



MEDICINSKA FAKULTETEN
Lunds universitet

Institutionen för hälsa, vård och samhälle
Avdelningen för arbetsterapi och gerontologi

Vad vill äldre göra?

- En kvantitativ studie

Författare: Pernilla Karlsson,
Theresa Kjellström

Handledare: Monika Vestling

Januari 2010

Kandidatuppsats

Adress: Avdelningen för arbetsterapi och gerontologi, Box 157, S-221 00 Lund



MEDICINSKA FAKULTETEN

Lunds universitet

Institutionen för hälsa, vård och samhälle
Avdelningen för arbetsterapi och gerontologi

2010-01-11

Vad vill äldre göra?

En kvantitativ studie

Pernilla Karlsson, Theresa Kjellström

Abstrakt

Aktivitet är viktigt för en persons välbefinnande. Utförandet av meningsfulla aktiviteter skapar förutsättning för en god hälsa. Äldre lever allt längre och blir allt fler. Det är viktigt att samhället har en beredskap att hjälpa och stötta äldre personer som på grund av åldrande inte längre klarar av att utföra de aktiviteter de är intresserade av. Syftet med studien var att genom kvantitativ metod få kunskap om vad äldre är intresserade av, vad de gör samt vad de vill göra. För att fånga flera intresseområden och vilka aktiviteter de utför och vill utföra användes Intressechecklistan. Resultatet visade att äldre har en bred intressebas. Det finns ett stort intresse för ADL-aktiviteter samt aktiviteter som är kopplade till sociala eller kulturella sammanhang. I diskussionen diskuterades det att äldres intressen kan bero på vilka vanor dem tidigare haft samt att förlusten av olika roller medför att nya intressen framkommer. De fysiska nedsättningar som kommer med åldern kan påverka äldre i deras utförande av aktivitet. Sammanfattningsvis visar studien att äldre har en variation av intressen som kan bero på tidigare vanor, roller och syn på den egna förmågan samt fysiska förutsättningar.

Nyckelord: äldre äldre, medel äldre, aktivitet, intressen

Kandidatuppsats

Avdelningen för arbetsterapi och gerontologi, Box 157, S-221 00 Lund

Innehållsförteckning

Introduktion	4
Begreppet aktivitet	4
<i>Definition.....</i>	<i>4</i>
<i>Kategorisering av aktivitet.....</i>	<i>4</i>
<i>Teoretisk modell.....</i>	<i>5</i>
Den äldre människan och aktivitet.....	6
Aktivitetsteorin.....	6
Syfte	8
Metod	8
Urval.....	9
Undersökningsgruppen.....	9
Instrument för datainsamling.....	9
Procedur.....	10
Bortfallsanalys	10
Databearbetning.....	11
Etiskt övervägande.....	11
Resultat	12
Äldres intresse de senaste tio åren och det senaste året.....	12
Vad äldre gör och vill göra	14
Diskussion.....	16
Metoddiskussion.....	16
Resultatdiskussion.....	18
<i>Äldres intressen då och nu.....</i>	<i>18</i>
<i>Vad äldre utför och vill utföra i framtiden.....</i>	<i>20</i>
Slutsats	22
Referenser	23
Bilaga 1: Informationsbrev vid utlämning	
Bilaga 2: Informationsbrev vid utskick	
Bilaga 3: Instruktion för Intressechecklistan	
Bilaga 4: Frågeformulär	
Bilaga 5: Tabeller 1-16	

Introduktion

Aktivitet är en av de mest fundamentala aspekterna av livet och är en av de faktorer som definierar vilka vi är (Kielhofner, 2008). Aktivitetens betydelse för hälsan är en av grundpelarna i arbetsterapi och visar att Meyer (1977) var på rätt väg då han deklarerade att aktivitet är en förutsättning för god hälsa.

Begreppet aktivitet

Definition

För att förstå varför aktivitet är viktigt för människan krävs det en förståelse för begreppet. International Classification of Functioning, Disability and Health [ICF] beskriver begreppet aktivitet som "en persons genomförande av en uppgift eller handling" (Socialstyrelsen, 2003). Inom den arbetsterapeutiska teoribildningen finns det definitioner och beskrivningar av begreppet aktivitet som har vissa likheter med den beskrivning ICF presenterar. I likhet med ICFs beskrivning förklarar arbetsterapeutisk litteratur aktivitet som en människas görande (Christensen & Baum, 2005; Kielhofner, 2008). Skillnaden är att aktivitet inom den arbetsterapeutiska teoribildningen förklaras med fler dimensioner än enbart görandet (CAOT, 2006; Kielhofner, 2008). I de teoretiska praxismodellerna Canadian Model of Occupational Performance [CMOP] (CAOT, 2006) och Model of Human Occupation [MoHO] (Kielhofner, 2008) finns det utförliga beskrivningar och exempel på dessa dimensioner. Gemensamt för dessa modeller är att utförande förklaras genom att beskriva de tre komponenter som ingår i utförandet: person, miljö och aktivitet (CAOT; 2002; Kielhofner, 2008). Att vara delaktig i aktivitet bidrar till att individen bibehåller och utvecklar sina förmågor, mönster och sin livsstil bättre (Kielhofner, 2008). Varje aktivitet har ett värde som är unikt för varje enskild människa. För att få en ökad förståelse för värdet av aktivitet krävs kunskap om vilka kategorier av aktivitet som finns.

Kategorisering av aktivitet

Kielhofner (2008) delar upp aktivitet i kategorierna vardagliga aktiviteter [ADL], produktivitet och lek. Vardagliga aktiviteter är aktiviteter som ingår i det dagliga livet. Här ingår personlig hygien, matlagning, städning och annan skötsel av hus, hem och person. Produktivitet är aktiviteter som antingen ger lön eller annan form av ekonomisk ersättning eller ger kunskap eller på annat sätt bidrar till samhället. I denna kategori ingår arbete och studier. Lekaktiviteter är aktiviteter som utförs för nöjets och glädjens skull. I kategorin lekaktiviteter faller fritidsintressen som exempelvis utövandet sport och hantverk men även

aktiviteter som bygger på att upptäcka eller låtsas (Kielhofner, 2008). Dessa aktiviteter har ofta ett självbelönande syfte (Persson, Erlandsson, Eklund & Iwarsson, 2001) och skänker människan meningsfullhet och glädje. Kielhofner (2008) lyfter fram att aktivitetsmönstret förändras genom livet men att aktivitet fortfarande är en essentiell del av människan. För att använda aktivitet inom den arbetsterapeutiska professionen krävs det en förståelse, inte enbart för aktivitet utan även för komponenterna som ingår i ett aktivitetsutförande.

Teoretisk modell

På grund av den komplexitet som påvisas i begreppet aktivitet finns det modeller som förklarar aktivitetens komponenter och hur dessa komponenter interagerar med varandra. Kielhofner (2008) beskriver teoretiskt aktivitet i den generella praxismodellen MoHO (Forsyth & Kielhofner, 2003). MoHO förklarar aktivitet genom tre olika komponenter: person, miljö och aktivitetsutförande. I studien kommer fokus att ligga på personkomponenten och därmed kommer miljö och aktivitetsutförande inte beröras vidare i studien. Personkomponenten består av viljesystemet, vänjandesystemet samt systemet för utförandekapacitet. Viljesystemet lyfter fram vilka faktorer som påverkar varför en människa väljer vissa aktiviteter framför andra. Att en aktivitet skänker glädje eller att en människa har positiva erfarenheter av en aktivitet är skäl som anges i viljesystemet. Andra skäl till människas val av aktivitet är värderingar eller förväntningar på hur aktiviteten kommer att vara. Tron på den egna förmågan är en väsentlig del av hur viljesystemet påverkar om en människa väljer att fortsätta med en aktivitet eller påbörja något nytt. Vänjandesystemet förklarar hur de valda aktiviteterna ordnas i mönster. Hur aktiviteterna blir en del av en människas rutin beror på människans tidigare och nuvarande roller samt vilka vanor som finns i vardagen. Sista komponenten är utförandekapacitet. I denna komponent lyfts de fysiska och psykiska färdigheterna fram som en orsak till om och hur en aktivitet utförs (Forsyth & Kielhofner, 2003; Kielhofner, 2008). Att bli äldre kan innebära förändringar (Dehlin, Hagberg, Rundgren, Samuelsson & Sjöbeck, 2000) som kan påverka människan på flera sätt. De flesta förändringar sker ofta i utförandekapaciteten (Forsyth & Kielhofner, 2003; Kielhofner, 2008) som fysiska eller kognitiva nedsättningar medan andra kan bero på sociala omständigheter.

