



LUNDS UNIVERSITET

Medicinska fakulteten

Institutionen för hälsa, vård och samhälle

avdelningen för arbetsterapi och gerontologi

# **Värdet av att vara aktiv i en volontärförmedling**

## **– en kvalitativ studie som beskriver volontärers och seniorers upplevelser**

Författare: Frida Hildorsson,  
Isabel Lannér

Handledare: Eva Månsson Lexell

Maj 2012

**Kandidatuppsats**

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



LUNDS UNIVERSITET

Medicinska fakulteten

Institutionen för hälsa, vård och samhälle

Avdelningen för arbetsterapi och gerontologi

3 maj 2012

## Värdet av att vara aktiv i en volontärförmedling

– en kvalitativ studie som beskriver volontärers och seniorers upplevelser

Frida Hildorsson och Isabel Lannér

### Abstrakt

**Bakgrund:** Ett sätt att hjälpa andra människor är att vara engagerad som volontär i en volontärförmedling. Enligt ValMO-modellen krävs det att en aktivitet ska innehålla ett eller flera värden för att upplevas som meningsfull. Forskning visar att det finns positiva relationer mellan volontärarbete och välmående, dock är denna enbart fokuserad på volontärernas upplevelser och ett fåtal ur ett aktivitetsperspektiv. Det behövs mer forskning, som fokuserar på värdeupplevelsen av aktiviteterna, där även mottagaren av insatserna är en av de centrala parterna. **Syfte:** Hur volontärer och seniorer, engagerade i en volontärförmedling, upplever och beskriver värde i deras gemensamma aktiviteter. **Metod:** Studien hade en kvalitativ ansats för att fånga de självupplevda erfarenheterna hos volontärer och seniorer. Materialet samlades in genom tio intervjuer och analyserades med riktad innehållsanalys. **Resultat:** Samtliga deltagare upplevde varierande mängder av konkreta-, symboliska- samt självbelönande värden genom att utföra aktiviteter tillsammans. Det symboliska värdet var det som hade flest utsagor i intervjuerna. **Diskussion:** Volontärförmedlingen medförde värde- och meningsupplevelser för deltagarna, samt möjliggjorde, framförallt för seniorerna, ett större aktivitetsutbud. Studiens resultat styrkte ValMO-modellens grundantaganden om aktivitetsvärde. Studien bevisar även arbetsterapins- och aktivitetsvetenskapens grundantaganden, om vikten av värdefulla aktiviteter och dess terapeutiska betydelse.

Nyckelord: Arbetsterapi, ValMO-modellen, aktivitetsvärde, volontärarbete

Kandidatuppsats

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



# LUND UNIVERSITY

Faculty of Medicine

Department of Health Sciences

Division of Occupational Therapy and Gerontology

3 may 2012

## The value of being active in a volunteer agency

- A qualitative study that describes the experiences of volunteers and seniors

Frida Hildorsson and Isabel Lannér

### Abstract

**Background:** One way to help other people is to be involved as a volunteer in a volunteer agency. According to the ValMO-model it requires that an activity must include one or more values to be experienced as meaningful. Research shows that there are positive relationships between volunteering and well-being, however, this only focused on the volunteers' experiences and a few from an occupational perspective. More research is needed that focuses on the value of the occupations, where also the receiver of the interventions is one of the central parties. **Purpose:** How volunteers and seniors, involved in a volunteer agency, experience and describe value in their common activities. **Method:** The study had a qualitative approach to capture the self-perceived experiences of volunteers and seniors. The data was collected through ten interviews and analyzed using directed content analysis. **Results:** All participants experienced varying amounts of concrete-, symbolic-, and self-rewarding values by doing activities together. The symbolic value had the largest number of statements in the interviews. **Discussion:** The volunteer agency results in value- and meaningful experiences for the participants and enables, especially for the seniors, a wider range of occupations. The study results confirm the ValMO-model's basic assumptions about the occupational value. The study also proves occupational therapy's and occupational science's basic assumptions about the importance of valuable occupations and it's therapeutic significance.

Keywords: Occupational therapy, ValMO- model, occupational value, volunteering

Bachelor thesis

Division of Occupational Therapy and Gerontology, Lund University, Lund, Sweden

## *Ett stort tack*

vill vi rikta till alla deltagare i studien, vår mellanhand samt våra handledare Eva Månsson Lexell och Lena-Karin Erlandsson.

*Frida Hildorsson och Isabel Lannér*

## Innehållsförteckning

<b>Bakgrund .....</b>	<b>1</b>
<i>Volontärarbete .....</i>	<i>1</i>
<i>Arbetsterapi och volontärarbete .....</i>	<i>2</i>
<i>Värde och mening.....</i>	<i>3</i>
<b>Syfte.....</b>	<b>5</b>
<i>Frågeställningar.....</i>	<i>5</i>
<b>Metod .....</b>	<b>6</b>
<i>Design.....</i>	<i>6</i>
<i>Studiens kontext.....</i>	<i>6</i>
<i>Urval.....</i>	<i>6</i>
<i>Procedur.....</i>	<i>8</i>
Datainsamling .....	8
<i>Databearbetning.....</i>	<i>9</i>
<i>Etiska överväganden .....</i>	<i>10</i>
<b>Resultat .....</b>	<b>10</b>
<i>Volontären och seniorens gemensamma aktiviteter.....</i>	<i>11</i>
<i>Värdeupplevelser.....</i>	<i>11</i>
Volontärarbete kan innehålla negativa arbetsuppgifter .....	12
<i>Konkreta värdeupplevelser .....</i>	<i>13</i>
Vi har lärt oss mycket genom att träffa varandra .....	13
Volontärarbete kan innehålla negativa arbetsuppgifter .....	13
<i>Symboliska värdeupplevelser .....</i>	<i>14</i>
Det tillför något till oss båda .....	14
Lätt att umgås och prata med varandra.....	15
Vi respekterar varandra .....	15
<i>Självbelönande upplevelser.....</i>	<i>16</i>
Glömmer tiden när vi träffas .....	16
Får positiva känslor av att träffas .....	16
<b>Diskussion .....</b>	<b>17</b>

<i>Resultatdiskussion</i> .....	17
Implicationer för arbetsterapi .....	19
<i>Metoddiskussion</i> .....	20
Design .....	20
Urval .....	20
Procedur .....	20
Datainsamling .....	20
Databearbetning .....	22
<i>Konklusion</i> .....	23
<b>Bilagor</b> .....	<b>25</b>
<i>Bilaga 1</i> .....	25
Intervjuguide .....	25
<i>Referenser</i> .....	26

## Bakgrund

### **Volontärarbete**

Det finns människor som på frivillig basis hjälper andra människor. Ett sätt att göra detta är att vara engagerad som volontär i en volontärförmedling. Det finns ingen enhetlig definition av volontärarbete. Men en vanligt förekommande definition, som används i tidigare studier, innebär att individen har ett oavlönat arbete som sker inom en viss organisation. Volontärinsatserna är varken bundna till avtal eller familjeband (Cnaan, Handy & Wadsworth, 1996; Erlinghagen & Hank, 2006; Jeppsson Grassman & Svedberg, 2007; Wilson & Musick, 1997). En amerikansk studie fann att äldre volontärer spenderade genomsnittligt 31 timmar per månad på volontärarbete. Arbetet kunde innebära att till exempel vara privatlärare, mentor för unga, bidra med stödjande rådgivning, förbereda för matlagning och insatser för att stärka den allmänna säkerheten (Morrow- Howell, Hong & Tang, 2009).

Litteratur, som spänner över tre årtionden och dokumenterar de positiva relationerna mellan volontärarbete och välmående, tyder på att volontärarbete har betydelse för att upprätthålla välmående i senare period av livet (Fengler, 1984; Havighurst, Neugarten, & Tobin, 1968; Herzog, Kahn, Morgan, Jackson, & Antonucci, 1989; Maddox, 1968; Oman, Thoresen & McMahan, 1999; Ward, 1979). Detta kan kopplas till att det finns viss evidens för att äldre personer, som är missgynnade i fråga om personliga och sociala resurser, upplever fler positiva följder av att vara volontär (Morrow- Howell, et al., 2009). Forskning visar att det finns större samband mellan minskning av dödlighet i relation till volontärarbete, än vid till exempel fysisk rörlighet, motion och att närvara vid gudstjänster (Oman, et al., 1999). För att förklara de positiva effekterna av volontärarbete använder forskare ofta begrepp från rollteorin. Ett begrepp som används är ”rollsamlade” där Moen, Dempster- McClain och Williams (1992) förklarar att kvinnor som innehar flera roller, medräknat volontärroller, har positivare hälsoreultat. Detta eftersom fler roller ökar det sociala nätverket, makt, prestige, resurser och känslomässig tillfredsställelse. Att vara engagerad i något som upplevs meningsfullt ansåg de även förklarade de positiva hälsoeffekterna. Denna forskning är gjord i andra länder än Sverige, och därför går det inte att, per automatik, dra paralleller mellan volontärarbete och dess positiva effekter i svenska förhållanden.

