

Vilka är nycklarna till ett utvecklande co-living boende?

- En studie av hur gemensamma boenden påverkar
livskvaliteten



LUNDS
UNIVERSITET

Jessica Backman

Examensarbetet är utfört i kursen Stadsbyggnad (ASBM05) inom ramen för utbildningen till civilingenjör i Väg- och vattenbyggnad, vid LTH, Lunds universitet

Copyright © Jessica Backman, 2019

Boende och bostadsutveckling
Institutionen för Arkitektur och byggd miljö
Lund Tekniska Högskola
Lunds Universitet
Box 118
221 00

Tryckort: Lund

Abstract

The urbanization has brought people to cities and more people are expected moving to the big cities. Densification is important to face the future needs. There is a physical densification of buildings. A living city though, is made by densification of restaurants, culture, green- and social spaces. These spaces are made for the habitants daily life needs. Though, it's hard to understand future needs. Figures from SCB shows, 4 out of 10 people in Sweden are living alone, is this a way people prefer to live or are there alternatives?

The purpose of the study is to investigate if common housing or co-living impacts quality of life. The study explores which parameters are perceived as important to create an environment, which improves the quality of life of the habitants, which tools are used in daily life to reduce frictions and conflicts. The study contains interviews with people currently living in collective housing arrangements.

A conclusion that can be drawn from this study is that, motives and personal qualities of co-habitants play a large role in how common housing impacts quality of life. Especially being open-minded was seen as an important quality according to the interviewees. Proactivity is important to prevent problems and conflicts in the community and improves the energy in a shared space. A great deal of trust is needed between people living in common housing in order to solve conflicts in a peaceful way. According to respondents, joint structures and guidelines outlining the culture of the common housing contributes to well-functioning cohabitation.

Sammanfattning

Författare:	Jessica Backman
Titel:	Co-living och dess påverkan på de boende
Handledare:	Erik Johansson, universitetslektor vid avdelningen för Boende och bostadsutveckling vid Lunds Tekniska Högskola Ivette Arroyo, tekn dr, avdelningen för Boende och bostadsutveckling vid Lunds Tekniska Högskola
Examinator:	Johnny Åstrand, avdelningsföreståndare för Boende och bostadsutveckling vid Lunds Tekniska Högskola
Nyckelord:	Co-living, gemensamt boende, boende i gemenskap, livskvalitet, förtätning

Urbaniseringen har medfört att fler människor bor i städer och fler förväntas flytta till de stora städerna. Förtätning av städerna är viktig för att möta framtidens behov. Husen förtätas idag fysiskt. För att skapa en levande stad krävs även en förtätning av platser såsom restauranger, kultur, gröna- och sociala ytor. Detta för att skapa närhet till mötesplatser för utbyte av sociala aktiviteter och tid för återhämtning. På så sätt tillgodoses mänskliga behov i vardagen. Problematiskt är att förstå vilka behov som anses vara viktiga. Siffror från SCB visar att 4 av 10 svenskar idag lever till stor del i ensamhushåll, är detta ett sätt alla vill leva på eller finns det andra alternativa sätt som vissa människor vill bo på?

Syftet med studien är att undersöka hur livskvaliteten påverkas av gemensamt boende samt att undersöka vilka parametrar som anses vara viktiga för att skapa en miljö vilken ökar livskvaliteten för de boende, vilka verktyg som används i vardagen för att minimera friktioner såsom konflikter. Intervjuerna skedde med personer vilka bor i olika gemensamma boenden.

Slutsatser som kan göras från studien är att det krävs rätt motiv av de boende, vissa egenskaper krävs av individerna för att ett gemensamt boende skall fungera. Framst är det öppenhet gentemot andra människor, förmågan till att inte döma andra efter deras olikheter är viktigt. Proaktivitet anses vara viktigt, främst för att förebygga problem och konflikter detta genom att ge mer än att ta för att skapa en positiv spiral samt mycket tillit till andra människor. Dessutom krävs det strukturer i boendet för hur det skall fungera enligt respondenterna.

Förord

Examensarbetet utgör den sista delen av utbildningen som Civilingenjör inom Väg- och Vattenbyggnad vid Lunds Tekniska Högskola. Arbetet skrevs under vårterminen 2019 och omfattar 30 högskolepoäng.

Ett stort tack till de som tagit sig tid för att delta och engagera sig i intervjuerna då arbetet inte hade kunnat genomföras utan er. Under denna process har jag lärt mig enormt mycket, jag har kunnat applicera det jag tidigare lärt mig i arbetet. Framst har jag fått möjlighet till att utveckla mitt intresseområde inom stads- och bostadsutveckling.

Ett stort tack till handledarna Erik Johansson och Ivette Arroyo som bidragit med synpunkter och tankegångar under resan men främst att ni trodde på arbetet och lagt engagemang i det. Utan er stöttning hade inte detta arbete skapats.

Lund den *1 juli 2019*

Jessica Backman

Innehållsförteckning

1. Introduktion.....	11
1.1. Inledning.....	11
1.2. Syfte & mål	12
1.3. Frågeställningar	12
1.4. Disposition.....	13
1.5. Bakgrund	13
1.5.1. Begreppet hållbarhet.....	13
1.5.2. Begreppet livskvalitet	15
1.5.3. Begreppet urbanisering	18
1.5.4. Olika former av gemensamma boenden	18
1.5.5. Begreppet Co-living.....	21
2. Metod	27
2.1. Arbetsgång.....	27
2.2. Avgränsningar	27
2.3. Litteraturstudie	28
2.4. Kvalitativ studie	28
2.5. Intervjustudie.....	29
2.5.1. Urval av respondenter.....	30
2.5.2. Datasamlingsprocessen.....	30
2.6. Kvalitativ bearbetning & analys.....	31
2.6.1. Trovärdighet	32
2.6.2. Validitet & reliabilitet.....	32
2.6.3. Generaliserbarhet.....	32
3. Teoretiskt ramverk	33
3.1. Den urbana planeringsprocessen.....	33
3.2. Stadsnivå	34
3.2.1. De globala målen	34
3.2.2. Den socialt hållbara staden	36
3.2.3. Urbana samhällen	37
3.2.4. Innovativa kunskapsmiljöer.....	37
3.3. Områdesnivå.....	38
3.3.1. Faktorer vilka påverkar livskvaliteten	38
3.3.2. Täthet	39
3.4. Husnivå & individnivå	41
3.4.1. Mänskliga behov i urbana miljöer	41

3.4.2.	Delaktighet.....	43
3.4.3.	Kreativitet.....	44
3.5.	Gemensamt boende.....	44
3.5.1.	Fördelar.....	44
3.5.2.	Motiv & förväntningar.....	47
3.5.3.	Personliga egenskaper.....	47
3.5.4.	Husregler eller riktlinjer.....	47
3.5.5.	Konflikter & lösningar.....	48
4.	Resultat från intervjustudien.....	50
4.1.	Respondenternas uppfattning av boendemiljön jämfört med ett vanligt konventionellt boende.....	50
4.2.	Respondenternas tankar kring möjligheter och barriärer för öka livskvaliteten i ett co-living boende.....	54
5.	Diskussion.....	60
5.1.	Attityder och uppfattningar kring livskvaliteten i ett gemensamt boende.....	60
5.2.	Möjligheter och barriärer för kontaktytor i ett gemensamt boende.....	63
6.	Slutsatser.....	72
6.1.	Hur upplevs den förändrade livskvaliteten mellan ett gemensamt boende i form av co-living jämfört med ett vanligt konventionellt boende för unga vuxna i egen lägenhet?.....	72
6.2.	Vilka parametrar eller egenskaper bör implementeras i ett gemensamt boende för att minska friktioner såsom konflikter och öka kontaktytorna mellan de boende?.....	73
6.3.	Författarens avslutande reflektion.....	74
6.4.	Förslag på vidare studier.....	75
7.	Referenser.....	76
	Bilaga 1 – Intervjuguide.....	81

1. Introduktion

I detta avsnitt introduceras studiens ämnesområde, syfte och mål samt frågeställningarna. Därefter presenteras disposition för studien och bakgrund för studiens ämnesområde.

1.1. Inledning

Urbaniseringen har medfört att städerna vuxit enormt, främst dess storlek och städernas storlek förväntas fortsätta öka. Problematiskt är att den befintliga yta i städerna som finns idag, inte alltid används effektivt nog. Inom stadsbyggnad används begreppet förtätning, men ordets innebörd är problematiskt. Det finns många olika aspekter och dimensioner som bör hanteras för att skapa en mångdimensionell förtätning.

Bostadsbristen i storstäderna är dessutom ett stort problem. Samtidigt visar forskning (Sundström, 2014) att 4 av 10 hushåll i Sverige är ensamboende. Är detta ett sätt människor vill leva på eller skulle det kunna finnas en relation mellan antalet sociala interaktioner per dag och ens upplevda livskvalitet? Kan boendemiljön dessutom stimulera och påverka ens dagliga mående? Detta åstadkoms genom att göra vardagen mer begriplig och hanterbar, olika problem löses tillsammans med andra individer som vidare skapar en mer meningsfull vardag. Samtidigt finns det en segregation, för migranter kan det vara svårt att komma in i det svenska samhället. Det finns många olika barriärer som kultur, kunskap och språk. I ett gemensamt boende minskar dessa barriärer då det sker dagliga utbyten av kunskaper.

Dagens teknologi möjliggör dessutom en mer effektiv delning av produkter och faciliteter. Samutnyttjande av apparater och annan utrustning i hemmet skapar mindre behov av resurser i hushållet likväl som minskad energianvändning. Stora mängder energianvändning sker i hemmen, att dela på gemensamma ytor innebär dessutom en mindre energiåtgång för uppvärmning av hushållen.

Vidare finns befintliga gemensamma boenden vilka är specifikt inriktade på ett visst intresseområde, en så kallad hubb. Kan dessa nischade boenden fungera som en accelerator för att de individer som vill utvecklas inom sitt intresseområde?

Humankapitalet i boendet kan socialisera och utbyta tankar och idéer kring det gemensamma intresset för att skapa nya innovativa lösningar inom området.

1.2. Syfte & mål

Syftet med studien är att analysera hur ett gemensamt boende kan förändra den upplevda livskvaliteten. Målet är att förstå hur olika individer upplever det gemensamma boendet, vilka fördelar som finns och hur problem hanteras mellan de boende.

Därför syftar denna studie till att skapa en förståelse för hur ett co-living eller ett gemensamt boende kan påverka livskvaliteten. Målet är att öka förståelsen för de parametrar vilka kan skapa friktioner mellan de boende såsom konflikter eller kontaktytor vilka för de boende närmre varandra. Vidare är målet att förstå några verktyg som används i gemensamma boenden för att minska friktionerna såsom konflikthantering.

Dessutom syftar studien till att skapa en förståelse av hur boendet kan fungera och verka i staden för en ökad livskvalitet på ett större perspektiv. Sammanfattningsvis innebär en förtätning att alla individer i ett område skall få närhet till de väsentliga delar vilka skapar livskvalitet i vardagen.

1.3. Frågeställningar

Utifrån de syfte och mål som formulerats ska följande frågeställningar besvaras:

- Öka förståelsen för den upplevda förändrade livskvaliteten mellan ett liv i gemensamt boende såsom co-living jämfört med ett vanligt konventionellt boende för unga vuxna i egen lägenhet.
- Utreda vilka egenskaper som påverkar det *Community* som bildas i ett gemensamt boende såsom co-living. Detta innefattar hur olika verktyg kan implementeras i vardagen för att minska barriärer och öka kontaktytorna mellan de boende.

1.4. Disposition

Första avsnittet redovisar studiens syfte, mål, frågeställningar och avgränsningar. Bakgrunden ger en övergripande beskrivning av dagens boende och dess problematik.

I andra avsnittet beskrivs och diskuteras studiens arbetsgång, metodval och urval av respondenter.

Tredje avsnittet beskriver det teoretiska ramverket vilket använts för att formulera intervjufrågor och som sedan används i analysen.

Fjärde avsnittet redovisar studiens resultat vilket baseras på en intervjustudie.

Femte avsnittet analyserar insamlad empiri mot bakgrund och teoretiskt ramverk.

Sjätte och sista avsnittet redogör för hur frågeställningarna besvaras samt författarens egna reflektioner och förslag på vidare studier inom ämnesområdet.