Den äldre människan och aktivitet

En stor del av befolkningen i Sverige utgörs idag av gruppen äldre (Folkhälsoinstitutet, 1998). Tidigare har begreppet äldre delats in i åldrarna 65+ och 75+ men i takt med att vi idag lever längre (Socialstyrelsen, 2009) och att sjukdomspanoramata och bibehållna eller mer obetydligt förändrade funktioner har blivit uppskjutet under åldrandet (Dehlin et al, 2000; Statens folkhälsoinstitut, 1998) behöver begreppet äldre omdefinieras. Begreppet bör omfatta individer från 80+ och däröver. Istället talar man idag om en grupp "unga äldre" mellan 65-74 år, en grupp "medeläldre" som är 75-84 år och en grupp "äldreäldre" i åldern 85 och uppåt (Dehlin et al, 2000).

I MoHO utgår Kielhofner (2008) från att alla människor föds med en vilja till aktivitet och en drivkraft att utforska sin omgivning. Under livets gång utvecklas drivkraften parallellt med uppfattningen om sig själv, värderingar, normer och intressen som är viktiga i valet av aktivitet (Kielhofner, 2008). Antalet äldre beräknas enligt socialstyrelsen (2009) att öka från 17 % av befolkningen till 23 % år 2030. En av konsekvenserna av det ökande antalet äldre (Socialstyrelsen, 2009) är att samhället inte kan erbjuda meningsfull sysselsättning för samtliga (Dehlin et al, 2000). Den äldre människan kan under sådana förhållanden tvingas leva isolerat där individen inte kan utveckla sina färdigheter eller tillfredsställa sina individuella behov. Detta skulle stå i konflikt med vikten av att utföra meningsfulla aktiviteter (Persson et al, 2001). Ensamhet och isolering kan innebära en negativ effekt och påskynda individens åldrande (Statens folkhälsoinstitut, 2004). Förändringar av det sociala nätverket samt synen på sig själv och sin plats i samhället kan leda till förluster av tidigare invanda roller och intressen (Dehlin et al, 2000; Kielhofner, 2008).

Aktivitetsteorin

Även på äldre dagar är det viktigt att hålla kroppen aktiv för att förbättra det allmänna välbefinnandet och ha mer ork till det individen vill utföra. Att kunna utföra aktiviteter både i det egna hemmet och utanför skapar större förutsättningar för en bättre livskvalitet genom att uppnå individens önskningar och målsättningar (Grimby & Grimby, 2001).

Inom socialgerontologin (Dehlin et al, 2000; Tornstam, 2005) som handlar om psykologiska och sociologiska studier av åldrandet, finns en teori som kallas aktivitetsteorin. Ett av teorins antaganden menar att äldre som är aktiva i sin vardag samt är i kontakt med andra människor blir mer tillfredsställda och har lättare att anpassa sig till tillvaron (Dehlin et al, 2000). Aktiva bibehåller även sina funktioner under åldrandeperioden bättre än psykiskt och fysiskt inaktiva

personer (Statens folkhälsoinstitut, 2004). Äldre som tillfrågats om sina upplevelser kring utförandet av fritidsaktiviteter anger själva att det skapar fördelar för hälsan att vara aktiv (Pereira & Stagnitti, 2008). Att skapa nya sociala kontakter i samband med förluster skapar bättre möjligheter att leva ett innehållsrikt liv som äldre. Genom att fortsätta "vara ung i sinnet" hotas inte den äldres självbild. Tillvaron ska ses som en möjlighet för individen att känna livslust och att vara tillfreds med sig själv (Dehlin et al, 2000). Detta tyder på att det är viktigt att veta vad äldre vill göra för att kunna stödja de äldre som inte längre har förmågan att ta initiativ till att utföra meningsfulla aktiviteter. Att ständigt erbjuda samma aktiviteter på träffpunkter för äldre är inte att hjälpa dem att hitta meningsfulla aktiviteter. Genom att veta vad äldre vill göra och intresserade av kan aktiviteter som äldre har ett starkt intresse för erbjudas och som i sin tur skulle ge friskare och mer stimulerade äldre (Grimby & Grimby, 2001).

För att förbättra äldres hälsoprevention behövs uppmuntran samt ett stort utbud av aktiviteter. Möjlighet för individen att välja aktiviteter hon är intresserad av och som överensstämmer med tidigare vanor och roller bör finnas (Grimby & Grimby, 2001). När människan engagerar sig i en aktivitet sker ett samspel mellan aktiviteten, personen och miljön (Christensen & Baum, 2005; Kielhofner, 2008). Detta påverkar och karaktäriserar människan. (Forsyth & Kielhofner, 2003; Kielhofner, 2008). Genom att i största mån kunna bibehålla sina vardagliga aktiviteter och samtidigt ingå i ett socialt och meningsfullt sammanhang ökar både självkänslan och välbefinnandet (Grimby & Grimby, 2001). För att äldre skall få tillgång till alla de fördelar ett aktivt liv för med sig är det viktigt att det finns studier om vad äldre är intresserade av samt tid och engagemang för att hitta metoder att implementera detta i samhället.

Kompetenscentrum inom äldreomsorg och äldreomsorg var ett samverkansprojekt som fanns år 1999-2007 med syfte att stödja den regionala och lokala forskningen. Under organisationens existens skrevs ett par rapporter däribland en rapport (Olofsson & Thelander, 2002) där Intressechecklistan [i en version från 1996, författarnas anmärkning] (Carlsson, Haglund, och Kjellberg, 2001) användes för att kartlägga vilka intressen de äldre på servicehus har och i vilken grad de utövar dessa. Undersökningsgruppen i studien bestod 73 äldre boendes på ett servicehus. Personerna var i åldrarna 62 till 98 och graden av vårdbehov varierade från inga insatser till flera insatser både dag och natt. Resultatet hoppades författarna på att kunna använda till att planera den arbetsterapeutiska och sjukgymnastiska interventionen för äldre

för att den skulle baseras på äldres intressen i så stor utsträckning som möjligt. Resultatet visade att äldre var mest intresserade av socialt och kulturellt betingade aktiviteter vilket överensstämmer med annan forskning på området (Nilsson, Löfgren, Fisher & Bernssprång, 2006). Resultatet tydde även på att de äldre inte utförde aktiviteter i den utsträckning de önskade (Olofsson & Thelander, 2002). Då denna studie tog hänsyn till respondenternas vårdbehov anser vi att det behövs en liknande studie för friska äldre.

Att det finns ett samband mellan utförandet av meningsfulla aktiviteter och hälsa har tidigare påvisats (Wilcock, 2006). I relation till att äldres förutsättningar för aktivitet, både gällande fysisk och psykisk förmåga och sociala faktorer som ensamhet förändras med åren (Dehlin et al, 2000). Det är viktigt att äldre får möjlighet och stöd i att utföra meningsfulla aktiviteter både i och utanför hemmet trots eventuella funktionsnedsättningar eller sociala förluster. Alla människor är olika och det gäller även äldres tidigare erfarenheter och intressen. Vad som erbjuds för äldre idag varierar mellan olika kommuner men vad äldre faktiskt vill göra finns det lite forskning om. Att veta vad äldre är intresserade av och vill göra i sin vardag är det förutsättning för att kunna planera och erbjuda stöd och möjlighet till aktivitet för att tillgodose olika behov och intressen som äldre har.

- inaktivitet innebär en risk för ohälsa
- äldre löper risk att på grund av fysiska och psykiska förändringar ej kunna genomföra de aktiviteter de önskar
- genom kunskap om äldres intressen och vad de gör kan samhället på ett bättre sätt erbjuda aktiviteter som äldre vill göra
- genom dessa aktiviteter ökar chanserna för att äldre kan leva ett tillfredställt aktivitetsliv

Syfte

Studiens syfte är att undersöka vad äldre är intresserade av, utför och vill göra i sin vardag.

Metod

Studien hade en kvantitativ ansats där datainsamlingen skedde med kvantitativ metod i form av enkäter. Data analyserades genom deskriptiv statistik.

Urval

Studien riktade sig till personer inom gruppen "medelåldre" och "äldre äldre" tillhörandes en pensionärsförening i Region Skåne. Olika distrikt för pensionärsföreningar kontaktades och information om studien och urvalskriterierna skickades ut. Tillsammans med enkät och formulär bifogades ett informationsbrev (se bilaga 1 och 2), som Ejlertsson (1996) kallar för ett följebrev där syftet med studien och vilka personer som valts ut till studien och varför förklaras.

Undersökningsgruppen

Totalt 25 (=N) personer deltog i studien. Av dessa var tio personer män och tolv personer var kvinnor och tre personer hade ej angett kön. Den yngsta personen i studien var 75 år och den äldsta personen 84 år gammal. Medianåldern var 78 år. Av de 25 respondenterna var det endast 14 som angett ålder.