Sverige har en av de äldsta befolkningarna i världen. Runt år 2000 var 18 % av befolkningen 65 år eller äldre, och var det första landet i världen som hade nått att 5 % av befolkningen var 80 år eller äldre (Larsson, 2007; Trydegård, 2000). Det är enkelt att föreställa sig att det är ovanligt med volontärarbetare i Sverige med tanke på vårt rika välfärdssamhälle med utbyggd omsorg kring äldre som till exempel servicehem samt hemtjänst (Cochrane, Clarke, & Gewirtz, 2001; Jeppsson Grassman, et al., 2007; Sainsbury, 1999). Dock visade det sig i en studie av Jegermalm och Jeppsson-Grassman (2009) att detta inte är fallet. Enkäter skickades slumpmässigt ut till 2000 personer mellan 16-84 år. Respondenterna var 1393 stycken och av dem var 51 % volontärarbetare och deras insatser uppgick till, i genomsnitt, 14 timmar per månad. Organisationerna som de ingick i, var en tredjedel aktiva i pensionärsföreningar, en femtedel i kyrkoföreningar och knappt en femtedel i bostadsrättsföreningar.

I Sverige finns det olika sorters frivilligorganisationer, bland annat Röda Korset och Svenska kyrkan. Röda Korsets arbete har en stor bredd angående volontärinsatserna, exempelvis att vara anhörigstödjare, läxhjälpare och träna svenska med migranter. Att besöka äldreboenden och äldre i hemmet är något som organisationen även gör (Röda Korset, u.å.). Inom Svenska kyrkan kan personer arbeta som volontärer bland annat inom caféverksamhet, vara mentor för unga och medhjälpare vid andakter på serviceboenden. I likhet med Röda Korset kan hembesök hos äldre och sjuka ingå (Svenska kyrkan, u.å.). Alltså skiljer sig de svenska volontärförmedlingarna från de amerikanska, gällande antal timmar som läggs ner av volontärarbetarna samt vissa av aktiviteterna de utför.

### **Arbetsterapi och volontärarbete**

En arbetsterapeutisk studie visade att, genom att vara engagerad i aktiviteten volontärarbete, möts personens psykologiska och sociala behov (Wilcock, 1998) och en sådan aktivitet kan innehålla potentiella terapeutiska värden (Black & Living, 2004). Enligt Canadian Association of Occupational Therapists (2002), innebär aktiviteter alla handlingar och uppgifter som utförs av en person. Enligt Wilcock (1998) definieras hälsa som en fullständig känsla av fysiskt, psykiskt, känslomässigt, andligt och socialt välmående. Inom arbetsterapi är förhållandet mellan aktivitet och hälsa centralt, och det främsta målet är att möjliggöra aktivitet. Genom att uppleva dagarna



som meningsfulla, begripliga och hanterbara, skapas en känsla av sammanhang, vilket i sin tur påverkar hälsa och välmående (Antonovsky, 1987). Enligt American Occupational Therapy Association (1995) är upptäckten av mening en av nyckelfaktorerna av aktivitet, och däri ligger förmågan att kunna förändra sig själv och samhället. Sammanfattningsvis kan det sägas att arbetsterapin visar på att meningsfulla aktiviteter är av betydelse för hälsan, och arbetsterapeuters kliniska arbete innebär att skapa interventioner med meningsfulla aktiviteter.

Även aktivitetsvetenskapen visar på fördelarna med aktivitet, exempelvis förbättrat subjektivt välmående och självförtroende, och dess relation till hälsa (Law, Steinwender & Leclair, 1998; Legault & Rebeiro, 2000; Rebeiro & Cook, 1999). Aktivitetsvetenskap innebär att studera människor, både med och utan funktionsnedsättningar, i aktivitet. Avsikten är att få kunskap om aktivitet på en generell nivå och är därmed en grund för arbetsterapi (Argentzell & Leufstadius, 2010; Zemke & Clark, 1996). Forskning inom ämnet, kring att främja livskvalitén hos äldre, visar till exempel hur strategier kan hjälpa dem att göra hälsosamma förändringar. Genom att välja meningsfulla aktiviteter, underlättas ett framgångsrikt åldrande, vilket innebär en låg risk för sjukdom och sjukdomsrelaterade funktionsnedsättningar, hög mental- och fysisk funktion samt aktivt engagemang i livet. Det hindrar även åldersrelaterade försämringar, exempelvis sänkt vitalitet och styrka (Carlson, Clark & Young, 1998). Om forskning kan identifiera specifika faktorer av en aktivitet som kan vara fördelaktiga för hälsan, så kan denna kunskap användas i arbetsterapipraxis och dess effekter kan testas i kliniskt arbete (Black, et al., 2004).

### **Värde och mening**

Frankl (1968) menar att människan kan upptäcka mening i livet genom tre olika sätt; genom att utföra aktiviteter, uppleva värde samt känna smärta och lidande. Csikszentmihalyi (1997) anser att optimala upplevelser i en människas liv ger en övergripande upplevelse av kvalité och mening. En operationalisering av mening har gjorts av Persson, Erlandsson, Eklund och Iwarsson (2001) i modellen "Value, Meaning and Occupations model" [ValMO] där aktivitetsvärden beskrivs som en förutsättning för upplevelse av mening. För att arbetsterapeuter ska kunna använda aktiviteter som ett terapeutiskt verktyg kräver det att klienten upplever dem som värdefulla. För att kunna beskriva hur en person värderar en specifik aktivitet är det viktigt

att förstå varför det väljs och genomförs samt vilka terapeutiska vinster utförandet ger. Modellen förklarar sambanden mellan aktivitet och dess värde, och det främsta syftet är att uppmärksamma de naturligt inneboende värdena i daglig aktivitet. Detta eftersom värdena, utifrån modellen, är viktiga faktorer för upplevd hälsa och meningsfullt liv. ValMO- modellen består av tre triader; aktivitets-, värde- och perspektivtriaden. Skillnaden mellan värde och mening är att aktivitetsvärde upplevs i samband med enskilda aktiviteter medan individens känsla av mening är kopplat till dennes livshistoria.

För att en aktivitet ska upplevas som meningsfull måste den enligt modellen generera ett eller flera värden. Konkret värde utgörs av resultaten av aktiviteten, och karaktäriseras av påtaglighet. Utförandet leder till en produkt som är av värde för andra eller personen själv, till exempel att något blivit avklarat eller att personen lärt sig något nytt (Persson, et al., 2001). Dock behöver personen inte trivas med själva utförandet (Erlandsson & Persson, 2005). Det symboliska värdet utmärks av den betydelse aktiviteten har för personen och kan även öppna upp vägar för kommunikation. Genom att välja en specifik aktivitet kan personen kommunicera någonting av symbolisk innebörd som annars hade varit dold, till exempel delar av sig själv och dennes relation till omgivningen. Den sociala miljön kommunicerar tillbaka till göraren av aktiviteten om den är acceptabel att utföras i det rådande kulturella klimatet. Den feedback som aktivitetsutövaren får, påverkar antingen stimulerande eller begränsande i fråga om aktiviteten ska utföras igen. Det symboliska värdet består av tre komponenter; person-, kulturell- samt universell nivå. Personnivån innebär de värden som är specifika för en enskild person, med tanke på dennes erfarenheter och bakgrund. Den kulturella nivån handlar om gemensamma värden i en kultur medan den universella nivån behandlar värdeupplevelser för människor i hela världen. De omedelbara belöningarna av att utföra en vald aktivitet är kopplad till självbelönande värde. Glädjen, då en person glömmer både tid och rum, är det tydligaste kännetecknet av denna dimension av aktivitetsvärde. En person väljer att utföra aktiviteten tack vare att han eller hon tycker om det (Persson, et al., 2001). Inom det självbelönande värdet beskrivs att flowupplevelser kan uppstå då en person helt går in i sitt görande, och aktiviteten innebär en utmaning som ligger på toppen av dennes förmåga (Csikszentmihalyi, 1997; Persson, Eklund & Isacson, 1999). Detta innebär att genom att beskriva värdet av en aktivitet som utförs, bidrar det

till att förstå hur och om den är meningsfull, och därmed har ett terapeutiskt medel. Denna studie kommer att fokusera på värdetriaden som utgörs av konkret-, symboliskt- och självbelönande värde.

Det finns således mycket forskning angående volontärarbete och dess fördelar för de engagerade. Men forskningen är mestadels koncentrerad till andra länder, exempelvis USA, som har ett helt annat system angående vård och omsorg, där volontärarbetarna lägger ner mer tid och till viss del har andra sorters uppgifter. Därför är det viktigt att i Sverige studera olika aspekter av volontärarbete, under de förutsättningar som gäller i vårt land. Dessutom finns det, utifrån de sökningar som författarna genomfört, generellt lite forskning på hur mottagaren upplever volontärinsatserna, eftersom den forskning som hittills gjorts främst fokuserat på volontärarbetarna. I en studie av Morrow-Howell et al. (2009) visade det sig att 90 % av volontärarbetarna ansåg att personerna eller samhället de hjälpte genom programmet, mådde bättre på grund av deras insatser. Författarna av denna studie menar att resultatet skulle kunna tolkas som att aktiviteterna hade ett värde som främjade mottagarnas hälsa, men är inget som går att säga med säkerhet. Därför görs konklusionen att det behövs mer forskning, som fokuserar på upplevelsen av aktiviteterna, där även mottagaren av insatserna är en av de centrala parterna.

