunnat diskutera olika infallsvinklar och perspektiv med någon annan. Detta innebär att transkriberingen från tal till skrift samt analysen genomförts enbart utifrån mina egna tolkningar av de utsagor jag tagit del av, och kan därför ha vissa brister. Jag har för den sakens skull försökt att förhålla mig så neutral som möjligt till mitt material men inser att det är i stort sett omöjligt att göra sig av med allt det som färgar ens personliga åsikter och därmed tolkningar.

Reliabilitet handlar, enligt Kvale (1997) om huruvida den information som man får man fram genom en undersökning är trovärdig, tillförlitlig eller pålitlig. Studien ska kunna göras om vid flera tillfällen och då ge upphov till samma resultat som tidigare. I kvalitativa studier är inte begreppen validitet och reliabilitet skilda från varandra som i kvantitativa studier. De hänger ihop med varandra på ett annat sätt och går inte att studeras enskilt. Trost (2005) menar att intervjun som sådan är en process och att intervjupersonen därför inte är statisk utan istället deltar och agerar i denna process. Det blir svårt att upprepa samma undersökning och få samma resultat eftersom intervjupersonernas erfarenheter och upplevelser förändras genom processen och då även deras svar på intervjufrågorna. Jag som ovan forskare och intervjuare kan även ha påverkat intervjupersonerna genom mitt ordval samt hur jag ställde frågorna. I och med det så kanske en mer erfaren intervjuare skulle få andra svar än de jag fick. Ledande frågor bör undvikas så långt som möjligt för att säkerställa reliabiliteten (Kvale, 1997) och detta är något som jag gjort mitt bästa för att undvika i mina intervjuer.

Generaliserbarhet kan vara svårt att uppnå med kvalitativ forskning, då man genom intervjuer är ute efter att finna specifika individers subjektiva upplevelser av en viss situation (Kvale, 1997). Jag skulle vilja påstå att det kanske inte heller är önskvärt att uppnå generaliserbarhet genom kvalitativ forskning, det är inte relevant för dess syfte. Att generalisera innebär att man kan dra generella slutsatser om det som resultatet av undersökningsmaterialet visar (Halvorsen, 1992). Det som är syftet med den här studien är att ge en bild av *några* ålderspensionärers erfarenheter och upplevelser av

trygghetslarm, inte allas. Alltså är inte generaliserbarhet eftersträvad här och ej heller representerad.

5.8 Etiska aspekter

Det finns etiska krav för hur forskning ska bedrivas inom humaniora och samhällsvetenskap. Forskningskravet är ett av dessa och innebär att samhället och dess medlemmar har ett berättigat krav på att forskning bedrivs, håller hög kvalitet samt inriktar sig på väsentliga frågor. Det andra är individskyddskravet som går ut på att individer i samhället inte får kränkas, förödmjukas eller skadas, fysiskt eller psykiskt, genom forskning. Forskningen ska inte heller innebära otillbörlig insyn i individers levnadsförhållanden. Forskningskravet och individskyddskravet ska alltid vägas mot varandra för att fastställa om en studie kan genomföras, d.v.s. kunskapsstillskottet vägs mot eventuella negativa konsekvenser för uppgiftslämnaren.

Individskyddskravet består av fyra olika delkrav: *informationskravet*, *samtyckeskravet*, *konfidentialitetskravet* samt *nyttjandekravet*.

Informationskravet innebär att forskaren ska informera samtliga uppgiftslämnare om vad deras roll i projektet är och även göra klart vilka villkor som gäller för deras deltagande. Forskaren ska även berätta att det är frivilligt för uppgiftslämnaren att delta i studien samt att han/hon när som helst kan avbryta sin medverkan utan att behöva stå till svars för varför (Vetenskapsrådet, 1990). Detta krav har jag uppfyllt genom att skriva ett informationsbrev (bilaga 1.) till de intervjupersoner som tackat ja till att medverka i den här studien, där jag informerar dem om vilken roll de har i undersökningen och vilka villkor som finns.

Samtyckeskravet går ut på att forskaren ska inhämta samtliga uppgiftslämnarnas samtycke till att delta i en undersökning. Detta är aktuellt i de fall där uppgiftslämnarna är aktivt involverade i undersökningen men krävs inte vid t.e.x. inhämtning av uppgifter ur ett myndighetsregister (Vetenskapsrådet, 1990). Jag har inhämtat informerat samtycke från samtliga intervjupersoner i och med det informationsbrev (bilaga 1.) som jag sände till dem. Jag ringde även och pratade med intervjupersonerna sedan de fått brevet för att försäkra mig om att de läst igenom det och fortfarande var villiga att ställa upp sedan de fått veta mer om hur undersökningen skulle gå tillväga. Alla intervjupersoner gav sitt samtycke till undersökningen.

Konfidentialitetskravet innebär att forskaren ska behandla alla uppgifter om undersökningspersonerna med största möjliga konfidentialitet. De personuppgifter

som undersökningspersonerna lämnar samt andra etiskt känsliga uppgifter ska förvaras på ett sådant sätt att obehöriga inte får kännedom om dem. Forskaren ska sträva efter att se till att undersökningspersonerna inte kan identifieras utifrån det de har sagt (Vetenskapsrådet, 1990). Under arbetet med den här studien har jag varit mån om att skydda intervjupersonernas personuppgifter. Jag har gett alla intervjupersoner fiktiva namn samt försökt att se till så att det de har berättat för mig inte ska kunna gå att härleda tillbaka till dem.

Det sista individskyddskravet är nyttjandekravet. Detta krav innebär att de uppgifter som samlats in om enskilda personer endast får användas för forskningsändamål och inte i kommersiella eller andra icke-vetenskapliga syften (Vetenskapsrådet, 1990). Även detta krav följs i den här studien. Intervjuerna som spelats in i samband med undersökningen, och som innehåller personuppgifter om undersökningspersonerna, raderas efter framläggandet av studien.

5.9 Studiens begränsningar

Jag använde mig, som tidigare nämnts, av en biståndsbedömare för att komma i kontakt med undersökningspersonerna. Eftersom biståndsbedömaren kan sägas utöva en slags makt över ålderspensionärerna i den meningen att det är biståndsbedömaren som ”bestämmer” över deras vård- och omsorgssituation i hemmet, så kan det tänkas att ålderspensionärerna inte velat ta upp saker i intervjuerna som skulle kunna uppfattas som kritik mot antingen biståndsbedömaren, hemtjänsten eller trygghetslarmet. Då biståndsbedömaren även är min mor så kan det i sig innebära att undersökningspersonerna inte känt sig helt säkra på att det de har sagt i intervjuerna inte skulle komma vidare från mig till henne. Jag har försökt att undvika att ålderspensionärerna ska känna på detta sätt genom att bl.a. vara tydlig med konfidentialitetskravet och nyttjandekravet, men det är svårt att säga om de har påverkats av detta eller inte.

I syftet med den här studien ingår att jag vill undersöka om det finns några skillnader i ålderspensionärernas erfarenheter och upplevelser av trygghetslarm beroende på om det är en man eller kvinna som tillfrågats samt beroende på vård- och omsorgsnivå. En begränsning i den här studien när det gäller detta är att det endast ingick två män. Det kan upplevas som ett lite för litet underlag för att kunna dra några egentliga slutsatser utifrån.

6. Resultatredovisning

Den här delen inleds med en bakgrundsbeskrivning av de åtta intervjupersonerna. Sedan följer en presentation av resultaten kopplade till valda teman som belyser frågeställningarna. Intervjupersonernas övriga upplevelser av trygghetslarm redovisas sist.

6.1 Bakgrundsbeskrivning av intervjupersonerna

Gerd är drygt 75 år. Hon har bott i sin lägenhet i nästan 50 år, de senaste 20 åren har hon bott ensam sedan hennes sambo gått bort. Gerd har god kontakt med sina barn som hjälper henne med att storhandla, tvätta samt laga mat som fryses in. Hon har även en granne som köper med sig mat från den lokala pizzerian ibland. Gerd har haft hemtjänst i ca 4 år. Hemtjänsten kommer två gånger per dag, morgon och eftermiddag, och ger Gerd ögondroppar, brer smörgåsar och värmer mat. Hon får även hjälp med handling, städning och dusch.

Bengt är 94 år. Han har fyra barn som besöker honom regelbundet varje vecka. En son handlar åt honom en gång i veckan. Utav hemtjänsten har Bengt hjälp med städning och dusch, dessutom köper de tidningen åt honom på vardagar. Bengt är ensamboende i sin lägenhet sedan frun gick bort för drygt 10 år sedan. Han har bott i samma lägenhet i 55 år.