Instrument för datainsamling

För att fånga flera intresseområden och att få kunskap om respondenternas intresse samt vad respondenterna utförde och ville utföra aktiviteten i framtiden valdes instrumentet Intressechecklistan (Carlsson, Haglund & Kjellberg, 2001). Intressechecklistan bestod av 71 aktiviteter. Intressegrad de senaste tio åren, det senaste året, om aktiviteten utförs och vill utföras i framtiden efterfrågades för varje aktivitet. Dessa frågor utgjorde del ett i instrumentet. Del två bestod av en övrig fråga för de aktiviteter som respondenten saknade i instrumentet. Del tre var en essäfråga om respondentens intressen. Det var endast instrumentets första del som användes till studien. Då Intressechecklistan (Carlsson, Haglund & Kjellberg, 2001) kunde upplevas svår för respondenterna att fylla i, konstruerades ett instruktionsblad (se bilaga 3). Där fanns exempel och information om hur respondenterna skulle fylla i och kryssa i enkäten. Olika översättningar och versioner av Intressechecklistan har använts i ett flertal studier (Horne, Corr & Earle, 2005; Wikström, 2006) där intressen av olika aktiviteter har kartlagts.

För att få bakgrundsinformation om respondenterna konstruerades även ett formulär (se bilaga 4) med bakgrundsfrågor (Ejlertsson, 1996). Formuläret innehöll frågor om ålder, kön, boendesituation, utbildningsgrad samt tidigare sysselsättning. Anledningen till att dessa variabler valdes var att dels få en bild av undersökningsgruppen såg ut, ifall den var homogen

eller inte och dels för att i resultatet kunna se skillnader mellan exempelvis kön och ålder med intressen.

Procedur

Kontakt via e-post togs med 15 distrikt för två olika pensionärsföreningar. En kortfattad bakgrund om studien och dess syfte presenterades med ett önskemål om att få hjälp med att nå personer som platsade under studiens urvalskriterier. Tre distrikt svarade och angav ett intresse att vara behjälpliga. Efter godkänd ansökan från den Vårdvetenskapliga Etiknämnden, skickades ytterliggare information ut till de tre distrikt och en påminnelse till distrikten som inte svarade första gången. För det ena distriktet beslutades det att enkäter skulle distribueras av uppsatsförfattarna vid ett föreningsmöte. På mötet närvarade ett 50-tal personer. Alla informerades om studien och dess bakgrund samt att deltagandet i studien var frivilligt. Enkäter delades ut till alla närvarande och ett följebrev (se bilaga 1) bifogades med information om studien och att deltagandet var frivilligt, instruktion för Intressechecklistan, uppsatsförfattarnas och handledarens kontaktuppgifter. Enkäterna hämtades vid mötets slut. Vid detta tillfälle fick studien 16 respondenter. Till ett annat distrikt lämnades 100 enkäter till ett lokalkontor för att via mellanhand distribueras. Utskicket var i form av postenkät (Eljertsson, 1996) ett svarskuvert bifogades. Vid urvalet användes målinriktad sampling (Depoy & Gitlin, 1999) då tydlig information om urvalskriterierna fanns med i alla handlingar som skickades ut. Respondenterna fick lite mer än en vecka på sig att fylla i och skicka tillbaka enkäten. Ingen påminnelse skickades ut eftersom uppsatsförfattarna inte hade några kontaktuppgifter till de potentiella respondenterna. Efter två veckor hade nio enkäter skickats tillbaka. Tillsammans med de enkäter som inhämtades vid pensionärsföreningsmötet gav detta ett underlag på 25 respondenter. Det tredje distriktet kunde ej ingå i studien eftersom deras utskicksdatum till sina medlemmar låg för sent för att enkäterna skulle hinna tillbaka i tid för att bearbetas.

Bortfallsanalys

Det externa bortfallet uppgår till ungefär 83 %. Det exakta bortfallet är svårt att avgöra då det inte gick att räkna exakt antal personer som närvarade under mötestillfället då det var mycket rörelse bland mötesdeltagarna och personer rörde sig ut och in i lokalen. Bortfallet för enbart enkätutskicket via mellanhand var 81 %.

Databearbetning

För att bearbeta datan användes Statistical Package for the Social Sciences [SPSS 14.0 for Windows]. Alla enkäter fick ett löpnummer och sedan fördes svaren in i SPSS, enkät för enkät. Därefter kontrollerades det att all data var korrekt genom att gå igenom samtliga enkäter och jämföra dessa med datan i SPSS. I Intressechecklistan (Carlsson et al, 2001) fanns fem kategorier för instrumentets aktiviteter, manuella färdigheter, fysiska sporter, social rekreation, aktiviteter i det dagliga livet och kulturella/utbildningsmässiga. Det saknades information om vilka aktiviteter som tillhörde vilken kategori och därför kontaktades en av översättarna av instrumentet som meddelade att hon inte hade någon information om aktiviteternas uppdelning. Uppsatsförfattarna skapade därför egna kategorier genom att utgå från de kategorier som ingick i instrumentet samt med hjälp av andra benämningar då liknande aktiviteter kartlagts (Wikströms, 2006). MoHOs (Kielhofner, 2008) aktivitetskategorisering användes även som grund. Alla aktiviteter placerades en och en in i de kategoriförslag som tagits fram. De aktiviteter där uppsatsförfattarna ansåg att det inte fanns en självklar kategori användes sedan för att modifiera kategoriförslagen. När alla aktiviteter var kategoriserade hade uppsatsförfattarna hittat följande kategorier, friluftsliv, personliga och instrumentella aktiviteter i det dagliga livet [P- och I-ADL], kultur och utbildning, sport och idrottsaktiviteter, föreningsliv, hobby, sociala aktiviteter och övrigt. Kategoriseringen skedde subjektivt av uppsatsförfattarna. Datan analyserades deskriptivt genom antalet svar för varje fråga och aktivitet sammanställdes i tabeller i excel. I tabellerna lades antalet svar för starkt och något intresse för varje aktivitet ihop för att belysa respondenternas intresse i helhet. Resultatet analyserades med hjälp av tabeller som visade antalet intresserade av aktiviteterna i de olika kategorierna de senaste tio åren och det senaste året samt tabeller som visade om respondenterna utförde aktiviteterna eller ville utföra aktiviteterna i framtiden. Resultat presenterades i löpande text med hänvisning till tabellerna i bilaga 5.

Etiskt övervägande

En ansökan till den Vårdvetenskapliga etiknämnden [VEN] lämnades till ansvarig representant på institutionen. Deltagandet i studien var helt frivilligt och alla respondenter var helt anonyma. Studien var inte av den karaktär att det kunde förekomma några risker för de respondenter som valde att delta i studien.

Resultat

Äldres intressen under de senaste tio åren [då] och det senaste året [nu]

De kategorier där respondenterna var intresserade av flest aktiviteter var P- och I-ADL, kultur och utbildning, föreningsliv, sociala aktiviteter och övrigt. Inom varje kategori fanns det en eller ett par aktiviteter där respondenterna var mer intresserade. Överlag påvisades en minskning av intresse i jämförelse då och nu.

Inom kategorin friluftsliv (se bilaga 5 sid 1, tabell 1) har respondenterna tidigare varit mest intresserade av promenader och cykling. Det finns fortfarande ett stort intresse av dessa aktiviteter men intresset för cykling har minskat. Detsamma gäller för bil- och motorcykelkörning där intresset har minskat om man jämför med då och nu. Minst intresse finns det för aktiviteterna camping och scouting.

P- och I-ADL aktiviteter var det många respondenter som var intresserade av (se bilaga 5 sid 1, tabell 2). Att handla var den aktivitet där flest respondenter har haft och fortfarande har intresse för. Därefter kommer trädgårdsskötsel och kläder. Minst intresse fanns det för bil- och båtreparationer och husdjur både då och nu.

Även bland aktiviteterna inom kategorin kultur och utbildning (se bilaga 5 sid 2, tabell 3) fanns det ett stort intresse bland respondenterna. Att lyssna på musik var den aktivitet som respondenterna förr var mest intresserade av. Intresset för denna aktivitet har minskat en del. Vidare var studiecirkel och kurser en aktivitet som respondenterna har haft ett stort intresse för. Tidskriftsläsning och radiolyssning var aktiviteter som ett flertal respondenter har haft ett stort intresse för.

Bland sport och idrottsaktiviteterna (se bilaga 4 sid, 2 tabell 4) var intresset inte särskilt stort men av aktiviteterna under denna kategori var det fysisk tränings- och tävlingsaktivitet som var mest populärt. Det har dock skett en minskning i jämförelse mellan då och nu.

Det fanns ett stort intresse för föreningsliv bland respondenterna (se bilaga 5 sid 3, tabell 5). Många respondenter var intresserade av föreningsaktiviteter men intresset för kyrklig verksamhet var inte särskilt högt, dock har det skett en liten ökning för denna aktivitet.

Det finns en stor variation av intresse bland aktiviteterna inom kategorin hobby (se bilaga 5 sid 3, tabell 6). Fotografera var den aktivitet med mest intresse då medan aktiviteten tips och lotteri var den aktivitet där intresset är störst nu.

För de sociala aktiviteterna (se bilaga 5 sid 3, tabell 7) fanns det ett stort intresse för att umgås med släkt, vänner och familj både i och utanför hemmet där intresset för att umgås utanför hemmet var större. Det fanns även förr ett intresse för dans som nu har minskat.