## Syfte

Hur volontärer och seniorer, engagerade i en volontärförmedling, upplever och beskriver värde i deras gemensamma aktiviteter.

## Frågeställningar

Vilka aktiviteter utför volontärerna och seniorerna tillsammans?

Vilka aktivitetsvärden upplever volontärerna och seniorerna?

## Metod

### **Design**

Studien hade en kvalitativ ansats (Kvale, 1997) för att fånga individernas erfarenheter och hade två perspektiv, volontärernas respektive seniorernas upplevelser. Semistrukturerade intervjuer (Hartman, 1998) genomfördes med både volontärer och seniorer, och fokuserade på deras upplevda värden i de aktiviteter de gör tillsammans. Denna slags intervju innebär att det finns en fast intervjuguide men att intervjuaren likväl kan ställa följdfrågor.

### **Studiens kontext**

Förmedlingen som personerna i denna studie är aktiva i, är nystartad och stationerad i Sverige. Volontärförmedlingen drivs av vård- och omsorgsförvaltningen i en kommun. I november 2011 var 47 volontärer i åldrarna 18-93 år engagerade medan seniorerna var 59 till antal och i åldrarna 65-95 år. Förmedlingen hade även tolv seniorgrupper, vid äldreboenden och träffpunkter, kopplad till sig. Denna studie fokuserade på seniorer som bor i eget boende. Volontärerna kunde däremot koncentrera sina insatser till både seniorer i eget boende, på särskilt boende eller till seniorer som var kopplade till olika träffpunkter. Förmedlingen riktar sig till seniorer som är 65 år och äldre och är öppen för personer som vill engagera sig ideellt som volontär. Samordnaren för förmedlingen har kontakt med alla volontärarbetare respektive seniorer och ansvarar för att sammanföra lämpliga par, antingen volontär och senior, eller en volontär som är kopplad till en seniorgrupp. Uppdragen volontärerna har gäller sociala aktiviteter tillsammans med senioren, vilket kan innebära att fika, samtala, shoppa och gå promenader. Syftet med aktiviteterna är att bidra till lite guldkant i seniorernas vardag.

### **Urval**

Samordnaren i volontärförmedlingen valde ut tio deltagare till studien, fem seniorer och fem volontärer, utefter inklusionskriterierna. Dessa valdes ut genom ett lämplighetsurval (DePoy & Gitlin, 1999), där samordnaren bedömde vilka författarna av studien enkelt skulle kunna kommunicera med, samt för att ge en bredd angående livssituation och ålder. På grund av tidsbrist kunde inte två av de tillfrågade medverka i undersökningen, därför kontaktades

ytterligare två personer. Kriterierna för samtliga deltagare var; att de under en längre tid varit delaktiga i förmedlingen, ej hade en demensdiagnos eller dokumenterad kognitiv funktionsnedsättning. Detta eftersom deltagarna kunde haft svårt att medverka vid intervjuerna. Seniorerna skulle vara 65 år eller äldre och bo i eget boende, detta för att säkerställa att de var kognitivt kapabla att genomföra intervjun. Seniorer med fysiska funktionsnedsättningar kunde delta, eftersom volontärinsatserna utformas efter deras behov. Endast en part i antingen en par- eller gruppkombination intervjuades, detta för att ge en bredd i urvalet. Deltagarnas ålder varierade från 25 år till 90 år, medelåldern för samtliga var 67,3 år. Volontärernas medelålder var 52,6 år och seniorernas var 82 år. Av de tio deltagarna var två män (tabell 1).

*Tabell 1. Beskrivning av undersökningsgruppen*

<b>Senior</b>	Kön	Ålder	Familj	Sysselsättning
A	kvinn	86	ensamstående	pensionär
B	kvinn	79	ensamstående	pensionär
C	kvinn	90	ensamstående	pensionär
D	kvinn	83	ensamstående	pensionär
E	kvinn	72	särbo	pensionär
<b>Volontär</b>				
F	man	81	sambo	pensionär
G	kvinn	63	sambo	arbetssökande
H	kvinn	65	sambo	pensionär
I	man	25	sambo	yrkesverksam
J	kvinn	29	kombo	student

## **Procedur**

Informationsbrev om studien och samtyckesblankett skickades till chefen och samordnaren för verksamheten, samt till de potentiella deltagarna, med samordnaren som mellanhand. Deltagarna erhöll även ett svarskuvert, vilket returnerades till samordnaren, som fastställde vilka som accepterat att delta i studien. Därefter arkiverades blanketten, för att sedan förstöras när studien är avslutad. Eftersom två personer inte kunde delta, kontaktade mellanhanden två potentiella deltagare. Mellanhanden informerade om studien, och de tillfrågade gav därefter ett muntligt samtycke om att delta. Vid intervjutillfället fick dessa två läsa informationsbrevet om studien, och därefter skrev de på samtyckesblanketterna. När mellanhanden fått bekräftat vilka som kunde delta, fick författarna deras kontaktuppgifter. Därefter kontaktades de för att boka in tid och plats för intervju. Inför intervjuerna gjordes en testintervju som provanalyserades enligt en riktad innehållsanalys (Hsieh & Shannon, 2005). Detta för att säkerhetsställa validiteten angående om frågorna var förståeliga samt fångade syftet med studien. Efter testintervjun uppdaterades intervjuguiden, bland annat lades en fråga till som kunde härledas till det självbelönande värdet. Genom att utföra testintervjun så medförde detta även ett tillfälle att prova den tekniska utrustningen.

## *Datainsamling*

Deltagarna fick själva välja var intervjun skulle genomföras, lokalerna som valdes var antingen i deras hem, på en träffpunkt eller i en allmän lokal. Författarparet genomförde tillsammans samtliga intervjuer, som tog från 22 minuter till en timme och 28 minuter. Författarna ansvarade för hälften av intervjuerna var, under tiden antecknade den andra eventuella följdfrågor eller om det var något som behövde förtydligas. När den ansvariga författaren hade genomfört frågorna i intervjuguiden, inklusive följdfrågorna, ställde medförfattaren sina eventuella frågor. Därefter användes ”dialogisk validering” (Malterud, 1998), då medförfattaren kort sammanfattade det väsentliga i intervjun. Efter varje intervju tillfrågades undersökningspersonerna om det gick bra att de kontaktades igen angående eventuella oklarheter eller om ytterligare följdfrågor behövde ställas, samtliga gick med på detta.

Intervjuguiden (bilaga 1) var uppbyggd med ett antal öppna frågor som sedan smalnades ner med hjälp av följdfrågor. Denna strategi kallas för tratteknik och är vanlig vid intervjuer (Hartman, 2004). Under intervjuerna ställdes frågor angående de aktiviteter som uppstår i mötet mellan volontärer och seniorer. Exempel på frågor var ”vad anser du vara viktigast i de aktiviteter ni gör tillsammans?”, ”kan du berätta lite om hur det är att vara volontär/träffa en volontär?” och “ vad anser du vara viktigast i de aktiviteter ni gör tillsammans?”. Intervjuerna spelades in via ljudupptagning, men detta tillvägagångssätt fångar inte den icke-verbala kommunikationen. I transkriberingarna lades därför parenteser in där det stod vad intervjupersonerna gjorde för gester. Varje intervju delades upp i hälften och författarparet transkriberade varsin halva. För att ytterligare säkra validiteten angående intervjuerna transkriberades materialet i närliggande tid, till när de genomfördes (Malterud, 1998).

### **Databearbetning**

Metoden som användes för att analysera samtliga intervjuer var riktad innehållsanalys (Hsieh, et al., 2005). Eftersom studien hade en teoretisk grund och syftet var att studera värde och mening, utifrån ValMO- begreppen (Persson, et al., 2001) lämpade sig denna sorts analys. Detta innebar att huvudkategorierna var givna från början, det vill säga; konkret-, symboliskt och självbelönande värde. Analysen innebar att kategoriseringen skedde på samma sätt för volontärerna och seniorerna.

