

Effekten av internetbaserad interaktion som komplement vid social samvaro bland äldre

Kajsa Amlon

Magisterarbete i kognitionsvetenskap

Lunds universitet, VT- 2007

Handledare: Agneta Gulz och Christian Balkenius

Abstrakt

Social interaktion och känslan av att tillhöra en gemenskap är viktiga faktorer för människans välmående. För en äldre person kan interaktionen med omgivningen försvåras genom till exempel rörelsehinder eller sjukdom. I denna studie undersöktes webbforum som ett komplement för seniorer, där intentionen var att underhålla kontakter i det sociala nätverket. Under en månad fick en grupp om fyra seniorer, bekanta med varandra sedan tidigare, interagera regelbundet genom webbforumet Seniorsidan. Syftet var att ta reda på om webbforumet var ett fungerande komplement till personliga träffar och om det kunde generera en positiv känsla av gemenskap. Resultatet tydde på att digital interaktion mycket väl kan vara ett lämpligt komplement till den vanliga interaktionen, genom sin lättillgänglighet och anpassningsbarhet.

Nyckelord: interaktion, Internet, äldre, datorer, sociala nätverk

Innehållsförteckning

1. Inledning och syfte	4
2. Bakgrund	6
2.1 Vem är äldre?	6
2.2 Sociala nätverk och välbefinnande	6
2.3 Internets påverkan på den psykiska hälsan	7
2.4 Äldres användning av datorer	9
2.5 Åldersrelaterade förändringar hos individen	10
2.6 Fördelar och nackdelar med anpassade gränssnitt	11
3. Metod	13
3.1 Seniorsidan	13
3.2 Informanter	13
3.3 Insamling av material	15
4. Resultat	17
5. Diskussion och slutsats	24
6. Referenser	27
7. Bilagor	30

1. Inledning och syfte

Social interaktion med andra individer är en viktig faktor i de flesta människors liv. Det skapar en trygghet att tillhöra ett sammanhang och en grupp, vare sig den består av familj eller vänner. För en äldre individ kan den sociala interaktionen begränsas av olika faktorer, till exempel åldersrelaterade sjukdomstillstånd som gör det svårt att lämna hemmet. Resultatet av den uteblivna interaktionen kan bli en känsla av isolering och en olustig förnimmelse av att inte längre vara en del av ett sammanhang. Även mer mobila äldre individer, utan problem att förflytta sig, kan drabbas av isoleringen till följd av att de andra medlemmarna i den sociala kretsen blir indisponibla, till exempel av långvarig sjukdom.

Finns det då sätt att bryta isoleringen och avsaknaden av social interaktion, som inte kräver att individerna faktiskt lämnar hemmet för att träffas öga mot öga? Telefonen kan tyckas vara en lämplig resurs för detta uppdrag. Telefonsamtal kräver emellertid att någon har tid och intresse av ett samtal samtidigt som du själv. Man kan tänka sig att en äldre person kan dra sig för att ringa till exempelvis sina barn alltför ofta, av rädsla för att vara en börda eller till besvär. Det optimala hade varit ett kravlöst, enkelt och billigt sätt att hålla kontakten med sin sociala krets, men som inte kräver ett personligt besök.

I denna studie har *webbforum* undersökts som alternativ för detta ändamål. Ett webbforum är en mötesplats på internet där medlemmarna till exempel kan publicera meddelanden till varandra eller chatta i realtid. En grupp om fyra äldre personer, utan tidigare erfarenhet av webbforum, men som redan innan studien var ytligt bekanta med varandra via den lokala församlingen, fick i uppgift att under fyra veckor interagera med varandra på ett webbforum. Innan och efter dessa fyra veckor fick deltagarna bland annat skatta olika faktorer i sina liv, rörande både datoranvändning och social situation. Syftet var att ta reda på om deltagarna skulle uppleva den digitala interaktionen som ett komplement till interaktionen de annars erhöll under till exempel träffarna i församlingshemmet. Intentionen var även att studera hur interaktionen såg ut på webbforumet och hur gruppen upplevde interaktionen. Syftet på sikt var att i liten skala genomföra en studie vars resultat kunde ge en fingervisning

inför fortsatta studier om huruvida webbforum är ett lämpligt alternativ för att bryta isolering och få äldre personer att känna sig som en del av ett sammanhang. Det som särskiljer denna studie från tidigare undersökningar av samma ämne är att deltagarna är hemmaboende och bor alltså inte på någon typ av gemensamt äldreboende. Om man har som syfte att se på internet och webbforum som ett sätt att bryta en isolering kan det finnas en fördel med att involvera hemmaboende informanter. Man kan anta att den verkliga isoleringen snarare sker i hemmen än på en gemensam boendeinrättning. Informanterna i denna studie har alla ett relativt aktivt liv, bland annat genom återkommande träffar i församlingshemmet. De tjänstgör därför snarast som representanter för sin åldersgrupp, gällande undersökning av preferensen för webbforum som ett medium för seniorer. Som jämförelse med de äldre deltagarna har även två kontrollgrupper med yngre informanter intervjuats om sina erfarenheter kring digital interaktion, detta för att se om det fanns skillnader i åsikterna kring vilka fördelar och nackdelar som finns med webben som interaktionsmedium.

Frågeställningar:

1. Hur påverkas individen och gruppen i ett befintligt ickedigitalt nätverk (som till exempel underhålls genom personliga möten) för äldre, av möjligheten till en kompletterande internetbaserad mötesplats?
2. Förändras deltagarnas generella inställning till datorer och internet?
3. Finns det en generationsskillnad i åsikterna om digital interaktion?
4. Kan forumet leda till ökad datoranvändning även utanför forumet?

Hypoteser:

H1: De äldre kommer att uppleva fler förtjänster än förluster med det nya internetbaserade nätverket.

H2: De äldre kommer att få en mer positiv attityd gentemot datorer och datoranvändning efter testperioden.

H3: Åsikterna om digital interaktion kommer inte att skilja sig nämnvärt mellan generationerna.

H4: Forumet kommer på sikt att leda till att datoranvändningen ökar även utanför Seniorsidan.

2. Bakgrund

2.1 Vem är äldre?

Benämningen äldre används stundom lite vårdslöst i litteraturen, men ett förslag till uppdelning i *yngre äldre* och *äldre äldre* har gjorts av flera författare, bland annat Echt et al. (1998). Till de yngre äldre räknas personer mellan 60 och 74 år medan de äldre äldre är mellan 75 och 89 år. Oftast används dock äldre som ett samlingsbegrepp för personer över 65 år. Laslett (1991) har ett annat sätt att kategorisera människans ålder, han delar in livet i fyra faser enligt följande:

- Första fasen: beroende, socialisation, utbildning
- Andra fasen: oberoende, socialt ansvar, mognad
- Tredje fasen: personlig tillfredsställelse, självförverkligande
- Fjärde fasen: beroende, sönderfall

(Laslett, 1991 i Östlund & Håkansson, 2006)

Somliga genomgår aldrig den fjärde fasen, utan lever i den tredje fasen under tillfredsställelse och oberoende tills livet slutar. För andra kan den fjärde fasen inträda redan i det tidiga åldrandet, till exempel genom sjukdom. I takt med att vi blir allt äldre och även bibehåller hälsa och vitalitet högre upp i åldrarna, kan man tänka sig att både den andra och tredje fasen förskjuts framåt i tiden. Många människor stannar i arbetslivet längre än till den gängse pensionsåldern 65 år (Östlund & Håkansson, 2006), och därmed inträffar självförverkligandefasen med allt vad det innebär, inte förrän senare under åldrandet.

2.2 Sociala nätverk och välbefinnande

För en äldre person minskar dödligheten i till exempel hjärtsjukdomar, olyckor och självmord, om denne upplever sig vara en del av ett socialt nätverk. Sociala relationer kan dessutom reducera risken för depressioner och ge en bättre självkänsla (López García et. al, 2005; Kawachi och Berkman, 2001; Eastin & LaRose, 2004) . Även motsatsen är emellertid påvisad med motiveringen att negativa relationer med andra människor kan öka stress och generera dålig självkänsla genom osämja (López

García et al., 2005). I en studie av Hui-Chuan (2007) talas om begreppet *successful aging*, alltså vad som kännetecknar ett framgångsrikt åldrande. På en skala fick informanterna ange hur viktiga olika faktorer i livet var. Bland de fem högst rankade omständigheterna fann man känslan av att ha familj och vänner, som bryr sig om en. Att delta i sociala sammanhang skattades däremot relativt lågt. Kanske tyder detta på att det är känslan av att tillhöra ett sammanhang som är det eftersträvarsvärda, snarare än att fysiskt umgås med andra människor.