Bland de övriga aktiviteterna (se bilaga 5 sid 4, tabell 8) fanns det framförallt ett stort intresse för att resa. Intresset för dessa aktiviteter har minskat med åren.

Sammanfattningsvis visade resultatet att det fanns en stor variation bland respondenternas intressen. Nedan sammanställs de aktiviteter som flest respondenter angett intresse för de senaste tio åren (se bilaga 5 sid 1-4, tabell 1-8):

- lyssna på musik
- umgås med familj, släkt och vänner utanför hemmet
- studiecirkel och kurser
- handla
- resa
- kläder
- trädgårdsskötsel
- radiolyssning
- tidning och tidskriftsläsning
- umgås med familj, släkt och vänner i hemmet

Ovan aktiviteter kan jämföras med de aktiviteter som respondenterna har angett sig ha intresse för under det senaste året (se bilaga 5 sid 4-7, tabell 9-16):

- handla
- umgås med familj, släkt och vänner utanför hemmet
- resa
- promenader
- kläder
- trädgårdsskötsel

- tidnings- och tidskriftsläsning
- lyssna på musik
- bokläsning
- tv/video
- umgås med familj, släkt och vänner i hemmet
- städning och rengöring
- radiolyssning

Att det är fler aktiviteter under det senaste året beror på att det var ett större antal aktiviteter med lika många intressenter. De aktiviteter respondenterna var intresserade av då har dem även ett intresse för nu. Det har överlag skett en minskning av intresse för aktiviteterna.

Vad äldre gör och vill göra

De kategorier där flest aktiviteter utfördes av respondenterna var inom P- och I-ADL, kultur och utbildning, föreningsliv, hobby, sociala aktiviteter och övrigt.

Den aktivitet under friluftskategorin som utfördes av flest respondenter var promenader (se bilaga 5 sid 4, tabell 9). Andra aktiviteter som många respondenter utförde var bil- och motorcykelkörning samt ströva i skog och mark. Bland dessa aktiviteter har äldre en önskan om att promenera i framtiden och det var fler respondenter som ville köra bil och motorcykel, bada, ströva i skog och mark samt cykla.

Bland aktiviteterna i P- och I-ADL kategorin (se bilaga 5 sid 4, tabell 10) utfördes alla aktiviteter av respondenterna. Handla utfördes av flest respondenter och därefter kom matlagning och städning och rengöring. Husdjur, barnavård och bil- och båtreparationer utfördes av minst antal respondenter. Det har för de flesta aktiviteter inom denna kategori skett en minskning mellan antalet respondenter som utförde aktiviteten och som önskar utföra i aktiviteten i framtiden. Detta gäller bland annat aktiviteterna handla, matlagning och städning och rengöring. Det har skett en ökning gällande barnavård där ytterligare en respondent önskar utföra aktiviteten i framtiden.

Kultur och utbildning var en kategori (se bilaga 5 sid 5, tabell 11) där många aktiviteter utfördes av flera respondenter. Radiolyssning och att lyssna på musik utfördes av flest respondenter därefter låg tidnings- och tidskriftsläsning och studiecirkel och kurser. Aktiviteterna politik, främmande språk och självstudier utfördes av minst antal respondenter.

Det finns en variation av ökad och minskad önskan om att utföra aktiviteterna i framtiden i denna kategori. Att gå på museer och utställningar, främmande språk, tv/video och bio är aktiviteter där det finns ökning i antalet respondenter som vill utföra aktiviteten i framtiden i jämförelse med antalet respondenter som utförde aktiviteten idag. För aktiviteterna radiolyssning och konsert/teater var det färre som önskade utföra aktiviteten än dem som utförde aktiviteten idag.

Sport och idrottsaktiviteterna (se bilaga 5 sid 5, tabell 12) var det inte många respondenter som utförde. Fysiskt tränings- och tävlingsaktivitet utfördes av flest respondenter och lika många ville utföra aktiviteten i framtiden. En ökning med en respondent gällande önskan att utföra aktiviteten idrottsevenemangsbesök i framtiden påvisas.

Föreningslivsaktiviteterna (se bilaga 5 sid 6, tabell 13) skiljde sig avsevärt åt. Föreningsaktiviteter utfördes och ville utföras i framtiden i lika stor utsträckning till skillnad från den kyrkliga verksamheten där färre respondenter utförde aktiviteten idag men ytterligare en respondent hade en önskan om att utföra aktiviteten i framtiden.

I kategorin hobby (se bilaga 5 sid 6, tabell 14) var det framförallt fotografera som respondenterna utförde och önskade utföra i framtiden. För flera av aktiviteterna utfördes aktiviteten idag av lika många som önskade utföra aktiviteten i framtiden. Det fanns en ökning av antalet respondenter som ville utföra aktiviteterna sjunga/spela, träarbete, kortspel och måla/rita i framtiden i jämförelse med hur många som utförde aktiviteterna idag.

Bland de sociala aktiviteterna (se bilaga 5 sid 7, tabell 15) ville alla respondenter som svarade att de utförde aktiviteterna umgås med familj, släkt och vänner i och utanför hemmet även utföra detta i framtiden. En respondent anger att aktiviteten dans inte ville utföras i framtiden men att den utfördes nu.

Bland aktiviteterna under kategorin övrigt (se bilaga 5 sid 7, tabell 16) utförde lika många respondenter aktiviteterna semester och resa som antalet respondenter som angav att de önskade utföra dessa aktiviteter i framtiden.

De aktiviteter respondenterna angett intresse för var även de aktiviteterna där många respondenter utförde aktiviteterna idag och ville utföra i framtiden. För vissa aktiviteter har en

minskning skett, detta gäller tidnings- och tidskriftsläsning, städning och rengöring och radiolyssning.

Sammanfattningsvis visade resultatet att respondenterna hade en stor variation av intressen fördelade på alla kategorier men framförallt på kategorierna P- och I-ADL, kultur och utbildning, föreningsliv, sociala aktiviteter och övrigt. Vidare visade resultatet att respondenterna i en stor utsträckning både utför och ville utföra de aktiviteter de är intresserade av.

Diskussion

Metoddiskussion

Vi valde att använda oss av enkäter för att det enligt Ejvegård (2003) är ett enkelt sätt att nå ut till flera personer. Genom att skicka ut många enkäter hoppades vi kunna öka chansen för en hög svarsfrekvens. Enkäter är ett bra sätt att säkerställa respondenternas anonymitet som kan resultera i att svaren blir fler och mer ärliga (Depoy & Gitlin, 1999).

Vi använde Intressechecklistan (Carlsson et al 2001) för att det passade till studiens syfte. Instrumentet är omfattande och belyser flera olika aktiviteter och dimensioner av dessa. Vi valde att endast använda del ett, frågeformuläret med de 71 aktiviteterna, då vi ansåg att det gav oss tillräckligt med underlag för studien. Vi hoppades att nå ut till många och få en hög svarsfrekvens och då ansåg vi att del ett skulle räcka. Att inkludera del två och tre hade blivit för omfattande i relation till tidsplanen. I efterhand upplever vi att det hade varit bra att använda del två framförallt på grund av det låga svarsantalet, eftersom del två gav utrymme för respondenterna att själva fylla i aktiviteter som de saknade på checklistan men även för att det hade gett ytterligare material och hade mer rättvist belyst respondenternas intressen. På så vis hade vi kunnat få in en bredare intressevariation. Vi ansåg själva att det saknades aktiviteter som exempelvis *att besöka restaurang* och *att spela boule*. Del tre bortsåg vi ifrån då det var en essäfråga och det hade blivit ett för omfattande material att fylla i för respondenterna och att bearbeta för oss.

Validiteten och reliabiliteten är inte vedertagen för den svenska översättningen av instrumentet men det har grund i arbetsterapeutisk teoribildning då det är baserat på MoHO (Kielhofner, 2008). Vi borde ha testat instrumentet på personer i samma ålder som våra tilltänka respondenter. Deras synpunkter hade gett oss en god uppfattning om hur lång tid det

skulle ta att fylla i samt hur lätt eller svårt det var att förstå hur instrumentet skulle fyllas i. Vi valde att skriva ett instruktionsblad då vi upplevde att instrumentet kunde uppfattas som rörigt. Genom ett instruktionsblad kunde möjligheten öka för att få tillbaka fullständigt ifyllda enkäter. Genom testpersoner kunde även instruktionsbladet ha förbättrats. Vi tror att instruktionsbladet underlättade för respondenterna men att andra faktorer som tid påverkade det interna bortfallet. Ifall vi skulle göra om instruktionsbladet idag hade vi förtydligat att respondenterna skulle fylla i på samtliga aktiviteter och inte enbart de aktiviteter som de var intresserade av.