Intervjuerna lästes först igenom några gånger för att få en känsla för materialet. Författarna tog sedan, var för sig, ut de meningsbärande enheterna, som sedan jämfördes och fastställdes. När detta var gjort kondenserades de meningsbärande enheterna och de fick därefter reflektionskoder. Dessa reflektionskoder kopplades sedan till de olika värddimensionerna i modellen. Tanken som genomsyrade kategoriseringen var att de reflektionskoderna som innehöll deltagarnas upplevelser angående påtagliga resultat av de utförda aktiviteterna, kategoriserades under det konkreta värdet. Hur deltagarna själva såg på betydelsen av de gemensamma aktiviteterna kategoriserades under det symboliska värdet. Under det självbelönande värdet, placerades reflektionskoder som karaktäriserades av deltagarnas omedelbara belöning då de utförde aktiviteterna. Till varje intervju gjordes en kodningskarta med de olika värdena som huvudkategorier, som i sin tur hade underliggande reflektionskoder. Reflektionskoderna, som

hade samma innebörd i varje enskild intervju, grupperades och fick därefter en gemensam kod, tills att en slutgiltig kodningskarta utarbetats. Efter att fem intervjuer analyserats gick författarna tillbaka och kontrollerade att de meningsbärande enheterna var relevanta och inte innehöll flera värden, samt att kodningskartorna stämde. Detta gjordes flera gånger, av samtliga intervjuer, i en iterativ process. I ett av dessa steg så utfördes verifieringen av kodningskartorna enskilt för att sedan diskuteras tillsammans. Nästa steg som utfördes var att alla kodningskartor sammanfördes till en gemensam karta. Som ett sista steg, kategoriserades varje värddimension för sig, då alla koder i en dimension sammanfogades till underkategorier. Författarna inspirerades av Graneheim och Lundman (2004) när en grafisk tabell av samtliga kategoriseringar utformades (figur 1).

### **Etiska överväganden**

Projektplanen granskades av Vårdvetenskapliga etiknämnden [VEN] som gav rådgivande yttrande. Informerat samtycke uppfylldes eftersom deltagarna skrev på samtyckesblanketter samt informerades både skriftligt och muntligt vid intervjutillfället, att det var frivilligt att delta. De blev även informerade om att de när som helst kunde avbryta utan att ange någon orsak eller med några konsekvenser för deras kontakt med volontärförmedlingen. Inga namn eller andra uppgifter som kan röja deltagarnas identitet, nämns i redovisningen. För att öka konfidentialiteten, vilket innebär att privat information inte kommer att avslöjas (Kvale & Brinkmann, 2009), undvek författarna medvetet att intervjua båda parter i ett volontär- och seniorpar eller volontär- och gruppkonstellation. Största risken med studiens design var att intervjun kunde upplevas som ett hot mot personens integritet och därmed kännas obehaglig. Detta hade författarna i åtanke under intervjuerna och i och med det försökte värna om den personliga integriteten. Det insamlade materialet avkodades så att det inte gick att identifiera deltagarna. Materialet förvarades till dess att uppsatsen var examinerad och förstördes därefter. Det var endast personer som var involverade i studien som tog del av det obearbetade materialet.

### **Resultat**

I resultatet kommer först de gemensamma aktiviteterna att beskrivas, sedan deltagarnas värdeupplevelser, kategoriserade utefter ValMO-modellens värdetriad.



### **Volontären och seniorens gemensamma aktiviteter**

Den aktivitet som förekommer i samtliga intervjuer är att de samtalar. Detta är ofta huvudaktiviteten, men många gånger gör de en annan aktivitet samtidigt, exempelvis promenera eller fika. Aktiviteterna de gör tillsammans är följande; promenera, gå i affärer, äta middag hemma och på restaurang, fika, gå på bio, titta i fotoalbum, klä midsommarstång, hjälpa till med datorn, åka buss, åka på utflykt, gå på museum, hålla i frågesport, blomskötsel, prata i telefon, spela kort, baka, plocka frukt och vara med vid läkarbesök.

### **Värdeupplevelser**

Samtliga deltagare beskriver varierande mängder av konkreta-, symboliska- samt självbelönande värden genom att utföra aktiviteter tillsammans. I studien är inte alla värdeupplevelser kopplade till en specifik aktivitet utan är snarare sammankopplad till helheten, hur de upplever att träffas. Intervjupersonernas upplevelser av de gemensamma aktiviteterna redogörs under ValMO-modellens värdedimensioner (figur 1). Det konkreta värdet innehåller deltagarnas upplevelser angående påtagliga resultat av de utförda aktiviteterna, och har två subkategorier. Hur deltagarna själva ser på betydelsen av de gemensamma aktiviteterna, redovisas under symboliskt värde, som har fyra subkategorier. Det självbelönande värdet karaktäriseras av deltagarnas omedelbara belöning då de utför aktiviteterna, och har två subkategorier.

Huvudkategori	Subkategori	Koder
<b>Konkret värde</b>	Vi har lärt oss mycket genom att träffa varandra	Möjlighet att utbyta kunskap/ erfarenhet Jag har fått nya insikter
	Volontärbete kan innehålla negativa arbetsuppgifter	Det är tungt att köra rullstol Känns i stunden tråkigt att träffas
<b>Symboliskt värde</b>	Det tillför något till oss båda	Ger mig stöd/trygghet Jag tycker det är intellektuellt stimulerande Känns som om jag gör en insats Jag tycker det är berikande Tillför en variation av aktiviteter Tillför en frihet till seniorerna Ökar/förbättrar mina sociala kontakter
	Lätt att umgås och prata med varandra	Vi kommer bra överens Känns som vi är släkt/vänner Kändes som positivt första möte Vi kan prata om allting Känns som vi känt varandra länge Intressant att samtala med varandra
	Vi respekterar varandra	Ej nonchalant/genant uppträdande från volontären Anpassar mig efter senioren
<b>Självbelönande värde</b>	Glömmer tiden när vi träffas	
	Får positiva känslor av att träffas	Jag blir glad/lycklig Mår bra av att träffa varandra Roligt att träffa varandra Avkopplande att träffa senioren

Figur 1. Översikt av kategorier och tillhörande koder av deltagarnas upplevelse av aktivitetsvärden

## Konkreta värdeupplevelser

Deltagarnas upplevelser kunde kategoriseras in i två subkategorier, ”*jag har lärt mig mycket genom att träffas*” samt ”*volontärarbete kan vara en krävande arbetsuppgift*”.

### *Vi har lärt oss mycket genom att träffa varandra*

Genom att samtala med varandra har volontärerna och seniorerna delat med sig av sin kunskap samt erfarenhet. Seniorerna exempelvis om hur det var att växa upp förr i tiden, blomskötsel, fläckborttagnings knep samt information om staden de bor i. En volontär beskrev följande: “*Det här genom samtal vid fikabordet, om då sa någon liksom att man kunde få bort fläckar med citronsaft, och det visste jag ju inte om så ja “jaha, okej” liksom, sen har jag testat det*”. Genom att träffa seniorerna sa volontärerna att de även blivit bättre på att bemöta äldre samt tolka kroppsspråk. Volontärerna kunde istället bidra med ny kunskap om till exempel tekniska saker som mobiltelefoner och datorer samt hur ungdomar lever och tänker idag. En senior beskrev det som ett stöd att volontären kunde hjälpa till med datorn. “*Vi har hållit på rätt så mycket med min dator, jag är nämligen en, idiot när det gäller alla såna här tekniska, och det har han hjälpt mig en del med.*”

Genom att volontären och senioren diskuterar tillsammans har nya insikter, av varierade karaktär, formats. Det kunde handla om att världen inte bara består av onda människor, att livet är skört, att det går att nå fram till personer med en demenssjukdom samt att vi som människor är mer lika än olika. Insikterna kunde även vara av negativ karaktär, exempelvis att volontären fick en inblick angående bristerna i vården.

### *Volontärarbete kan innehålla negativa arbetsuppgifter*

Det var endast volontärer som beskrev upplevelser som kunde härledas till denna kategori. Två av volontärerna upplevde det som fysiskt tungt att köra en rullstol men tyckte ändå att det var viktigt att göra det. Andra erfarenheter var att volontären kände att det var tråkigt att träffa senioren eftersom senioren somnade. Trots detta kände volontären att det var viktigt att hälsa på senioren, eftersom de är vänner. Några volontärer uppgav att de inte visste om seniorerna kom ihåg vilka de var, samt om de glömt bort att volontären hälsat på.

*“Gången därpå så mindes han liksom inte vem ja va, å då va de lite, då va de helt annorlunda. Asså de e lite tråkigt, man e ju ändå volontär för att man vill hjälpa till, och då e de ju om personen i fråga inte kommer ihåg vem man är, så blir de ju lite mindre de här. Men samtidigt får man tänka att även om han inte kommer ihåg en är det viktigt för dom att dom kan träffa nån å ha trevligt å sådär. “*

### **Symboliska värdeupplevelser**

Denna värdedimension har flest utsagor i intervjuerna. De symboliska upplevelserna bidrar till att deltagarna uttryckte det som meningsfullt och viktigt att utföra aktiviteterna tillsammans. Volontärerna sa att de kände sig behövda av senioren, vilket bidrog till känslan av meningsfullhet. En senior beskrev det som meningsfullt att träffa sin volontär eftersom volontären är ett stöd för senioren vid till exempel inköp. Denna värdedimension delades in i tre subkategorier; *“det tillför något till mig eller den andra parten”, “lätt att umgås och prata med varandra”* samt *“vi respekterar varandra”*.