Glei et al. (2005) menar att ett socialt nätverk kan främja bibehållandet av kognitiva funktioner genom att skydda mot depression och stress. Genom att den äldre personen deltar i sociala aktiviteter stimuleras dessutom de kognitiva funktionerna. Man har funnit en koppling mellan depressiva symptom och försämrad kognition.

2.3 Internets påverkan på den psykiska hälsan

I en undersökning av Sifo (2005) fann man att mer än var tionde person över 75 år kände sig ensam under julhelgen. Känslan av ensamhet kan drabba alla åldrar men det kan vara svårare att påverka sin situation om man är äldre och till exempel på grund av sjukdom har svårt att lämna hemmet på egen hand. Förutom de fysiska begränsningarna kan omfattningen av den sociala interaktionen avta, beroende på att andra äldre personer i umgängeskretsen avlider eller blir sjuka. Individens eventuella familj bor inte alltid i närheten, vilket kan göra den sociala interaktionen både svår och kostsam. För många äldre personer kan resultatet av dessa faktorer bli isolering (White et al., 1999). Åtskilliga studier har gjorts för att ta reda på hur internet kan påverka den mentala hälsan hos användaren. En mycket omdiskuterad undersökning gjordes av Kraut et al. (1998), där man menade att internetanvändning korrelerade positivt med depression, ensamhet och stress. Amichai-Hamburger och Ben-Artzi (2003), bemöter denna slutsats genom att kritisera valet av testpersoner. De anser att personer som är av extrovert personlighetstyp samt av neurotisk personlighetstyp, kräver mer stimulans utifrån än andra personlighetstyper och är därför mer benägna att känna sig deprimerade och ensamma om de inte erhåller en sådan stimulans. Detta borde således ha tagits i beaktande vid tolkningen av resultaten anser Amichai-Hamburger och Ben-Artzi.

Whitty och McLaughlin (2007) studerade hur olika personlighetstyper använde internet och kunde konstatera att personer som kände sig ensamma var benägna att använda internet för databaserad underhållning samt för att läsa om underhållning. Personer med hög självkänsla gällande Internet, använde det för databaserad underhållning, men också för att underlätta för underhållning offline. Shaw & Gant (2002) var också de kritiska till resultaten från Kraut et al. och ville därför undersöka huruvida internet istället kunde påverka användaren positivt. Man lät informanterna chatta med anonyma partners på internet under fem sessioner. Vid flera tillfällen fick de skatta känslor som ensamhet, känslan av att vara deprimerad, självförtroende och socialt stöd. Resultatet man fann var att internetanvändningen bidrog till en signifikant minskning av ensamhetskänslor och känslan av att vara deprimerad, medan det upplevda självförtroendet och känslan av socialt stöd ökade signifikant. Sawyer (1999) är däremot kritisk till den allt mer utbredda internetanvändningen och påpekar att det finns en stor fara då den mänskliga naturen förbises och man går miste om interaktionen mellan människor. Enligt Peter och Valkenburg (2006) behöver emellertid detta inte betraktas som en nackdel, de nämner några positiva faktorer som kännetecknar internetkommunikation. Till att börja med har användaren mer tid att reflektera än i ansikte-mot-ansikte-kommunikation, det tillåter även personerna att välja när och i vilken utsträckning man vill kommunicera med andra. Social status är av mindre betydelse, vilket kan leda till att kontakter uppstår lättare. Slutligen nämner författarna att internetkommunikation kan appellera till personer som lider av blyghet, då de får en chans att kommunicera med andra på sina egna villkor. Frågan om huruvida internet främjar eller stävjar den mentala hälsan hos användaren är kontroversiell, med åtskilliga studier som säger sig bevisa båda sidor. Somliga menar att internet erbjuder tillfälle att utbyta information och stöd samt underhålla sociala relationer. Andra menar att internetanvändning försämrar kvaliteten på relationer med vänner och familj (Eastin & LaRose, 2004).

Begreppet socialt stöd definieras som *resurser som tillhandahålls av en annan person* (Eastin & LaRose, 2004), och huruvida detta är förenligt med kontakt via internet är en omtvistad fråga. Eastin & LaRose (2004) menar att den som söker socialt stöd på internet kan i allra högsta grad uppleva sig finna det där. Det torde ju vara så att om alternativet till internetanvändning är ensamhet och social isolering, borde internet ses som en tillgång och inte ett hot.

2.4 Äldres användning av datorer

Det finns en felaktig föreställning att alla äldre är avogt inställda till datorer och internet (Kurniawan et al., 2006). De äldre vill emellertid inte lära sig en funktion om de inte kan se en direkt koppling till ett användningsområde i sina egna liv (Bean, 2003). Det är alltså viktigt vid undervisningen av äldre, att applicera den nyförvärvade kunskapen på en funktion som anses som användbar.

Mellan år 1995 och 2001 ökade internetanvändningen från 16 miljoner användare till 400 miljoner användare. I samband med att internet blir standard, blir problemet med somliga grupper utanförskap allt tydligare. Under de senaste 10 åren har datoranvändningen och användandet av internet ökat kraftigt bland de äldre. Att de är den snabbast växande gruppen datoranvändare visar rapporter från olika delar av världen (Burwell, 2001; Merkes, 2000; White, 1999). Faktum kvarstår dock att de fortfarande är en underrepresenterad grupp. Gruppen *äldre* är givetvis inte en homogen grupp utan har stora individuella skillnader, bland annat genom utbildningsnivå. Även attityd och inställning är olika hos de äldre, somliga ser pensionen som slutet på ett aktivt liv, medan andra ser det som en början på detsamma (Juznic et al., 2006). Tillhör man den första gruppen saknas kanske motivation att lära sig bemästra den helt nya disciplin, som datoranvändningen kan vara för den som inte kommit i kontakt med datorer i sitt yrkesverksamma liv. Man har sett att de äldres utbildningsnivå korrelerar positivt med både innehavet av en dator och benägenheten att vilja lära sig använda internet (Juznic et al, 2006; Burwell, 2001; White et al., 1999).

Groombridge (1982) menar att personer som befinner sig i den tredje fasen (personlig tillfredsställelse, självförverkligande) måste utmanas intellektuellt. Genom att lära sig nya saker kan de äldre bibehålla sin självständighet och känna sig delaktiga i samhället. Merkes (2000) anser att man genom användandet av internet kan uppnå detta. Internet är ett utmärkt sätt att hålla kontakt med familj och vänner och bidrar till en minskad känsla av ensamhet. Även White et al. (1999) bedömer att internet och e-postfunktionen har stor potential att förbättra det sociala stödet och det mentala välmåendet på många sätt. Den äldre personen kan upprätthålla en frekvent kontakt med sina anhöriga, men även göra nya bekanskap genom till exempel webbchattar. I ett försök lät man installera två datorer med internetuppkoppling på ett vårdhem för äldre med boende i 70-80-årsåldern. Experimentet rönt stor framgång

bland både personal och boende. Främst användes datorerna till att hålla kontakten med familjen samt att sköta bankärenden. Internet kan hjälpa de äldre att behålla självständigheten och förbättra livskvaliteten (Kurniawan et al., 2006). Ett liknande projekt genomfördes på Duke University's Institute for Learning and Retirement i Durham. Man lät universitetets studenter undervisa de boende på ett ålderdomshem i datakunskap och internetanvändning. De äldre fick lära sig att chatta och besöka webbsidor. Försöket föll mycket väl ut och de ansvariga menade att projektet motverkade ensamhet bland de äldre samt bidrog till en förhöjd livskvalitet (Blodgett, 1996). Även White et al. (1999) genomförde en studie där man lät äldre personer på ett äldreboende förkovra sig i dator- och internetanvändning. I resultaten fann man en trend i minskad känsla av upplevd ensamhet, vilket tyder på att det finns potential för denna typ av intervention att ha positiv effekt på det psykosociala välmåendet. Efter studiens avslut fick man generellt ett positivt gensvar från deltagarna. De meddelade även att de gärna ville fortsätta använda datorerna och internet.