Vi valde att bifoga ett formulär med några bakgrundsfrågor för att kunna få information om respondenterna som valde att delta i studien. Frågorna var korta och konkreta men följde dessvärre inte de riktlinjer som Ejlertsson (1996) skriver, att varje fråga bör vara utformad för att ge ett bra intryck för respondenten. En fråga gällande exempelvis födelseår, skulle inte ha skrivits ut som "Födelseår" med plats för svar utan mer som en kortfattad mening "Vilket år är du född?". Anledningen till att bakgrundsfrågorna inte följde de språkliga förslagen som Ejlertsson (1996) tog upp, var att vi inte tänkte på att undersöka ifall det fanns förslag eller tips på hur sådana formulär skulle formuleras. Vi tror inte att frågornas formulering var orsak till att ett par respondenter inte svarade på dem. Våra frågor kunde kanske uppfattas lite strikt formulerade, men gav dock den informationen vi sökte och ett bra underlag om undersökningsgruppen. Vi kan inte uttala oss om validiteten av frågorna då dessa inte användes på det sätt vi planerat.

Vi kontaktade de olika distrikten inom pensionärsföreningarna via e-post vilket inte gav särskilt många svar. Hade kontakten skett via telefon hade kanske fler distrikt varit intresserade av att delta. Detta bortprioriterades på grund av tidsbrist och ekonomiska begränsningar. Tre distrikt angav sitt intresse varav vi var tvungna att tacka nej till ett då deras utskickstider inte passade vår tidsram. De övriga distrikten hade potential att nå ut till ett större antal respondenter än vad vi hade tänkt oss. Detta skulle ge oss ett tillräckligt stort underlag för studien.

Vi lämnade också ut enkäter både på plats och via mellanhand. Vi kan se att de personerna som fick enkäten vid mötestillfället fyllde i otillräckligt i jämförelse med dem som fick enkäten hemskickad. Fördelen med att lämna ut enkäterna personligen är att respondenterna dels kunde få en bild av oss som gjorde studien samt att det fanns möjlighet för

respondenterna att ställa frågor. Trots detta fick vi inte in särskilt många enkäter från detta tillfälle. Detta tror vi beror på att personerna på mötet upplevde att tiden var knapp samt att det hände mycket annat runt omkring. Fördelen med att respondenterna fick enkäterna hemskickade var att dem hade mer tid till att fylla i enkäterna och kunde göra detta i lugn och ro. Nackdelen är att de inte hade möjlighet att ställa frågor till oss direkt. När vi hade mellanhand för de utskickade enkäterna vet vi inte heller om rätt personer fick enkäterna.

Ifall den låga svarsfrekvensen beror på att intresset från de tillfrågade urvalspersonerna var lågt eller att de inte fick enkäterna vet vi inte. Intresset för studien var inte så stort som vi hoppats på. Om vi hade fått fler intresserade distrikt hade vi haft större möjlighet att få ett större underlag till studien så att resultatet hade blivit mer generaliserbart till den population vi inriktat oss på. Om gruppen varit större hade en diskussion gällande sambandet mellan olika demografiska variabler och de variabler som ingår i intressechecklistan kunnat föras. Exempel på en sådan diskussion är om utförandet av ADL-aktiviteter är lika viktigt för sammanboende som för ensamboende. Sammanboende par har framförallt möjligheten att få avlastning av sin partner. I Intressechecklistan får vi inte reda på ifall respondenterna har någon form av hemtjänst. Det hade varit intressant att väga in i resultatet eftersom hemtjänst eller annan hemhjälp påverkar om aktiviteten utförs av respondenterna själva eller av personal. Det hade även varit intressant att ta reda på om respondenterna önskade hemhjälp för vissa I-ADL aktiviteter i framtiden.

Hur respondenterna tolkade aktiviteterna under kategorin sport och idrottsaktiviteter kan ha påverkar resultatet. Sporterna så som fotboll, tennis och golf kan ha tolkats både som att utöva själv eller att vara intresserad av och följa i tidningar och tv. För resultatets skull hade det varit bra att definiera vilket som åsyftas eftersom det är stor skillnad att inte längre vara intresserad av att utöva sporten fotboll och att inte längre vilja följa sitt favoritlag.

Resultatdiskussion

Äldres intressen då och nu

Resultatet visar en stor variation av intresse för de olika aktiviteterna under de olika kategorierna. Där vi kan se det största intresset för aktivitet är de aktiviteter som vi tror kan ha ett betydande värde för respondenternas vanor och roller, som Kielhofner (2008) benämner inom vänjandesystemet. Det kan vara aktiviteter som faller under kategorin P- och I-ADL men även under kategorin kultur och utbildning. Många respondenter har ett stort intresse för

att vara aktiva och sysselsatta, en vilja till aktivitet som Kielhofner (2008) lyfter fram. Detta kan utläsas av de vanligaste aktiviteterna som Grimby & Grimby (2001) också menar ökar livskvaliteten, som i vår studie var att umgås med vänner, släkt och familj både i och utanför hemmet, handla, resa och att delta i studiecirkel som flest respondenter har och tidigare haft intresse för. Det är svårt att bedöma om det beror på att intresset är stort för själva aktiviteten eller om respondenterna vill skapa en bättre livsstil och ett gott välbefinnande genom att fortsätta vara aktiva.

Enligt MoHO (Kielhofner, 2008) och aktivitetsteorin (Dehlin et al, 2005) förändras aktivitetsmönstret genom livet. I resultatet kan vi se att en del aktiviteter som respondenterna har haft intresse för de senaste tio åren har fått ett minskat intresse det senaste året. Detta gäller exempelvis aktiviteterna sticka/virka, lyssna på musik, cykling och bil- och motorcykelkörning. Aktiviteter som sticka/virka, cykling och bil- och motorcykelkörning kan ha sina orsaker i att det förekommit fysiska nedsättningar som gör att dessa aktiviteter ej är möjliga att utföra längre. Därför tror vi att det finns personer som inte längre cyklar eller kör bil på grund av olika nedsättningar men som gärna skulle vilja det. Att cykla eller köra bil är för många likaställt med frihet och att ha möjligt att transportera sig själv. När det inte längre går kan en del av den frihet en människa tidigare upplevt försvinna och det kan även innebära rollförluster samt ensamhet och isolering (Dehlin et al, 2000; Kielhofner, 2008; Statens folkhälsoinstitut, 2004).

Olofsson & Thelander (2005) fann att de äldre som ingick i deras studie var mest intresserade av promenader, musik, personlig vård, tidningar och tidskrifter, socialt umgänge och fysisk träning. Detta stämmer bra överens med resultatet i denna studie förutom gällande fysisk träning. Träningen var den aktivitet flest respondenter var intresserade av i sport och idrottskategorin men intresset var inte tillräckligt stort för att hamna bland de mest populära aktiviteterna. Att resultaten skiljer sig åt kan bero på de olika antalen respondenter i studierna samt att de äldre som Olofsson & Thelander (2005) inriktade sig på var boendes i servicehus. Ingen hänsyn till vårdbehov har tagits i denna studie och därför är det svårt att dra slutsatser.

Vad äldre utför och vill utföra i framtiden

Olofsson & Thelander (2005) fann att de äldre inte alltid utförde de aktiviteter de var intresserade av. Detta skiljer från resultatet i denna studie som visade att de äldre i en stor utsträckning utförde de aktiviteter de ville utföra. Skillnaden kan bero på att deras respondenter kan ha befunnit sig i ett större vårdbehov än de som ingick i vår studie. Det hade varit intressant att ta detta i beaktning ifall ytterligare studier ska genomföras.

För respondenterna är det viktigt att vara fysiskt aktiva oavsett om det gäller promenader eller en önskan om att cykla. Aktiviteter som det finns en relativt hög svarsfrekvens av intresse är bland annat promenader, föreningsaktiviteter och fysisktränings- och tävlingsaktivitet. Detta tror vi beror på att det finns ett intresse av att motionera och hålla igång. Dehlin (2000) skriver att fysiskt aktiva personer håller sina funktioner igång längre än personer som är inaktiva. Att vara aktiv och känna att förmågan till långpromenader fortfarande finns kvar kan öka självkänslan och tron på sig själv. Intresset har inte varit särskilt stort för denna typ av aktivitet, men vi kan se att intresset har förändrats. Anledningen till detta tror vi kan vara att hälsa och motion är ett ämne som uppmärksammas mycket i media vilket kan ha lett till att respondenterna utför aktiviteten och vill utföra den i framtiden.

Vi kan se ett minskat intresse av att utföra aktiviteterna trädgårdsskötsel, städning/rengöring och handling inför framtiden. Idag utövas dessa aktiviteter av flera respondenter sedan flera år tillbaka. Anledningen kan vara att respondenterna inte längre orkar laga mat, städa och tvätta i samma utsträckning som tidigare och att de önskar att någon annan ska hjälpa dem med dessa aktiviteter. På så sätt kan de lägga sin ork och energi på de aktiviteter som har ett mer självbelönande syfte för dem själva (Persson et al, 2001). Om någon handlar åt dem kan de själva laga mat, om någon gör grovstädningen åt dem kanske de själva kan damma eller vattna blommorna. Aktiviteter som är socialt formade samt de personliga aktiviteterna i vardagen kan ha en mer betydande roll.