#### *Det tillför något till oss båda*

Deltagarna beskrev på många olika sätt, hur det tillförde något till dem själva eller den andra parten, att utföra de gemensamma aktiviteterna. Många seniorer upplevde att volontären innebar ett stöd och en trygghet, bland annat när de handlade tillsammans, samt vetskapen att volontären fanns där för dem ifall det skulle hända något. Några deltagare uppgav även att det är intellektuellt stimulerande att träffas, en volontär berättade: *“Det märktes att hon (senioren) var tillbaka i sina minnen och det tror jag är väldigt värdefullt att, eh lirka in dom på sånt där som de har i hjärnan, vi måste motionera hjärnan också asså, det är mycket viktigt”*. Alla volontärer berättade att de tyckte att de gjorde en insats och var till nytta, både för senioren men även för samhället. De upplevde en tillfredsställelse av att kunna ge av sig själva till seniorerna, att så lite kan betyda så mycket för dem. Deltagarna uppgav att det var berikande att utföra aktiviteter tillsammans. En volontär beskrev exempelvis att det är givande att besöka platser tillsammans med senioren, som volontären själv inte hade kommit på att åka till. Många upplevde även att det blev en större variation av aktiviteter än tidigare, att det kom in ytterligare ett moment i vardagen. Seniorerna beskrev, genom att volontärerna kommer till dem, bidrar det till att dagarna upplevs som kortare. En volontär beskrev det som att seniorerna tillförs en frihet: *“Hos*

*mig kan dom gå o plocka sina blommor en halvtimme om dom känner för det själva, alltså de, jag är inte alls, jag hänger inte över dom utan, dom frågar får jag lov att gå bort där” ja går du bort”, men jag har dom under uppsikt, men, nä (paus) ge dom lite mer frihet.”* Några volontärer uppgav att de lärt känna en ny familj genom att träffa seniorerna, både att senioren har pratat mycket om dem, samt att volontären ätit middag tillsammans med familjen. En senior beskrev att kontaktnätet inte var så stort i staden men att genom att träffa volontären så bidrar det till ett rikare socialt liv.

#### *Lätt att umgås och prata med varandra*

Deltagarna berättade även att det var väldigt lätt att umgås och prata med varandra när de träffades, en senior sa till exempel att de kom väldigt bra överens. En vanligt förekommande kommentar var att volontärerna och seniorerna har så mycket att prata om när de träffas och att de kan prata om allting, både lättsamma och djupa ämnen. Både seniorerna och volontärerna uttryckte det som om de upplever att de känt varandra länge, fastän det i själva verket inte är så. Samtliga deltagare beskrev det första mötet som väldigt positivt. *“Vi pratade och pratade och pratade som, ja, som vi känt varandra alltid, vi var precis på samma våglängd, även om det var 49 år som skiljde oss.”* Seniorerna berättade att volontärerna känns som deras barnbarn eller som en “ung” vän, och behandlar dem därmed som en i familjen. Deltagarna upplever det även som intressant att prata med varandra. Detta eftersom de har mycket gemensamma upplevelser och intressen. En volontär beskrev följande:

*“Han e väldigt intressant person kan man säga, å de e väldigt kul när man kan eh, när man lyckas luska ut hur de gick till på hans tid å va han skrev sin uppsats om å sådär. Å dessutom har han vatt sjökaptten i flottan å de e också väldigt intressant å höra lite om, stormtesta skepp å sånt där.”*

#### *Vi respekterar varandra*

Två seniorer beskrev det som betydelsefullt att volontärerna inte skäms över att synas tillsammans med senioren, när de till exempel promenerar. En av dem sa även att någon nonchalans inte upplevs från volontären:

*“Ja trodde att när vi gick ut och eh, vi gick och handla då, bland annat den här skrivaren, så trodde ja att han skulle tycka de va genant att ha me mig när ja hade rollator å sånt där, men de verka han inte alls alltså, på något sätt, eh, utan ... så att, å de betyder ju en del, att man inte på något sätt eh, ja menar, de va ingen nonchalans eller nånting sånt där.”*

Volontärerna i sin tur berättade att de anpassade sig efter seniorenns dagsform, exempelvis att de gick hem då senioren kände sig trött.

### **Självbelönande upplevelser**

Denna värde dimension uppdelades i två subkategorier; *“glömmer tiden när vi träffas”* och *“får positiva känslor av att träffas”*.

#### *Glömmer tiden när vi träffas*

Majoriteten av deltagarna upplevde att tiden går fort när de utför aktiviteter tillsammans. En volontär beskrev att ett besök skulle vara i en och en halv timme, men att det var så roligt att vara där så tiden glömdes bort. *“Tiden går fort! Jag fattar inte hur dom (andra volontärer) kan vara där så kort stund, för när jag tittar på klockan så har jag vatt där i tre-fyra timmar.”*

#### *Får positiva känslor av att träffas*

Samtliga deltagare betonade att aktiviteterna de gör tillsammans skapar många positiva känslor. Alla deltagare uttryckte att de blev glada och lyckliga över att träffa varandra. En senior sa: *“Hon är ju solskenet i mitt liv, bara höra hennes röst, det räcker att hon säger ”hej”, jag blir lycklig för hela dan.”* Merparten av de som intervjuades tycker det är roligt att umgås och göra aktiviteter tillsammans. Många av deltagarna kände sig upplyfta då de hade träffats och uppgav att de mådde bra av det. En volontär beskrev att aktiviteterna tillsammans med seniorenna upplevs som avkopplande, medan en annan volontär kände sig lätt om hjärtat då denne träffat sin senior.

## Diskussion

### Resultatdiskussion

Studiens syfte var att undersöka hur volontärer och seniorer, engagerade i en volontärförmedling, upplever och beskriver värde i deras gemensamma aktiviteter. Resultatet av studien ger svar på deltagarnas upplevda värde samt på frågeställningen om vilka aktiviteter senioren och volontären utför tillsammans. Författarna finner att aktiviteterna som volontärerna och seniorerna gör tillsammans inte varierar beroende på om volontären är kopplad till en seniorgrupp på ett boende eller träffar en enskild senior. ValMO-modellen (Persson, et al., 2001) beskriver att ett eller flera värden kan relateras till samma aktivitet, och i de mest optimala fall av aktivitetsutförande kan alla tre värdena upplevas. Detta överensstämmer med denna studie, då flera värden kan kopplas till samma aktivitet. De positiva upplevelserna i studien dominerar, men det finns även en del negativa inslag. Modellen tar främst upp positiva värdeupplevelser, men menar att det konkreta värdet även kan innehålla negativa upplevelser. Detta eftersom en person inte behöver trivas med själva utförandet av aktiviteten, men ändå kan uppleva helheten som värdefull. Därför beskrivs negativa upplevelser i resultatet, som kan relateras till konkret värde. Deltagarna uttrycker inte så stor variation under konkret värde, det som beskrivs är att de lärt sig mycket genom att träffas samt att de upplever en del arbetsuppgifter som krävande. Denna studie visar att aktiviteterna som utförs är sociala aktiviteter, bland annat att promenera, fika, åka på utflykt och spela kort. Det dominerande värdet i samtliga intervjuer är den symboliska dimensionen, vilket författarna anser beror på att förutsättningarna i de aktiviteter de utför, bäst lämpar sig för den typen av värdeupplevelse. Detta kan kopplas till ValMO-modellen som beskriver vilka utfall av värde som är typiska för olika aktivitetskategorier. I lek- och rekreationsaktiviteter, där deltagarnas aktiviteter ingår, är förutsättningarna bäst för att uppleva självbelönande- och symboliska värden. Medan i hushållsaktiviteter är konkreta värden vanligast, och konkret- och symboliskt värde dominerar i arbetsaktiviteter. Alltså styrks den övervägande delen av modellens antaganden angående förmodade värdeupplevelser i denna studie, då det symboliska värdet dominerar i deras gemensamma aktiviteter. Begreppet flow ingår i det självbelönande värdet och i intervjuerna är det några av deltagarna som beskriver känslor som kan härledas till detta, eftersom de beskriver att de glömmer tiden när de träffas. Detta anser författarna bero på att vissa av aktiviteterna de

gör tillsammans ställer höga krav på deltagarnas kapacitet och därmed matchar förmågan, som är en förutsättning för flowupplevelse.

Enligt ValMO-modellen (Persson, et al., 2001) är det värdet, som personerna upplever när de utför en aktivitet, som är relaterat till hur de upplever mening i deras liv som helhet. Två studier (Eklund, Erlandsson & Persson, 2003; Erlandsson, Eklund & Persson, 2011) hävdar att generella värdeupplevelser, framförallt de självbelönande, är förenade med upplevelser av mening. Resultatet av denna studie stödjer delvis dessa två, eftersom deltagarna upplever aktiviteterna som värdefulla, vilket ger en känsla av mening. Dock skiljer sig studien från de två nämnda, då seniorerna och volontärerna framhäver de symboliska värdeupplevelserna, som en bidragande faktor till meningsfullhet. Med tanke på de förda resonemangen så anser författarna av denna studie att resultatet styrker ValMO-modellens värdetriad (Persson, et al., 2001) och dess teoretiska grund. Resultatet av studien kan även ge värdefull kunskap om hur personer kan uppleva de olika värdedimensionerna. Denna kunskap är värdefull för att empiriskt testa modellen men också för att underlätta modellens användande i klinisk praxis.