2.5 Åldersrelaterade förändringar hos individen

När vi blir äldre försämras åtskilliga av kroppens funktioner, detta kan vara problematiskt då vissa funktioner är viktiga vid användningen av datorer och internet. Några av de mest påtagliga förändringarna som drabbar förmågan att använda datorn är:

- Synen - texten på webbsidor är ofta liten och inte alltid i optimal kontrast till bakgrunden.
- Motoriken - stelnade leder och darrande händer kan till exempel ha svårt att hålla muspekaren stilla över en ikon för att sedan dubbelklicka på den.
- Kognitionen - arbetsminnet försämras, vilket till exempel gör det svårt att utföra uppgifter i flera steg utan visuell feedback. Förmågan att lära sig nya saker försämras, inläringen tar längre tid. Perceptionen försämras, det blir svårare att hitta det man söker efter bland annan information, det blir även svårare att koncentrera sig på en sak när flera saker händer samtidigt (Kurniawan et al., 2006).

Att förstå sambandet mellan kognitiva åldersförändringar och prestation vid datainläring är viktigt vid designen av utbildningsmaterial för personer över 75 år.

Personer över 75 år har en mer tydligt minskad kognitiv förmåga än de yngre äldre. Den mesta forskningen behandlar jämförelser mellan unga personer (t ex collegestudenter) och vuxna i åldern 40-75 år. Färre rapporter handlar om vad som händer när en yngre äldre person blir äldre äldre (Echt et. al, 1998).

2.6 Fördelar och nackdelar med anpassade gränssnitt

Ett alternativ för en äldre ovan datoranvändare kan vara ett anpassat gränssnitt. Med hjälp av ett anpassat gränssnitt kan man komma runt de eventuella problem som de äldre kan ha, både attitydmässigt och då det finns fysiska begränsningar. Det finns emellertid olika åsikter om huruvida ett anpassat gränssnitt verkligen är det adekvata sättet att introducera datorer och internet för äldre. I en studie av Umemuro (2004), lät man en grupp äldre datorovana japanska personer använda en e-postterminal med så kallad touchscreen, en datorskärm med text och figurer där man med fingret trycker direkt på skärmen för att aktivera en funktion. Kontrollgruppen fick använda en e-postfunktion med hjälp av ett vanligt tangentbord och mus. Syftet var att se om man kunde minska motviljan bland de äldre personerna genom att förenkla hanteringen av datorn. Att studien är utförd bland japanska äldre personer gör den speciell eftersom de är vana vid skrivtecken istället för det latinska alfabetet, som är vanligast förekommande på internet. Detta bidrar till att det för dem är ytterligare ett hinder att ta sig över, förutom det som tekniken utgör. I Japan är tangentbordet en av de största anledningarna till motståndet mot datorer. Att först behöva lära sig ett nytt alfabet innan man kan komma igång att använda datorn gör att många avstår. Att använda en teknik där inputen sker i form av skrivtecken istället för latinska bokstäver på ett tangentbord kräver alltför stor precision av tecknaren.

Umemuro anser att en vardagsanvändning av persondatorer bland äldre skulle generera många behållningar, då många har begränsad rörlighet och därför har svårt att lämna hemmet. Man valde att applicera det anpassade gränssnittet i form av en touchscreen på just e-postfunktionen, eftersom man ansåg att den är en av de mest lovande och användbara funktionen för de äldre. Resultatet blev att den grupp som använt sig av touchscreen visade en klar minskning i sin motvilja gentemot datorer, medan den grupp som använt mus och tangentbord inte visade någon signifikant förändring i attityd. Denna jämförande studie tyder på att förändringen i attityd inte

uppstår som följd av endast datorexponering, utan att det är gränssnittet som har betydelse (Umemuro, 2004).

Till skillnad från detta resultat fann Czaja & Sharit (1998) att endast exponering av datorer är tillräckligt för att förändra attityder gentemot dessa. Man jämförde i denna undersökning en stor grupp personer mellan 20 och 75 år, som fick utföra olika datoruppgifter under tre dagar. Innan och efter fick de noggrant skatta sin attityd gentemot datoranvändning på en flerdimensionell skala. I den allmänna attityden fann man inga åldersskillnader men i fråga om välbefinnande, värdighet, självförtroende och kontroll visade det sig att de äldre personerna skattade lägre. I utvärderingen efter de tre dagarnas datorexponering fann man en förbättrad attityd hos samtliga deltagare (Czaja & Sharit 1998). Jay & Willis (1992) konstaterade även de i en studie av äldres attityder gentemot datorer, att de äldre informanterna genom användning av datorer förändrade attityd gentemot dessa.

En annan studie, som visat på att ett äldreanpassat gränssnitt inte behöver vara den bästa lösningen, är den av Garcia Gádin (2005) som i sitt examensarbete på KTH:s institution för numerisk analys och datalogi fann att majoriteten av de pensionärer, det vill säga personer över 65 år, som deltog i en studie där man applicerat ett anpassat gränssnitt på en internetbank föredrog standardgränssnittet istället för det nya och förenklade gränssnittet. De äldre personerna som deltog i studien hade dock redan en viss datorvana, då de tidigare använt sig av standardversionen av internettjänsten. Man kan tänka sig att komforten i att använda ett välbekant gränssnitt, kan ha bidragit till att de var kritiska till det nya förenklade gränssnittet. Resultatet tyder på att det är fullt möjligt för äldre personer att lära sig hantera datorer och Internet, vilket också påtalas i en artikel av Bean (2003).

3. Metod

3.1 Seniorsidan

Seniorsidan är en webbsida som innehåller fyra funktioner; forum för inlägg, anslagstavla, chatt för meddelanden i realtid samt en länklista med länkar till exempel till svenska kyrkan och diverse dagstidningar. Under de fyra veckor som Seniorsidan användes skrev deltagarna inlägg i forumet när de ville, samt chattade i realtid en gång per vecka. Anslagstavlan användes för att testledaren skulle ha möjlighet att kommunicera med deltagarna. Den var också tänkt som en pådrivande funktion om det skulle uppkomma en situation där interaktionen avstannade mellan deltagarna. Seniorsidan är en sluten sida där det krävs lösenord för att få tillträde. Sidan disponerades endast av informanterna och testledaren. Seniorsidan skapades på *webzone* som är Malmö högskolas plattform för distansutbildningar, projektarbete och kursadministration (www.webzone.mah.se). Anledningen till att just *webzone* nyttjades som bas är att det inte är en kommersiell sida och därför inte innehåller reklam. Gränssnittet är enkelt och tydligt och de funktioner som inte används kan enkelt plockas bort. Det finns även möjlighet att förstora teckenstorleken, vilket är lämpligt i sammanhanget. *Webzone* är inte äldreanpassat på något sätt, men mycket användarvänligt.

3.2 Informanter

I undersökningen deltog 12 personer. De fyra äldre huvuddeltagarna rekryterades från en församling i Lund. Anledningen till att en sådan liten grupp valdes ut var av praktiska skäl, antalet intresserade seniorer med tillgång till dator och internet var begränsat. Deltagarna skulle dessutom vara bekanta med varandra sedan tidigare, detta ansågs mer värdefullt än en större grupp informanter som skulle ha kunnat erhållas genom en sammanslagning av flera mindre grupper. Studiens upplägg var sådant att en kvalitativ undersökning gav mer relevant information och gav dessutom en möjlighet till koncentration på deltagarnas bakgrunder, individuella tankar och reflektioner.

Informant 1

Kön: kvinna

Ålder: 74 år

Högsta avslutade utbildning: fil.mag.

Tidigare sysselsättning: folkskollärare, kanslist

Antal timmar datoranvändning/vecka: ca 7 timmar

Använder datorn till: e-post, skriva brev, skriva ut blanketter

Informant 2

Kön: kvinna

Ålder: 61 år

Högsta avslutade utbildning: högskola

Tidigare sysselsättning: skolsköterska

Antal timmar datoranvändning/vecka: 7 timmar

Använder datorn till: e-post, informationssökning, spel

Informant 3

Kön: kvinna

Ålder: 72 år

Högsta avslutade utbildning: fil.mag.