Resultatet visar att andra aktiviteter som det finns ett minskat intresse för att utföra i framtiden är att umgås med vänner, släkt och familj utanför hemmet och radiolyssning. Många respondenter tror vi kan uppleva att de kanske inte har samma ork i framtiden som de har idag och hellre vill umgås med sina nära och kära under enklare omständigheter. Varför radiolyssning minskat är svårt att säga, men en teori som vi har med utgångspunkt i Kielhofners (2008) teori om att alla människor har en drivkraft till att utforska sin omgivning

är att äldre vill lära sig mer om den tekniska utvecklingen som sker i dagens samhälle. För resultatet visar att TV/Video och lyssna på musik var några av de aktiviteter som flest respondenter ville utföra i framtiden. Dagens samhälle kräver mer av äldre gällande teknik än tidigare. Därför tror vi att äldre vill utvecklas inom detta område för att hålla sig mer upplysta om samhällets utveckling.

De förändringar som visats i resultatet gällande ett ökat eller minskat intresse samt om aktiviteter utförs och vill utföras kan ha sin orsak i de förändringar som skett med åldern. De funktionsförändringar som sker med åldern (Dehlin et al, 2000) kan ha förändrat respondenternas utförandekapacitet (Kielhofner, 2008) och tron på den egna förmågan. Fysiska och psykiska nedsättningar gör att aktiviteter som tidigare varit en självklar del av vardagen inte längre kan utföras. I resultatet syns detta som en minskning av antalet intresserade respondenter för olika aktiviteter. Att inte längre klara av att göra de aktiviteter som tidigare varit en del av vardagen kan leda till rollförluster (Kielhofner, 2008). Med åren finns det flera naturliga orsaker till rollförluster som kan påverka aktivitetsmönstret. Vid pensionering förloras rollen som yrkesverksam och tid som tidigare lagts på arbete ska fyllas med andra meningsfulla aktiviteter.

De respondenter som ingick i vår studie var alla över 75 och hälften av dem var ensamboende. Att förlora sin partner eller sina vänner är en naturlig del av livet men kan orsaka rollförluster (Kielhofner, 2008) och skaka om i vardagen. Att laga middag till sig själv känns kanske inte lika meningsfullt om den tidigare tillagats tillsammans eller åt någon annan. Dessa rollförluster kan leda till att aktiviteter som tidigare ingått i aktivitetsmönstret faller bort. Det kan också leda till att nya roller skapas och att nya aktiviteter finner sin plats i vardagen. Bland respondenterna i studien var det många som hade ett starkt intresse av föreningsliv och ville fortsätta med detta engagemang i framtiden. Respondenter tillhörde alla en pensionärsförening vilket naturligtvis påverkar resultatet. Att vara engagerad i en social verksamhet där det finns möjlighet att träffa människor och ta del av andras intressen kan vara en utmärkt väg att hitta nya mönster, vanor och roller. De sociala aktiviteterna är viktiga för respondenterna och det kan bero på att många nära och kära börjar komma till åren och en del finns kanske inte kvar i livet. För de som förlorat en partner kan ensamheten vara påtaglig och därmed blir föreningsliv och sammankomster med familj, släkt och vänner extra viktigt.

I studien har vi inte tagit reda på hur starkt de värderar sina aktiviteter vilket hade varit intressant att göra. Men vi tror att resultatet kan tolkas som att aktiviteter som det finns starkt intresse för värderas högt. Det som är viktigt att tänka på är att respondenterna var aktiva i pensionärsföreningar och har därmed säkerligen hade ett intresse av att vara socialt aktiv sedan tidigare. Vi kan genom resultatet få en inblick i vilka aktiviteter det finns intresse för och vilka aktiviteter som utförs och vill utföras i vardagen hos äldre. Men det är en stor population äldre som inte är aktiva i pensionärsföreningar som vi inte nått ut till i denna studie som kanske inte vill ingå i ett socialt sammanhang och hade haft helt andra intressen än de respondenter som ingår i denna studie.

Slutsats

Resultatet visade att äldre är intresserade av många olika aktiviteter och att de i en stor utsträckning utför de aktiviteter de är intresserade av. Detta resultat kan användas för att hjälpa arbetsterapeuter att på ett bättre sätt ta till vara på de aktiviteter äldre är intresserade av. Ifall äldres intressen tas i beaktning kan arbetsterapeuter tillsammans med träffpunkter och pensionärsföreningar ordna aktiviteter för de äldre som skulle kunna öka tillfredsställelsen med livet för dem äldre. Vidare skulle arbetsterapeuter kunna möjliggöra för de aktiviteterna som äldre verkligen vill utföra och avhjälpa eventuella hinder. Vidare forskning inom detta område skulle ge bättre möjlighet att tillgodose den kommande äldre generationens behov av vardagliga aktiviteter.

Referenser

- Carlsson, A. C., Haglund, L. & Kjellberg, A. (2001) *Intressechecklista*. Förbundet Sveriges Arbetsterapeuter.
- Canadian Association of Occupational Therapists (CAOT). (2006). *Enabling Occupation: An Occupational Therapy Perspective*. Ottawa: CAOT Publications ACE.
- Christiasen, C. H., & Baum, C. M. (2005) The complexity of human occupation. In C. H. Christiasen, C. M. Baum, and J. Bass-Haugen (Eds.), *Occupational therapy: Performance, participation, and well-being* (3rd ed.) (pp. 2-23). Throfare, NJ: SLACK Incorporated.
- Dehlin O, Hagberg B, Rundgren Å, Samuelsson G och Sjöbeck B. (2000). *Gerontologi - Åldrandet i ett biologiskt, psykologiskt och socialt perspektiv*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Depoy, E., & Gitlin, L. (1999). *Forskning – en introduktion*. Lund: Studentlittertur.
- Ejlertsson, G. (1996). *Enkäten i praktiken – En handbok i enkätmetodik*. Lund: Studentlitteratur
- Ejvegård, R. (2003). *Vetenskaplig metod*. Lund: Studentlitteratur.
- Statens folkhälsoinstitutet. (1998). *Hälsofrämjande verksamhet för äldre – en kartläggning*. (1998:15) Stockholm: Statens folkhälsoinstitutet
- Forsyth, K., & Kielhofner, G. (2003). Model of Human Occupation. In P. Kramer, J. Hinojosa, & C. B. Royeen (Eds), *Perspectives in human occupation: participation in life* (pp. 45-86). Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.
- Grimby, A., & Grimby, G. (red). (2001). *Åldrandets villkor*. Lund: Studentlitteratur.
- Horne, J., Corr, S., & Earle, S. (2005). Becoming a mother: Occupational change in first time motherhood. *Journal of Occupational Science*, 12, 176-183.

- Kielhofner, G. (2008). *Model of Human Occupation: theory and application (4th ed.)*. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.
- Meyer, A. (1977). The philosophy of occupational therapy. Reprinted archives of occupational therapy, Vol 1, p 1-10, 1922. *American Journal of Occupational Therapy*. 32 (10), 639-642.
- Olofsson, L., & Thelander, V. (2002) *Att få göra det man vill: Delarbete 1. En kartläggning av intressen hos äldre boende på servicehus* (2002:8). Älvsjö: Kompetenscentrum.
- Pereira, R B., & Stagnitti, K. (2008) The meaning of leisure for well-elderly Italians in an Australian community: Implications for occupational therapy. *Australian Occupational Journal*, 55, 39-46.
- Persson, D., Erlandsson, L., Eklund, M., & Iwarsson, S. (2001) Value dimensions, and complexity in human occupation – A tentative structure for analysis. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 8 (1), 7-18.
- Socialstyrelsen. (2003). *Klassifikation av Funktionstillstånd, funktionshinder och Hälsa – ICF*. Stockholm: Socialstyrelsen.
- Socialstyrelsen. (2009). *Äldre*. Hämtad den 15 november, 2009, från:
<http://www.socialstyrelsen.se/aldre>
- Statens folkhälsoinstitut (2004) *Liv till åren*. Hämtad den 3 september, 2009, från:
<http://www2.fhi.se/upload/PDF/2004/rapporter/livtillar.pdf>
- Tornstam, L. (2005). *Åldrandets socialpsykiatri*. Finland: WS Bookwell
- Wikström, Ingegerd. (2006). *Leisure activities in Rheumatoid Arthritis. Associated factors and assessment* (avhandling för doktorsexamen. Lunds universitet).
- Wilcock, A., A.(2006). *An occupational perspective of health*. Theofare: SLACK Incorporated.



LUNDS UNIVERSITET

Medicinska fakulteten

Institutionen för hälsa, vård och samhälle

Avdelning för arbetsterapi och gerontologi

Bilaga 1

Vad vill äldre göra? – En kvantitativ studie

Du tillfrågas om deltagande i ovanstående studie.