Rut är 74 år och har bott i sin lägenhet i 18 år. Hon har ingen kontakt med sin släkt p.g.a. långt avstånd men hon har en del goda vänner som hon träffar ungefär två gånger i månaden. Hemtjänsten kommer varje morgon och hjälper Rut med frukost, diverse morgonbestyr samt förbereder mat till eftermiddagen. De hjälper även till med dusch, städning, handling samt promenader med rullstol.

Greta är 85 år och har en stor familj med barn, barnbarn och barnbarnsbarn som hon träffar ganska ofta. Hon är frånskild sedan många år tillbaka och har bott i sin lägenhet i 18 år. Hon har god kontakt med sina grannar, särskilt med dem som flyttade in samtidigt som henne. Ifrån hemtjänsten har Greta hjälp med tillsyn morgon och kväll, handling, städning samt tvätt.

Olivia är 87 år och har bott i sin lägenhet i drygt 10 år. Hon har barn, barnbarn och barnbarnsbarn som hon träffar vid helger och födelsedagar. De hjälper henne även med lite allt möjligt när hon ber dem om det. Olivia har haft hjälp ifrån hemtjänsten i ca fem år. I den hjälpen ingår handling, städning, promenader samt ledsagning till t.ex. läkare vid behov.

Rigmor är 87 år och har bott i sin lägenhet i 18 år. Tidigare bodde hon i radhus men då maken gick bort flyttade hon till lägenhet. Hon har barn, barnbarn och barnbarnsbarn i närheten som hon träffar varje vecka. Dottern brukar ibland laga mat åt henne som de sedan äter tillsammans. Rigmor har hjälp ifrån hemtjänsten med morgonbestyr, påklädning, matlagning, handling, städning, tvätt och dusch. Hon har även rätt till ledsagning vid behov.

Sture är 89 år och har en son som hjälper honom med handling och storhandling. Han har bott i sin lägenhet i 25 år. De senaste två åren har han bott ensam då hans fru flyttat till ett särskilt boende. Sture har ingen hjälp ifrån hemtjänsten utan enbart trygghetslarm.

Laila är 89 år och har bott i sin lägenhet i 18 år. De senaste fyra åren har hon bott ensam sedan hennes make gått bort. Hon har två söner samt barnbarn och barnbarnsbarn. De hälsar ganska ofta på hos Laila och har då med sig mat som de äter tillsammans. Laila umgås även en del med två av sina grannar. Utav hemtjänsten har Laila hjälp med handling och städning.

Av intervjupersonerna är sex stycken kvinnor och två stycken män. Åldrarna varierar från 74-94 år. Gemensamt för dem alla är att de bor ensamma i eget boende. Sture har dock en fru i livet men hon bor på ett särskilt boende sedan ett par år tillbaka. De flesta har bott i sina lägenheter i omkring 20 år. En har bott 10 år i sin och två andra har bott i sina lägenheter i 50 år eller mer. Sju av de åtta intervjupersonerna har hjälp ifrån hemtjänsten, utöver trygghetslarmet. Några har hjälp dagligen med t.ex. påklädning, matlagning och tillsyn medan andra bara har hjälp någon gång per vecka med t.ex. handling eller städning. Sju av de åtta intervjupersonerna uppger att de har mycket kontakt med sina barn och annan familj och att dessa hjälper till med en del saker i vardagen, som t.ex. handling, matlagning och tvätt.

6.2 Trygghetslarmets användningsområden

Gerd har haft sitt trygghetslarm i fyra år. Det var hennes barn som tyckte att hon skulle ha det och Gerd kände sig positivt inställd till det från början. Hon upplevde det som en säkerhet berättar hon. Hon har under de fyra år hon har haft larmet använt det vid ett flertal olika tillfällen och av olika anledningar. Några gånger har hon ramlat och inte kunnat ta sig upp själv men oftast har hon larmat i ett förebyggande syfte för att underlätta hemtjänstpersonalens arbete.

Ja, och det har jag använt väldigt mycket bara för att, när jag har åkt bort då har jag larmat och talat om det /.../ så de inte behöver åka hit sen. För många de bara sticker iväg och säger ingenting /.../ Jag fick ju reda på vilket arbete de har om de inte hittar folk va! Och då tycker jag det att, kan man förarbeta det så är det ju bara bra.

Bengt har haft sitt trygghetslarm i två år och det var hans barn som ordnade det åt honom. Han tyckte att det kändes bra att få trygghetslarmet men har inte använt det vid något tillfälle, förutom av misstag. Vid ett tillfälle under de två år som han har haft trygghetslarmet ramlade Bengt men berättar att han då kämpade sig upp själv. Bengt tror att han skulle använda sig av larmet om han skulle slå sig riktigt illa i ett fall.

Rut tror att hon har haft sitt trygghetslarm i ungefär fem år. I hennes fall var det hemtjänstpersonalen som föreslog att hon skulle ansöka om det. Hon tyckte att det kändes väldigt bra från början och har sedan dess använt larmet tre-fyra gånger per år. De flesta gångerna har orsaken till att hon behövt larma varit att hon ramlat men Rut berättar också om ett tillfälle då en okänd man trängde sig in hennes lägenhet och vägrade gå därifrån.

Då sa jag till honom, om inte ni går nu sa jag så ringer jag till polisen. Men han reagerade inte på det en gång så jag ringde och sa till att de kunde, om de kunde, larma polisen för jag har fått in en person som jag inte vill ha inne i min lägenhet /.../ så han fick höra precis vad jag sa men han reagerade tydligen inte på det. Då var jag ganska glad att jag hade larmet.

Greta har haft sitt trygghetslarm i två-tre år och det var hon själv som ansökte om att få det eftersom hon var sjuk. Hon har använt larmet två gånger. Vid båda tillfällena har hon ramlat och behövt åka in till sjukhus. Hon berättar även om ett annat tillfälle helt nyligen då hon blev osäker på om larmet fortfarande fungerade.

./.../ igår då fick jag hjälp att duscha vet du och jag brukar jämt ta av mig (trygghetslarmet) fast jag inte behöver det. Men då gjorde jag det, badade med det här på då och så vart jag lite fundersam på kvällen, tänkte nä nu ringer jag och kollar. Så jag ringde bara och kollade då.

Olivia har haft sitt trygghetslarm i ungefär ett år. Hon ville inte ha larmet till en början, tyckte att hon klarade sig själv och var orolig inför att lämna ut sina nycklar. Men sedan hon ramlat några gånger och hennes barn tjatat på henne gick hon med på att ansöka om det. Olivia berättar att hon använt larmet en gång då hon ramlade ur sängen och att hon någon gång råkat larma av misstag. Hon säger också att hon blivit tillsagd att larma om hon mår dåligt.

Sen har de ju sagt det också att om jag är dålig eller nånting så ska jag trycka på larmet. ./.../ de sa det, du behöver inte sitta på golvet.

Rigmor har haft sitt trygghetslarm i ett par år och säger att det var hennes dotter som hjälpte henne att ansöka om det. Hon kände inget särskilt inför att få det utan tyckte att det var som det skulle vara. Rigmor har inte använt larmet någon gång, bara av misstag vid något enstaka tillfälle, men tror att hon skulle använda det om hon skulle ramla.

Sture har haft sitt trygghetslarm i ungefär ett halvår och det var hans biståndsbedömare som föreslog att han skulle få ett sedan han varit inlagd på sjukhus en period. Han har inte använt larmet någon gång och inte råkat komma åt det av misstag. På frågan om i vilka situationer han kan tänka sig att behöva använda larmet svarar Sture:

Tja, det är väl då om man skulle slå sig ikull något sådär, kan jag tro. Annars så vet jag inte vad jag skulle ha det till.

Laila har haft sitt trygghetslarm i tre år. Hon tyckte först att hon inte behövde ha något larm, hon kände sig pigg. Men sedan hon ramlat ett par gånger i köket och badrummet så ansökte hon själv om att få det. Laila har kommit åt larmet av misstag ett par gånger samt använt det vid ett tillfälle då hon ramlade.

När jag ramlade här så var det ju jättebra, när jag bröt benet /.../ Jag hade larmet, det är min räddning.

Intervjupersonerna har således berättat om flera olika användningsområden för trygghetslarmet. Fem av åtta har använt det vid något tillfälle och den vanligaste orsaken är att man ramlat omkull. Även de tre som inte använt sina trygghetslarm vid något tillfälle tror att de skulle använda det om de skulle ramla omkull. Gerd berättade att hon även använder sitt trygghetslarm för att tala om för hemtjänstpersonalen när hon åker bort och Rut berättade om en gång då hon använt trygghetslarmet för att larma polisen.