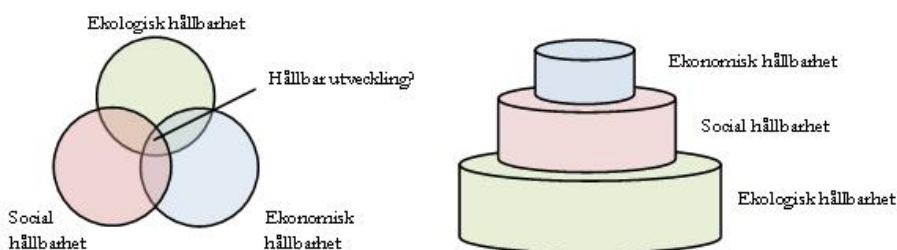
1.5. Bakgrund

I detta avsnitt förklaras begrepp inom hållbarhet, främst de tre dimensionerna av ekonomisk, social och ekologisk hållbarhet samt dess bakgrund genom Brundtlandrapporten. Därefter presenteras olika synsätt av det komplexa begreppet livskvalitet. Vidare sker en förklaring av den rådande urbaniseringen och hur den kan mätas på olika sätt. Slutligen beskrivs en mängd olika typer av gemensamma boenden, en definition av begreppet co-living samt en presentation av de gemensamma boendena Färdknäppen, K9 och Sofielund.

1.5.1. Begreppet hållbarhet

Brundtlandrapporten är utarbetad av FN:s världskommission för miljö och utveckling 1987, detta av Gro Harlem Brundtland därav dess namn. Rapporten definierar ”en utveckling som tillfredsställer dagens behov utan att äventyra kommande generationers

möjligheter att tillfredsställa sina behov". Detta innebär att det krävs en hållbar utveckling i ett globalt perspektiv vilken förutsätter långsiktighet och helhetssyn. Begreppet hållbart har delats upp i tre dimensioner, ekologisk, social och ekonomisk hållbarhet vilka kan ses ur figur 1. Avvägningen mellan dessa tre dimensioner är omdiskuterad, vilket kan ses som en dynamisk process snarare än ett statiskt tillstånd (NE 1). Den vänstra modellen i figur 1 visar ett Venndiagram där de tre dimensionerna viktas lika och överlappar varandra. Modellen till höger visar de tre dimensionerna av hållbar utveckling där de olika dimensionerna har viktats hierarkiskt. Ekologisk hållbarhet anses vara av fundamental vikt för att social och ekonomisk hållbarhet skall vara möjlig. Modellerna beskriver inte kontaktytor såsom synergier eller konflikter mellan de tre dimensionerna (KTH 4, 2019).



Figur 1 - Två modeller över tre dimensioner av hållbar utveckling (KTH 4, 2018)

Ekologisk hållbarhet innefattar hela jordens ekosystem såsom klimatsystemets stabilitet av luft-, land-, och vattenkvalitet och landanvändning. För att skapa långsiktig ekologisk hållbarhet krävs att produktionen av varor och tjänster förbrukas i samma takt där jorden hinner återskapa dessa resurser (KTH 1, 2018). Social hållbarhet innefattar delar såsom välbefinnande, rättvisa, makt, rättigheter och individens behov. I praktiken beror kontexten på vilka delar hållbarheten beror av. Främst är det individen i fokus, dess egna mål och drömmar såväl som att fysiska och psykologiska behov skall tillgodoses (KTH 2, 2018). Ekonomisk hållbarhet kan definieras som *"läran om hushållning med knappa resurser"*. Den ekonomiska dimensionen skiljer sig från dimensionerna social och ekologisk då dessa strukturer är skapade av människan och därmed kan denna ses ur olika perspektiv men är även ett styrmedel av de andra dimensionerna. Ur hållbarhetssynpunkt är det viktigt att en ökning av ekonomiskt kapital inte får ske på bekostnad av naturkapital eller socialt kapital. Ekonomisk tillväxt kan alltså inte alltid likställas med hållbarhet. Vidare finns andra metoder där begreppet ekonomisk hållbarhet snarare ses som ett verktyg, vars strukturer och institutioner främjar eller hämmar en hållbar utveckling (KTH 3, 2018).

1.5.2. Begreppet livskvalitet

Livskvalitet är ett brett begrepp, det finns många olika definitioner av ordets innebörd. Antagligen har alla människor olika uppfattningar av dess betydelse. Generellt finns det olika förklaringar gjorda av olika institut och organisationer. Nedan finns några beskrivningar.

En rapport framtagen på beställning av svenska regeringen (Eriksson & Blanck, 2015) fastställdes begreppet livskvalitet som ett mångdimensionellt begrepp där följande dimensioner bör bedömas parallellt:

- Hälsa
- Kunskap och färdigheter
- Sysselsättning
- Ekonomiska resurser
- Politiska resurser och medborgerliga rättigheter
- Sociala relationer
- Säkerhet till liv och egendom
- Bostad
- Tidsutrymme
- Livsmiljö

Dessa dimensioner liknar till viss del Maslows behovsstege (Westlund & Sjöberg, 2010). Maslow antog att en människas behov, dessa rangordnas i en trappa. De primära behoven såsom föda och sömn är de viktigaste, vilka kallas för de fysiska behoven. Det andra behovet är trygghet vilket avser den psykologiska tryggheten. Det tredje steget innebär att människan har ett behov att känna samhörighet med andra människor. Det fjärde steget innefattar behovet av uppskattning av det som görs. Det sista steget innebär att individen utvecklar sina förmågor, självförverkligande. Maslow ansåg att människan är en biologisk varelse som kan utvecklas till en psykologisk och social varelse men att de högre behoven kunde stå tillbaka för de lägre då omständigheterna och miljön inte var de rätta.

En annan syn på begreppet livskvalitet från WHO (SBU, 2012) presenteras nedan;

”Livskvalitet är ett brett och sammansatt mått på individens egen värdering av sitt fysiska, psykiska och sociala välbefinnande. Enligt WHO handlar livskvalitet om individens uppfattning av sin livssituation i relation till rådande kultur och normer, och i förhållande till sina egna mål, förväntningar, värderingar och intressen. Det är definitionsmässigt en personlig upplevelse som påverkas av förändringar i livssituationen och som varierar med tiden.”

Den syn som WHO har på begreppet livskvalitet liknar till stor del KASAM modellen vilken Antonovsky tagit fram (Antonovsky, 1991). Antonovskys synsätt på livskvalitet utgår från vad som är meningsfullt för den enskilde individen. Varje människa kan antas befinna sig på ett kontinuum av hälsa och ohälsa. Synsättet främjar ”vad som kan förbättra hälsan”. Antonovsky menar att var och ens tillvaro måste göras sammanhängande genom;

- 1) meningsfullhet
- 2) begriplighet
- 3) hanterbarhet

Frågor som Antonovsky ifrågasätter är ”Hur kommer det sig att vissa människor utsatta för samma riskfaktorer som andra, förmår att upprätta hälsa?”. Detta är en fråga som behandlas inom medicinsk forskning och som syftar till att underlätta tillvaron för en kroniskt sjuk person och bidra till dess livskvalitet (Westlund & Sjöberg, 2010). Ett förhållningssätt till livet som anses vara hoppfullt eftersom personen ser mening med att leva. Detta hopp kan förstärkas på olika sätt, genom bra socialt stöd, upplevelsen av hälsa trots sjukdom och att det finns frihet att göra lite som personen vill.

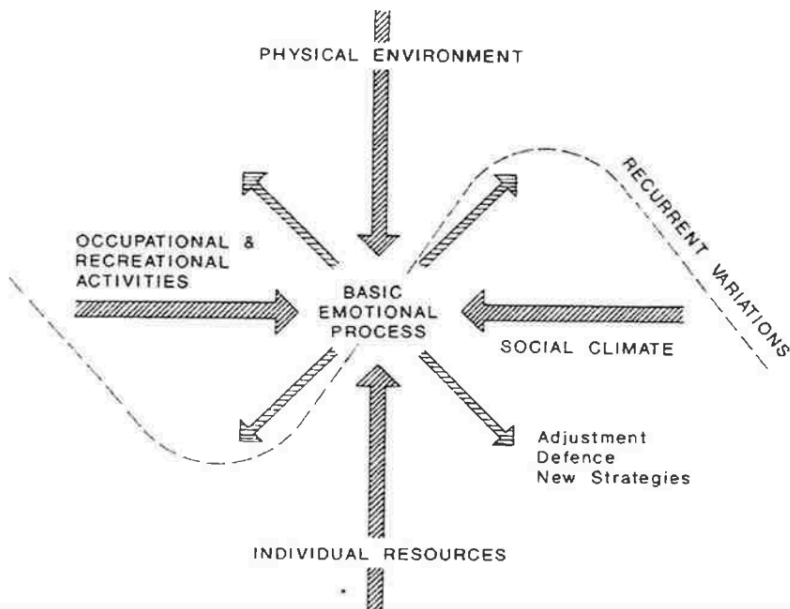
Den sociala nivån och människors samhörighet till andra prioriteras (Antonovsky, 1991). Meningsfullheten är den drivande kraften och blir på så sätt även hanterbar. Detta kallas för det salutogena synsättet som inte härleder människor till biologiska varelser, de mänskliga behoven och arbete delas inte in i olika uppgifter som sköts vid sidan om varandra. Synsättet uppmuntrar arbetsrelationer mellan givare och tagare i olika situationer.

En annan syn på livskvalitet är platskvalitetens betydelse, vilken är uppdelad i tre dimensioner (Florida, 2002):

- Vad som finns: En kombination av byggd och naturlig miljö; en lämplig plats att leva kreativt på.
- Vem som finns: En mångfald av människor som interagerar och skapar möjligheter så att vem som helst kan bli delaktig och finna en plats i samhället.
- Vad som händer: Livligt gatuliv, kafékultur, konst, musik och människor som ägnar sig åt utomhusaktiviteter – enkelt uttryckt en mängd aktiva, spännande och kreativa sysselsättningar.

En modell av interaktionen mellan en person och dess omgivning visas i figur 2. Modellen Human-Environment Interaction (HEI) beskriver hur yttre faktorer påverkar en människas emotionella process i ett visst ögonblick. De yttre faktorerna är den

fysiska omgivningen, den sociala omgivningen, individens egna resurser samt omgivande aktiviteter (Küller, 1991). Den fysiska omgivningen är faktorer såsom luftkvalitet, rummets utformning som färg och storlek. Den sociala omgivningen karaktäriseras av människorna i personens omgivning. Individens egna resurser beror på personens tidigare erfarenheter men även personligheten. Vissa människor behöver mycket intryck för att stimuleras medan andra svämmas över av det. Omgivande aktiviteter påverkar hur en människa påverkas, beroende på vad personen gör på platsen (Küller, 1991). Pilarna som går ut beskriver hur personen reagerar på situationen, beroende på möjligheten till att reagera på olika omständigheter. Exempelvis kan en person reagera på hög ljudvolym genom att sänka men de röda väggarna i ett rum måste individen anpassa sig till. Kurvan beskriver att personen reagerar på omständigheter under olika delar av livet. Alltså är inte en statisk beskrivning av hur en person reagerar i olika situationer. Exempelvis kan ett barn reagerar annorlunda jämfört med samma omständighet i vuxen ålder.



Figur 2 – Human-Environment Interaction modellen beskriver de omgivande mänskliga interaktionen vilka påverkas av olika faktorer (Küller, 1991)

Sammanfattningsvis kan begreppet livskvalitet beskrivas som mångdimensionellt, vilket används i flera kontexter. Begreppet kan även anses vara personligt och individuellt för varje enskild individ beroende av normer och kultur samt rådande omständigheter.

1.5.3. Begreppet urbanisering

Urbanisering sker då ett lands eller ett områdes befolkning flyttar från landsbygd till städer. Urbanisering kan också bero på befolkningstillväxt i städerna (NE 2). Oftast beror det på en kombination av dessa. För hundra år sedan bodde cirka 15 procent av världens befolkning i städerna, idag bor mer än 50 procent i städer. Andelen ökar stadigt men varierar mellan olika platser, urbaniseringens hastighet varierar dessutom till stor del i olika länder.

Sverige är ett land med hög procentuell andel befolkning boende i urbana miljöer. Sverige har definitionerna tätort (urban miljö) och glesbygd. Till tätorter räknas de orter med minst 200 invånare. År 2010 bodde cirka 85 procent av Sveriges befolkning i tätorter. Internationellt finns det andra definitioner av landsbygd och städer. Enligt FN:s rekommendationer definieras en stad som ort med minst 20 000 invånare, i Sverige fanns det år 2006 57 orter med mer än 20 000 invånare. Befolkningen i många små tätorter har minskat mycket de senaste årtiondena i Sverige, detta gäller speciellt de tätorter vars avstånd till större städer är stora. Detta har medfört att problem i glesbygden uppstått då det inte finns tillräckligt med befolkningsunderlag för affärer, skolor och annan service (NE 2).