Författarna uppfattar det som att det är den sociala aspekten av aktiviteten som deltagarna upplever som värdefull, inte promenaden eller fiket i sig. Studien av Erlandsson et al. (2011), visar att de som är gifta eller sammanboende, och därmed har någon att dela sina aktivitetsupplevelser med, har en ökad chans att uppleva en högre grad av meningsfullhet. I denna studie utför volontärerna och seniorerna aktiviteterna tillsammans, och resonemanget ovan kan därmed förklara deras känsla av meningsfullhet. Utöver känslan av meningsfullhet uppger även deltagarna att de mår bra, när de utför aktiviteter tillsammans, och deras upplevelser kan kopplas till ValMO-modellens värdetriad (Persson, et al., 2001). Detta stämmer överens med tidigare forskning (Eklund, et al., 2003; Eklund & Leufstadius, 2007) som menar att värde och uppfattad mening är relaterad till subjektiv hälsa och välmående. Dock är relationen mellan dessa tre komponenter inte uttalad i denna studie, då deltagarna inte uppger att värdeupplevelserna och känslan av meningsfullhet tillsammans bidrar till subjektiv hälsa. Deltagarna beskriver att de mår bra när de träffas, men säger inget om det påverkar deras upplevda psykiska hälsa i stort. Men



detta är inte något som ingår i studiens syfte, då det är de gemensamma aktiviteterna som är i fokus.

Förslag till vidare forskning är en longitudinell studie som mäter upplevd hälsa, mening samt värde, före och efter att personen varit delaktig i en volontärförmedling. Eftersom detta skulle kunna tydliggöra de eventuella terapeutiska effekterna. Det skulle även gå att komplettera med jämförelsegrupper, förslagsvis en annan typ av förening samt en kontrollgrupp. Andra grupper skulle antagligen ha en annan spridning av upplevelser mellan de olika värdedimensionerna, som hade varit intressant att utforska.

### *Implikationer för arbetsterapi*

Inom hälso- och sjukvården samt rehabiliteringsprogram, fokuseras det mestadels på personliga dagliga aktiviteter samt instrumentella aktiviteter, vilket utvärderar människors förmågor angående egenvård och hushållsarbete (Korner-Bitensky, Desrosiers & Rochette, 2008). Dock finns det en brist på andra sorters aktiviteter, exempelvis fritidsaktiviteter. Detta trots att det finns växande bevis för att engagemang av alla sorters aktiviteter för äldre, främjar hälsa (Nilsson, Bernspång, Fisher, Gustafson & Löfgren, 2007). Utifrån detta är volontärförmedlingen viktig på olika sätt. Den medför värde- och meningsupplevelser för seniorer och volontärer samt möjliggör, framförallt för seniorerna, ett större utbud av aktiviteter. Hammel (2009) och Reindal (1999) menar att, i motsats till den västerländska egocentriska ideologin, så visar forskning att ömsesidigt beroende är ett väsentligt inslag i människors liv. Förmågan att bidra till andra är förknippad med högre självkänsla, lägre nivåer av depression samt färre hälsoproblem (Anson, Stanwyck & Krause, 1993; Schwartz & Sendor, 1999; Stewart & Bhagwanjee, 1999). Detta är bidragande förklaring till hur volontärer, genom sitt volontärarbete, kan uppnå välbefinnande. Yrken, exempelvis arbetsterapeuter, som kan främja ömsesidigt beroende, kan därmed bidra till människors välbefinnande (Kronenberg, Pollard & Ramugondo, 2011). Därför är arbetsterapeuter en lämplig yrkeskategori för att starta och leda en volontärförmedling, eftersom denna grupp, inser värdet samt de hälsobringande effekterna av aktivitetsengagemang.

## **Metoddiskussion**

### *Design*

Författarna ville fånga deltagarnas upplevelser, och för detta var en kvalitativ studie (Kvale, 1997) lämpligast. Denna ansats var även passande eftersom lite förkunskap fanns, om främst mottagarnas upplevelser, och målet med kvalitativa studier är enligt Malterud (2009) att förstå och förklara, istället för att förutsäga, vilket exempelvis enkäter gör. Att ha en semistrukturerad intervjuguide var därför användbar i detta avseende då det möjliggör för intervjuaren att anpassa frågorna efter informanternas svar (Engquist, 1996).

### *Urval*

Urvalet gjordes för att få en variation med tanke på ålder och livssituation, detta för att bredda förståelsen och fånga upplevelser i en grupp (Hartman, 2004). Mellanhanden valde ut deltagarna, vilket eventuellt påverkade datainsamlingen eftersom de kan ha valts för att deras upplevelser speglade volontärförmedlingen positivt. Men detta tror inte författarna inverkar på studien, eftersom det framkom negativa upplevelser under intervjuerna. En annan aspekt som kunde påverkat datainsamlingen var att en av författarna i studien själv var engagerad i volontärförmedlingen i fråga. Men detta var inget som deltagarna informerades om och författarna tror därmed inte att detta påverkade resultatet. Författarna anser snarare att det var till sin fördel, då en del förkunskaper fanns.

### *Procedur*

Testintervjun som gjordes, medförde att en del frågor lades till, reviderades eller togs bort. Detta bidrog till att syftet besvarades i högre grad och metoden blev mer valid än tidigare. I den slutgiltiga intervjuguiden fanns det frågor som inte kunde härledas till syftet exempelvis ”vad motiverade dig till att bli volontär/träffa en volontär?” samt ”hur upplever du stödet från förmedlingen?”. Dessa data gick inte att använda i studien men fungerade som en uppvärmningsfas i intervjuerna.

### *Datainsamling*

Om båda parter av en parkonstellation intervjuats, skulle detta kunna medföra till jämförelser mellan parens upplevelser. Men att jämföra var inte studiens syfte, och författarna tror snarare att

detta slags urval skulle utgjort en nackdel, eftersom deltagarna då kunde varit återhållsamma med negativa beskrivningar av de gemensamma aktiviteterna. Risken hade även varit att konfidentialiteten minskat.

Vid en kvalitativ intervju ska det undvikas att respondenten lämnar ämnet som studien fokuserar på. Finns det ingen intervjuguide, är risken att det insamlade materialet inte har relevans för undersökningen (Hartman, 1998). Guiden var ett bra stöd under samtliga intervjuer, men en svaghet med frågorna som ställdes var att de inte smalnades av tillräckligt. Författarna höll sig på en för generell nivå när det gällde aktiviteterna, istället för att fråga specifikt vilken aktivitet som gav vilken upplevelse. En orsak till detta var att författarna är oerfarna intervjuare, som inte ställde vissa följdfrågor då det hade varit bra att fördjupa intervjun. Trots detta var frågorna tydliga och lättförståeliga anser författarna, vilket enligt Andersen (1994) är en viktig komponent. När en person intervjuas, finns det en risk att denne får ledtrådar om vad forskaren vill få fram eller att deltagaren svarar på ett sätt som denne tror gör forskaren nöjd (Hsieh, et al., 2005). Författarna avstod därför medvetet från att informera om hur värde definieras till deltagarna, och de flesta frågorna var öppna, för att undvika att ge ledtrådar om vad studien ville komma åt. Enligt Kvale (1997) ökar detta undersökningens reliabilitet. Ett sätt, för att undvika missförstånd och därmed öka validiteten, är att göra deltagarkontroller, då författarnas antaganden kontrolleras med informanterna (DePoy, et al., 1999). Detta gjordes genom "dialogisk validering" (Malterud, 1998), då författarna i slutet av varje intervju kort summerade det som sagts. Detta utförande tyckte författarna fungerade bra, eftersom detta bidrog till att vissa missförstånd klargjordes och deltagarnas upplevelser förtydligades. En av de viktigaste beståndsdelarna i en intervju är, enligt samma författare, aktivt lyssnande. Därför var det en fördel att vara två vid intervjutillfället, då den ena var mer aktiv, och den andra mer passiv, och som kunde se till att luckor i intervjun täcktes. Detta gjorde att kvalitén på intervjun stärktes. Efter att författarna genomfört de tio intervjuerna så upplevdes en mättnad (DePoy, et al., 1999) angående deltagarnas svar, eftersom inga nya aspekter uppkom. Detta är ett tecken på att ett fullständigt underlag erhållits, och visar på studiens noggrannhet, vilket ökar trovärdigheten.