6.3 Hjälp vid larm

Gerd berättar om ett par gånger då hon larmat eftersom hon ramlat omkull. Vid båda tillfällena kom det två personer ifrån hemtjänsten och hjälpte henne upp. Hon berättar att det tog ungefär en kvart från det att hon larmat tills de kom hem till henne. Gerd uttrycker att de som kom för att hjälpa henne skötte sig perfekt.

Rut säger att hon är nöjd med den hjälp hon har fått då hon har larmat. De brukar oftast vara två som kommer till henne och hjälper henne upp när hon har ramlat. Hon berättar vidare att det kan ta lång tid innan de svarar på larmet och ytterligare lång tid innan de kommer.

Det längsta jag har haft det var väl en timme /.../ Mindre än en halvtimme har det väl aldrig varit. För det är klart, det tar ju tid att skaffa nycklar och allt det där så det har jag ju förståelse för. Men jag blir lite rädd om det är... En gång så slog jag i huvudet och blödde nånting så hemskt /.../ då tog det också tid innan de kom. Ja, jag fick till och med ringa en gång till och säga ni har väl inte glömt mig. Nejdå, de kommer /.../

Greta har använt larmet vid två tillfällen då hon ramlat. Vid båda tillfällena upplevde hon det som att hjälpen kom snabbt.

Olivia berättar om den gången då hon ramlade ur sängen och larmade. Hon menar att den hjälp hon då fick var bra och att de kom snabbt.

Det var ingen väntetid eller nånting utan det... tog inte många minuter innan de var här

Laila har använt trygghetslarmet en gång då hon ramlat och hon berättar att det då kom en person ifrån hemtjänsten. Eftersom Laila själv kände att hon brutit benet så försökte hemtjänstpersonalen inte att hjälpa henne upp utan ringde efter ambulans.

Intervjupersonerna berättar att de tyckt att den hjälp som de har fått när de har larmat har varit bra. De flesta säger att hjälpen har kommit snabbt medan en person upplever att det ibland kan ta lång tid, men uttrycker sin förståelse för varför det är på det viset.

6.4 Skillnader i vardagen

Gerd säger sig inte uppleva någon skillnad i sin vardag sedan hon fått trygghetslarmet. Hon menar att hon alltid har varit trygg i sig själv.

Bengt menar att han inte upplever att det har blivit någon skillnad i hans vardag i och med att han har trygghetslarm. Han säger att han aldrig tänker på det, det bara sitter där runt armen.

Rut berättar att hon tycker sig känna en viss känslomässig skillnad i vardagen jämfört med innan hon hade trygghetslarmet.

Eftersom jag är ensam så känns det som, vi säger en trygghet att veta att nån kommer reagera och låta höra av sig om det är så att jag trycker på det där larmet. Så pass mycket kan jag säga. Det är ju inte så att jag går och tänker på det varje dag sådär, men det hör ju till de automatiska funktionerna att man vet om det.

Greta berättar också att hon upplever en viss känslomässig skillnad i vardagen sedan hon fått sitt trygghetslarm

/.../ jag känner väl såhär bara att vilken tur att jag har det här. För om jag skulle våga göra nånting, jag gör inget särskilt men om jag snubblar på en matta så..., men då har jag det här. Det har man i bakhuvudet hela tiden.

Olivia menar att hon inte har tänkt på om det har blivit någon skillnad i hennes vardag i och med trygghetslarmet . Hon säger att hon tror att det är en viss trygghetskänsla förknippat med det, om hon skulle ramla så finns det någon där.

Rigmor tycker att det känns som en extra trygghet att ha trygghetslarmet men säger att det är svårt att se om det har blivit några skillnader i hennes vardag då hon aldrig behövt använda sitt larm.

/.../ men jag tror det bara skulle behövas att man använder det någon gång, då skulle man ha lättare att förstå liksom

Sture tycker att han kände sig lugn så fort han fick larmet men att han inte har haft någon direkt nytta av det. Vardagen rullar på som vanligt ändå.

Laila har inte tänkt på om det har blivit några skillnader i hennes vardag sedan hon fick trygghetslarm. Hon tar upp att hon är väldigt noga med att ha larmet på sig jämt och att komma ihåg att ta det på sig igen då hon varit ute.

Några av intervjupersonerna talar om att de i och med trygghetslarmet känner en viss trygghetskänsla i sin vardag som kanske inte fanns där tidigare. De allra flesta menar att de inte har tänkt på om det har blivit några skillnader i vardagen, medan två av dem upplever att det inte har gjort någon skillnad alls.

6.5 Trygghetslarmets betydelse för kvarboende

Gerd anser att det är viktigt för henne att kunna bo kvar hemma för att hon känner sig trygg där och vet var hon har allting. Hemmet är det käraste hon har, menar hon.

Vidare säger hon att trygghetslarmet väl på ett sätt påverkar hennes möjligheter till att kunna bo kvar hemma men bara så länge hon kan klara sig i övrigt. Hemtjänsten anser hon inte påverkar den möjligheten eftersom hon skulle behöva samma hjälp var hon än bodde. Den situation som hon kan föreställa sig att trygghetslarmet inte räcker till för att hon ska kunna bo kvar hemma skulle vara om hon inte kunde gå längre.

Bengt säger att det betyder mycket för honom att kunna bo kvar hemma därför att han känner sig trygg där han har bott så länge och för att han vill klara sig själv. Han tror att han skulle känna sig bortkommen i en annan lägenhet. När det gäller frågan om trygghetslarmet på något sätt påverkar hans möjlighet till att kunna bo kvar hemma svarar han:

Näe, jag vet inte. Jag har inte tänkt på det egentligen men... I och för sig så är det väl bra /.../ Ja, man känner sig väl tryggare det är klart /.../

Rut tycker att hemmet betyder allt för henne och att hon inte skulle stå ut med att bo på ett äldreboende. Om hon skulle hitta en bättre lägenhet där det var lite lugnare så skulle det väl vara bra men hon säger att hon inte skulle orka flytta ändå. Hon har inte tänkt på huruvida trygghetslarmet påverkar hennes möjligheter till att kunna bo kvar hemma men hon kan föreställa sig att hon skulle vara mer utsatt utan det och att det då skulle vara mindre lyckat att bo hemma. Rut tillägger att det nog är kombinationen av trygghetslarm och hemtjänst som påverkar hennes kvarboende.

Greta står i valet och kvalet om hon ska flytta till servicehus eller inte. Hennes barn vill att hon i alla fall ska åka och titta och själv känner hon att hon kanske skulle vara hjälpt av att det fanns något prat och skratt runtom henne. Andra kring henne säger att hon inte skulle få mer hjälp där än hemma, så nu har hon fått svårt att välja. Hon trivs även bra i sin lägenhet, vill inte lämna sina grannar och tycker att det är jobbigt att gå igenom alla saker inför en eventuell flytt. Greta anser att trygghetslarmet till stor del påverkar hennes möjlighet till kvarboende då det får henne att känna sig trygg i

hemmet. Hon kan inte föreställa sig någon situation där det inte räcker till eftersom larmet går fram även om hon skulle larma från balkongen.

Olivia tycker att det är viktigt att hon kan bo kvar hemma eftersom hon känner sig trygg där. Det skulle krävas att hon blev sängliggande för att hon skulle flytta, menar hon, men hon tänker försöka så länge hon kan för att få bo kvar.

-Ja, det var ju ungefär som jag sa förr, så sa jag till flickorna det att kom ihåg nu att när jag blir gammal så och jag blir sjuk så stretar jag naturligtvis emot och vill vara kvar hemma men det ska ni strunta i, utan se till att få in mig nånstans

-Hur känns det nu då?

-Det vill jag absolut inte, för nu vill jag ju vara hemma!

Olivia anser att trygghetslarmet och den hjälp hon får ifrån hemtjänsten gör så att hon kan bo kvar hemma längre än hon annars hade kunnat göra.

Rigmor säger att det betyder mycket för henne att bo kvar hemma.

Jo, men jag kan göra som jag vill. Jag kan gå och lägga mig och sova när jag vill /.../ och har jag inget särskilt då på dagen... Nu har jag inget särskilt då kan jag göra som jag vill, det är jätteskönt.

Hon menar vidare hemtjänsten som kommer och hjälper henne om dagarna påverkar hennes möjlighet till att bo kvar hemma men att även trygghetslarmet spelar en viss roll för det.