Tidigare sysselsättning: logoped

Antal timmar datoranvändning/vecka: ca 7 timmar

Använder datorn till: e-post, boka biljetter och hotell, titta på kartor, tidningar, ordbehandling

Informant 4

Kön: man

Ålder: 77 år

Högsta avslutade utbildning: universitet

Tidigare sysselsättning: universitetslektor

Antal timmar datoranvändning/vecka: 10-15 timmar

Använder datorn till: e-post, bankärenden

De fyra äldre personerna hade sedan tidigare deltagit, aktivt eller mindre aktivt, i en typ av socialt nätverk bestående av regelbundna möten med till exempel lunch och samvaro. Deras datorvana varierade något, men gemensamt för dem alla var att de hade en dator men att de inte besökt ett webbforum tidigare. Studien inleddes med en gemensam introduktion på ca 1,5 timmar där olika begrepp kopplade till webbforumet, samt det praktiska tillvägagångssättet introducerades. Genomgången hölls på förmiddagen för att optimera inläringen (Bean, 2003).

I de två yngre kontrollgrupperna medverkade tre kvinnor och en man i åldrarna 25, 26, 27 och 28, samt tre kvinnor och en man i åldrarna 14, 14, 14 och 15. De yngre deltagarna var alla vana vid digital interaktion genom msn Messenger som är en funktion som tillåter interaktion i realtid eller med fördröjning, mellan två eller flera deltagare. Den yngre gruppen fick svara på samma frågor som den äldre gruppen fick efter testperioden, skillnaden var att de yngre inte interagerat på Seniorsidan utan på msn Messenger. Dock är de båda interaktionsmediernas syfte detsamma, nämligen digital interaktion. I frågorna de yngre informanterna ombads svara på byttes ordet Seniorsidan ut mot msn Messenger.

3.3 Insamling av material

Fyra typer av material samlades in under studiens gång:

1. Påståenden för skattning, före och efter Seniorsidan

Vid introduktionstillfället och avslutningstillfället fick deltagarna skatta följande påståenden genom att ange en siffra mellan 1 och 6, där 1 motsvarade stämmer inte alls och 6 motsvarade stämmer helt.

1. Jag är intresserad av att använda min dator
2. Jag skulle vilja använda min dator mer än jag gör idag
3. Datorer skrämmer mig
4. Datorer är för yngre människor
5. Webbforum är för yngre människor
6. Datorn tillför något i min vardag
7. Jag har dålig självkänsla när det gäller datorer och internet
8. Jag känner mig isolerad i mitt hem

9. Jag skulle vilja ha mer kontakt med mina vänner än jag har idag
10. Ibland är jag rädd att störa mina vänner när jag kontaktar dem
11. Jag tror att ett webbforum är ett bra sätt att underhålla kontakter med vänner
12. Jag tror att ett webbforum är ett bra komplement till den "vanliga" umgängesformen
13. Jag tycker att det är roligt att lära mig nya saker
14. Jag tycker att det är roligt att lära mig mer om datoranvändning

2. Personlighetstest

Seniorerna fick utföra The Kiersey Temperament Sorter som är ett personlighetstest framtaget av psykologen David Kiersey (<http://keirse.com>). Detta för att se om det fanns drag i deras personlighetsprofiler som stödjer tidigare studier som påtalat att extroverta personer, mer än introverta personer, håller digital interaktion för otillräcklig. Testfrågorna återfinns i bilaga 1.

3. Enkät efter Seniorsidan med plats för fria svar

Efter att perioden med Seniorsidan avslutats fick deltagarna svara fritt på ett antal frågor. Fråga 1-5 användes på samma sätt för de två yngre informantgrupperna. Ordet Seniorsidan byttes då ut mot msn Messenger. För den yngsta gruppen förenklades även språket något (se bilaga 2). Frågorna som ställdes var följande:

1. Upplevde du att du följde samma sociala regler på Seniorsidan som i verkliga livet?
2. Upplevde du *chatten* som annorlunda än att tala i telefon med avseende på hur väl kommunikationen fungerade?
3. Vilka fördelar/nackdelar i interaktionen med de andra deltagarna fanns det med Seniorsidan jämfört med att tala i telefon?
4. Av vilka anledningar vill du/vill du inte fortsätta använda Seniorsidan?
5. Finns det något som Seniorsidan tillförde i din vardag, som du inte kunde ha uppnått utan Seniorsidan?
6. Skulle du säga att det sammantaget finns fler fördelar eller nackdelar med denna typ av digital interaktion (Seniorsidan)?
7. Har din datoranvändning utöver Seniorsidan ökat sen du blev introducerad för Seniorsidan?

8. Har din relation med någon/några av de övriga deltagarna förändrats på något sätt sen ni började använda Seniorsidan? I så fall hur?

9. Övriga kommentarer:

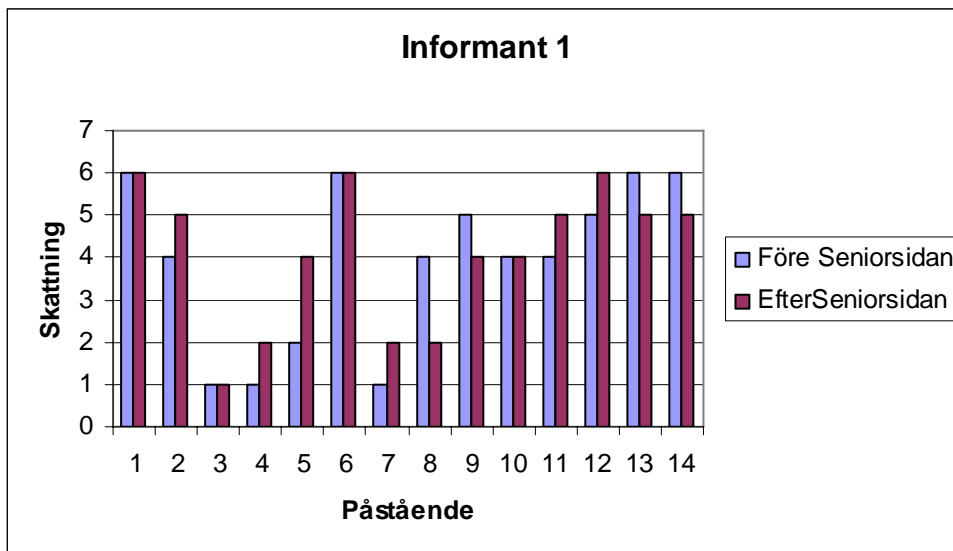
4. Användarstatistik

Under de fyra veckor som deltagarna hade tillgång till Seniorsidan publicerades en mängd inlägg både i forumet och i realtid i för av chatten. Detta material analyserades, både frekvensen av inlägg över tid, samt fördelningen av aktivitet mellan deltagarna.