Samhället har förändrats de senaste hundra åren, dess omvandling ses av vissa som bortom vår kontroll där sociala och kulturella inrättningar har försvunnit (Florida, 2002). Förändringen sker på ett fullständigt förnuftigt och rationellt sätt och sker än idag. Något som blivit mer nyanserat är att kreativitet har blivit en viktig del i ekonomin då den är kraften till förändring, alltså är det viktigt att det finns förutsättningar för den. Begreppet är mångdimensionellt och sker hela tiden på många olika plan genom produktutveckling, varje produkt, aktivitet och process förbättras. Konstnärlig och kulturell kreativitet påverkar den teknologiska och ekonomiska utvecklingen. Resursen kreativitet är något som människan skapar, genom att influeras från olika håll och anses vara viktigt för att en stad skall utvecklas (Florida, 2002).

1.5.4. Olika former av gemensamma boenden

Det har alltid funnits gemensamma boenden, men främst sedan 1970 talet har många olika former utvecklats. Danmark ses ofta som pionjär för utvecklingen av gemensamma boenden, där ”*bofælleskab*” växte fram i olika delar av landet och pågår än idag. I USA utvecklades liknande boenden, vilka växte fram långt ifrån den hippie kultur som tidigare format denna bostadsutformning. Detta i utkanten av det sociala samhället. I Danmark växte antalet gemensamma boendeprojekt av relativt resursrika urbana familjer, många nära pensionsåldern. Samma utveckling skedde i Nederländerna där designen av boenden utformades så att tillgängligheten av sjukvård och social service

fanns i närheten. Närheten till sociala relationer skapade dessutom ömsesidiga relationer där de boende hjälper varandra med problem i det vardagliga livet (Egerö, 2010). Nedan i tabell 1 finns olika former av gemensamma boenden beskrivna.

Tabell 1 - Beskrivning av olika typer av gemensamma boenden

<i>Cohousing</i>	Boende med delade ytor och faciliteter.
<i>Collaborative housing</i>	Boende orienterat för samarbete mellan de boende.
<i>Collective housing</i>	Betoning på den kollektiva organisationen och service i boendet.
<i>Communal housing</i>	Boende för gemenskap och en känsla av <i>Community</i> .
<i>Commune</i>	Boende utan individuella lägenheter.
<i>Cooperative housing</i>	Kooperativt ägande utan delade ytor och faciliteter, till skillnad från <i>cohousing</i> .
<i>Ecovillage</i>	Boendet kan innehålla gemensamma ytor och faciliteter men är främst integrerat med naturen, vilken stödjer en sund och hållbar utveckling.

Collaborative housing är ett gemensamt begrepp för *ecovillage* och *cohousing* det är mer varierat och innefattar mer. I definitionen ingår en medveten design för att öka antalet sociala interaktioner och gemensamma faciliteter. Boendet bör även innehålla en gemensam vision eller syfte (Vestbro, 2010).

Cohousing startade i Danmark under sena 60-talet, detta för att skapa en mer effektiv vardag för de boende. Dess utformning har utvecklats med tiden genom varierande storlek, plats, typ av ägandeskap, design och prioriteringar inom hushållet (Scotthanson och Scotthanson, 2004). Resurser i boendet används mer effektivt genom delade ytor och faciliteter, uppgifter i hemmet görs gemensamt såsom gemensamma middagar vilket sparar tid och medför att maten används på ett mer effektivt sätt. *US Cohousing network* definierar på sin hemsida ”*The common housing is the social centre of a community, with a large dining room and kitchen, lounge, recreational facilities, children’s spaces, and frequently a guest room, workshop and laundry room. Communities usually serve optional group meals in the common house at least two or three times a week*” (Vestbro, 2010). Några viktiga punkter som karakteriserar *cohousing* är (Scotthanson och Scotthanson, 2004);

- Deltagande process: Framtida boende deltar med planering och design av gemenskapen.
- Medveten grannverksamhet: Den fysiska designen är medvetet planerad för att skapa en stark gemenskap i området.
- Privata hem och delade faciliteter: Alla boende har sitt egna hem inkluderande kök men delar vissa sociala ytor som integrerar de boende.
- Boendeförvaltning: De boende i ett *cohousing* styr boendet efter att de flyttat in, detta görs på de gemensamma möten som hålls regelbundet.
- Ickehierarkiska strukturer och beslutstagande: Besluten tas gemensamt i gruppen, ofta med konsensusmodeller.

Vidare skriver Vestbro (2010) att konceptet *cohousing* inte exakt beskriver vad co står för. Det skulle kunna vara *collaborative*, *cooperative*, *collective* eller *communal*. Det är därför mer logiskt att se *cohousing* som ett bredare begrepp (Vestbro, 2010). Vissa skulle kalla *cohousing* för en balans mellan gemenskap, vilken påminner om en urminnesgammal by (Scotthanson och Scotthanson, 2004).

Collective housing eller kollektivhus innebär att delade faciliteter inte nödvändigtvis innebär ett samarbete mellan boende (Vestbro, 2010). Istället kan vissa faciliteter skötas av en extern part såsom ett företag eller kommunal verksamhet. Boendesätter skulle kunna definieras som ett flerfamiljshus med privata lägenheter och gemensamma ytor såsom centralt kök och plats att äta.

Gemensamma boenden förväntas vara en lovande modell för den urbana utvecklingen, detta eftersom det bidrar till mer aktiva och diversifierade områden, som även är billigare än vanliga bostäder (Tummers, 2017). Det finns många förväntningar på att bostadsformen skapar levande, sociala nätverk med en hälsosam omgivning. Problematiskt är att de inte finns tillräckligt med kvantitativ data till det breda begreppet *cohousing* eller gemensamt boende. Vissa frågor är inte tillräckligt utredda, såsom vilka faktorer som håller ihop ett *Community*. Vilka framgångsfaktorerna för ett gemensamt boende är. Många handböcker beskriver hur varje projekt är unikt, att ett medvetet *Community* kan vara en modell för hållbart boende. Detta genom att bemöta isoleringen som skapats i dagens samhälle. Den klassiska modellen av boendeområden förvandlas till urbana platser där det bästa av två världar kan kombineras, en så kallad hybriddesign (Tummers, 2017).

1.5.5. Begreppet Co-living

Co-living är ett nyare fenomen, fokus är främst på det *Community* som skapas där en förbättrad livskvalitet främjas. Boendet bidrar till en förenklad vardag för individer, par eller familjer. Individen blir en del av ett värdeskapande sammanhang i ett individualiserat samhälle. Boendet beskrivs som intressant utifrån perspektiven urbanisering, bostadsbrist, yteffektivitet och problematik på hyresmarknaden (Collabconcepts). En annan definition av co-living är all delad yta vilken ökar livskvaliteten för de boende, där resurser delas mellan de boende vilket skapar många fördelar. En antydning av att den nya generationen *millennials* har ett annorlunda tankesätt, de strävar efter tillgänglighet snarare än ägande. Delningsekonomin möjliggör ett kommande kulturellt skifte bland unga, yngre har en annan syn på konsumtion, de värderar erfarenheter högre än materiella saker (Medium). Nedan finns en beskrivning av de gemensamma boendena K9, Färdknäppen och Sofielund.

K9

K9 är ett gemensamt boende vilket liknar ett co-living boende, beläget på Östermalm i Stockholm. Totalt bor ungefär 50 personer i åldrarna 21 till 54 år. Individerna bor genomsnittligen på 20 kvadratmeter per person, då finns ungefär 400 kvadratmeter gemensamma ytor såsom vardagsrum, kök,

meditationsrum och coworking ytor där det går att jobba under dagen. De privata ytorna finns, det är enmans rum till sex-persons rum, i ett sex-persons rum har varje person en egen så kallad *bunkbed*. För att öka yteffektiviteten ytterligare finns även bokningsbara rum som fungerar som sovrum nattetid. Från klockan 9 till 18



Figur 4 - Bild av co-working ytan/vardagsrum på K9 (Open house Stockholm)



Figur 3 - Ett utav köken på K9 (Open house Stockholm)



Figur 5 - Privat yta på K9 (Open house Stockholm)

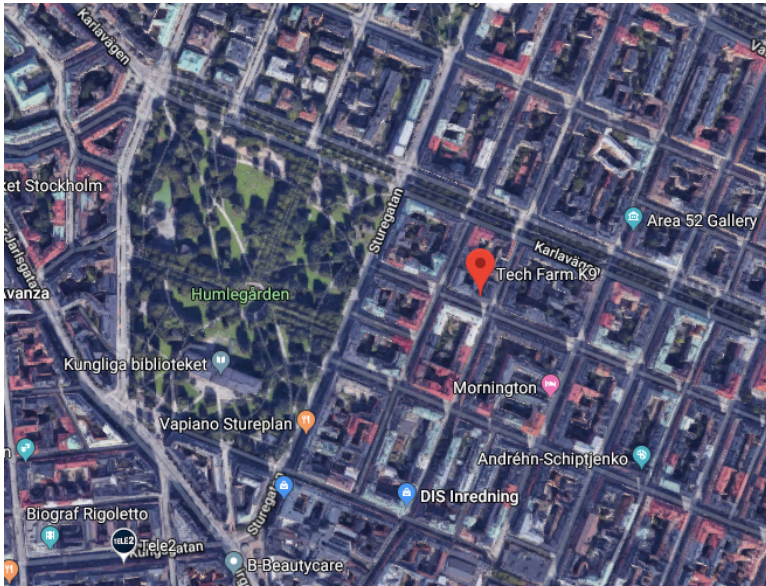
är det möjligt att boka rummen som mötesrum eller arbetsrum. Andra typer av delningspooler finns också, såsom cykelpool, bilpool och klädpool (Schuetze, 2019).

En beskrivning av K9 är att det fungerar som en hybrid av kollektivboende och arbetsplats. Skillnaden mellan ett vanligt boende och co-living är att platsen till stor del består av ambitiösa

och kreativa människor. K9 blir som en levande organism där relationerna blir en blandning av kollega, vän och familj. Nyttan i konceptet är inte bara att umgås med människor som är trevliga utan även att det sker ett utbyte av kompetenser, erfarenheter och arbetsuppgifter. Frågan är om co-living skulle kunna vara en inkubator till för idéer (Svenska Nomader).



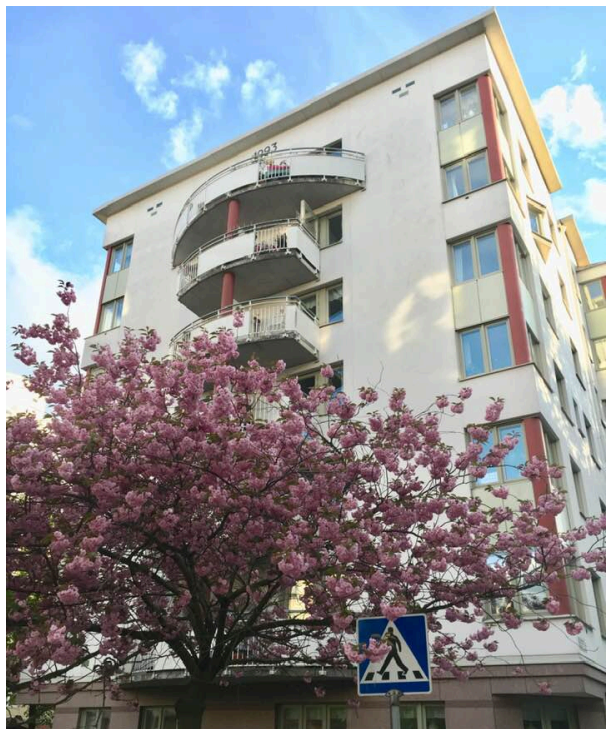
Figur 6 - Lokalisering av TechFarm/K9 i Stockholm (Google maps, 2019)



Figur 7 - Närområdet till TechFarm/K9 på Östermalm (Google maps, 2019)

Kollektivhuset Färdknäppen

Färdknäppen ligger på Södermalm i Stockholm och ägs av det allmännyttiga bostadsbolaget Familjebostäder och förvaltas i samverkan med de boende. Det har funnits sedan 1993. Boendet strävar efter att skapa en roligare och lättare vardag för människor i mogen ålder. Det bor ungefär 60 människor, både singlar och par i 43 hyresrätter. Det finns bostäder i varierad storlek ettor, tvåor samt treor på en storlek mellan 37 och 75 kvadratmeter. Hyran för en tvårummare kostar 7 992 kr för 55 kvadratmeter. Utöver dessa 55 kvadratmeter i den egna fullt utrustade lägenheten med kök och bad ingår en delad yta på 400 kvadratmeter som delas mellan alla boende. Gemensamma ytor



Figur 8 - Utsidan av Färdknäppen (Kollektivhuset Färdknäppen, 2019)



Figur 9 - Eget kök/hall på Färdknäppen (Kollektivhuset Färdknäppen, 2019)

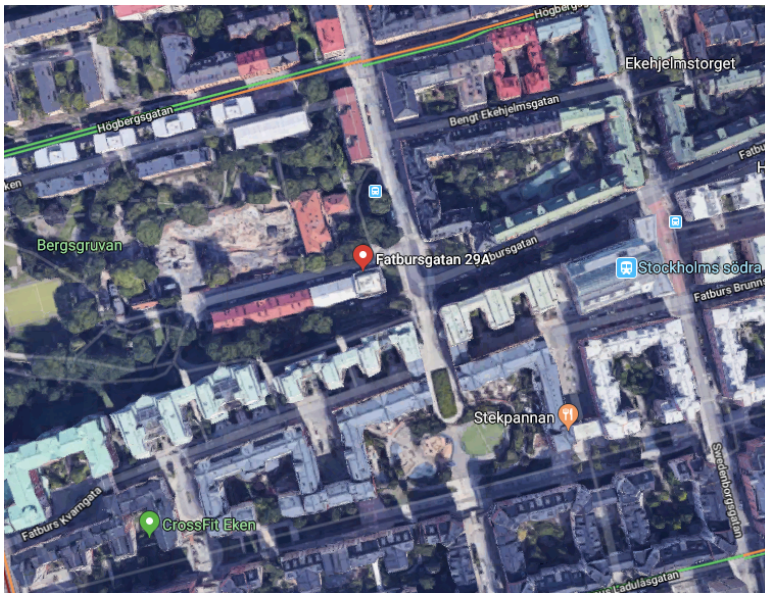
såsom stor entré, kök, matsal, allrum med bibliotek och syplats, vävrum samt hobbyrum/verkstad, tvättstuga, bastu och trädgård. Dessutom finns det högst upp i huset ett rum för samvaro med öppen spis och takterrass utanför. I källaren finns förråd, bastu, matkällare och fotolabb. Tre små gästrum finns även att hyra för långväga gäster.