Sture tycker att det känns viktigt att kunna bo kvar hemma men han skulle gärna bo på ett lägre våningsplan då trapporna börjar bli jobbiga för honom. Han berättar att han och hans fru, medan hon ännu bodde hemma, erbjöds att få flytta till en servicelägenhet men att han tackade nej till den. Han ville inte bli väckt mitt i natten när hjälpen skulle komma för att ta hand om hans fru. På frågan om han anser att trygghetslarmet på något sätt påverkar hans möjlighet till att bo kvar hemma, svarar Sture:

*Javisst gör det det. Det är ju som natt och dag tänkte jag säga. Nä,
men man känner sig lugn.*

Laila vill absolut bo kvar hemma och kan inte föreställa sig någon situation då hon skulle kunna tänka sig att flytta. Hon trivs bra hemma och har dåliga erfarenheter från den tid hennes man tillbringade på sjukhem.

*Jag sa det, skickar ni mig till ett sånt där hem då dör jag med en gång.
Jag klarar inte det. /.../ Det är så ovärdigt så det inte är klokt. Ge mig
hellre en tablett nu så jag får ta när jag vill dö!*

Laila tror att trygghetslarmet påverkar hennes möjlighet till kvarboende i det egna hemmet och tillägger att hemtjänsten och vetskapen om att mer hjälp finns att få också är värdefull.

I stort sett alla intervjupersoner tycker att det är av stor vikt att de kan bo kvar hemma i sin egen lägenhet. Några argument för detta är att de trivs så bra hemma, de kan göra som de vill och det skulle vara alltför jobbigt att flytta. Greta funderar dock på att flytta till servicehus då hon känner att hon skulle vara hjälpt av att höra lite prat och skratt omkring sig men vet inte om hon vill lämna sin lägenhet och grannarna. Alla intervjupersoner uppger att trygghetslarmet påverkar deras möjlighet till kvarboende i någon utsträckning. Vissa har inte alls tänkt på det förut men när de fick frågan så tycktes det vara på det viset. Några uppger även att den hjälp de får från hemtjänsten påverkar möjligheten till kvarboende, att det just är själva kombinationen av trygghetslarm och hemtjänst som möjliggör kvarboende.

6.6 Övriga upplevelser

Den sista frågan som intervjupersonerna fick besvara var om de hade något övrigt att tillägga om sina upplevelser av trygghetslarmet. De svar som gavs redovisas här nedan då jag anser att de är viktiga för uppsatsens syfte d.v.s. att ge en bild av några ålderspensionärers erfarenheter och upplevelser av trygghetslarm.

Gerd berättar att hon vid ett tillfälle haft bort ett larm och att hon då fick ett nytt dagen efter, trots att det var en lördag. Hon tar även upp att hon tycker att det borde vara gratis med trygghetslarm och hemtjänst samtidigt som hon lägger till att det är klart att man borde betala då hemtjänstpersonalen, enligt hennes mening, tjänar så dåligt.

Sture tillägger att det inte går att använda trygghetslarmet utomhus men att det egentligen inte gör honom något då han inte tar sig ut i alla fall.

Rut tycker att det är synd att trygghetslarmet inte fungerar utomhus. Om något skulle hända henne utomhus, t.ex. att hon fick punktering på sin rullstol, och ingen fanns i närheten så skulle hon vilja att trygghetslarmet fungerade även då.

Greta uttrycker att hon glad för att trygghetslarmet finns.

/.../ Jag tycker såhär att det är en riktig trygghet och det är jättebra att man vet att skulle det hända mig nåt så ska det mycket till om man inte kan trycka till på den här knappen. Och det uppskattar jag väldigt mycket /.../

Olivia har inget nytt att tillägga utan understryker bara att hon var nöjd med den hjälp hon fick då hon larmade när hon hade ramlat.

Rigmor påpekar hur viktigt det är att ha trygghetslarmet på sig, att man inte får slarva med det. Hon säger även att hon tycker att det är bra att det finns.

Sture säger att han är jättenöjd med trygghetslarmet men att det gäller att ha det i närheten hela tiden. Han tar också upp att det inte går att använda utomhus.

Laila berättar att hon bara får ett tygresårband åt gången att fästa sitt trygghetslarm kring handleden med. För att få ett nytt måste hon ringa sin biståndsbedömare och säga till om det, sedan är det någon som åker med ett nytt band åt henne. Laila anser att det är byråkratiskt att göra så och undrar vad det kostar kommunen. Hon skulle vilja ha ett par extra band hemma så att hon själv skulle kunna byta ut det vid behov.

Tre av intervjupersonerna tar upp att larmet inte går att använda utomhus och åtminstone en av dem anser att det skulle vara önskvärt. Några av intervjupersonerna uttrycker att de är nöjda och glada med sina trygghetslarm och säger att det är bra att det finns. Dock påpekar två av dem vikten av att alltid ha larmet på sig eller i alla fall i närheten av sig hela tiden. Gerd menar att det borde vara gratis att inneha trygghetslarm medan Laila anser att det borde vara lättare att få tag på nya tygresårband till trygghetslarmet.

7. Analys och tolkning

I den här delen kommer de resultat som studien uppnått att analyseras och tolkas utifrån valda teorier och tidigare forskning. De teman som jag kommit fram till genom den fenomenologiska analysmodell som Malterud (1998) beskriver, kommer att fungera som rubriker och analysområden i denna del eftersom dessa är relevanta för studiens frågeställningar.

7.1 Trygghetslarmets användningsområden

Ålderspensionärerna berättar i intervjuerna om några olika användningsområden för trygghetslarmet. Det vanligaste är dock ändå att de har använt sig av det när de har ramlat omkull i sitt hem. Att det är då som larmet kan användas är även den vanligaste föreställningen bland dem som inte har behövt använda sig av det. Detta överensstämmer med de resultat som Porter (2003) kommit fram till i sin kvalitativa intervjuundersökning. De äldre änkor som Porter talat med menar också att det är främst om de ramlar eller blir sjuka som de tänker sig att de kan använda sig av sina trygghetslarm.

Enligt den kognitiva psykologin så har en individ, under sitt livs gång utvecklat vissa tankemönster eller schemata som påverkar hur hon ser på och tar in ny information. Om den information som kommer i en individs väg stämmer överens med de schemata som individen skapat, så kan hon lätt och smidigt bearbeta den nya informationen (Araï, 2001). Det är även så, att man inom den kognitiva psykologin menar att det är våra tankar som styr våra känslor (Helleday, Jorup & Wikander, 1998).

Om jag ska utgå från det kognitiva perspektivet så får jag anta att ålderspensionärerna i den här studien har införlivat ett tankemönster som innebär att de associerar en situation där de ramlar omkull till en situation där de kan använda sig av sitt trygghetslarm. Tanken på att man ramlar omkull, eller om man faktiskt har gjort det, leder till en känsla av hjälplöshet. En känsla av att man inte kan klara sig själv. Tidigare i ålderspensionärens liv, när han eller hon har känt sig hjälplös så kan det hända att hon/han tagit hjälp av andra för att klara sig, varför det då i denna liknande situation känns naturligt att hantera situationen på ett liknande sätt. Informationen som kommit till individen stämmer överens med tidigare utvecklade schemata.

Porter (2003) nämner även att några av de äldre änkorna i hennes studie uppgett att de använt sig av sitt trygghetslarm i andra situationer. En kvinna som hade hjälp i sitt hem dygnet runt berättade att hon kunde använda sig av trygghetslarmet om hon upplevde att personalen behandlade henne illa. I min studie berättar en kvinna, Rut, att hon en gång använt sig av sitt trygghetslarm för att tillkalla polis i en hotfull situation. Dessa två situationer liknar varandra på så sätt att de båda kvinnorna har använt sina trygghetslarm när de har känt sig i underläge. Det har fungerat som ett sätt att ta tillbaka makten över situationen.

Enligt det kognitiva perspektivet så konstruerar människan sin egen verklighet, genom sina tankar och sitt handlande (Helleday et al., 1998). Dessa två kvinnor, och särskilt Rut, skapade sina verkligheter genom att tänka sig fram till hur de skulle bete sig i dessa situationer. Rut kände kanske igen situationen och kunde identifiera den som hotfull. Tanken formade känslan. Sedan hon identifierat situationen som hotfull kunde hon även reagera på ett adekvat sätt, d.v.s. att via trygghetslarmet kontakta hjälp.