### *Databearbetning*

En svårighet med de meningsbärande enheterna var att de till en början var alldeles för långa och innehöll upplevelser som kunde kopplas till flera värddimensioner. Därför verifierades dessa och delades upp i mindre beståndsdelar, vilket bidrog till att trovärdigheten ökade (Graneheim, et al., 2004). Riktad innehållsanalys valdes som analysmetod i studien, vilket var lämpligt när det redan fanns en teoretisk modell att utgå ifrån. Då kodningen skulle utföras underlättade det att ha förutbestämda huvudkategorier. En svaghet med analysmetoden var däremot att en del intressant information gick förlorad eftersom det inte passade in i värddimensionerna, exempelvis omgivningens reaktioner samt vad som motiverade deltagarna att vara med i förmedlingen. Författarna anser dock att detta utgör en grund för vidare forskning inom detta ämne. Enligt Hsieh et al. (2005) är risken med en riktad innehållsanalys att författarna har en förutbestämd bild av resultatet, att det med högre sannolikhet är lättare att finna bevis för teorin än att motsäga den. Graneheim et al. (2004) menar även att kvalitativ innehållsanalys innebär en balansakt, å ena sidan är det omöjligt och icke önskvärt för forskaren att inte lägga ett visst perspektiv på materialet under analysen. Å andra sidan måste forskaren låta texten tala, och därmed inte tillskriva den innebörd som inte finns. Detta var författarna medvetna om, och läste därför först igenom transkriberingarna utan att börja värdera dem. Författarna försökte även under analysarbetet balansera materialet för att ge en rättvis tolkning, vilket ökar den interna validiteten.

Att vara två personer som analyserade materialet bidrog till en bättre kvalitet, eftersom tolkningar då görs på olika sätt samt ses ur olika perspektiv (Kvale, 1997). Genom att arbeta utifrån en iterativ process, då författarna går tillbaka och verifierar de meningsbärande enheterna samt kodningen, innebär det att validiteten stärks. I ett steg av bearbetningen av materialet verifierade författarna enskilt reflektionskoderna i intervjuerna. Detta innebär att en kollegial granskning (DePoy, et al., 1999) görs, vilket medför att den slutgiltiga tolkningens legitimitet stärks. En innehållsrik och tydlig redovisning av resultatet, tillsammans med lämpliga citat, ökar studiens överförbarhet enligt Graneheim et al. (2004), vilket utförts i denna studie. Vidare säger författarna att genom beskrivningen av hur meningsbärande enheter, kondenseringar och tolkningar gjorts, så möjliggör det bedömning om trovärdighet av resultatet. Författarna i denna

studie anser att beskrivningen av tillvägagångssättet gjorts på ett tydligt sätt, vilket gör att trovärdigheten är hög, och detta ökar även studiens överförbarhet.

En utmaning i studien var att koda intervjumaterialet enligt ValMO-modellens värddimensioner (Persson, et al., 2001). Detta eftersom de olika värdena ofta överlappar varandra vilket medför svårigheter i att kategorisera. En annan bidragande faktor var att modellen i sig består av komprimerade förklaringar av de olika dimensionerna. Författarna fick då gå tillbaka till intervjun för att avgöra vilket av de olika värdena som dominerade i den meningsbärande enheten. I modellen utgörs den symboliska dimensionen av tre delar; person-, kulturell- samt universell nivå. Men denna studie har endast fokuserat på personnivå, då intervjumaterialet endast upplevdes innehålla personliga värden. Samtliga deltagare var från Sverige, vilket även medförde att de kulturella värderingarna inte verkade skilja sig åt.

Denna studie skulle metodologiskt kunnat utföras på ett annat vis, exempelvis genom att använda the Occupational Value instrument with predefined items [Oval- pd] (Eklund, Erlandsson, Persson & Hagell, 2009), vilket är ett reliabelt och valitt frågeformulär. Genom att använda formuläret, framkommer det i vilken utsträckning personerna upplever de olika värdena i aktiviteterna. Detta hade dock inte fångat djupet av personernas upplevelser, vilket var studiens syfte. En typ av analysmetod, som hade kunnat användas, var traditionell innehållsanalys (Kyngas & Vanhanen, 1999). Analysen används vanligen i studier vars syfte är att beskriva olika fenomen. Summerande innehållsanalys var ett annat sätt, då analyseras vissa ord eller samband, istället för helheten (Babbie, 1992; Catanzaro, 1988; Morse & Field, 1995). Dessa två innehållsanalyser hade kunnat fungera men har fler nackdelar än den valda. Traditionell innehållsanalys lämpar sig bäst då befintlig teori eller forskning är begränsad, vilket inte är fallet i denna studie, och det hade varit svårt att ge en mångfacetterad bild av värde utan teoretisk grund. Summerande innehållsanalys var inte relevant för denna undersökning, eftersom studien har som syfte att beskriva en helhet.

## **Konklusion**

Studiens resultat visar att samtliga deltagare upplever varierande mängder av konkreta-, symboliska- samt självbelönande värden genom att utföra aktiviteter tillsammans. Det symboliska värdet är det som dominerar och visar störst bredd i upplevelserna. Deltagarna

beskriver aktiviteterna som värdefulla, som ger en känsla av mening, vilket styrker ValMO-modellens grundantaganden. Eftersom förklaringarna av värdedimensionerna är komprimerade så anser författarna att denna studie kan bidra till en ökad förståelse för modellen. Studien visar att specifika faktorer av en aktivitet vid det aktuella tillfället, är fördelaktigt för välmåendet. Denna kunskap anser författarna med fördel kan användas i arbetsterapipraxis och att dess effekter kan testas i kliniskt arbete. Studien bevisar även arbetsterapins- och aktivitetsvetenskapens grundantaganden, om vikten av värdefulla aktiviteter och dess terapeutiska betydelse. Volontärförmedlingar är en typ av verksamhet som arbetsterapeuter idag inte är verksamma inom. Författarna anser därför att det finns många fördelar med att ha en arbetsterapeut ansluten dit, eftersom de kan bidra med sin kompetens och kunskap om aktivitetens betydelse. Studien visar att det finns många fördelar av att vara delaktig i en volontärförmedling, då det ger en upplevelse av värde och mening i livet. Eftersom denna studie generellt inte kunde koppla en aktivitet till ett specifikt värde, så anser författarna att vidare forskning bör fokusera på de specifika värdeupplevelserna av en aktivitet.

## Bilagor

### Bilaga 1

#### *Intervjuguide*

1. Hur gammal är du?
2. Hur bor du? Ensamboende/gift/sambo?
3. Hur kom du i kontakt med förmedlingen? När?
4. Vad motiverade dig till att bli volontär/träffa en volontär?
5. Hur upplever du stödet från förmedlingen?
6. Kan du berätta lite om hur det är att vara volontär/träffa en volontär?
  - Hur ofta träffas ni?
  - Hur länge ses ni?
  - Vad gör ni tillsammans?
  - Hur kommer ni fram till vad ni ska göra? Varför gör ni detta?
  - Var det som du hade tänkt dig?
7. Hur upplever du det?
  - Upplever du det som meningsfullt?
  - Hur känner du efter att ni har träffats?
  - Vad ger det dig att göra dessa aktiviteter tillsammans?
  - Vad är det som du tycker om, i de aktiviteter ni gör?
  - Hur viktigt är det för dig att träffa volontären/senioren?
  - Vad anser du vara viktigast i de aktiviteter ni gör tillsammans?
8. Upplever du att tiden går fort eller långsamt när ni ses?
9. Hur har din vardag förändrats sen du gick med i förmedlingen?
  - Tycker du att volontärbetet/att träffa en volontär har förändrat dig på något sätt?
  - Upplever du förändringar i din hälsa/mående sen du gick med i förmedlingen?
  - Upplever du någon förändring i din psykiska hälsa/mående?
10. I och med att du är volontär/träffar en volontär, känner du att du har lärt dig något nytt?
11. Vad får du för reaktioner från omgivningen när du berättar att du är volontär/träffar en volontär?
  - Vad innebär det för dig?

## Referenser

American Occupational Therapy Association, AOTA (1995). Position Paper: Occupation. *American Journal of Occupational Therapy*, 49, 1015-1018.

Andersen, H. (1994). *Vetenskapsteori och metodlära. En introduktion*. Lund: Studentlitteratur.

Anson, C.A., Stanwyck, D.J., & Krause, J.S. (1993). Social support and health status in spinal cord injury. *Paraplegia*, 31, 632-638.

Antonovsky, A. (1987). *Unraveling the mystery of health: how people manage stress and stay well*. (1. ed.) San Francisco, California: Jossey-Bass.

Argentzell, E., & Leufstadius, C. (2010). Teoretiska grunder inom psykosocial arbetsterapi. I Eklund, M., Gunnarsson, B. & Leufstadius, C. (red.). *Aktivitet & relation: mål och medel inom psykosocial rehabilitering*. (1. uppl.) Lund: Studentlitteratur.

Babbie, E. (1992). *The practice of social research*. New York: Macmillan.