Det finns både yrkesverksamma och pensionärer i boendet. Det är människor i ”andra halvan av livet” som bor där, därför finns inga barn i boendet. Därför passar boendet bra för de som inte har en stor familj som kräver mycket tid. Delaktighet krävs för att kollektivhuset skall fungera, det finns både obligatoriska och frivilliga sysslor i boendet. Alla i boendet ingår i ett matlag och därför finns det mat till alla varje kväll.

Det är främst lättare fastighetsskötsel såsom att städa huset och att ta hand om trädgården som görs av de boende. I boendet har det dessutom bildats grupper utifrån olika intressegrupper såsom bibliotek, motion, biodling, körsång eller drama. De boende lever sina egna liv men samtidigt finns det möjlighet till social gemenskap, en del är mer aktiva andra mindre. (Kollektivhuset Färdknäppen, 2019)



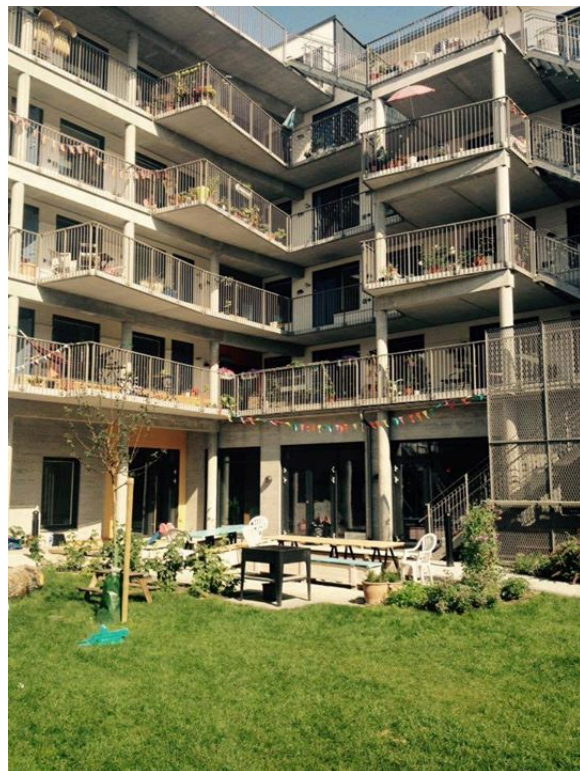
Figur 10 - Lokalisering av Kollektivhuset Färdknäppen i Stockholm (Google maps, 2019)



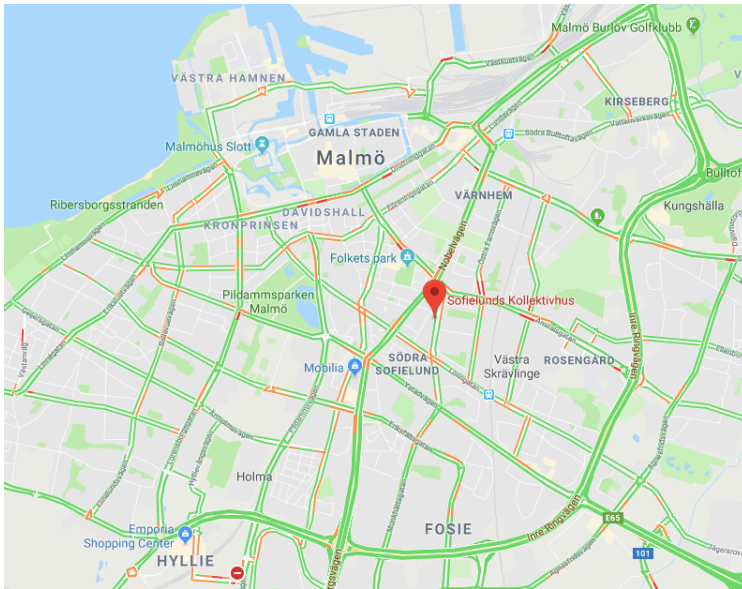
Figur 11 - Närområdet till Kollektivhuset Färdknäppen (Google maps, 2019)

Sofielunds kollektivhus

Sofielunds kollektivhus ligger i Sofielund, Malmö. Huset färdigställdes i december 2014 och en boförening, kooperativ hyresrättsförening har bildats för att driva huset. Föreningen blockhyr huset av det kommunala bostadsbolaget, MKB. Medlemmarna beslutar gemensamt om husets drift och skötsel. Syftet med kollektivhuset är att bryta den traditionella typen av lägenhetshus och skapa möjligheter vilka inbjuder kontakt med grannarna genom grannverksamhet. Huset består av 45 hyreslägenheter i varierande storlek, från ettor till sexor. Hyresnivån för en fullt



Figur 12 - Innergården till Sofielunds kollektivhus (Sofielunds Kollektivhus, 2019)

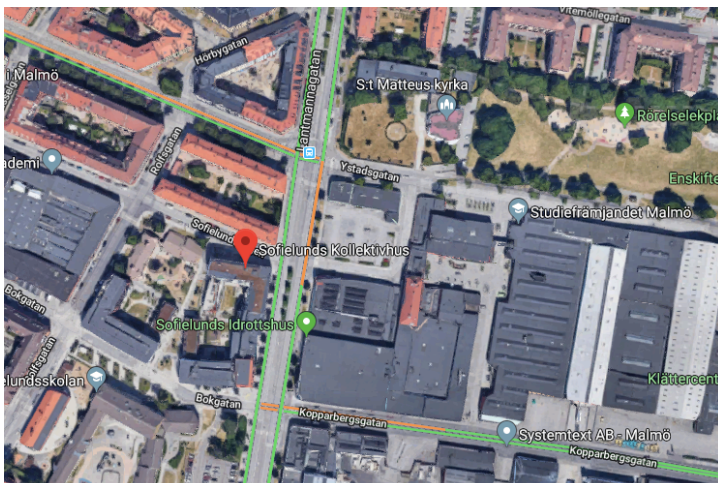


Figur 13 - Lokalisering av Sofielunds Kollektivhus i Malmö (Google maps, 2019)

utrustad ett/tvåa på 50 kvadratmeter är cirka 6 662 kr. Hyrorna sätts enligt föreningens självkostnadspris och därför kan arbetsinsatserna i huset ge lägre hyreskostnad. Den gemensamma ytan är ungefär 10 % av husets totala yta. Den gemensamma ytan består av storkök, matsal, barnrum, TV-rum, musikrum, verkstäder, gästlägenheter, yogarum, bastu, innergård och en stor takterrass.

Det finns tre huvudmålsättningar med boendet, det skall underlätta ett ekologiskt och ekonomiskt vardagsliv, där alla människor i olika åldrar med olika bakgrunder kan trivas i. Syftet är att verka för medlemmarnas gemenskap och trivsel i boendet och att använda kollektivhusets gemensamma lokaler för umgänge och aktiviteter. Det skall finnas en blandning av de boende – alla åldrar, bakgrunder, sysselsättningar och hushållssammansättningar.

Boendet är alltså fokuserat kring sociala aktiviteter vilka kan anordnas efter de boendes egna intressen. Grannkontakten ger även möjligheter till att underlätta vardagslivet genom exempelvis utbyten av tjänster. (Sofielunds Kollektivhus, 2019)



Figur 14 - Närområdet av Sofielunds Kollektivhus (Google maps, 2019)

2. Metod

I detta avsnitt presenteras arbetsgång, avgränsningar, litteraturstudie, kvalitativ studie, datainsamlingsprocessen, kvalitativ bearbetning, analys samt trovärdighet.

2.1. Arbetsgång

Arbetet inleddes med att definiera intresseområdet vilket skedde genom diskussioner, sökningar online samt tankar hur det framtida boendet kan se ut. Valet av frågeställningar var komplext då arbetet gjordes i ämnet stadsbyggnad som ligger närmare arkitekturprogrammet än Väg- och vattenbyggnadsprogrammet på LTH.

En utförlig litteraturstudie gjordes för att kunna beskriva bakgrunden och teori till frågeställningarna. Potentiella respondenter kontaktades sedan. För att skapa en intervjumall och kunskap kring hur intervjuer bör utföras användes böcker inom intervjuteknik. Svaren från respondenterna transkriberades för att sedan jämföras gentemot andra deltagare och på så sätt skapa en förståelse för vilka parametrar som anses vara viktiga i ett fungerande gemensamt boende. Det teoretiska ramverket sammankopplas med resultaten i studien, för att sedan bearbetas i analysen. Det empiriska materialet bestod av sex intervjuer med individer som lever i gemensamma boenden. Sedan sammanställdes och sorterades intervjuresultaten, och efter att detta gjorts startade arbetet med analysen. Utifrån analysen kunde slutsatser dras för att besvara frågeställningarna. Avslutningsvis togs förslag fram för fortsatta studier inom det valda ämnesområdet.

2.2. Avgränsningar

Studien är geografiskt avgränsad till Sverige. Begränsningar har skett till att endast intervjua en mindre mängd personer vilka bor i någon form av gemensamt boende likt ett co-living. Psykologisk gruppdynamik boendet har till större del avgränsats ur arbetet.

2.3. Litteraturstudie

Vid litteraturstudien har främst litteratur som handledarna rekommenderat använts. Litteraturen har både varit på engelska och svenska, dock främst på engelska. Detta eftersom området har en stor internationell utveckling. De sökmotorer som användes var främst LUBcat och LUBsearch, med sökord som *cohousing*. Dessutom gjordes egna sökningar i databaser för att skapa en bättre förståelse av begrepp som inte finns vetenskapligt förklarade. Detta genom artiklar och andra debatterande forum kring begreppet co-living, vilket har skapat en mer nyanserad bild av begreppens innebörd.

2.4. Kvalitativ studie

Det finns två huvudspår inom den sociologiska teorin, det meningstydande och meningsskapande spåret (Jensen, 1991). Det meningstydande spåret bygger på betydelsen eller meningen av de involverade människornas uppfattningar och handlingar. Inom det meningsskapande huvudspåret skapar forskaren nya begrepp som inte beror av uppfattningarna av de involverade människorna. Den kvalitativa metoden används i högre utsträckning då det sker meningstydande undersökningar snarare än de meningsskapande. Enligt Jensen (1991) bör en kvalitativ metod användas då man söker en mer djupgående eller nyanserad bild av ett fenomen och dess egenskaper. Ofta finns inte tillräckligt många individer för att utföra en kvantitativ studie. Vidare beskriver Eneroth (1991) hur resonemang förts genom olika urvalsmetoder, detta för att belysa problemställningen. Kärnan av dessa metoder är en systematisk kategorisering, vilken beskriver vad forskningen handlar om. Dessa kategorier kan ha olika dimensioner med olika kvalitativa värden eller kvaliteter.

Detta bildar underlag av material för kartläggning av olika samband. Vid den kvalitativa metoden sker först upptäckter av kvaliteterna och sedan undersökning och beskrivning av dessa (Jensen, 1991). Detta sker främst då forskaren inte har något begrepp om ämnet. Sedan påbörjas arbetet för att påvisa om det finns möjlighet för samband eller kopplingar mellan kvaliteterna och dimensionerna samt om dessa kan beskriva en kategori.