Den socialgerontologiska rollteorin beskriver att det krävs en socialisationsprocess för att en individ ska få klart för sig hur en roll ska spelas. Den innebär att individen tar till sig de värdemönster och beteenden som är förenliga med just den roll som de ska spela. För många roller i livet har individen haft s.k. rollmodeller som visat hur man ska gå tillväga i en viss roll. Ett exempel på detta är att man genom sina föräldrar lär sig hur man beter sig i föräldrarollen. När det gäller åldringsrollen så finns inte samma utbud av rollmodeller eftersom människorna ur generationen över oftast är döda. Dessutom, om jag sätter fokus på trygghetslarmet, så kan det inte vara många som har haft någon rollmodell avseende rollen som trygghetslarmsanvändare. Detta kan förklara varför de flesta av ålderspensionärerna i den här studien inte ser fler användningsområden för trygghetslarmet annat än i händelse av en fallolycka. Att de kan använda trygghetslarmet om de ramlar är också något som de säkert har fått berättat för sig av t.ex. biståndsbedömare och anhöriga och därmed har de accepterat detta som ett giltigt användningsområde.

Tre av de åtta ålderspensionärerna uppgav att de inte hade använt sig av trygghetslarmet. I dessa tre ingår de två manliga ålderspensionärerna. En av dem, Bengt, berättar att han vid ett tillfälle ramlat men då kämpat sig upp för egen maskin. Kanske är det så att de båda männens schemata skiljer sig från kvinnornas. Den typiska bilden av manlighet, skulle jag vilja påstå, är sådan att en man ska klara sig

själv och inte be om hjälp. Detta, menar jag, kanske stämmer ännu bättre in på män i den generation som dessa båda tillhör. De har lärt sig och införlivat detta så att när de hamnar i en situation där de t.ex. har ramlat så reagerar de och handlar utefter det. Detta skulle i så fall kunna förklara varför Bengt inte använde sig av sitt trygghetslarm för att tillkalla hjälp, utan istället kämpade sig upp själv.

Enligt den socialgerontologiska kontinuitetsteorin så blir en individ mer av den person den var som yngre, ju äldre den blir. Med detta menas att de specifika särdrag och beteenden som var unika för just den personen förstärks och blir mer uttalade med ålderdomen. Kanske var Bengt som yngre en sådan individ som satte stort värde i att klara sig själv och inte be om hjälp. Detta beteende kan i och med ålderdomen ha förstärkts och i så fall till viss del förklara varför han inte använde sig av trygghetslarmet när han hade ramlat den där gången, utan i stället kämpade på själv tills han kom upp.

Det är svårt att dra några slutsatser kring huruvida ålderspensionärernas vård- och omsorgssituation påverkar deras erfarenheter och upplevelser av trygghetslarmets användningsområden. De två som har använt trygghetslarmet vid flest tillfällen, Gerd och Rut, tillhör även dem som har mest hjälp ifrån hemtjänsten. Jag skulle därför kunna spekulera kring detta genom att anta att Gerd och Rut känner igen och i viss mån säkert känner sig trygga med hemtjänstpersonalen och därför känns det inte heller främmande för dem att använda sig av trygghetslarmet. Detta resonemang skulle även kunna stämma i och med att de två männen i undersökningen tillhör dem som har minst hjälp ifrån hemtjänsten, Sture har ingen hjälp alls, och de har inte heller använt sig av sina trygghetslarm. Med detta sagt så finns det ändå ett stort aber. Greta och Rigmor som har daglig hjälp ifrån hemtjänsten har knappt använt sina larm. Greta har bara använt det vid ett par tillfällen och Rigmor har endast kommit åt det av misstag. Jag tror därför att ålderspensionärernas vård- och omsorgsnivå inte har så stor betydelse för deras erfarenheter och upplevelser av trygghetslarmets användningsområden utan att det snarare har att göra med vilken typ av individ man är.

7.2 Hjälp vid larm

De fem ålderspensionärer som har använt sig av sina trygghetslarm uppger alla att de upplever att de har fått bra och adekvat hjälp ifrån hemtjänsten. I de flesta fall kom även personal ifrån hemtjänsten utan större dröjsmål. Enligt det kognitiva perspektivet

är det, som tidigare nämnts, en människas tankar som styr hennes känslor och det är en människas tankar, känslor och handlingar som skapar hennes verklighet (Helleday et al., 1998). Eftersom ålderspensionärerna upplever att de har fått bra och adekvat hjälp, det är så de tänker om det, så blir även känslan och upplevelsen bra. När de då har hamnat i en situation där de behöver hjälp, t.ex. om de har ramlat, så kan de handla utefter detta. De känner sig förmodligen lugna och trygga med den vissheten att hjälpen som snart ska komma, kommer att vara bra.

Rut vittnar om att hon vid ett tillfälle fick vänta i nästan en timme på att hjälpen skulle komma sedan hon larmat efter ett fall. Hon berättar att hon kände sig rädd eftersom hon hade slagit i och blödde ifrån huvudet och larmade en extra gång för att försäkra sig om att hemtjänsten inte hade glömt bort henne. Man kan anta att det faktum att hon blödde ifrån huvudet gjorde henne mer rädd än vad hon annars skulle ha varit. Att blöda ifrån huvudet är något som kan associeras med fara, kanske fara för livet, och i det läget tog Ruts känsla av rädsla över och gjorde så att hon larmade en extra gång. I efterhand kan Rut beskriva att hon har förståelse för varför det tar tid innan hemtjänsten kommer då hon har larmat. Den kunskap som hon därmed har förvärvat och gjort till en del av sitt schemata kan förklara varför hon ändå känner sig nöjd med den hjälp hon får när hon har larmat.

7.3 Skillnader i vardagen

Huruvida trygghetslarmet gjort någon skillnad i vardagen är något som de flesta av de åtta intervjuade ålderspensionärerna inte har tänkt på. Det låter på deras berättelser som att trygghetslarmet är något som bara finns där runt armen eller halsen. Några av dem påpekar dock att de upplever en viss känslomässig skillnad. De beskriver en känsla av trygghet i och med vetskapen att om de trycker på larmknappen så finns det någon där som kan svara och komma till deras undsättning.

Porter (2003) har kommit fram till ett liknande resultat i sin studie. De änkor som hon intervjuade berättade att de kände sig tryggare än tidigare just för att de visste att de skulle kunna få hjälp till sitt hem fort, om något skulle inträffa. Porter för sedan en diskussion kring vem det egentligen gagnar mest när en ålderspensionär får ett trygghetslarm. Innebär det större lättnad och trygghet för de de närstående och sjukvårdspersonalen eller för ålderspensionären själv? Jag undrar samma sak som Porter. Om jag ska se till de svar jag fick av ålderspensionärerna själva när det gäller eventuella upplevda skillnader i vardagen efter trygghetslarmets intåg i deras liv så

verkar det inte ha påverkat dem så mycket. Jag kan dock tänka mig, baserat på min egen erfarenhet som vårdbiträde och den kontakt jag har haft med närstående till ålderspensionärerna där, att det har betytt en hel del för deras närstående.

Det verkar som om trygghetslarmet har införlivats ganska snabbt och enkelt i ålderspensionärernas vardag. De beskriver inte att det har känts som ett inkräktande på något vis. Ur ett kognitivt perspektiv så har troligtvis dessa ålderspensionärer accepterat sin situation som hjälpbehövande i någon mån. De har kanske tänkt på sin situation och insett att det kan vara på det här sättet när man blir äldre. I och med sådana tankar så har de skapat känslan av att det är såhär det ska vara och alltså tänker man inte på det. Det är bara så verkligheten ser ut.

Hur en individ anpassar sig till sitt åldrande beror på hur väl de rollförändringar som då sker accepteras av individen, enligt den socialgerontologiska rollteorin.

Ålderspensionärerna i den här studien kan sägas ha accepterat att de har blivit mer hjälpbehövande i vissa situationer, alltså att deras roll i någon mån har förändrats. Detta kan märkas eftersom de inte upplever att trygghetslarmet har utgjort någon större skillnad i vardagen. Att de har accepterat den förändrade rollen kan även leda till att de känner sig mer bekväma i sitt åldrande och har lättare att acceptera vad åldrandet medför, i det här fallet trygghetslarmet. Detta kan förklara varför ålderspensionärerna inte upplever det som något negativt intrång i deras respektive liv.

Huruvida det finns några skillnader mellan männens och kvinnornas upplevelser gällande den här frågan är svårt att säga. Bengt säger sig inte uppleva några skillnader i vardagen sedan han fått trygghetslarm medan Sture berättar att han genast kände sig lugnad. Av kvinnornas berättelser kan jag uttyda att några känner sig tryggare medan andra inte gör det eller inte har reflekterat över det.