Bakgrunden till studien är att det finns få studier kring vad äldre är intresserade av. Det är ofta samma aktiviteter som erbjudas på boenden eller träffpunkter för äldre. Eftersom det finns forskning som tydligt visar att det finns samband mellan välbefinnande och utförandet av meningsfulla aktiviteter anser vi att det är viktigt att kartlägga vad äldre är intresserade av.

Den metod som kommer att användas är datainsamling genom instrumentet Intressechecklistan samt ett par frågor om din bakgrund. Insamling av data kommer att ske i samband med sammankomst för pensionärsföreningen.

Vi vänder oss till dig som är **75år eller äldre** och tillhör någon form av intresseorganisation för äldre. Ditt deltagande är helt **frivilligt**. Dina svar på frågeformuläret och enkäten kommer att förvaras så att inte någon obehörig får tillgång till Dina svar. Resultatet av vår studie kommer att redovisas så att Du inte kan identifieras.

Om Du accepterar att delta i vår studie ber vi att Du besvarar frågorna och Intressechecklistan så fullständigt som möjligt och lämna vid sammankomst då vi närvarar.

Om Du vill veta mer om vår studie så ring eller skriv gärna till oss Pernilla eller Theresa eller till vår handledare Monika. Vi hoppas att ni vill delta i vår studie och hjälpa oss med vår C-uppsats.

Med vänlig hälsning

Student
Pernilla Karlsson
0704-988179
pernilla.karlsson@yahoo.se

Student
Theresa Kjellström
0762-629598
theresa.kjellstrom@gmail.com

Handledare
Monika Vestling, med lic
0732-576719
monika.vestling@med.lu.se



LUNDS UNIVERSITET

Medicinska fakulteten

Institutionen för hälsa, vård och samhälle
Avdelning för arbetsterapi och gerontologi

Vad vill äldre göra? – En kvantitativ studie

Du tillfrågas om deltagande i ovanstående studie.

Bakgrunden till studien är att det finns få studier kring vad äldre är intresserade av. Det är ofta samma aktiviteter som erbjudas på boenden eller träffpunkter för äldre. Eftersom det finns forskning som tydligt visar att det finns samband mellan välbefinnande och utförandet av meningsfulla aktiviteter anser vi att det är viktigt att kartlägga vad äldre är intresserade av.

Datansamlingen kommer att ske genom instrumentet Intressechecklistan samt ett par frågor om din bakgrund. Vid ett utskick via din pensionärsförening bifogar vi denna undersökning. Deltagandet är **frivilligt**.

Dina svar på frågeformuläret och enkäten kommer att förvaras så att inte någon obehörig får tillgång till Dina svar. Resultatet av vår studie kommer att redovisas så att Du inte kan identifieras.

Vi vänder oss till dig som är **75år eller äldre** och tillhör någon form av intresseorganisation för äldre. Om Du väljer att delta i vår studie ber vi att Du besvarar frågorna i bifogade formulär och enkät så fullständigt som möjligt och sedan skickar tillbaka dessa i **bifogat svarskuvert**. Ni behöver alltså inte betala porto.

Om Du vill veta mer om vår studie så ring eller skriv gärna till oss Pernilla eller Theresa eller till vår handledare Monika.

Sista dagen för återskick är **den 3 november**. Vi hoppas att ni vill delta i vår studie och hjälpa oss med vår C-uppsats.

Med vänlig hälsning

Student
Pernilla Karlsson
0704-988179
pernilla.karlsson@yahoo.se

Student
Theresa Kjellström
0762-629598
theresa.kjellstrom@gmail.com

Handledare
Monika Vestling, med lic
0732-576719
monika.vestling@med.lu.se

Så här fyller du i Intressechecklistan

Intressechecklistan består av 71 intressen som står listade i vänsterspalten.

För varje intresseområde ombeds du att kryssa i följande:

Hur starkt utvecklade har dina intressen varit

1. under de senaste tio åren?
- Här ska du kryssa i starkt, något eller inget.
2. under det senaste året?
- Här ska du kryssa i starkt, något eller inget.

Utövar du för närvarande denna aktivitet?

Kryssa i ja eller nej.

Skulle du vilja utöva denna aktivitet i framtiden?

Kryssa ja eller nej.

Se exemplet nedan

Del I

Aktivitet	Hur starkt utvecklade har dina intressen varit						Utövar du för närvarande denna aktivitet?		Skulle du vilja utöva den i framtiden?	
	under de senaste tio åren?			under det sista året?			Ja	Nej	Ja	Nej
	Starkt	Något	Inget	Starkt	Något	Inget				
Camping	X					X		X	X	
Tvätta/stryka	X			X			X		X	
Politik		X				X		X		X
Bingospel	X			X			X			X
Heminredning/ pynta i hemmet	X				X			X		X
Studiecirklar/ kurser		X			X			X		X

Tänk på att frågorna skall besvaras på samma rad som intresseområdet. Sätt kryss från vänster till höger. Endast ett kryss per fråga.

Del II samt Del III ingår ej i studien och ska därmed inte fyllas i.

Frågeformulär
"Vad vill äldre egentligen göra?"

Födelseår:

Är du:

Man

Kvinna

Civilstånd:

Ensamboende

Sammanboende

Boendeform:

Radhus/parhus

Fristående villa

Lägenhet

Utbildning:

Grundskola

Gymnasial/Folkhögskola

Universitet/Högskola

Tidigare huvudsaklig sysselsättning:

Bilaga 5

Tabell 1 Intresse de senaste 10 åren och det senaste året hos respondenterna för aktiviteter inom kategorin Friluftsliv (N=25)

Aktivitet	Senaste 10 åren	Senaste året
	Antal intresserade	Antal intresserade
Camping (n=18/14*)	1	0
Scouting (n=16/15*)	1	1
Cykling (n=15/16*)	15	11
Ströva i skog och mark (n=18/15*)	13	10
Båtutflykter (n=16/14*)	5	4
Jakt (n=17/14*)	0	0
Bad (n=17/15*)	13	9
Bil- och motorcykelkörning (n=17/16*)	14	11
Fiska (n=17/16*)	3	3
Promenader (n=17/16*)	16	15

*antal svar gällande intresse hos respondenterna under de senaste 10 åren respektive det senaste året

Tabell 2 Intresse de senaste 10 åren och det senaste året hos respondenterna för aktiviteter inom kategorin P- och I-ADL (N=25)

Aktivitet	Senaste 10 åren	Senaste året
	Antal intresserade	Antal intresserade
Tvätta/stryka (n=17/16*)	14	13
Heminredning (n=19/16*)	16	14
Kläder (n=18/16*)	17	15
Personlig vård (n=16/15*)	16	14
Mindre omfattande underhåll och reparationer (n=17/15*)	12	9
Barnavård (n=16/15*)	6	4
Matlagning (n=18/15*)	16	14
Handla (n=18/17*)	18	17
Trädgårdsskötsel (n=18/16*)	17	15
Bil- och båtreparationer (n=15/14*)	3	2
Husdjur (n=14/14*)	4	2
Städning/rengöring (n=17/16*)	16	15

*antal svar gällande intresse hos respondenterna under de senaste 10 åren respektive det senaste året

Tabell 3 Intresse de senaste 10 åren och det senaste året hos respondenterna för aktiviteter inom kategorin Kultur och utbildning (N=25)

Aktivitet	Senaste 10 åren	Senaste året
	Antal intresserade	Antal intresserade
Politik (n=15/15*)	8	7
Studiecirkel/Kurser (n=19/15*)	18	14
Muséer/Utställningar (n=16/15*)	13	12
Främmande språk (n=15/13*)	10	7
Radiolyssning (n=18/16*)	17	15
Lyssna på musik (n=20/17*)	20	15
Bio (n=15/14*)	10	10
Tidnings- och tidsskriftsläsning (n=17/15*)	17	15
Självstudier (n=14/13*)	7	6
Bokläsning (n=17/16*)	16	15
TV/Video (n=16/15*)	16	15
Konsert/Teater (n=16/12*)	16	12
Ekonomi, Aktier, Obligationer (n=14/12*)	13	11

* antal svar gällande intresse hos respondenterna under de senaste 10 åren respektive det senaste året

Tabell 4 Intresse de senaste 10 åren och det senaste året hos respondenterna för aktiviteter inom kategorin Sport och idrottsaktiviteter (N=25)

Aktivitet	De senaste 10 åren	Det senaste året
	Antal intresserade:	Antal intresserade:
Idrottsevenemangsbesök (n=17/15*)	9	7
Fysisk tränings- och tävlingsaktivitet (n=16/14*)	11	8
Tennis (n=16/15*)	1	0
Skidåkning (n=16/15*)	4	3
Golf (n=15/13*)	1	1
Fotboll (n=15/13*)	1	1
Simning (n=14/13*)	5	4
Bowling (n=15/14*)	3	1
Kampsport (n=15/14*)	0	0
Skridskoåkning (n=14/11*)	3	2
Ridning (n=14/11*)	2	0

*antal svar gällande intresse hos respondenterna under de senaste 10 åren respektive det senaste året