För att härleda de olika kvaliteterna till kategorierna finns olika metoder. *Grounded theory*-metoden är av de vanligaste metoderna vilken beskriver de olika aktiviteterna som hör till ämnet, senare samlas kvaliteterna i olika dimensioner och slutligen kategorier. På liknande sätt kan processen gå åt andra hållet genom att starta med kategorierna. Denna process går ofta upp och ned några gånger för att säkerställa att

indelningen är relativt korrekt, därför kännetecknas teorin av att ämnet försöks täckas så brett som möjligt (Jensen, 1991).

2.5. Intervjustudie

Intervjuerna kan beskrivas som en metod för att samla information till att på ett djupare plan skapa förståelse av boendeförhållandets påverkan. En kvalitativ intervju syftar till att upptäcka, förstå eller identifiera exempelvis företeelser, egenskaper eller innebörd vilka skall vara sammankopplade inom området (Starrin & Renck, 1996). Intervjuerna kan avgränsas till att ske enskilt eller med en grupp (Alvesson, 2011). Dessutom kan intervjuerna kategoriseras som strukturerade, halvstrukturerade och ostrukturerade (Alvesson, 2011). Den ostrukturerade intervjun låter samtalet ta helt nya vändningar, halvstrukturerade samtalet följer en frågemall men tillåts att göra avsteg från denna. Det strukturerade samtalet tillåts inte att ta några nya vändningar utan utgår helt till frågemallen.

I denna studie har empiriskt material samlats in från 6 personer genom kvalitativa enskilda intervjuer under en tidperiod av 4 veckor. Under intervjuerna skedde ljudupptagningar samt korta anteckningar. I denna studie har det skett halvstrukturerade samtal för att låta de intervjuade själva beskriva sin erfarenhet och beskriva det som anses viktigt men samtidigt följa vissa frågeställningar för att säkerställa att intervjun hålls inom avgränsningen. Det mindre strukturerade arbetssättet kan vara bra då detta tillåter intervjudeltagarna på eget plan beskriva sin erfarenhet men inom ett visst område. Detta medför att de intervjuade inte hindras av intervjuarens språk och tankar, istället tillåts personen tala fritt och förmedla sin egen erfarenhet utifrån olika ämnesområden.

2.5.1. Urval av respondenter

Vid urval av respondenter finns främst två huvudprinciper, representativitet och kvalitetsurval (Alvesson, 2011). Den första principen syftar till att få variation och bredd i urvalet och på så sätt få en delvis heltäckande bild. Kvalitetsurvalet syftar till att välja personer som anses ha särskilda egenskaper, såsom erfarenhet och överblick samt en känsla för vad som kan påverka individerna i bostaden.

Vid val av intervjudeltagare i denna studie eftersträvades en spridning av individer i olika boenden samt till viss del ålder och erfarenhet av att bo tillsammans med andra. Bland respondenterna bor fyra personer i ett boende liknande co-living och de resterande två respondenterna i mer traditionella kollektivhus. Individerna anses ha en speciell erfarenhet av gemensamma boenden och skiljs därför från majoriteten. Därav har dessa individer intervjuats, det finns alltså respondenter från tre olika boenden. Detta för att skapa öka förståelsen för hur olika gemensamma boenden på olika sätt faktiskt fungerar. Valet av respondenter redovisas i tabell 2, för att visa på bredden utan att inskränka på dess anonymitet.

2.5.2. Datainsamlingsprocessen

Frågorna vid intervjuerna kan ske genom öppna eller slutna frågor (Häger, 2001). De öppna frågorna bygger på att intervjuaren bäddar för citatvänliga svar vilka innehåller mer bilder och dramatik. Svaren är mer beskrivande eftersom frågan kräver ett förklarande och mer utvecklande svar. Slutna frågor är motsatsen till de öppna, det räcker oftast med ett ja eller nej som svar från den intervjuade personen. Enligt Häger (2001) berättar människor mindre då fler slutna frågor ställs och intervjuaren blir dominerande. Enligt Jensen (1991) innebär riktigt öppna frågor att respondenten alltid kan svara med egna ord utifrån sina egna förutsättningar. Frågor som bygger på antaganden skapar en ytstruktur vilken leder respondenten. Dessa frågor måste beaktas i analysen.

Personen som intervjuas vill ofta veta vart intervjun är på väg, därför finns några punkter vilka är väsentliga att informera om. Främst är syftet med intervjun viktig, vem som skall använda resultatet, sekretessinformation samt hur resultatet kommer att publiceras och användas (Jensen, 1991).

I den här studien var frågorna under intervjuerna indelade inom fem olika kategorier. Först fanns det några bakgrundsfrågor sedan fick respondenterna beskriva den egna uppfattningen kring co-living och hur denna skiljs från ett vanligt konventionellt boende. Frågorna i den tredje kategorin behandlade de tillfrågades uppfattningar kring begreppet livskvalitets innebörd. Den fjärde kategorin behandlade de individuella

förändringarna av att bo tillsammans med andra samt vad som krävs för egenskaper för att kunna göra det. Sist ställdes frågor kring konflikter i det gemensamma boendet, vilka som uppstår och hur dessa förebyggs eller löses i olika situationer. I bilaga 1 finns hela frågeformuläret. Nedan i tabell 2 är en sammanställning av de intervjuade personerna och en kort beskrivning av dem.

Tabell 2 - Sammanställning av de intervjuade personerna

Datum	Bostadshus	Ålder	Yrkesområde	Nationalitet	Genus
2019-04-03	K9	25-40	IT-branschen/konsult management	Colombia	Man
2019-04-04	K9	25-40	IT-branschen /konsult	Spanien	Man
2019-04-02	Färdknäppen	55-80	Arkitekt numera pensionär	Sverige	Kvinna
2019-04-17	K9	25-40	Konsult	Frankrike	Man
2019-04-15	Sofielund	55-80	Socionom numera pensionerad	Sverige	Kvinna
2019-05-02	K9	25-40	Studerande	Sverige	Man

2.6. Kvalitativ bearbetning & analys

Det empiriska materialet består ofta av en stor mängd data, först bör en kontroll ske av att all data finns tillgänglig. Detta görs genom en sammanställning av intervjuerna som transkriberats. Vidare söks efter citat eller observationer, de delar av empirin som sammanstrålar vilket leder till olika mönster av det empiriska materialet. Dessa mönster återfinns genom att skapa olika steg av karaktärisering, utvärderingen och kategorisering (Patton, 1987). I första steget sker en identifikation av återkommande regelbundenhet, dessa regelbundenheter bildar sedan olika kategorier. Kategorierna bör sedan bedömas utifrån två kriterier, intern homogenitet och extern heterogenitet. Det första kriteriet innebär att avgränsningar görs inom kategorin, inom vilken utsträckning sammanfaller inom kategorin. Vid det andra kriteriet extern heterogenitet, sorteras empiri som inte kan kategoriseras tydligt då denna finns i periferin (Patton, 1987).

Analysen syftar till att skapa ordning av data genom att organisera mönster samt kategorisera och beskriva grundläggande begrepp. Tolkningen i analysen sker genom

förklaring av de mönster som finns och genom att leta efter relationer och länkar mellan dessa beskrivande dimensioner av parametrar och verktyg (Patton, 1987). Något som bör beaktas är att dessa parametrar och verktyg lätt kan förändras, liksom attityder och beteenden. Vikt bör läggas vid att beakta datakällans möjligheter till att ge bra upplysningar, en bedömning av svarsförmåga och svarsvillighet bör göras. En bedömning av subjektiv data bör göras, finns det dolda motiv, andra barriärer, personliga erfarenheter som förvränger respondentens känslor, eller risk för att det finns bakomliggande motiv till att behaga intervjuaren (Jensen, 1991)?

2.6.1. Trovärdighet

För trovärdigheten i studien finns flera aspekter att kommentera och diskutera. I begreppet trovärdighet kan validitet, reliabilitet och generaliserbarhet inkluderas.

2.6.2. Validitet & reliabilitet

Det finns två aspekter att beakta vid validering av data. Först måste personen som analyserar bestämma trovärdigheten i den egna analysen. Sedan måste analysen presenteras på ett sätt så att mottagaren kan validera och verifiera upptäckterna själva. Genom att leta efter motstridiga resultat i empirin både härledande och logiska, ökar reliabiliteten i studien. Empiri som motstrider hypoteser skall beakta och stöttas hellre än att inte använda denna eftersom denna ökar trovärdigheten i analysen (Patton, 1987).

2.6.3. Generaliserbarhet

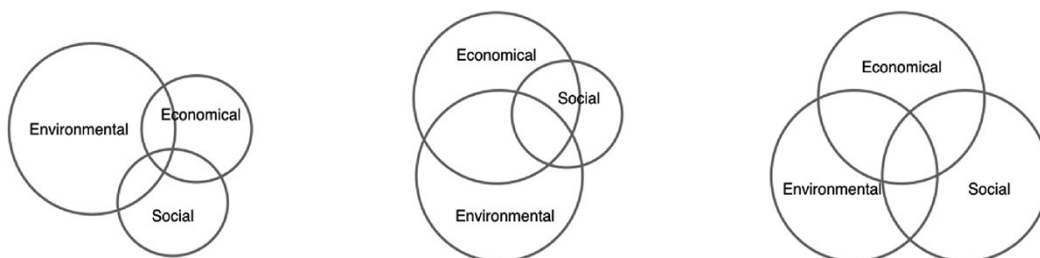
Generaliserbarheten är beroende av problemställningen. Genom försök till att systematisera med resonemang kring vilka urvalsmetoder som bör användas för att bäst belysa problemställningen (Eneroth, 1991). Svårigheter kring generalisering av kvalitativa studier finns främst eftersom antalet deltagare i studien är lågt.

3. Teoretiskt ramverk

I denna del av rapporten presenteras först den urbana planeringsprocessen sedan beskrivs staden främst ur ett socialt hållbart perspektiv på stadsnivå, områdesnivå och hus/individnivå samt en beskrivning av fördelar och problematik i de gemensamma boendena. Parametrar vilka kan anses viktiga såsom personliga egenskaper, motiv & förväntningar, konflikter & lösningar samt husregler eller riktlinjer beskrivs mer ingående.

3.1. Den urbana planeringsprocessen

I planeringsprocessen vid förändrad byggnation i den urbana staden är det främst de ekonomiska och ekologiska perspektiven som bedöms. Den ekonomiska dimensionen bedöms genom kostnaderna. Den ekologiska dimensionen genom miljökonsekvensbeskrivningar för att säkerställa att projektet genomförs ur miljösynpunkt på ett acceptabelt sätt. Den sociala hållbarhetsdimensionen finns sällan med i planeringsprocessen. En anledning till detta kan vara osäkerheten kring dess innebörd. Som tidigare diskuterat finns det många olika aspekter, faktorer och dimensioner såsom segregationsmönster, medborgarnas påverkansmöjligheter eller stadens attraktivitet för kulturella och sociala möten (Cars, 2018). Bland de tre dimensionerna av hållbarhet är den sociala delen minst studerad, först på senare tid har denna uppmärksammats (Mehan & Soflaei, 2017).



Figur 15 - De tre dimensionerna av hållbar utveckling i varierade storlekar (Mehan & Soflaei, 2017)

Försök till att identifiera stora faktorer vilka påverkar den sociala hållbarheten har gjorts i urbana stadsmiljöer (Mehan & Soflaei, 2017). Planeringsprocessen är komplex, för att förenkla begreppet social hållbarhet kan denna delas upp i olika skalor. Mehan & Soflaei (2017) har gjort indelningen: makro, medium och mikro. Regioner och städer innehar en skala makro, urbana distrikt i städerna såsom historiska centrum eller centrala affärsdistrikt klassas som skala medium. Mindre urbana kvarter och grannområden har en mikroskala (Mehan & Soflaei, 2017). Vidare i texten finns en beskrivning av tre olika skalor: stadsnivå, områdesnivå samt hus & individnivå.