Black, W., & Living, R. (2004). Volunteerism as an occupation and its relationship to health and wellbeing. *British Journal of Occupational Therapy*, 67, (12), 526-532.

Canadian Association of Occupational Therapists (2002). *Enabling occupation: an occupational therapy perspective*. (Rev. ed.) Ottawa: Canadian Association of Occupational Therapists.

Carlson, M., Clark, F., & Young, B. (1998). Practical contributions of occupational science to the art of successful ageing: how to sculpt a meaningful life in older adulthood. *Journal of Occupational Science*, 5, (3), 117- 118.

Catanzaro, M. (1988). Using qualitative analytical techniques. In N. F. Woods & M. Catanzaro



(Eds.), *Nursing research: Theory and practice* (sid. 437-456). St. Louis, MO: C. V. Mosby.

Cnaan, R. A., Handy, F., & Wadsworth, M. (1996). Defining who is a volunteer: Conceptual and empirical considerations. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 25(3), 364–384.

Cochrane, A., Clarke, J., & Gewirtz, S. (2001). *Comparing welfare states*. London: Sage Publications.

Csikszentmihalyi, M. (1997). *Finding Flow. The psychology of engagement with everyday life*. New York: Basic Books.

Eklund, M., Erlandsson, L-K., & Persson, D. (2003). Occupational value among individuals with long-term mental illness. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 5, 276-284.

Eklund, M., Erlandsson, L-K., Persson, D., & Hagell, P. (2009). Rasch analysis of an instrument for measuring occupational value: Implications for theory and practice. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 16, 118-128.

Eklund M., & Leufstadius, C. (2007). Occupational factors and aspects of health and wellbeing in individuals with persistent mental illness living in the community. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 74, 303-313.

Engquist, A. (1996). *Om konsten att samtala: en bok för människor i kontaktyrken*. (3., [omarb.] uppl.) Stockholm: Rabén Prisma.

Erlandsson, L-K., Eklund, M. & Persson, D. (2011). Occupational value and relationships to meaning and health: Elaborations of the ValMO-model. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 18, 72-80.

Erlandsson, L.-K., & Persson, D. (2005). Brott och smutsvätt – en betraktelse av komplexiteten i vardagens göromål genom en litterär lins. I Bendixen, H. J., Borg, T., Frydendal Pedersen, E., &

Altenborg, U. (red.). *Aktivitetsvidenskab: i et nordisk perspektiv* (s.147-166). København: FADL's forlag.

Erlinghagen, M., & Hank, K. (2006). The participation of older Europeans in volunteer work. *Ageing and Society*, 26(4), 567–584.

Fengler, A. P. (1984). Life satisfaction of subpopulations of elderly. *Research on Aging*, 6, 189–212.

Frankl, V.E. (1968). *Man's search for meaning*. New York: Washington Square Press.

Graneheim, U.H., & Lundman, B. (2004). Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today*, 24, 105-112.

Hammel, K.W. (2009). Sacred texts: A sceptical exploration of the assumptions underpinning theories of occupation. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 76, 6-13.

Hartman, J. (1998). *Vetenskapligt tänkande: från kunskapsteori till metodteori*. Lund: Studentlitteratur.

Havighurst, R. J., Neugarten, B. L., & Tobin, S. S. (1968). Disengagement and patterns of aging. I B. L. Neugarten (Ed.), *Middle age and aging: A reader in social psychology*. Chicago: University of Chicago Press.

Herzog, A. R., Kahn, R. L., Morgan, J. N., Jackson, J. S., & Antonucci, T. C. (1989). Age differences in productive activities. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 44, 129–138.

Hsieh, H-F., & Shannon, S. E. (2005). Three approaches to qualitative content analysis. *Qualitative Health Research*, 15 (9), 1277-1288.

Jegermalm, M., & Jeppsson Grassman, M. (2009). Caregiving and volunteering among older people in Sweden- Prevalence and profiles. *Journal of Aging and Social Policy*, 21, 352-373.

Jeppsson Grassman, E., & Svedberg, L. (2007). Civic participation in a Scandinavian welfare state: Patterns in contemporary Sweden. I L. Trägårdh (Ed.), *State and civil society in Northern Europe. The Swedish Model Reconsidered*. New York: Berghahn Books.

Korner-Bitensky, N., Desrosiers, J., & Rochette, A. (2008). A national survey of occupational therapists' practices related to participation post-stroke. *Journal of Rehabilitation Medicine*, 40, 291-297.

Kronenberg, F., Pollard, N., & Ramugondo, E. (2011). Introduction: courage to dance politics. I Kronenberg, F., Pollard, N. & Sakellariou, D. (red.). *Occupational therapies without borders. Vol. 2,: Towards an ecology of occupation-based practices*. Edinburgh: Elsevier Churchill Livingstone.

Kvale, S. (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.

Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. (2. uppl.) Lund: Studentlitteratur.

Kyngas, H. & Vanhanen, L. (1999). Content analysis as a research method [Finnish]. *Hoitotiede*, 11, 3-12.

Larsson, K. (2007). The social situation of older people. *International Journal of Social Welfare*, 16, 203–218.

Law, M., Steinwender, S., & Leclair, L. (1998). Occupation, health and wellbeing. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 65, (2), 81- 91.

Legault, E., & Rebeiro, K.L. (2000). Occupation- as- means to mental health: a single case study. *American Journal of Occupational Therapy*, 55, (1), 90-96.

Maddox, G. L. (1968). Persistence of life style among the elderly: A longitudinal study of patterns of social activity in relation to life satisfaction. I B. L. Neugarten (Ed.), *A reader in social psychology* (s.181–183). Chicago: University of Chicago Press.

Malterud, K. (2009). *Kvalitativa metoder i medicinsk forskning*. Lund: Studentlitteratur.

Moen, P., Dempster-McClain, D., & Williams, R. (1992). Successful aging: A life-course perspective on women's multiple roles and health. *American Journal of Sociology*, 97, 1612–1638.

Morrow- Howell, N., Hinterlong, J., Rozario, P.A., & Tang, F. (2003). Effects of volunteering on the well-being of older adults. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 58B, (3), 137-145.

Morrow-Howell, N., Hong, S.-I., & Tang, F. (2009). Who benefits from volunteering? Variations in perceived benefits. *The Gerontologist*, 49, (1), 91-102.

Morse, J. M., & Field, P. A. (1995). *Qualitative research methods for health professionals* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.

Nilsson, I., Bernspång, B., Fisher, A.G., Gustafson, Y., & Löfgren, B. (2007). Engagement in occupations and life satisfaction in the oldest old: The Umeå 85+ study. *OTJR: Occupation, Participation and Health*, 27, 131-139.

Oman, D., Thoresen, C., & McMahon, K. (1999). Volunteerism and mortality among older adults: Findings from a national sample. *Journal of Health Psychology*, 4, 301–316.

Persson, D., Eklund, M., & Isacsson, Å. (1999). The experience of everyday occupations and its

relation to sense of coherence- a methodological study. *Journal of Occupational Science*, 6, 13-26.

Persson, D., Erlandsson, L.-K., Eklund, M., & Iwarsson, S. (2001). Value dimensions, meaning, and complexity in human occupation- A tentative structure for analysis. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 8, (1), 7-18.

Rebeiro, K. L., & Cook, J. V. (1999). Opportunity, not prescription: an exploratory study of the experience of occupational engagement. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 66, (4), 176- 187.

Reindal, S.M. (1999). Independence, dependence, interdependence: Some reflections on the subject and personal autonomy. *Disability and Society*, 14, 353-367.

Röda Korset (u.å.) *Detta kan du göra*. Hämtad maj, 27, 2011, från <http://www.redcross.se/bli-frivillig/detta-kan-du-gora/>

Sainsbury, D. (Ed.). (1999). *Gender and welfare state regimes*. Oxford, U.K.: Oxford University Press.

Schwartz, C.E., & Sendor, M. (1999). Helping others help oneself: Response shift effects in peer support. *Social Science & Medicine*, 48, 1563-1575.

Stewart, R., & Bhagwanjee, A. (1999). Promoting group empowerment and self-reliance through participatory research: A case study of people with physical disability. *Disability Rehabilitation*, 21, 338-345.

Svenska kyrkan (u.å.) *Så kan kyrkan stötta dig*. Hämtad maj, 27, 2011, från <http://www.svenskakyrkan.se/default.aspx?id=753716>

Trydegård, G-B. (2000). *Tradition, change and variation. Past and present trends in public old- age care*. Stockholm: Stockholm University, Department of Social Work.

Ward, R. A. (1979). The meaning of voluntary association participation to older people. *Journal of Gerontology*, 34, 438–445.

Wilcock, A. A. (1998). Occupation and health. *British Journal of Occupational Therapy*, 61, (8), 340- 343.

Wilson, J., & Musick, M. (1997). Who cares: Toward an integrated theory of volunteer work. *American Sociological Review*, 62, 694–713.

Zemke, R. & Clark, F. (red.) (1996). *Occupational science: the evolving discipline*. Philadelphia: F.A. Davis.