Hermeneutiskt sett, så verkar trygghetslarmet som fenomen ha en viss känslomässig betydelse för några av ålderspensionärerna. Dock inte så stor betydelse att de anser att det utgör en påtaglig skillnad i vardagen. De känner sig lite tryggare i och med vetskapen att någon kommer till deras undsättning om de är i behov av det och trycker på larmknappen men i övrigt finns det inte i deras tankar. Den totala betydelsen av fenomenet trygghetslarm när det gäller upplevda vardagliga skillnader skulle jag därmed kunna benämna som inte särskilt stor.

7.4 Trygghetslarmets betydelse för kvarboende

I stort sett alla ålderspensionärer i denna undersökning menar på att det är viktigt för dem att kunna bo kvar i sitt hem och att hemmet i sig betyder mycket för dem. Därför vill jag här först försöka förstå varför hemmet är så betydelsefullt för ålderspensionärerna för att sedan gå vidare till analysera vad trygghetslarmet betyder för möjligheten till kvarboende.

Sett ur ett kognitivt perspektiv så kan jag anta att ålderspensionärerna har införlivat ett visst tankemönster utifrån vilket de bearbetar, tolkar och lagrar olika intryck. Detta tankemönster har utvecklats med tiden i och med de handlingar som de valt att utföra (Helleday et al., 1998). Vad ett hem är har de på detta sätt lärt sig och tagit till sig genom åren. Laila som i sin berättelse sa: *”/.../ skickar ni mig till ett sånt där hem då dör jag med en gång. Jag klarar inte det /.../”*, har kanske genom åren utvecklat ett tankemönster som gör henne rädd för vad det kan innebära att lämna sitt hem och flytta till en okänd bostadsform. De handlingar som hon utfört tidigare och de erfarenheter hon gjort genom åren har kanske utvecklat denna rädsla. Hon kan inte se att även denna bostad kan bli ett hem, för det finns inte i hennes tankemönster.

Gerd berättar att hon känner sig trygg i sitt hem där hon vet var hon har allting. Det kognitiva perspektivet menar på att människan är ett subjekt som konstruerar sin egen bild av världen (Helleday et al., 1998). I det här fallet har Gerd konstruerat sin bild av hemmet som en trygg plats. Varför skulle hon vilja lämna en trygg plats? Hon beskriver att hon vet var allt finns i sitt hem. Detta argument använder hon, som jag tolkar det, för att visa vad trygghet innebär för henne. Någon gång under denna ålderspensionärs utveckling från barn till vuxen kvinna så har hon skapat ett tankemönster som berättar för henne vad trygghet är och att det är viktigt att känna sig trygg i sitt hem.

Att bo kvar hemma kan vara betydelsefullt sett ur ett socialgerontologiskt rollperspektiv eftersom rollen som boende i sitt hem kan vara en av de, alltmer avtagande roller, som finns kvar för pensionären att spela. Ju färre roller man har kvar desto sämre självförtroende och syn på sig själv kan man få (Dehlin, Hagberg, Samuelsson & Svensson, 1998). För att förhindra detta så kanske pensionären stretar på för att få behålla sin roll som boende i sitt hem. Olivias berättelse är ett exempel på detta då hon säger att hon ska försöka så länge hon kan för att kunna bo kvar hemma.

Det skulle även kunna vara så att ålderspensionären inte vet hur hon/han skulle bete sig om den rollen försvann. Hur ska en ålderspensionär som bor på t.ex. ett servicehus

bete sig? Hur förväntar sig andra att jag ska bete mig om jag bor på ett servicehus? Dessa tankar kan säkert vara skrämmande för ålderspensionären och möjligen påverkar sådana tankar viljan att bo kvar hemma och att hemmet känns betydelsefullt. Rädslan för att förlora ännu en roll och därmed riskera att förlora en del av sin identitet får hemmet att framstå som mycket viktigt.

Jag kan även tänka mig att rollen som hemmafru har varit en viktig identitetskälla för flertalet av de kvinnliga ålderspensionärer som jag intervjuade. Om jag då ser på den saken ur ett socialgerontologiskt kontinuitetsperspektiv så innebär det att ålderspensionären genom att bo kvar hemma, kan fortsätta att anpassa sig till sin omgivande miljö på samma sätt som hon tidigare gjort (Dehlin et al., 1998). Även om rollen som hemmafru har förändrats genom åren, tidigare kanske hon skötte allt i hushållet och hade barn och make som behövde henne, så liknar den nya rollen i alla fall den gamla. Numera kanske hon finner tillfredsställelse i att istället inneha rollen som ”hemmapensionär” och laga sin mat själv eller damma de tavlor som har hängt på väggarna i alla år i det invanda hemmet.

Om ålderspensionären har varit en person som vistats mycket hemma och trivts med det så kan även det påverka hur hon/han ser på betydelsen av kvarboende i det egna hemmet, enligt kontinuitetsteorin. Detta eftersom det är personligheten som avgör hur man anpassar sig till sitt eget åldrande och att det oavsett hur aktiv eller inaktiv en individ har varit tidigare i sitt liv, är viktigast för välbefinnandet att fortsätta det tidigare levnadssättet (Dehlin et al., 1998). Alltså när ålderspensionären störst välbefinnande om hon/han får fortsätta att vistas i sitt hem såsom tidigare.

Den här studiens resultat visar att alla ålderspensionärer som intervjuats anser att trygghetslarmet påverkar deras möjlighet till kvarboende i någon utsträckning. Det är något som en del av dem inte har tänkt på tidigare, liksom de flesta inte hade tänkt på om trygghetslarmet inneburit någon skillnad i vardagen. Som nyss beskrivits så finns det flera anledningar till varför det kan vara så betydelsefullt att kunna bo kvar hemma och resultaten av den här studien visar att det är mycket viktigt för ålderspensionärerna som intervjuats att göra just det. Jag kan anta, att eftersom det känns så viktigt för dem så spelar egentligen allt annat mindre roll. Det är kanske därför som de inte har reflekterat över om trygghetslarmet påverkar möjligheten till kvarboende.

De tankemönster eller schemata som ålderspensionärerna har, säger dem att det är betydelsefullt att bo kvar i sitt hem. Jag kan anta att de, utifrån detta, ser på

trygghetslarmet som något som kan hjälpa dem med att bo kvar hemma i det längsta. Utifrån min egen erfarenhet vet jag att många biståndsbedömare, anhöriga och vårdbiträden använder detta skäl för att berätta för en ålderspensionär varför hon/han bör skaffa ett trygghetslarm. Det kanske bidrar till att ålderspensionärerna i den här studien svarat som de gjort. Eftersom trygghetslarmet har passat in i och stöttat deras tidigare schemata så har det acceperats och införlivats som något som påverkar deras möjlighet till kvarboende.

Hälften av ålderspensionärerna i denna studie har svarat att den hjälp de får ifrån hemtjänsten påverkar deras möjlighet till kvarboende eller att det är kombinationen trygghetslarm och hemhjälp som påverkar. Två av de fyra har daglig hjälp ifrån hemtjänsten medan de två andra har hjälp någon gång i veckan med t.ex. handling och städning. Av dem som inte nämnt att hemtjänsten påverkar deras möjlighet till kvarboende finns både de som har daglig hjälp samt mindre hjälp eller ingen alls. Det verkar därför inte som om ålderspensionärernas vård- och omsorgsnivå påverkar hur de ser på detta. Vård- och omsorgsnivån verkar inte heller påverka huruvida de ser på trygghetslarmet som en faktor som påverkar deras möjlighet till kvarboende då samtliga intervjupersoner svarat att de ser det på det viset i någon utsträckning. Eftersom detta är något som samtliga har svarat, kan jag inte heller se någon skillnad mellan männens och kvinnornas sätt att se på saken.

Sett ur ett hermeneutiskt perspektiv så kan jag dra slutsatsen att trygghetslarmet är betydelsefullt som fenomen när det gäller frågan om det påverkar möjligheten till kvarboende för ålderspensionärerna. Flera hade inte funderat över saken tidigare men uppgav att det trygghetslarmet ingav en trygghetskänsla i och med vetskapen att det finns någon där ute som svarar när de larmar. Denna del i kombination med att biståndsbedömare, anhöriga och vårdbiträden kanske nämnt för ålderspensionärerna att trygghetslarmet är till för att de ska kunna bo kvar hemma längre, kan sägas ha skapat trygghetslarmet som fenomenets betydelse för kvarboende.