3.2. Stadsnivå

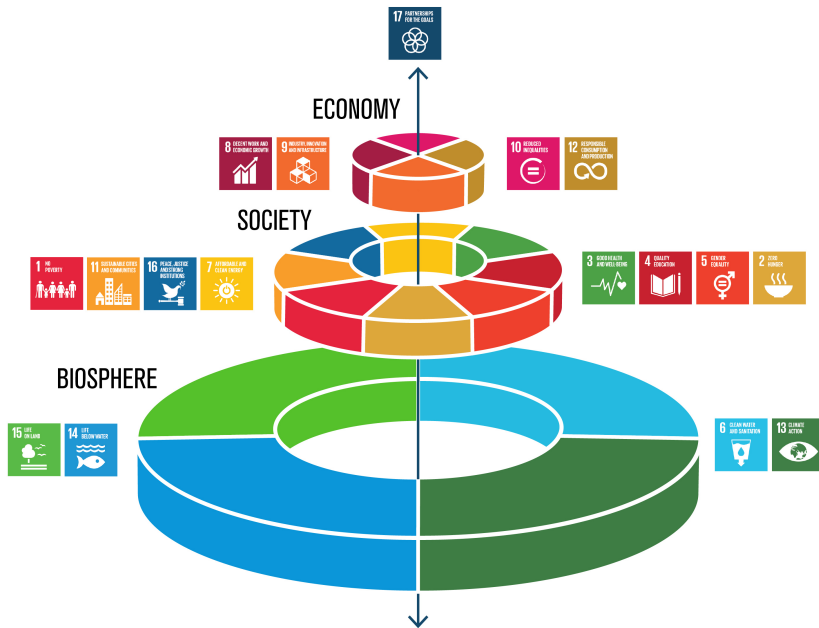
Stadsnivå i denna kontext syftar till staden som helhet. Nedan finns FN:s 17 globala mål innehållande en djupdykning av mål 11 – Framtidens hållbara städer, vidare finns den socialt hållbara staden beskriven, urbana städer samt ett kapitel av innovativa kunskapsmiljöer i staden.

3.2.1. De globala målen

Agenda 2030 och de globala målen för hållbar utveckling har antagits av FN:s medlemsländer vilket är en stor framgång för det internationella samarbetet, men främst för alla människor oavsett platsen de befinner sig på. Agenda 2030 består av 17 mål vilka syftar till att förverkliga alla människors mänskliga rättigheter och att uppnå jämställdhet och egenmakt för alla kvinnor och barn. Utöver dessa 17 mål finns ytterligare 169 delmål. Agendan är inte juridiskt bindande för länderna men sägs vara politiskt och moraliskt bindande för alla världens länder. I januari 2017 fanns det 230 indikatorer för att kunna föra statistik över hur målen uppfylls.

FN har sedan lång tid tillbaka hjälpt många länder med nationella utvecklingsplaner, alltså har de en stor erfarenhet av att på ett övergripande sätt implementera de globala målen. Arbetet inom FN kallas ”MAPS” vilket står för *Mainstreaming, Acceleration and Policy Support*. Agendan arbetas på landsnivå, detta för att sprida agendan och lösa upp eventuella ”flaskhalsar”, vilka är hinder för hållbar utveckling eller acceleration. FN poängterar att utanförskap och marginalisering även finns i rika länder. Det finns betydande ojämlikheter mellan minoriteten och majoriteten. Jämlikhet gäller alla oavsett ålder, kön, funktionsvariation, etnicitet, ursprung, religion, ekonomisk eller någon annan variation. Denna jämlikhet är viktigt för att de resterande målen skall uppfyllas.

Agenda 2030 är en global folkrörelse, detta medför att alla måste bidra för att målen skall kunna nås. Det är inte bara regeringar och politiker som skall arbeta efter dessa utan även företag och privata aktörer.



Figur 16 - De 17 globala målen (Stockholm Resilience Centre, 2016)

Figur 16 visar de 17 globala målen. I detta arbete är det främst den sociala aspekten som utreds vilket innefattar mål 1, 11, 16, 7, 3, 4,5 och 2. Mål 11 – *Hållbara städer och samhällen* och dess delmål presenteras nedan då detta mål främst är väsentligt i denna kontext (UNDP i Sverige, 2015).

Mål 11 – Hållbara städer och samhällen

En stor del av den framtida befolkningen bo i städer, detta skapar möjligheter till ekonomisk tillväxt men kan också bidra till sociala klyftor och påfrestningar på ekosystem. Den snabba inflyttningen till städerna ställer höga krav på stadsutvecklingen. Hållbart byggande, planering av bostäder, infrastruktur, offentliga platser, transporter återvinning kräver ny teknik och samarbete mellan flera sektorer därav är innovation och ett inkluderande samhälle viktigt. Delmål 11.1, 11.3, 11.6, 11.7 och 11 A .

Delmål 11.1 – Säkra bostäder till överkomlig kostnad

Senast 2030 säkerställa tillgång för alla till fullgoda, säkra och ekonomiskt överkomliga bostäder och grundläggande tjänster samt rusta upp slumområdena.

Delmål 11.3 – Inkluderande och hållbar urbanisering

Till 2030 verka för en inkluderande och hållbar urbanisering samt förbättra kapaciteten för deltagandebaserad, integrerad och hållbar planering och förvaltning av bosättningar i alla länder.

Delmål 11.6 – Minska städernas miljöpåverkan

Till 2030 minska städernas negativa miljöpåverkan per person, bland annat genom att ägna särskild uppmärksamhet åt luftkvalitet samt hantering av kommunalt och annat avfall.

Delmål 11.7 – Skapa säkra och inkluderande grönområden för alla

Senast 2030 tillhandahålla universell tillgång till säkra, inkluderande och tillgängliga grönområden och offentliga platser, i synnerhet för kvinnor och barn, äldre personer och personer med funktionsnedsättning.

Delmål 11.A – Främja nationell och regional utvecklingsplanering

Främja positiva ekonomiska, sociala och miljömässiga kopplingar mellan stadsområden, stadsnära områden och landsbygdsområden genom att stärka den nationella och regionala utvecklingsplaneringen.

3.2.2. Den socialt hållbara staden

Den socialt hållbara staden kan definieras som en stad som ”*kan möta den nuvarande befolkningens sociala behov, utan att äventyra framtida generationers möjligheter att få sina sociala behov tillgodosedda*”. Socialt välstånd skall inte skapas på bekostnad av framtida generationer, en form av generationsrättvisa. Solidaritet mellan generationerna krävs för att skapa social hållbarhet. Vidare definitioner av social hållbarhet har flera dimensioner, principen om social rättvisa är viktig. Samhällets resurser bör delas likvärdigt och alla människor bör möta ungefär lika villkor. Ett motverkande av rasism, exkludering av vissa samhällsgrupper och urban fattigdom måste ske i den hållbara staden. Istället skall ett samhälle med stark gemenskap och tydligt medborgerligt deltagande uppmuntras. Detta skall präglas genom social interaktion, nätverkande och solidaritet mellan de boende vilket de känner stolthet och tillhörighet till. Detta skapar trygghet och gemenskap. Tillsammans bildar detta generationsrättvisa, social rättvisa och medborgerligt deltagande viktiga etiska principer i idén om social hållbarhet (Syssner, 2018).

3.2.3. Urbana samhällen

En stad innebär att majoriteten av de boende har en inkomst från aktiviteter i en urban ekonomi, vilket innebär andra aktiviteter än jordbruk, skogsbruk, fiske och jakt. Ibland är ordet urban uppfattat som relaterat till storstäder men även mindre städer innefattas (Tannerfeldt & Ljung, 2006).

Ordet urbanisering kan definieras på olika sätt (Tannerfeldt & Ljung, 2006);

- Den proportionella andelen människor som lever i urbana delar av ett land.
- Förökningen i procentuell proportion av den totala mängden människor som lever i urbana miljöer.
- Socialiseringsprocessen där populationen anpassas till det urbana samhällets levnadsvillkor.
- De processer som gör att befolkningen växer i urbana miljöer

En rapport från IVA syftar till att skapa en förståelse för varför och hur våra städer växer samt vilka drivkrafterna är. Humankapitalet har ersatt fysiskt kapital och är den viktigaste drivkraften. Detta är en anledning till att storstadsregionerna växer i större utsträckning än landsbygden. Detta är något som krävs för att skapa hållbara framtida lösningar i städerna (Gunnartz, 2017).

3.2.4. Innovativa kunskapsmiljöer

Begreppet innovationskraft anses vara viktigt för att skapa en attraktiv stad, aspekten behandlar framförallt stadens förmåga att anamma och utveckla den digitala tekniken. Rätt kompetens krävs i staden för att skapa dessa förutsättningar, för att minska risken av att inte vara konkurrenskraftig gentemot andra städer och i värsta fall skapa mer otrygga och sårbara miljöer (Gunnartz, 2017).

För att en stad skall vara attraktiv och hållbar är det viktigt med kreativa och innovativa kunskapsmiljöer (Gunnartz, 2017). En viktig faktor för att lyckas med detta är en integrering av den kreativa kompetensen och forskning. Dessa innovationskluster finns främst där satsningar gjorts för att utveckla ny teknik och digital infrastruktur, vilka har revolutionerat det urbana samhället. En annan faktor som belyses som viktig är att det finns ett stort intellektuellt kapital, vilka kan hitta kloka lösningar på de utmaningarna som finns i växande städer. Därmed är närvaron av människor med ett öppet sinne viktigt. För att skapa detta krävs att de basala behoven redan är uppnådda såsom hög livskvalitet, trygg miljö och ett öppet, tolerant och rikt kulturklimat. Detta för att locka

det humankapital som kan bidra till innovation (Gunnartz, 2017). Problematiskt är att många städer satsar på kreativt kapital inom ett visst fält eller område vilket kan leda till en ökad sårbarhet inför förändringar. Detta eftersom innovationerna endast sker inom ett visst forsknings-, entreprenörs-, eller innovationsekosystem.

Begreppet innovationsekosystem beskriver ett system med olika aktörer vilka är viktiga för att bygga framgångsrika och stabila innovationssystem (Gunnartz, 2017). Exempel på aktörer är företag, universitet, politiker och investerare. Samverkan mellan dessa aktörer är en viktig del till att främja innovation. Öppenhet, infrastruktur och ledarskap beskrivs som viktiga egenskaper för att skapa dessa innovationsekosystem. Begreppet öppenhet består främst av tre delar, hur myndighetsreglerare reglerar affärsmodeller vilka tillåter marknadsomvälvande tillskott, hur väl staden marknadsförs som ett innovativt nav samt hur väl kunden uppsöker och är delaktig av innovationen. Alltså hur öppen staden är för nya idéer och affärsområden. Begreppet infrastruktur i denna kontext innebär hur optimeringen sker av olika kanaler för snabbväxande nya affärsområden. Vilket kan ske genom hur väl utrymmen i staden för snabbväxande företag används, hur investeringar görs i kompetenser och affärsområden för att främja innovation samt hur den fysiska och digitala sammankopplingen utförs (Gunnartz, 2017). Egenskapen ledarskap syftar till hur väl staden integrerar innovation i dess egna aktiviteter. Detta sker genom att det finns en väl uppbyggd intern kapacitet vilken krävs för att stödja innovation. Digitala ledare krävs för att främja de digitala kanaler som finns främst för att främja högkvalitativt och smidigt medborgarengagemang samt hur data används för att optimera tjänster och tillgängliggöra den för innovation.

3.3. Områdesnivå

Områdesnivån syftar till urbana områden eller distrikt i staden, vilka faktorer som påverkar livskvaliteten i områdena presenteras nedan samt olika dimensioner av täthetsbegreppet.

3.3.1. Faktorer vilka påverkar livskvaliteten

Några faktorer som anses ha stor påverkan på hållbarheten och livskvaliteten är täthet, innovationskraft och delaktighet. Begreppet täthet är komplext och har flera olika dimensioner, några är social, ekonomisk, kulturell, ekologisk och kreativ täthet (Gunnartz, 2017). Dimensionerna har stor påverkan av hur området upplevs. För att skapa ett hållbart område krävs en mix av dessa dimensioner. Problematiskt är att vid förtätning sker inte alltid en blandning av dessa, vilket medför att närheten till vissa

delar saknas i staden eller det befintliga området och därmed minskar tillgängligheten. Därför krävs en noggrann konsekvensanalys för området som helhet innan beslut tas för att skapa en genomgående dynamisk och aktiv stad.

3.3.2. Täthet

Stadsplanering består av olika täthetsbegrepp. Vanligtvis bedöms tätheten inom ett visst område genom exploateringstal eller exploateringsgrad. Det är en kvot mellan den sammanlagda bruttoarean för bostäder och lokaler inom ett visst område och områdets totala area (Hansson, Olander & Evertsson, 2007). Ett annat mått av täthet är befolkningstäthet vilket är ett mått som kan användas för att jämföra hur tätbefolkat ett land eller region är. Befolkningstäthet beräknas genom kvoten av antalet invånare med landarealen. Detta ger en uppfattning av hur många invånare som bor jämnt utspritt inom arealen (SCB, 2019). Det är inte endast den fysiska tätheten mellan byggnaderna eller antal människor inom ett område som är av betydelse. Andra begrepp såsom social, kulturell och ekonomisk täthet är viktigt för att skapa närheten i stadsrummet och inte bara täthet (Gunnartz, 2017). Nedan finns en beskrivning av dessa täthetsbegrepp och en beskrivning av närhetsbegreppet som tagits fram genom jämförelser av bostadsrättspriser. Bostadsrättspriserna anses enligt studien påverka attraktiviteten på olika sätt och kan möjligen spegla verkliga beteenden (Claesson, 2016). Vidare finns även en beskrivning av vilka faktorer som påverkar kontorshyror.