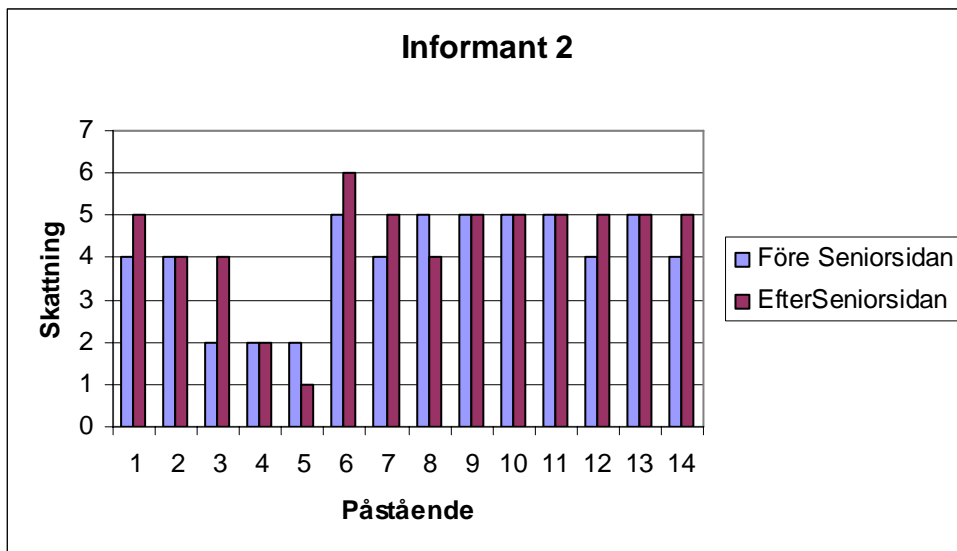
4. Resultat

Påståenden för skattning, före och efter Seniorsidan

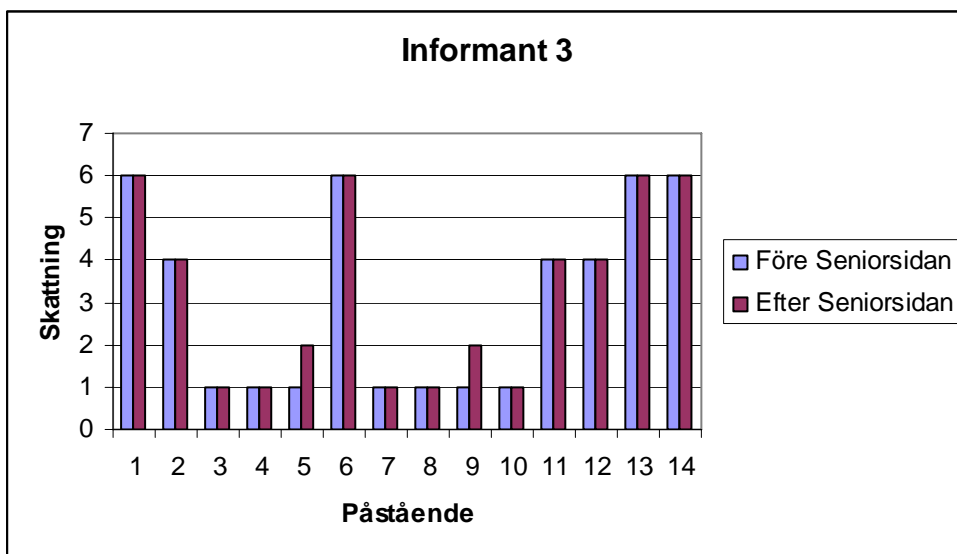
I figur 1-4 redovisas deltagarnas åsikter innan och efter perioden med Seniorsidan, 1 betyder stämmer inte alls och 6 betyder stämmer helt. De skattade påståendena återfinns i bilaga 3.



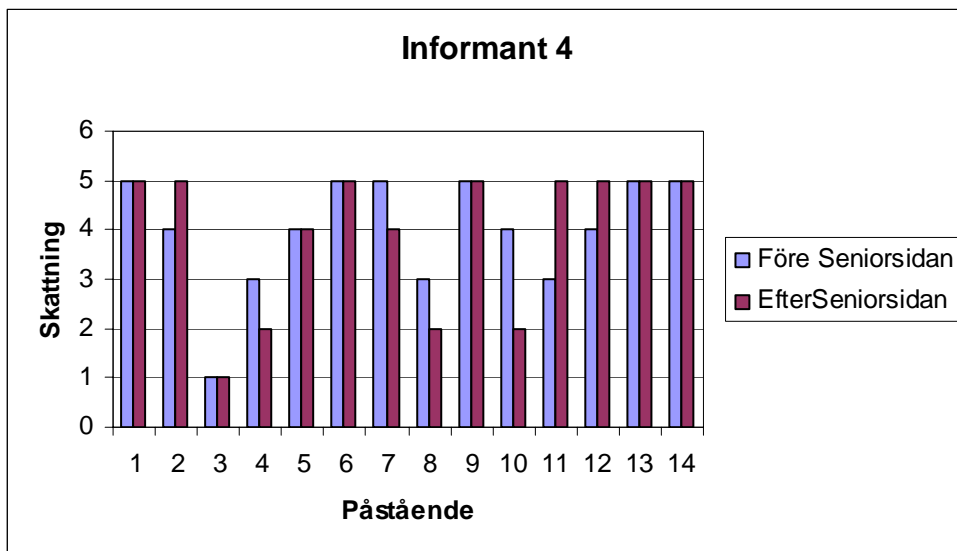
Figur 1. Deltagarens skattning av 14 påståenden (se sida 15) före och efter perioden med Seniorsidan.



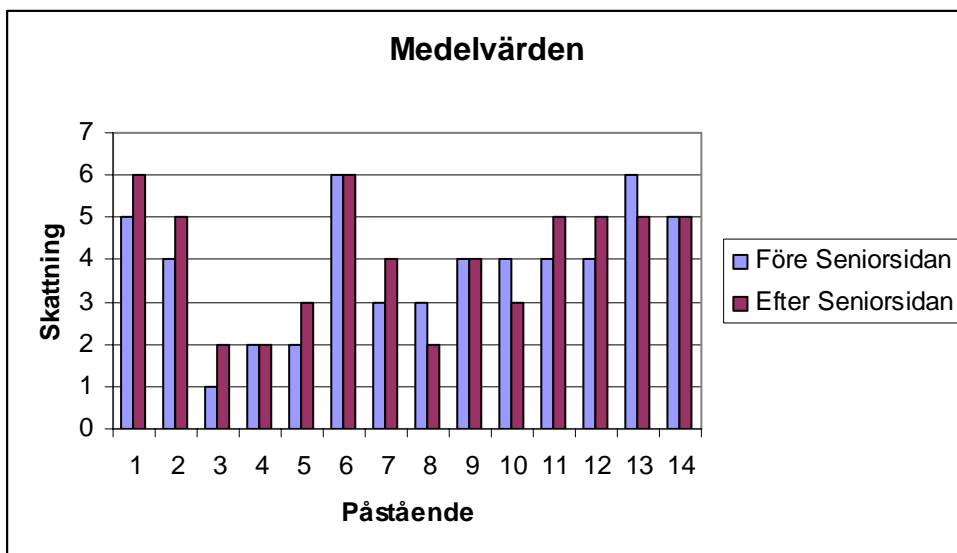
Figur 2. Deltagarens skattning av 14 påståenden (se sida 15) före och efter perioden med Seniorsidan.



Figur 3. Deltagarens skattning av 14 påståenden (se sida 15) före och efter perioden med Seniorsidan.



Figur 4. Deltagarens skattning av 14 påståenden (se sida 15) före och efter perioden med Seniorsidan.



Figur 5. Medelvärden av deltagarnas skattningar av 14 påståenden (se sida 15) före och efter perioden med Seniorsidan.

Kierseys personlighetstest

Personlighetstesten som deltagarna fick utföra bestod av 70 frågor med två svarsalternativ på varje fråga. Efter tolkning av svaren erhöles sammansatta, relativt utförligt beskrivna personprofiler. I tre av fyra deltagares profiler angavs uttryckligen att det var viktigt för deras typ att tillhöra ett sammanhang och en gemenskap.

Enkät efter Seniorsidan med plats för fria svar

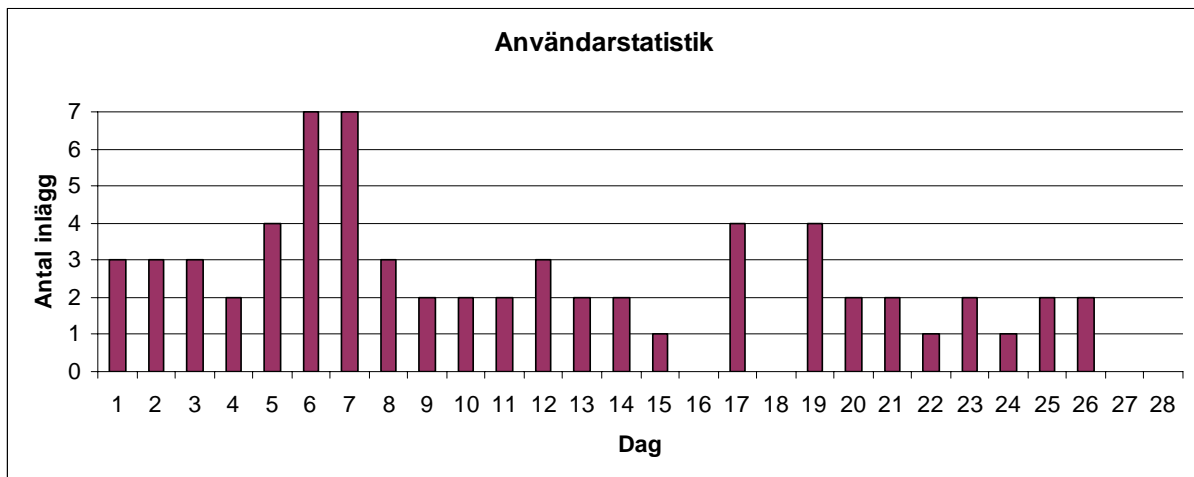
I följande tabell presenteras en sammanställning av de fria svar som gavs av de olika åldersgrupperna. Siffran inom parentes anger hur många personer i respektive informantgrupp som angivit samma svar.