8. Diskussion

8.1 Vad resultatet visade

Det övergripande syftet med den här studien var att ge en bild av några ålderspensionärers erfarenheter och upplevelser av trygghetslarm. Vidare ville jag undersöka om det fanns några skillnader i upplevelsorna beroende på ålderspensionärens kön och vård- och omsorgsnivå. Till min hjälp utarbetade jag tre frågeställningar. Dessa var: 1. Hur upplever ålderspensionärerna att trygghetslarmet fungerar för dem rent praktiskt? 2. På vilka sätt, om några, upplever ålderspensionärerna att trygghetslarmet har förändrat deras vardag? och 3. Hur upplever ålderspensionärerna att trygghetslarmet påverkar deras möjlighet till kvarboende i det egna hemmet? Dessa tre frågeställningars svar som presenteras i resultatkapitlet och analyseras i analyskapitlet ger sammantaget en bild av de intervjuade ålderspensionärernas erfarenheter och upplevelser av trygghetslarm.

När det gäller den första frågeställningen så berättar ålderspensionärerna om vilka användningsområden de upplever och har erfarit att trygghetslarmet har. De som har använt sig av det menar att de oftast har använt det vid fallolyckor i hemmet. Även de som inte har behövt använda det vid något tillfälle uppger att de skulle använda det utifall de skulle ramla. Därmed verkar detta vara något som är en gemensam erfarenhet och upplevelse hos dessa ålderspensionärer.

Den hjälp som ålderspensionärerna har fått sedan de använt sig av trygghetslarmet, upplevs som bra och adekvat. De flesta beskriver att hjälpen har kommit relativt fort och lyckats hjälpa dem när de har behövt det.

Den bild som ålderspensionärerna målar upp av sina erfarenheter och upplevelser när det gäller hur de upplever att trygghetslarmet fungerar rent praktiskt för dem, visar att de har en positiv inställning till det. Då de har använt sig av det, har det fungerat och varit till nytta för dem. Jag kan tänka mig att bilden hade sett något annorlunda ut om jag hade intervjuat fler ålderspensionärer eller genomfört studien i ett jämförelseperspektiv mellan tätort och glesbygd. Kanske hade upplevelsorna och erfarenheterna då varierat mer? Syftet med den här studien var dock att ge en bild av några ålderspensionärers erfarenheter och upplevelser av trygghetslarm och för dessa ålderspensionärer har trygghetslarmet fungerat tillfredsställande.

Ålderspensionärerna i den här studien verkar inte ha upplevt att det har blivit några större skillnader i deras vardag sedan de fått trygghetslarmet. Det kan inte sägas ha

förändrat deras vardag på något särskilt tydligt sätt. Den skillnad som några av dem tar upp är att de känner en viss trygghetskänsla eller lugn som följd av att de fått trygghetslarm. De beskriver det som att det känns tryggt att veta att det finns någon där som kan hjälpa dem om/när det behövs.

Därmed verkar det som om trygghetslarmet på ett smidigt sätt, har blivit en del av deras vardag. Det upplevs inte som något negativt, ett intrång i deras liv eller ett hot mot integriteten. Ingen av de intervjuade tog upp att något negativt skulle ha kommit ur det. Detta stämmer med min egen förförståelse. Jag hade kanske trott att fler skulle uttala sig i än mer positiva ordalag men dock verkar det som att åtminstone några av dem upplever en trygghetskänsla i samband med trygghetslarmet.

Resultaten visar även att hemmet och att bo kvar hemma är något som är betydelsefullt för ålderspensionärerna i den här studien. Detta resultat ligger i linje med tidigare studier som utförts (Bengtson, 1985; Uppsala kommun, u.å.) och det är även något som äldreomsorgen genom kvarboendepincipen stödjer och uppmuntrar. Samtliga ålderspensionärer i den här studien ser trygghetslarmet som något som påverkar deras möjlighet till kvarboende i det egna hemmet. Vissa av dem hade inte tänkt närmare på saken tidigare men tillstod att så var fallet när de fick frågan. Det kan vara så att ålderspensionärerna upplever att trygghetslarmet påverkar deras möjlighet till kvarboende eftersom det är vad biståndsbedömaren, närstående och vårdbiträden nämnt som skäl till att skaffa ett. Det kan dock likväl vara något som de själva erfar och upplever. Jag kan tänka mig att det mest troliga ändå är att det är en blandning av dessa två orsaker.

Jag ville, som en del i syftet med den här uppsatsen ta reda på om männens och kvinnornas upplevelser och erfarenheter av trygghetslarm skilde sig åt. Resultaten visar att det inte finns några större skillnader. De två männen i denna studie hade inte använt sig av trygghetslarmet vid något tillfälle. Kanske skulle resultatet ha blivit annorlunda om de hade gjort det? Den enda skillnaden som stod ut något var den då en av de manliga ålderspensionärerna berättade om att han vid ett tillfälle hade ramlat men inte använt sig av trygghetslarmet. Han kämpade sig upp själv. Ingen av kvinnorna vittnade om någon liknande händelse. Annars uttryckte sig både män och kvinnor på ett likartat sätt om trygghetslarmet och hade liknande erfarenheter och upplevelser.

Jag ville även ta reda på om ålderspensionärens vård- och omsorgsnivå påverkar deras erfarenheter och upplevelser av trygghetslarm. Så verkar inte vara fallet,

åtminstone inte på något särskilt påtagligt sätt. Jag hade föreställt mig att de som hade mer hjälp ifrån hemtjänsten överlag skulle vara mer positiva gentemot trygghetslarmet. Detta eftersom de har större kännedom om hemtjänstens arbete och personal. Dock kan jag inte uttyda några sådana skillnader i resultatet.

Bland de övriga upplevelser av trygghetslarm som ålderspensionärerna själva tog upp kan nämnas att flera av dem påpekade att trygghetslarmet inte fungerar utomhus. Jag tolkar detta som att det är något som vore önskvärt. Detta skulle i så fall innebära en större frihet för ålderspensionärerna och de skulle kanske känna sig mer trygga med att gå ut.

8.2 Metoddiskussion

Den valda kvalitativa metoden har, enligt min mening, lämpat sig bra för denna studies syfte. Genom att genomföra halvstrukturerade intervjuer med några ålderspensionärer har jag kunnat få fram utförliga beskrivningar av deras erfarenheter och upplevelser kring trygghetslarm. Eftersom intervjuerna var halvstrukturerade så har de fritt kunnat berätta om olika händelser och situationer, förhoppningsvis utan alltför mycket påverkan av mig som intervjuare. Jag tror att jag därmed har lyckats få ett trovärdigt och tillförlitligt resultat.

Eftersom syftet med den här studien var att ge en bild av *några* ålderspensionärers erfarenheter och upplevelser av trygghetslarm så kan jag inte dra några generella slutsatser om ålderspensionärer i allmänhet. Om jag hade använt en kvantitativ metod så hade det kanske varit möjligt. Dock hade det då kanske varit svårare att få de beskrivningar med ålderspensionärernas egna ord, som jag anser behövs för att kunna ge en trovärdig bild av deras erfarenheter och upplevelser av trygghetslarmet.

8.3 Förslag till vidare forskning

Jag skulle gärna se fler studier om trygghetslarmet och om dess betydelse för ålderspensionärer, då det inte verkar finnas särskilt mycket om detta. Trygghetslarm är något som många ålderspensionärer har, uppskattningsvis 140 000-150 000 personer (SKL, 2005), och därför, anser jag, borde det studeras ytterligare. Särskilt vad ålderspensionärerna själva tycker om det, om det kan förbättras eller ändras på något sätt men framför allt för att ta reda på om det fyller sitt syfte.

Det skulle även vara intressant att se en kvantitativ studie med ett liknade syfte som det jag har haft med denna studie. Detta för att se om det går att dra några generella

slutsatser kring ålderspensionärers erfarenheter och upplevelser av trygghetslarm. Det skulle då också bli lättare och tydligare att se om det finns några skillnader i mäns och kvinnors erfarenheter och upplevelser samt om vård- och omsorgsnivån påverkar ålderspensionärers erfarenheter och upplevelser av trygghetslarm.

Jag kan också tänka mig att en studie med liknande syfte som i den här studien men med ett jämförandefokus mellan tätort och glesbygd skulle kunna ge intressanta resultat. Framförallt så vill jag se fler studier där ålderspensionärers röster hörs och görs kända. Jag tycker att det är viktigt att lyfta fram denna grupp, som jag tyvärr ofta upplever blir diskriminerad i vårt stressiga, karriärfokuserade och högproduktiva samhälle.