Dimensioner av täthet

Social täthet innebär att det finns en god tillgång för invånaren till arbete, offentliga mötesplatser, grannar, grönområden och så vidare.

Kulturell täthet innebär att invånarna har tillgång till ett rikt kulturklimat vilket bidrar till en förhöjd livskvalitet för alla i samhället.

Ekonomisk täthet innebär att det finns goda möjligheter till handel och etablering av nya företag. Den ekonomiska tätheten kan påverkas av skattelagstiftning, tillgång av investeringskapital samt infrastruktur till andra urbana miljöer.

Ekologisk täthet i en urban miljö kan bero på hur mycket gröna stråk det finns, antalet arter i dessa, gångfärden till återvinningsstationer.

Kreativ täthet kan bero av hur stor närvaron av intellektuellt kapital, innovativa företag, möjligheten till kreativa kluster såsom utbildnings- och kulturmiljöer.

Kunskaps- och informationstäthet beror av tillgången till relevant information, hur väl de utbyggda digitala nätverken är, öppenhet mot de befintliga kunskapsbankerna som forskningsinstitut och företag innehar, hur fritt och transparent medieklimatet är.

Viktigt för förståelsen att dessa dimensioner av täthet måste integreras i stadsrummet, detta för att skapa närhet i förtätningen vilket skapar ett mervärde av olika utbud för dem som bor där. Beroende på utbudet påverkar detta hur människor rör sig i staden, och på så sätt hur tillgängligheten upplevs. Närheten till olika kvaliteter är viktig för att skapa en levande stad. (Gunnartz, 2017)

Hur närhet påverkar bostadsrättspriserna

Genom att jämföra prisnivåer på boende i Göteborg har sex olika faktorer vilka påverkar priset på bostadsrätter tagits fram, dock med varierande vikt. Då studien är baserad på prisnivåer av bostadsrätter beskrivs ett faktiskt beteende och inte de faktorer individer själva antyder i tillfrågade undersökningar.

Närhet till stadskärnan: avståndet till stadskärnan påverkar bostadspriset, vilket är mätt i gatunätet där hänsyn tas till barriärer såsom älven i Göteborg. Avståndet i gatunätet visar hur lätt det är att ta sig till stadskärnan.

Närhet till närmsta spår- eller expressbusshållplats: bostadsrättsköpare där spårvagn, pendeltåg och expressbussar vars avstånd mätt i gatunätet värderas högst.

Antal urbana verksamheter inom 1 km: tillgång till många verksamheter med handel och annan kommersiell service påverkar bostadsrättspriserna. Urbana verksamheter är ett samlat begrepp kring caféer, restauranger, handel, kulturverksamheter samt kommersiella verksamheter såsom skomakare och frisörer. Bostadsrättspriset påverkas inte av tillkommande urbana verksamheter där det redan finns ett stort utbud, men på mindre centrala platser där antalet verksamheter är mindre påverkas priset i högre utsträckning.

Stadsgator och stadskvarter: såsom huruvida entréerna vetter mot gaturummet eller innergårdarna. I de gaturum där entréerna vetter mot gaturummet är priset på bostadsrätter större.

Hektar park inom 1 km: grönområden med parkkaraktär värderas högst då med tillgång till mycket parkyta inom gångavstånd. Tillgången till park inom en tio minuters promenad i bostadsrättsstudien visar att priset ökar. Ju mer parkyta, desto högre pris på bostadsrätten

Närhet till vatten: anses ha ett särskilt värde av alla bostadsköpare. Denna närhet mäts i gatunätet och inte fågelvägen. Alla former av vattenkontakt i bostadsrättsstudien alltså hav, sjö, åar och älv. Närheten till vattnet i studien innebär inte att bostaden ligger direkt intill vattnet, utan måttet av att bostaden ligger mindre än 50 meter från vattnet. (Claesson, 2016)

Analys av kontorshyror

Studien omfattar även stadsqualiteter för kontorshyror där urbana verksamheter och tillgänglighet till arbetstagare värderas högt. Hyresnivåerna påverkas även av närheten till andra kontor samt kontorsbyggnadens byggnadsår. Lägesvariablerna har identifierats genom en GIS-analys.

Centralitet och tillgänglighet till arbetsmarknaden: företag vill lokaliseras nära många boende alltså potentiella arbetstagare och kunder detta nära Göteborgs stadskärna. Enligt urbanekonomisk teori föredrar kontaktintensiva företag att lokaliseras i stadskärnan. Detta eftersom det finns kostnader för kontakter och interaktion, alltså har avståndet en funktion i verksamheten för att upprätthålla dess produktivitet.

Tillgänglighet till urbana verksamheter: många föredrar att kunna göra ärenden och äta lunch nära arbetsplatsen.

Kontorskluster: innebärande att hyresnivåerna ökar då närheten till andra kontor ökar. Dessa kontorskluster bör dock vara relativt små för att maximeras. Detta för att återigen ha närhet till kunder, leverantörer och arbetskraft.

Modernitet: hyresnivåerna påverkas enligt tidigare studier av byggnaders byggår, detta eftersom möjligheterna till en mer yteffektiv användning ökar. Yteffektiva kontor som samtidigt erbjuder en god arbetsmiljö är attraktivt vilket kan vara svårt att åstadkomma i äldre byggnader. (Claesson, 2016)

3.4. Husnivå & individnivå

Nedan finns de mänskliga behoven i en husnivå eller individnivå beskriven, individuell delaktighet och potentiell segregering samt en beskrivning av kreativitet.

3.4.1. Mänskliga behov i urbana miljöer

Ett synsätt är att fokusera på de mänskliga vardagliga individuella behoven. För att förstå en individs behov i vardagen har Maslows behovstrappa använts för de individuella behoven i stadsmiljöer. Olika rumsliga kvaliteter i urbana miljöer såsom komfort, privatliv, kunskapsnivå, mångfald, samhällsengagemang, visuell rikedom, en känsla av plats och identitet har tagits fram vilket ses nedan i tabell 3 (Mehan & Soflaei, 2017).

Tabell 3 - Mänskliga behov i urbana miljöer

Mänskliga behov	Rumsliga kvaliteter i urbana miljöer
Fysiska	Komfort/samhällsservice/Stabilitet och balans
Säkerhet	Avskildhet/privatliv/läsbarhet/säkerhet
Tillhörande/kärlek	Sociala nät/Sociala möjligheter/Känsla och identitet för en plats
Uppskattning	Inkluderande/ Bevarande av lokala karaktärer
Självförverkligande	Mångfald/Samhällsengagemang
Arkitektur	Visuell rikedom/Visuella proportioner/Visuell egenart

En jämförelse mellan Maslows och Antonovskys teorier beskrivs inom omsorgen i tabell 4 (Westlund & Sjöberg, 2010) där olika aspekter tydliggörs och där de individuella förutsättningarna jämförs. Denna beskriver olika synsätt av hur människor skall behandlas i vardagen, men även hur byggnader kan byggas för att främja de olika synsätt, antingen för individen eller för gruppen.

Tabell 3 - En jämförelse av omsorg mellan Antonovsky och Maslow (Westlund & Sjöberg, 2010)

Aspekt	Antonovsky	Maslow
Personligt boende	En lägenhet	Ett rum/en plats
Arbetets fokus	Meningsfullhet	Överlevnad
Personalens orientering	Samarbetsrelationer Individualisering	Uppgifter Standardisering
Gemenskap	Självvald med släkt och vänner i kök och vardagsrum	Påtvingad med medboende i dag- och uppehållsrum
Mötesplats	Allaktivitetshus dagcentraler	Entréer, korridorer och personalutrymmen
Gruppaktiviteter	Många och ofta deltagarstyrda	Få och ofta som underhållning
System	Öppen mot omvärlden	Sluten mot omvärlden

3.4.2. Delaktighet

Begreppet delaktighet och medbestämmandeprocesser är viktigt för att individerna i staden trivs och får sina behov tillgodosedda. Dock visar rapporten från IVA att det är en lång väg kvar att gå, delaktigheten och öppnare beslutsmodeller måste förbättras. På samma sätt måste kunskapen om hur hållbara samhällen byggs även nå ut till beslutsförfattarna, då kunskaperna kan vara bristande (Gunnartz, 2017).

Alltså krävs en ökad delaktighet, detta är viktigt för att kunna identifiera och värdera de problem som finns i samhället. Detta är viktigt för att en identifiering av eventuella åtgärder ska kunna göras.

Delaktigheten kan ske på olika nivåer. Den första nivån av delaktighet sker genom informering, den andra nivån innebär att en konsultation sker genom att inhämta synpunkter. Den tredje nivån av delaktighet sker genom dialog där synpunkter och tankar kan diskuteras, den fjärde nivån skapar delaktigt inflytande genom aktiviteter och den femte och sista nivån innebär att det sker ett gemensamt beslutsförfattande, ett medbeslutande (Gunnartz, 2017). Ett viktigt begrepp för att skapa delaktigheten är alltså tillgänglighet, något som kan skapas är annars olika former av segregation. Nedan presenteras några olika former av segregation som påverkar hur människor lever och rör sig i staden.

Dimensioner av segregation (Gunnartz, 2017)

Geografisk: Människor boende i områden på svårnådda delar av staden där samhällsviktiga resurser och service finns.

Social: Boende i områden med långa avstånd till någon form av sjukvård eller de människor som utestängs från sociala nätverk, vilka är basala såsom arbete.

Ekonomisk: Människor som inte blir en del av samhällsekonomin, då de inte släpps in på arbetsmarknaden. De blir då inte ekonomiska producenter eller konsumenter.

Etnisk: Människor som segregeras på grund av sin etniska bakgrund.

Kulturell: Människor som inte får tillgång till alla kulturella delar av staden då de inte behärskar dess språk eller liknande.

Kunskap: Människor som undanhålls från kunskapskanaler vilken påverkar deras konkurrenskraft. Detta kan handla om att vissa har tillgång till vissa skolor.

Funktionsmässig: Då människor utesluts ur vissa miljöer, resurser eller tjänster eftersom de inte är anpassade till deras behov. (Gunnartz, 2017)

3.4.3. Kreativitet

Ett utfall av gemensamma boenden är att många nya idéer kan realiseras samtidigt som det vardagliga livet förenklas, detta genom att många interaktioner, attityder, normer, vilka kräver färdigheter och kunskap för att lösa. Potentiellt kan ett gemensamt boende bidra till att utmana rådande normer i vårt konsumtionssamhälle (Vestbro, 2010).

Enligt NE:s uppslagsverk innebär kreativitet förmågan till att skapa något nytt eller frigörelse från etablerade perspektiv. För att skapa kreativitet krävs ett visst tankesätt och vanor vilka måste ske på individ- och samhällsnivå. Kreativiteten påverkas av kulturen runt en person, de värderingar som formar människan som sociala och ekonomiska aktörer, den skapar en identitet vilken påverkas av människans normer och värderingar. Kreativiteten påverkas av individens tankesätt vilken även påverkas av dess omgivning (Florida, 2002).

Kreativitet finns i alla organisationer och människor. Vissa bedriver arbetet kvicktänkt och intuitivt, andra är mer metodiska. Vissa lägger stor kraft på mer radikala projekt medan andra förbättrar mindre delar eller processer. En del människor föredrar tryggheten i större organisationer medan andra vill förflyttas mellan olika jobb och arbetsgivare. Viktigt är att individerna värdesätts för deras insatser och att miljön stimulerar individens egna behov av kreativitet. Den främsta kreativiteten framkommer ur små grupper som betonar vikten av utforskning och upptäckt. Utveckling av deras särskilda vanor, traditioner, prioriteringar och insikter görs. För att skapa detta krävs rutin och struktur. Dock får ingen del hävas, det krävs en ständig balans mellan rutin och nytänkande för att skapa något nytt. Denna balans är svårhanterlig och varierar mellan olika grupper och individer (Florida, 2002).