Fråga	Seniorer	Mellan	Yngre
Upplövde du att du följde samma sociala regler på Seniorsidan/msn som i verkliga livet?	Ja (3) Nej, här fick man tala till punkt (1)	Ja (2) Man kan hoppa över artighetsfraser (2) Nej, på msn får man välja om man vill svara (1)	Ja (4)
Upplövde du chatten som annorlunda än att t ex tala i telefon med avseende på hur väl kommunikationen fungerade?	Ja, lite svårare att behålla ”tråden” (2) Ja, mer spännt och högtidligt att chatta (1) Ja, svårare med turtagningen i samtalet (1)	Man missar många signaler på Msn, t ex ansiktsuttryck/kroppsspråk/röstläge (4)	Saker kan misstolkas utan röst (4) Man hinner tänka efter innan vid chatt (1)
Vilka fördelar/nackdelar i interaktionen med de andra deltagarna fanns det med Seniorsidan/msn jämfört med att tala i telefon?	Man kan svara när man själv känner för det (1) För hörselskadad passar det bra med skrift (1) Man får ”tala” till punkt (1) Man hinner tänka igenom vad man vill säga (1)	Man kan svara när man själv känner för det (3) Msn är snabbare (2) Enkelt att hålla kontakten med folk (2)	Man kan svara när man själv känner för det (2) Man vågar säga mer (2) Det är billigare än telefon (1) Man kan prata med flera samtidigt (1)
Av vilka anledningar vill du/vill du inte fortsätta använda Seniorsidan/msn?	Vill fortsätta (3) Perfekt för hörselskadade (1) Fin gemenskap på nytt sätt (1)	Lätt att prata med folk (3)	Bra sätt att hålla kontakten (4) Det är roligt (1)

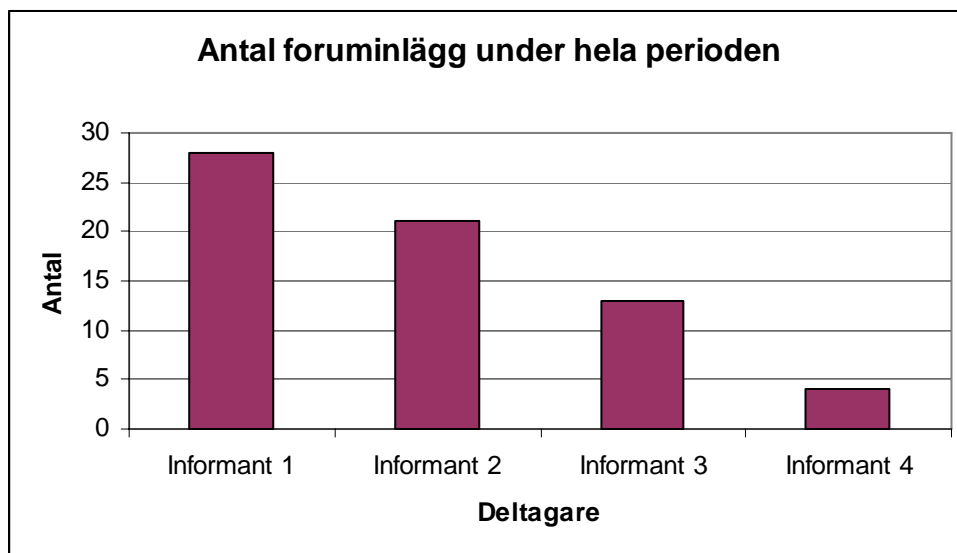
Finns det något som Seniorsidan tillförde i din vardag, som du inte kunde ha uppnått utan Seniorsidan?	Vardagsgemenskapen (2)	Håller kontakten med många jag inte skulle ha ringt till (3) Man blir en del av varandras vardagsliv (1)	Nya kompisar från hela Sverige och världen (2) Nej (2)
Har din datoranvändning utöver Seniorsidan ökat sen du blev introducerad för Seniorsidan?	Ungefär samma (2) Ja (2)	-	-
Har din relation med någon/några av de övriga deltagarna förändrats på något sätt sen ni började använda Seniorsidan? I så fall hur?	Ja, jag lärde känna dem närmre (3) Ja, jag kände gemenskap (1)	-	-

Användarstatistik

I följande diagram redovisas först frekvensen av inlägg över hela testperioden och sedan antal inlägg i forumet per deltagare.



Figur 6. Frekvensen av inlägg under fyra veckor.



Figur 7. Antal foruminlägg per deltagare.

5. Diskussion

I inledningen ställdes frågan huruvida internet som medium för senior interaktion kunde vara ett lämpligt alternativ för att bryta den isolering som kan drabba en åldrande människa. Resultaten i denna studie pekar på att seniorer både klarar av och uppskattar internet som bas för interaktion. En faktor som pekar på detta, är att informanterna i studien har fortsatt att interagera med varandra på Seniorsidan även sedan studien avslutats. Bland de fördelar som nämns är tidsaspekten viktig. Seniorerna, liksom de yngre jämförelsegrupperna menar att det är av stort värde att kunna interagera när det passar dem. En annan faktor, som tas upp av flera, är vardagsinteraktionen som genom internet underlättas avsevärt. Att vara delaktig i sina vänners vardagsliv torde göra mycket för känslan att vara en del av ett större sammanhang. Deltagarna var redan innan experimentet positiva till att använda sina datorer, två av dem angav efter studiens avslut att deras totala datoranvändning, det vill säga utanför Seniorsidan, hade ökat. Samtliga deltagare upplevde fler förtjänster än förluster i samband med den digitala interaktionen. I enkäten som informanterna fick fylla i före och efter Seniorsidan, med skattning av olika påståenden fanns inga stora variationer. De ”positiva” och ”negativa” effekterna tog ut varandra. mest synbart förändrade attityden var då Informant 3 vid påståendet ’ Jag har dålig självkänsla när det gäller datorer och internet’ angav att hon höll med i betydligt högre utsträckning än innan Seniorsidan (en ökning med fyra enheter). Om man såg på medelvärdena av deltagarnas skattade attityder före och efter Seniorsidan fanns ingen skattad åsikt som förändrats mer än en enhet. I efterhand kan tyckas att sex svarsalternativ möjligen var för många, då det kan vara svårt att skatta en attityd så specifikt. På enkäterna som delades ut efter Seniorsidan fick informanterna svara fritt på frågorna, svaren som erhöles visade sig återkomma bland de båda yngre informantgrupperna, vilket tyder på att de förtjänster som dagens unga uppenbarligen ser med digital interaktion också kan upplevas av den äldre befolkningen. Användandet av seniorsidan var aktivt under de fyra veckorna som studien pågick, de två första veckorna hade högst inläggsfrekvens, detta kan dock förklaras med att påskhelgen inföll under den tredje veckan, vilket av naturliga skäl ledde till att deltagarnas tid upptogs av annat. Den sjätte och sjunde dagen visade på den högsta aktiviteten under hela perioden. Detta verkar förekommas av att en informant råkat ut för en olycka, vilket genererade en ökning i aktivitet genom önskningar om god

bättring. En annan faktor som verkade alstra aktivitet, genom att vara ett populärt samtalsämne i forumet, var det vackra och ovanligt varma vårvädret. Dessa två ämnen, sjukdom och väder, torde väl vara två ämnen som i allra högsta grad engagerar och lockar till konversation även vid ansikte-mot-ansikte-interaktion. En stor skillnad uppmättes sinsemellan de fyra deltagarna gällande antalet inlägg i forumet under testperioden. Informant 1, som skrev mest, skrev 28 inlägg jämfört med Informant 4s fyra inlägg. På chatten som ägde rum vid fem tillfällen var alla deltagarna aktiva och skrev inlägg. Chatten försvårades dock av att fyra personer inklusive testledaren deltog samtidigt, vilket kan göra det svårt att hålla en normal konversation flytande. På msn Messenger finns en funktion som signalerar när den andra, eller de andra personerna håller på att skriva något. En sådan funktion skulle ha underlättat avsevärt på Seniorsidan med syfte på turtagningen. Seniorsidans deltagare skrev ganska långa inlägg på chatten, detta i kombination med att en ovan chattare skriver långsamt, bidrog till att sammanhanget i konversationen lätt gick förlorat.

De äldre deltagarna fick genomgå Kierseys personlighetstest och man fann där att en majoritet tillhörde en personlighetsprofil som värdesatte högt att tillhöra en gemenskap och ett sammanhang. Detta var ett väntat resultat eftersom alla i gruppen självmant sökt sig till församlingens aktiviteter. På frågan om deltagarna själva upplevde sig som extroverta svarade samtliga att 'annars vore vi ju inte här', det vill säga som frivilliga deltagare i ett projekt om ett okänt ämne, vilket är en viktig synpunkt.