Tabell 5 Intresse de senaste 10 åren och det senaste året hos respondenterna för aktiviteter inom kategorin Föreningsliv (N=25)

Aktivitet	Senaste 10 åren	Senaste året
	Antal intresserade:	Antal intresserade:
Kyrklig verksamhet (n=14/14*)	5	6
Föreningsaktiviteter (n=15/14*)	15	14

*antal svar gällande intresse hos respondenterna under de senaste 10 åren och det senaste året

Tabell 6 Intresse de senaste 10 åren och det senaste året hos respondenterna för aktiviteter inom kategorin Hobby (N=25)

Aktivitet	De senaste 10 åren	Det senaste året
	Antal intresserade:	Antal intresserade:
Bingospel (n=18/16*)	10	7
Sjunga/Spela (n=19/16*)	7	4
Hantverk (n=17/15*)	12	9
Träarbete (n=18/16*)	3	3
Sticka/Virka (n=17/14*)	9	4
Läderarbete (n=16/15*)	0	0
Fotografera (n=15/14*)	13	10
Måla/Rita (n=15/13*)	4	3
Sömnadsarbete (n=15/14*)	4	4
Kortspel (n=16/16*)	11	10
Pussel (n=14/13*)	5	3
Schack (n=14/13*)	2	2
Modellbygge (n=15/14*)	0	0
Dataspel (n=14/11*)	3	3
Tips och lotteri (n=14/13*)	12	11
Samlingar av olika slag (n= 16/15 *)	12	11

* antal svar gällande intresse hos respondenterna under de senaste 10 åren respektive det senaste året

Tabell 7 Intresse de senaste 10 åren och det senaste året hos respondenterna för aktiviteter inom kategorin Sociala aktiviteter (N=25)

Aktivitet	Senaste 10 åren	Senaste året
	Antal intresserade:	Antal intresserade:
Brevskrivning (n=16/14*)	12	11
Dans (n=18/15*)	14	9
Umgås med vänner, släkt och familj i hemmet (n=17/15*)	17	15
Umgås med vänner, släkt och familj utanför hemmet (n=19/16*)	19	16
Ordna fester (n=16/14*)	12	10

* antal svar gällande intresse hos respondenterna under de senaste 10 åren respektive det senaste året

Tabell 8 Intresse de senaste 10 åren och det senaste året hos respondenterna för aktiviteter inom kategorin Övrigt (N=25)

Aktivitet	Senaste 10 åren	Senaste året
	Antal intresserade:	Antal intresserade:
Semester (n=17/16*)	14	13
Resa (n=19/17*)	18	16

*antal svar gällande intresse hos respondenterna under de senaste 10 åren respektive det senaste året

Tabell 9 Om aktiviteten utförs eller vill utföras i framtiden av respondenterna inom kategorin Friluftsliv (N=25)

Aktivitet	Aktiviteten utförs	Aktiviteten vill utföras i framtiden
	Antal	Antal
Camping (n=13/13*)	0	0
Scouting (n=15/15*)	0	1
Cykling (n=15/16*)	8	10
Ströva i skog och mark (n=16/16*)	9	12
Båtutflykter (n=15/14*)	2	4
Jakt (n=14/13*)	0	0
Bad (n=15/15*)	7	11
Bil- och motorcykelkörning (n=14/16*)	9	10
Fiska (n=16/16*)	1	4
Promenader (n=15/15*)	14	14

*antal svar gällande om aktiviteten utförs för närvarande respektive vill utföras i framtiden av respondenterna

Tabell 10 Om aktiviteten utförs eller vill utföras i framtiden av respondenterna inom kategorin P- och I-ADL (N=25)

Aktivitet	Aktiviteten utförs	Aktiviteten vill utföras i framtiden
	Antal	Antal
Tvätta/stryka (n=15/15*)	12	13
Heminredning (n=17/17*)	13	13
Kläder (n=16/15*)	12	11
Personlig vård (n=12/12*)	12	12
Mindre omfattande underhåll och reparationer (n=16/15*)	8	7
Barnavård (n=15/15*)	3	4
Matlagning (n=16/15*)	15	14
Handla (n=17/15*)	17	15
Trädgårdsskötsel (n=17/15*)	14	12
Bil- och båtreparationer (n=14/14*)	2	2
Husdjur (n=14/13*)	2	1
Städning/rengöring (n=16/15*)	15	13

*antal svara gällande om aktiviteten utförs för närvarande eller om den vill utföras i framtiden av respondenterna

Tabell 11 Om aktiviteten utförs eller vill utföras i framtiden av respondenterna inom kategorin Kultur och utbildning (N=25)

Aktivitet	Aktiviteten utförs	Aktiviteten vill utföras i framtiden
	Antal	Antal
Politik (n=13/14*)	4	4
Studiecirklar/Kurser (n=17/16*)	16	15
Muséer/Utställningar (n=15/15*)	11	12
Främmande språk (n=13/13*)	3	6
Radiolyssning (n=18/15*)	17	14
Lyssna på musik (n=18/17*)	17	17
Bio (n=14/14*)	8	10
Tidnings- och tidsskriftsläsning (n=16/13*)	16	13
Självstudier (n=13/13*)	5	5
Bokläsning (n=16/16*)	15	15
TV/Video (n=15/16*)	14	16
Konsert/Teater (n=14/12*)	14	12
Ekonomi, Aktier, Obligationer (n=12/12*)	10	10

*antal svar gällande om aktiviteten utförs för närvarande respektive vill utföras i framtiden av respondenterna

Tabell 12 Om aktiviteten utförs eller vill utföras i framtiden av respondenterna inom kategorin Sport och idrott (N=25)

Aktivitet	Aktiviteten utförs	Aktiviteten vill utföras i framtiden
	Antal	Antal
Idrottsevenemangsbesök (n=15/15*)	5	6
Fysisk tränings- och tävlingsaktivitet (n=15/14*)	10	10
Tennis (n=13/15*)	0	2
Skidåkning (n=15/15*)	0	2
Golf (n=13/13*)	1	1
Fotboll (n=13/13*)	0	1
Simning (n=13/13*)	3	4
Bowling (n=14/14*)	1	3
Kampsport (n=14/14*)	0	0
Skridskoåkning (n=11/11*)	1	1
Ridning (n=11/11*)	0	0

*antal svar gällande om aktiviteten utförs för närvarande respektive vill utföras i framtiden av respondenterna

Tabell 13 Om aktiviteten utförs eller vill utföras i framtiden av respondenterna inom kategorin Föreningsliv (N=25)

Aktivitet	Aktiviteten utförs	Aktiviteten vill utföras i framtiden
	Antal	Antal
Kyrklig verksamhet (n=14/14*)	5	6
Föreningsaktiviteter (n=14/14*)	14	14

*antal svar gällande om aktiviteten utförs för närvarande respektive vill utföras i framtiden av respondenterna

Tabell 14 Om aktiviteten utförs eller vill utföras i framtiden av respondenterna inom kategorin Hobby (N=25)

Aktivitet	Aktiviteten utförs	Aktiviteten vill utföras i framtiden
	Antal	Antal
Bingospel (n=18/16*)	6	6
Sjunga/Spela (n=16/17*)	4	7
Hantverk (n=16/15*)	5	5
Träarbete (n=17/16*)	2	3
Sticka/Virka (n=16/15*)	5	4
Läderarbete (n=15/15*)	0	0
Fotografera (n=14/14*)	10	10
Måla/Rita (n=13/13*)	3	4
Sömnadsarbete (n=14/13*)	4	3
Kortspel (n=16/17*)	9	10
Pussel (n=12/13*)	2	2
Schack (n=13/13*)	2	2
Modellbygge (n=14/14*)	0	0
Dataspel (n=11/11*)	3	3
Tips och lotteri (n=12/12*)	9	9
Samlingar av olika slag (n= 15/15 *)	9	11

*antal svar gällande om aktiviteten utförs för närvarande respektive vill utföras i framtiden av respondenterna

Tabell 15 Om aktiviteten utförs eller vill utföras i framtiden av respondenterna inom kategorin Sociala aktiviteter (N=25)

Aktivitet	Aktiviteten utförs	Aktiviteten vill utföras i framtiden
	Antal	Antal
Brevskrivning (n=14/14*)	9	9
Dans (n=17/15*)	8	7
Umgås med vänner, släkt och familj i hemmet (n=16/16*)	16	16
Umgås med vänner, släkt och familj utanför hemmet (n=17/15*)	17	15
Ordna fester (n=15/14*)	9	9

*antal svar gällande om aktiviteten utförs för närvarande respektive vill utföras i framtiden av respondenterna

Tabell 16 Om aktiviteten utförs eller vill utföras i framtiden av respondenterna inom kategorin Övrigt (N=25)

Aktivitet	Aktiviteten utförs	Aktiviteten vill utföras i framtiden
	Antal	Antal
Semester (n=16/15*)	12	12
Resa (n=17/17*)	14	14