9. Referenser

- Araï, D. (2001). *Introduktion till kognitiv psykologi*. Lund: Studentlitteratur.
- Aronsson, I-L., Gustafsson, C., Jakobsson, A., & Seger, G. (2004). "Måste jag flytta när jag inte kan koka min gröt längre?" -äldres föreställningar om gränser för kvarboende (Rapport nr.4). Uppsala: FoU Centrum -äldre.
- Attendo Systems. (2004). *Trygghetstelefon Attendo Caresse*. Hämtad 12 december, 2006, från <http://www.telelarmcare.se/templates/attendo/AttendoProductTemplate.aspx?id=5982>
- Bengtson, G. (1985). *Vad vi vet om äldres liv och omsorgsarbetets villkor* (Rapport nr. 5). Stockholm: Stockholms socialförvaltning FoU-byrån.
- Dehlin, O., Hagberg, B., Samuelsson, G., & Svensson, T. (1998). *80 år och äldre - hur mår man, hur har man det?*. Lunds universitet, Institutionen för samhällsmedicinska vetenskaper.
- Halvorsen, K. (1992). *Samhällsvetenskaplig metod. Teori, forskning, praktik*. Lund: Studentlitteratur.
- Helleday, A., Jorup, B., & Wikander, B. (1998). *Fyra psykologiska perspektiv i socialt arbete och social omsorg*. Stockholm: Stockholms universitet, Institutionen för socialt arbete - Socialhögskolan.
- Hjortsjö-Norberg, M. (2003). *Att leva och bo i "särskilt boende". En intervjuundersökning i Jönköpings kommun* (Rapport nr. 3). Jönköping: FoU Luppens kunskapscentrum.
- Hurtig, E., Paulsson, J., & Schulz, S. (1990). *En vill bo där en é känd*. Stockholm: Almqvist & Wiksell.
- Kvale, S. (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.
- Larsson, K. (2006). *Kvarboende eller flytning på äldre dagar – En kunskapsöversikt* (Rapport nr. 9). Stockholm: Stiftelsen Stockholms läns Äldrecentrum.
- Lindberg, B., Nordén, Å., Nyberg, P., & Samuelsson, G. (1980). "...var ålder har sin fördel." *En grupp pensionärers historia, nutid och framtid*. Lund: Studentlitteratur.
- Malterud, K. (1998). *Kvalitativa metoder i medicinsk forskning*. Lund: Studentlitteratur.
- Moe, S. (1995). *Sociologisk teori*. Lund: Studentlitteratur.
- Olsson, H. & Sörensen, S. (2001). *Forskningsprocessen. Kvalitativa och kvantitativa perspektiv*. Stockholm: Liber AB.

Porter, E. J. (2003). Moments of apprehension in the midst of a certainty: Some frail older widows' lives with a Personal Emergency Response System. *Qualitative health research*, 13,1311-1323.

Socialdepartementet (1982). *Trygghetslarm – inte bara teknik* (Rapport nr. 4).

Sos Alarm. (u.å.).*Trygghetsjour*. Hämtad 12 december, 2006, från <http://www.sosalarm.se/tjanster/trygghetsjour.asp>

Stockholms stad. (u.å.). *Stockholms äldre- och handikappjour*. Hämtad 12 december, 2006, från <http://www.stockholm.se/Extern/Templates/Page.aspx?id=48067>

Sveriges Kommuner och Landsting [SKL] (2005). *Care of the elderly in Sweden today*.

Sörensdotter, R. (2001). *Hemma med hemtjänst*. Falun: Dalarnas forskningsråd.

Tornstam, L. (1986). *Åldrandets socialpsykologi*. Stockholm: Rabén & Sjögren.

Trost, J. (2005). *Kvalitativa intervjuer*. Lund: Studentlitteratur.

Uppsala kommun. (u.å.). "Äldre äldres" syn på hemvården och sitt framtida hjälpbehov. Hämtad 2 december, 2006, från http://www.uppsala.se/upload/Dokumentarkiv/Externt/Dokument/Om_kommunen/aldres_%20syn_pa_hemvarden.pdf

Vetenskapsrådet (1990). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*.

Wånell, S. E. (2004). Bo på äldre da'r. I: *Att åldras tillsammans. En bok om åldrandet och äldreomsorgen* (pp.50-69). Stockholm: Stiftelsen Stockholms läns Äldrecentrum.

Bilaga 1. Informationsbrev

Stockholm 061107

Hej XXX!

Mitt namn är Jenny Lindén och jag skriver till Dig eftersom Du tackat ja till att medverka i min studie om trygghetslarmets betydelse. Din biståndshandläggare Lisen Lindén har gett mig Din adress och Ditt telefonnummer efter överenskommelse med Dig. Jag vill börja med att tacka Dig för Din medverkan och även berätta lite om mig själv och hur själva intervjun kommer att gå till.

Jag läser sista terminen på socionomlinjen på Socialhögskolan i Stockholm. Denna termin skriver jag en C-uppsats och har valt att studera vad trygghetslarmet betyder för ålderspensionärer. Jag tycker att det är viktigt att lyfta fram ålderspensionärernas egna upplevelser av trygghetslarmets betydelse. I alltför många studier om ålderspensionärers vardag är det bara de professionellas röster som hörs, såsom biståndshandläggares eller vårdbiträdens.

Jag beräknar att själva intervjun kommer att ta ungefär en timme och den kommer att spelas in på kassettband. Kassetbandet kommer att raderas när jag har skrivit färdigt min uppsats. Jag kommer att ställa öppna frågor till Dig och be Dig berätta om Dina upplevelser utifrån ett antal teman som jag valt att fokusera på.

Självklart kommer Du att vara anonym och Dina svar säkras konfidentiellt i uppsatsen. Det innebär att allt Du berättar för mig och som jag skriver om i min uppsats inte på något sätt ska kunna härledas tillbaka till Dig som person. Eftersom Du medverkar frivilligt vill jag även att Du ska veta att Du när som helst har rätt att avbryta Din medverkan utan att det på något sätt får negativa följder för Dig.

Jag kommer att höra av mig till Dig per telefon under veckoslutet så att vi kan bestämma tid och plats för intervjun som passar för oss båda!

Om Du har några frågor eller funderingar kring allt detta så får Du gärna höra av Dig till antingen mig eller min handledare för den här uppsatsen, Gun-Britt Trydegård.

Med vänlig hälsning,

Jenny Lindén
Trydegård
Tel.nr. 08-XXX XX
Mobil.nr. 070-XXXXXX

Fil.dr.Gun-Britt
Tel.nr. 08- XXX XX

Bilaga 2. Intervjuguide

Introduktion

Berätta lite om mig själv. Berätta varför jag valt att studera ålderspensionärers upplevelser av trygghetslarm.

Allmänna öppningsfrågor

Namn? Ålder? Civilstånd? Ensamboende-sammanboende? Bott i bostaden sedan? Närstående: nära-långt bort? släkt-vänner-grannar? träffas hur ofta? Aktiviteter? Vård- och omsorgssituation?

Trygghetslarm - funktion

Hur länge har du haft? Ansökt själv eller påverkats av någon? Positiv-negativ till en början? Har du använt larmet, hur ofta, när, i vilka slags situationer? Vad händer då? Hur upplevdes hjälpen? Förslag till möjliga förbättringar? Hur har det varit när det varit som bäst-sämst, beskriv. Om du inte har använt, vilka situationer kan du föreställa dig att du skulle använda larmet? Vad anser du om kostnaden?

Trygghetslarm - vardag

Skillnader i vardagen, känslomässiga och praktiska, med-utan trygghetslarm? Positiva-negativa? (trygghet, självständighet, självbestämmande, integritet, påpassad, jobbigt att inte klara sig själv längre, känna sig mindre ensam, trygghetslarmets utseende, alltid ha på sig larmknappen etc.) Finns det saker du inte gjorde tidigare som du nu gör när du har trygghetslarm? Finns det saker du gjorde tidigare som du inte gör nu när du har trygghetslarm?

Trygghetslarm – boende

Är det viktigt för dig att kunna bo kvar hemma? Varför-varför inte? Vad betyder hemmet för dig? Upplever du att trygghetslarmet påverkat dina möjligheter att bo kvar hemma? På vilka sätt? Finns det något annat som påverkar din möjlighet att kunna bo kvar hemma, hemtjänst, närstående, aktiviteter, husdjur? Kan du föreställa dig någon situation där du känner att trygghetslarmet inte räcker till för att du ska kunna bo kvar hemma, beskriv.

Avslutning

Är det något du vill tillägga när det gäller dina upplevelser av trygghetslarmet som jag inte frågat om?

Tacka så mycket för medverkan samt erbjuda att få läsa uppsatsen när den är klar!