Hypoteserna inför undersökningen var följande:

H1: De äldre kommer att uppleva fler förtjänster än förluster med det nya internetbaserade nätverket.

H2: De äldre kommer att få en mer positiv attityd gentemot datorer och datoranvändning efter testperioden.

H3: Åsikterna om digital interaktion kommer inte att skilja sig nämnvärt mellan generationerna.

H4: Forumet kommer på sikt att leda till att datoranvändningen ökar även utanför Seniorsidan.

Efter studien kunde konstateras att hypotes 1 och 3 bekräftades medan hypotes 2 och 4 var mera tvetydiga. Hypotes 2 hade varit lättare att undersöka om någon informant faktiskt angivit att han eller hon var negativt inställd till datorer. Något som var svårt att studera då projektet förutsatte att deltagarna var datoranvändare. Vad gäller hypotes 4 så angav två av informanterna att deras datoranvändning utanför Seniorsidan ökat. Denna fråga hade emellertid varit intressant att återkomma till en längre period efter att Seniorsidan avslutats, för att se om sidan på sikt uppmuntrat till fortsatt engagemang inom dator- och internetanvändning.

Tidigare presenterades Lasletts (1991) fyra livsfaser. Den fjärde fasen som innebär beroende och sönderfall torde kunna skjutas framåt i tiden genom aktiviteter som underhåller de kognitiva funktionerna, då förfallet av dessa ju leder till ökat beroende. Genom att lära sig nya saker och interagera med andra personer, till exempel genom digital interaktion, kan man tänka sig att livskvaliteten kan öka hos den äldre personen.

De negativa effekter som internet och digital interaktion visat sig generera genom negativa effekter på relationer med vänner och familj (Eastin & LaRose, 2004) uppmärksammade inte av användarna av Seniorsidan.

Man har tidigare påvisat ett samband mellan utbildningsnivå och innehav av dator samt benägenhet att vilja lära sig att använda internet (Juznic et al, 2006; Burwell, 2001; White et al., 1999). Det kan ha varit av betydelse att samtliga av de äldre informanterna som deltog i studien var akademiker med högre utbildning.

Den mycket begränsade omfattningen av studien gjorde att några signifikanta resultat naturligtvis inte kunde utläsas. Dock kan projektet ge en fingervisning inför kommande studier av samma fråga. Resultaten pekar på att digital interaktion genom ett webbforum är ett bra och lämpligt alternativ för att få äldre personer att känna sig mindre ensamma. Ett kanske ännu viktigare resultat, som stod att utläsa inför kommande studier, var att det är fullt möjligt och genomförbart för en grupp äldre personer att lära sig en ny teknisk disciplin samt att utan större problem integrera denna funktion i sin vardag. Ett intressant projekt för framtiden skulle vara att samla en stor grupp hemmaboende, gärna ännu äldre informanter, som inte har någon tidigare vana av datorer. Helst personer som har ett socialt nätverk men som av någon anledning inte kan träffa personerna i detta så ofta som de skulle önska. Projektet

skulle innefatta att man försåg dessa personer med datorer, internetuppkoppling och ett webbforum, samt undervisade dem i att använda dessa. Det skulle också vara av värde att involvera informanter utan högre utbildning för att se om de är lika positiva till användningen av datorer, internet och webbforum. Förhoppningsvis skulle en sådan studie ge en tydligare bild av hur webbforum som medium för digital interaktion bland seniorer, skulle kunna bidra till förhöjd livskvalitet bland den åldrande befolkningen.

Referenser

- Amichai-Hamburger Y. & Ben-Artzi E. (2003). Loneliness and internet use. *Computers in Human Behavior*, 19, 71–80.
- Bean, Carol (2003). Meeting the challenge: training an Aging Population to use computers. *Southeastern Librarian*, Vol. 51, Nr 3: 16-25.
- Blodgett, Mindy. (1996). Project provides elderly with links to internet. *Computerworld*, 45, 78.
- Burwell Lisa A. (2001). Too old to surf? No way! An internet course for seniors. *American Libraries*, November, 1.
- Czaja, SJ & Sharit J. (1998). Age difference in attitudes towards computers. *Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, Vol. 53: 329-34.
- Echt, Katharina V., Morrell, Roger W. & Park, Denise C. (1998). Effects of Age and Training Formats on Basic Computer Skill Acquisition in Older Adults. *Educational Gerontology*, 24, nr.1: 3-25.
- Eastin Matthew S., LaRose Robert. (2004). Alt.support: modeling social support online. *Computers in Human Behavior*, 21, 977–992.
- Garcia Gådin, Johanna (2005). Anpassning av gränssnitt för äldre - applicerat på SEB:s internetbank, Examensarbete, Numerisk analys och datalogi, KTH.
- Glei, Dana A, Landau, David A, Goldman, Noreen, Chuang, Yi-Li, Rodríguez, Germán & Weinstein Maxine (2005). Participating in social activities helps preserve cognitive function: an analysis of a longitudinal, population-based study of the elderly. *International Journal of Epidemiology*, 34, 864-871.
- Groombridge, B. (1982). Learning, education and later life. *Adult Education*, Vol. 54, 314-25.

Hui-Chuan, Hsu (2007). Exploring elderly people's perspectives on successful ageing in Taiwan. *Ageing & Society*, 27, 87-102.

Jay, G. M. & Willis, S. L. (1992). Influence of direct computer experience on older adults' attitudes toward computers. *Journals of Gerontology*, 47, 250-257.

Juznic, Primoz, Blazic, Maja, Mercun, Tanja & Plestenjak, Barbara (2006). Who says that old dogs cannot learn new tricks? A survey of internet/web usage among seniors. *New Library World*, vol. 107, nr. 1226/1227, 332-345.

Kawachi, Ichiro & Berkman, Lisa F. (2001). Social ties and mental health. *Journal of Urban Health*, vol 78, 3, 458-467.

Information om The Kiersey Temperament Sorter finns tillgänglig på:
<http://keirsesey.com/>

Kraut, R., Lundmark, V., Patterson, M., Kiesler, S., Mukopadhyaya, T., & Scherlis, W. (1998). internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being? *American Psychologist*, 53, 1017-1031.

Kurniawan S.H., King A., Evans D.G., Blenkhorn P.L. (2006). Personalising web page presentation for older people. *Interacting with Computers*, 18, 457-477.

Laslett, Peter (1991). *A Fresh Map of Life. The Emergence of the Third Age*. Cambridge Massachusetts: Harvard University Press, Kap. 10, 140-158.

López, García E., J.R., Banegas, Graciani A., Pérez-Regadera, Herruzo R. Cabrera & Rodríguez-Artalejo, F. (2005). Social network and health-related quality of life in older adults: A population-based study in Spain. *Quality of Life Research*, 14, 511-520.

Merkes, M. (2000). Older people and the Internet, PC Update, November, finns tillgänglig på: www.melbpc.org.au/pcupdate/2011/article5.htm.

Peter, Jochen & Valkenburg Patti M. (2006). Research Note: Individual Differences in Perceptions of internet Communication. *European Journal of Communication*, 21, 213-226.

Sawyer, Deborah C. (1999). The Pied Piper Goes Electronic. *Futurist*, February.

Shaw, Lindsey H. & Gant, Larry M. (2002). In Defense of the internet: The Relationship between internet Communication and Depression, Loneliness, Self-Esteem, and Perceived Social Support. *CyberPsychology & Behaviour*, Vol. 5, nr 2, 157-171.

Sifoundersökning, *Julen för äldre*, projektnummer 1514289, 2005, finns tillgänglig på <http://www.opinion.sifo.se/>

Umemuro, Hiroyuki (2004). Lowering elderly Japanese users' resistance towards computers by using touchscreen technology. *Universal Access in the information Society* 3: 276-288.

White, Heidi, McConnell, Eleanor, Clipp, Elizabeth, Bynum, Louise, Teague, Carmen, Navas, Luis, Craven, Sara och Halbrecht Herbert (1999). Surfing the Net in Later Life. *Journal of Applied Gerontology*, 18, 358.

Whitty, Monica T. & McLaughlin Deborah. (2007). Online recreation: The relationship between loneliness, internet self-efficacy and the use of the internet for entertainment purposes. *Computers in Human Behavior*, 23, 1435–1446.

Bilagor 1-3

Bilaga 1

The Kirsey Temperament Sorter

1. Skulle du säga att du är mer
 - allvarlig och beslutsam
 - lättsam och avslappnad
2. Om du måste göra någon besviken, är du
 - rak och uppriktig
 - varm och omtänksam
3. Föredrar du att arbeta
 - mot ett slutdatum
 - när andan faller på
4. När du tar beslut är du mer benägen att utgå från
 - fakta
 - behov och önskningsar
5. När du är med människor, är du vanligtvis mer
 - bestämd än varsam
 - varsam än bestämd
6. Vilket styr dig i högre grad
 - dina tankar
 - dina känslor
7. Tenderar du att vara mer
 - faktainriktad än spekulerande
 - spekulerande än faktainriktad
8. Under krävande omständigheter, blir du ibland
 - lite för osympatisk
 - lite för sympatisk
9. Är du mer tilltalad av
 - grundläggande principer
 - nyanser
10. Är du en person som
 - är ganska pratsam
 - ingenting undgår
11. Anser du att barn vanligtvis
 - inte hjälper till nog mycket

- inte använder sin fantasi nog mycket
- 12. Tenderar du att
 - säga rent ut vad du tycker
 - hålla öron och ögon öppna
- 13. På jobbet, föredrar du att dina aktiviteter är
 - planerade
 - oplanerade
- 14. Är du mer
 - uppmärksam utåt än introspektiv
 - introspektiv än uppmärksam utåt
- 15. Ser du dig själv som mer
 - realistisk och osentimental
 - ömsint och sentimental
- 16. Tar du vanligtvis det som sägs
 - bokstavligt
 - bildligt
- 17. Talar du mer i
 - specifika än generella termer
 - generella än specifika termer
- 18. Vilket tilltalar dig mer
 - konsekvens i tanke och idéer
 - harmoniska relationer
- 19. Föredrar du att ha ett kontrakt
 - nedskrivet på papper
 - bekräftat med ett handslag
- 20. Är du mer tillfredställd
 - med en färdig produkt
 - medan du arbetar på någonting
- 21. Trivs du bättre med att
 - komma till avslut
 - hålla dina valmöjligheter öppna
- 22. Är det värre att vara
 - mjuk och medgörlig
 - tuff och oresonlig
- 23. Upplever du att visionärer och teoretiker är
 - ganska irriterande
 - ganska fascinerande
- 24. Anser du dig själv vara

- en god konversatör
- en god lyssnare
- 25. Ser du oftare det som
 - är mitt framför näsan
 - bara går att föreställa sig
- 26. Ser du dig själv mer som en
 - utåtriktad person
 - tillbakadragen person
- 27. Brukar du
 - ta reda på fakta
 - utforska möjligheter
- 28. Är du benägen att vara mer
 - jäktad än avslappnad
 - avslappnad än jäktad
- 29. Föredrar du vanligtvis
 - slutgiltiga beslut
 - preliminära beslut
- 30. På jobbet, tenderar du att
 - vara social med dina medarbetare
 - hålla dig för dig själv
- 31. Är det enklare för dig att
 - delegera arbetsuppgifter
 - identifiera dig med andra
- 32. När du avslutar ett jobb, vill du
 - se till att allt avslutas ordentligt
 - gå vidare till något nytt
- 33. Är du för det mesta en
 - praktisk person
 - fantasirik person
- 34. Vad skulle du vilja ha mer av:
 - viljestyrka
 - känslomässig styrka
- 35. Läger du lättare märke till
 - oordning
 - möjligheter till förändring
- 36. Att umgås med personer du inte känner
 - fyller dig med energi

- gör att du tappar energi
- 37. Sunt förnuft är
 - vanligtvis pålitligt
 - ofta värt att ifrågasätta
- 38. Ser du dig själv mer som
 - tjockhudad
 - överkänslig
- 39. När du bildar dig en uppfattning om andra, är du oftare
 - objektiv och opersonlig
 - vänlig och personlig
- 40. Fakta
 - talar sitt eget språk
 - illustrerar principer
- 41. Tycker du om författare som
 - skriver vad de menar
 - använder metaforer och symbolspråk
- 42. Är det så att du vanligtvis
 - tar snabba beslut
 - vrider och vänder på saker en tid
- 43. När du har hand om andra, är du mestadels
 - stadig och orubblig
 - förlåtande och överseende
- 44. Är du mer bekväm
 - efter ett taget beslut
 - före ett taget beslut
- 45. Är du vanligtvis
 - en kallsinnig person
 - en varmhjärtad person
- 46. Är du vanligtvis
 - lätt att ta kontakt med
 - något reserverad
- 47. Vad värderar du hos dig själv
 - starkt grepp om verkligheten
 - levande föreställningsförmåga
- 48. På jobbet, är det mer naturligt för dig att
 - påpeka misstag
 - försöka vara andra till lags
- 49. Har du lättare att lita på

- de erfarenheter du har gjort
- de slutsatser du har dragit
- 50. I de flesta situationer, är du mer
 - planerande än spontan
 - spontan än planerande
- 51. Är du mer intresserad av
 - det som faktiskt är
 - det som är möjligt
- 52. Vilket är en bättre komplimang
 - "Där har du en logisk person"
 - "Där har du en känslig person"
- 53. Är det bättre att vara
 - rättvis
 - förlåtande
- 54. Vid en fest, umgås du med
 - många, även personer du inte känner
 - några få vänner
- 55. I en laddad diskussion
 - håller du fast vid din åsikt
 - letar du efter gemensamma åsikter
- 56. Är du mer påverkad av
 - övertygande bevis
 - någons vädjan
- 57. Vad värderar du mer hos dig själv, att du är
 - förnuftig
 - trogen och lojal
- 58. Oreda på ditt skrivbord, är det något du
 - tar dig tid att städa upp
 - tolererar ganska bra
- 59. När telefonen ringer
 - skyndar du dig för att svara
 - hoppas du att någon annan ska svara
- 60. Föredrar du att
 - se till att saker är planerade
 - ta saker som de kommer
- 61. Är du mer bekväm med att
 - göra kritiska bedömningar

- ge värdeomdömen
- 62. I berättelser, föredrar du
 - "action" och äventyr
 - fantasi och hjältemod
- 63. Vill du vanligtvis ha saker
 - slutgiltigt bokade
 - preliminärbokade
- 64. Är du mer
 - förnuftig än idérik
 - idérik än förnuftig
- 65. Är du mer benägen att vara
 - jordnära
 - lite frånvarande
- 66. Är det värre att
 - inte ha kontakt med verkligheten
 - leva enligt invanda rutiner
- 67. Vilket upplever du mer bristfälligt
 - att vara för medkännande
 - att vara för opersonlig
- 68. Tenderar du att välja
 - med omsorg
 - aningen impulsivt
- 69. När du står i kö, brukar du
 - småprata med andra
 - vänta på din tur
- 70. Är du mer
 - rutinmässig än spontan
 - spontan än rutinmässig

Bilaga 2

Förenklade enkäter för den yngsta informantgruppen

1. Är du på samma sätt mot dina kompisar på msn som när ni träffas i verkligheten?
2. Funkar det lika bra att ”prata” på msn som i verkligheten om du tänker på hur väl ni förstår varandra?
3. Vilka fördelar/nackdelar finns det med att prata på msn jämfört med att tala i telefon?
4. Av vilka anledningar vill du/vill du inte använda msn?
5. Finns det något som msn tillför i din vardag, som du inte kunde ha uppnått utan msn?
6. Övriga kommentarer:

Bilaga 3

Påståenden för skattning, innan och efter Seniorsidan

1. Jag är intresserad av att använda min dator
2. Jag skulle vilja använda min dator mer än jag gör idag
3. Datorer skrämmer mig
4. Datorer är för yngre människor
5. Webbforum är för yngre människor
6. Datorn tillför något i min vardag
7. Jag har dålig självkänsla när det gäller datorer och internet
8. Jag känner mig isolerad i mitt hem
9. Jag skulle vilja ha mer kontakt med mina vänner än jag har idag
10. Ibland är jag rädd att störa mina vänner när jag kontaktar dem
11. Jag tror att ett webbforum är ett bra sätt att underhålla kontakter med vänner
12. Jag tror att ett webbforum är ett bra komplement till den ”vanliga”
umgängesformen
13. Jag tycker att det är roligt att lära mig nya saker
14. Jag tycker att det är roligt att lära mig mer om datoranvändning