3.5. Gemensamt boende

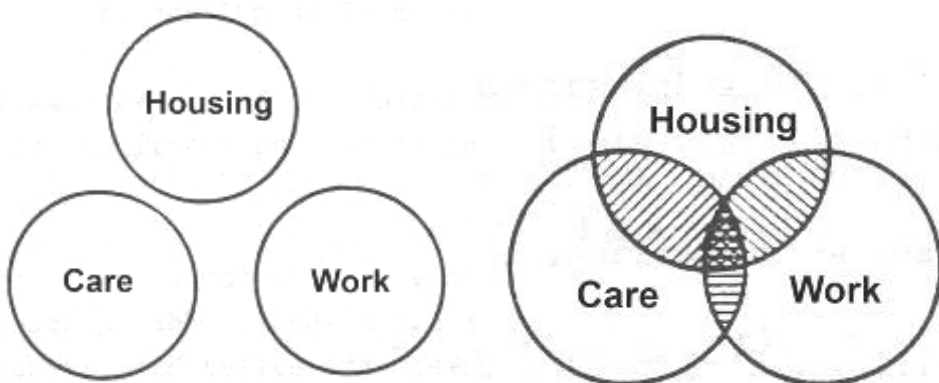
Nedan presenteras fördelar av ett gemensamt boende ur de olika hållbarhetsdimensionerna, motiv & förväntningar, personliga egenskaper, husregler eller riktlinjer samt konflikter & lösningar.

3.5.1. Fördelar

Ekonomiska fördelar av ett gemensamt boende är främst att den individuella boendeytan minskar vilket medför en lägre hyreskostnad. Delningsekonomi kan dessutom skapa möjligheter till att ha en mer gemensam konsumtion av utrustning vilket minskar kostnaderna.

Miljömässiga fördelar med gemensamt boende har främst varit den förminskade energikonsumtionen då boendeytan minskar, dessutom äger och kör de boende mindre bil (Vestbro, 2010). En anledning till att boende kör mindre bil är att behovet till att träffa andra människor minskar eftersom närheten ökat till andra människor. Vidare kan hushållet dela på de resurser och utrustning som finns, vilket kräver mindre transport och råmaterial för att producera varor. Det totala klimatavtrycket blir mindre jämfört med vanligt konventionellt boende (Vestbro, 2010).

Sociala fördelar med ett gemensamt boende är främst att skapa en enklare och mer betydande vardag (Vestbro, 2012). Studier inom kollektivhus visar att samarbetet mellan de boende är viktigt, därför är en infrastruktur i boendet viktigt. Synergier kan nyttjas i hushållet genom delning av olika sysslor såsom matlagning, barnpassning, äldreomsorg och städning. Hur boendet drivs beror på samarbetet mellan individerna, hur de vill fortsätta driva hushållet då de är byggt (Vestbro, 2010). En annan fördel med ett gemensamt boende är att de individer som vill ha support i vardagen får detta genom relationerna i huset. Detta för att hjälpa varandra genom personliga kriser, sjukdom eller andra utvecklande omständigheter.



Figur 17 - Skillnaden mellan ett gemensamt boende och ett vanligt konventionellt boende (Vestbro, 2012)

Kähler (2010) skriver om gemensamma boenden, med fokus på seniorboenden. Boendeformen menar hon skapar trygghet och närhet till andra människor. Problem med ensamhet minskar, en stimulerande och bekräftande miljö vilken skapar struktur för dagen anser Kähler (2010) är väsentligt för ett gott liv. Detta utan att tappa integritet och samtidigt behålla självrespekten och sin anda eller själ. Många äldre slipper krångel eftersom de får hjälp med olika problem i vardagen. Genom att gemensamt arbeta för ett bättre och mer socialt liv i boendet skapas spontana möten i vardagen. Olika former av energi skapas i boendet, förvånande energi, behaglig energi men även irriterande energi.

En studie på ett *collective housing* i Asbo, Danmark för seniorer visade att deras hälsa var bättre jämfört med innan de flyttade in. Hälften av de boende är aktiva i föreningar, två till fyra gånger i veckan och hälften av de boende deltar i kvällsklasser eller någon motionsaktivitet. I boendet känner de sig trygga ”*här ligger ingen i tre dagar med neddragna persienner utan att någon kollar att man är okej*”. De anser att boendet i Asbo är ett bra botemedel av ensamheten men också till att få hjälp med små saker i vardagen. Dessutom påstår 85 % av de boende att de 1999 kände sig ensamma ofta innan de flyttade in, 2009 var den siffran i det nya boendet endast 10 %. Vidare påstod 70 % att de behövde hjälp med olika vardagsbestyr såsom inhandling, småjobb mm medan 2009 var detta inte längre ett problem (Kähler, 2010).

Jämställdheten mellan kvinnor och män är en annan aspekt vilken uppmanas i gemensamma boenden (Sangregorio, 2010). Då kärnfamiljen förflyttas från ett traditionellt hem till ett gemensamt boende blir hushållsarbetet mer synligt och måste erkännas som arbete vilka måste delas upp mellan de boende. I ett *collaborative housing* gör män och kvinnor sina delar av arbetet som individer vilket verkar för mer jämlikhet. Kan det finnas en anledning till varför boendeformen är mer populär bland kvinnor än män?

I det svenska samhället har det främst varit kvinnorna som drivit frigörelser från patriarkatet och har därför varit mer för *cohousing*. Detta eftersom det funnits en tydlig bild av att det krävs mindre arbete då det sker en fördelning av vardagssysslorna. Något som främst ensamstående har kunnat ha nytta av (Vestbro, 2010).

Gemensamma boenden kan vara ett sätt att skapa psykologiskt, socialt och ekonomiskt självstyre. Detta är ett sätt till att skapa självständigt styre, att leva på detta sätt skapar förutsättningar till att bli mindre beroende av de sociala skyddsnäten såsom barnomsorg, äldreomsorg men även minska risken för en känsla av ensamhet (Vestbro, 2010). Den solidaritet som utvecklas i ett gemensamt boende, är en annan aspekt. Detta innebär att det finns en känsla av pålitlighet i den sociala omgivningen. Respekt till omgivningen har infunnits genom de rättigheter och skyldigheter som hushållet kräver.

3.5.2. Motiv & förväntningar

För att skapa ett boende med positiv energi krävs det att de som flyttar in har rätt motiv och förväntningar. Några punkter Kähler (2010) anser vara viktiga är:

- Gemensamma boenden är inget val för att undvika ensamhet
- Det krävs energi till att arbeta för ett *Community*
- Alla har fortfarande sitt eget boende och egna problem
- Hjälpen kommer inte för att man behöver, det krävs en aktiv handling för att få hjälpen
- De som prioriterar hög personlig frihet bör inte bo tillsammans eller nära andra människor

Några frågor hon anser människor bör fråga sig själva innan de flyttar in är:

- Vill jag dela min fritid med andra människor?
- Vill jag lägga energi på ett *Community*, kan jag dra en gräns?
- Vill jag hjälpa grannar som har problem?
- Kan jag vara öppen då jag känner mig ledsen?

3.5.3. Personliga egenskaper

Uthållighet och mod krävs för att bo i ett *collective housing* då detta är en utmaning. Mental uthållighet krävs samt individer med extroverta egenskaper. Att bo i ett *Community* ger en känsla av gemenskap, där förmågan att uttrycka sin åsikt eller dra gränsen gentemot andra boende utvecklas. Förmågan att dra gränser genom att inte vara kall utan på ett bra, humant sätt. Lite varmhjärtad råhet krävs för att det skall fungera, annars kan ens gränser, såväl fysiska som psykiska, överstigas. Många seniorboenden har gått rakt motsatt riktning jämfört med dessa 60-tals boenden, mycket diskretion och försiktighet finns i dessa boenden. Kanske behövs det en balans mellan privata och den delade sfären i boendet? (Kähler, 2010)

3.5.4. Husregler eller riktlinjer

Husregler eller riktlinjer är nödvändiga, reglerna förbättrar dock inte samarbetsförmågan mellan de boende och kan inte avvärja alla konflikter (Kähler, 2010). Dessa riktlinjer beskriver hur boendet skall fungera praktiskt men även vilka krav som ställs på det *Community* som bildas. Riktlinjer bör skapas genom de värderingar som finns bland de boende (Vestbro, 2010). Värderingarna bör prioriteras och definieras tydligt för att skapa tydliga riktlinjer i boendet för hur de vill leva tillsammans.

3.5.5. Konflikter & lösningar

Konflikter uppstår då olika människor umgås tätt i grupp, människor har olika åsikter och värderingar. Detta kan medföra konflikter och diskussioner om hemmet (Vestbro, 2010). Verbala konfliktområdena i gemensamma boenden är främst; hur beslutsfattandet skall göras, ekonomiska problem, skillnader i engagemang, skillnader av kunskap, olika värderingar av hälsosam mat, städning, utbildning, vad som är tillåtet i de privata och delade ytorna med mera. Vanliga misstag är bristande kommunikation eller missförstånd, detta sker främst genom nyare kommunikation såsom email.

Vestbro (2010) menar dock att konflikter inte sker mellan individer utan individernas värderingar, idéer och synpunkter eller möjligtvis konflikter inom individen själv såsom svåra val och frågor vilka inte har några tydliga svar. För att lösa en konflikt bör dess typ identifieras, det finns några tydliga grupperingar:

- *Tvister*: Människor kan leva med tvister genom att ”agree to disagree”
- *Ideologiska konflikter – Principer*: Människor har skilda värderingar, uppfattningar av rätt och fel vilket skapar konflikter inom boendet.
- *Konflikter som förstör själen av det gemensamma boendet*: Konflikter vilka kan förstöra grundpelarna för ett gemensamt boendes uppbyggnad.

För att förhindra eventuella konflikter bör det finnas tydliga krav och riktlinjer för enskilda individer och gruppen tillsammans för vad som skall åstadkommas i boendet, nu och i framtiden (Vestbro, 2010). Under diskussioner är respekt för andras känslor och åsikter viktigt. Viktiga beståndsdelar av kommunikationen är att individer pratar och lyssnar på ett icke våldsamt sätt. Vanligt vid känsliga diskussioner är att det blir en hetsig stämning istället för en öppen debatt som löser konflikten. Många ser problemen utifrån ett ”du” perspektiv och poängterar de andras brister istället för ett ”jag” perspektiv, där de egna bristerna även uppmärksammas.

Problematiskt är att det är vanligt vid konflikter i de flesta kulturer är att människor är rädda att säga vad de tycker, i rädsla av att sår den andra personen (Vestbro, 2010). Att prata om problemen är det första steget av lösningen, möta konflikten, lösa den tillsammans för att sedan lära från den vilket kan leda till bättre överenskommelser och organisation.

Gruppdynamiken är viktig, i väletablerade gemensamma boenden är denna ofta väl utvecklad men vid utformning av nya boenden behöver dynamiken utvecklas. Vilket främst sker i olika steg, först behövs ett medvetande av olikheterna som finns mellan individerna, sedan skall olika konflikter gås igenom, för att sedan göra rutiner och forma

traditioner för hur dessa skall lösas. De olika faserna kan kallas för formning, stormning och normalisering, alla dessa faser är viktiga för att gruppen skall växa, utmanas och hitta lösningar. Tiden är en viktig parameter, varje individ måste utvecklas, lära, förstå och uppskatta eller tolerera andra människors åsikter och synsätt (Vestbro, 2010).

4. Resultat från intervjustudien

I resultatet från intervjustudien eller empirin presenteras de resultat som framkommit ur intervjuerna. Först redovisas svar kopplade till respondenternas uppfattningar av det gemensamma boendet co-living, begreppet livskvalitet samt hur ett Community skapas. Sedan presenteras respondenternas tankar kring barriärer och möjligheter i gemensamma boenden.

4.1. Respondenternas uppfattning av boendemiljön jämfört med ett vanligt konventionellt boende

Inledande redovisas respondenternas uppfattning av boendemiljön i ett gemensamt boende, hur co-living skiljs från ett vanligt konventionellt boende och deras syn på begreppet livskvalitet.

Uppfattningen av begreppet co-living

Begreppet co-living är enligt respondenterna svårt att särskilja från befintliga gemensamma boenden. Återkommande är att det kan definieras som ett minisamhälle eller *Community* där de boende har en känsla av att tillhöra ett sammanhang. Ett *Community* vilket är egenskött med en mångfald av människor, vilka skapar band mellan varandra då boendet inte är anonymt. Dessa band skiljs åt mellan individerna i huset, individer med fler gemensamma intressen skapar ofta starkare band mellan varandra eftersom kommunikationen sker mer frekvent. Banden mellan vissa kan vara svaga, de pratar knappt vilket även det är accepterat i boendet. Gemensamt för alla är att det skapas en välkommande och stöttande stämning vilken ofta är okomplicerad.

Skillnaden mellan *cohousing* och co-living diskuterades under intervjuerna, respondenterna vilka bor på det gemensamma boendet K9 i Stockholm menar att huset är en blandning av co-living och *cohousing*. Enligt deras definition finns det mer tjänster kopplat till ett co-living boende medan boendet på K9 är mer egenskött av de boende och fungerar med mindre service och tilläggstjänster från verksamhetsutvecklaren. Respondenten med lång erfarenhet av *cohousing* menar att co-living växer ovanifrån

snarare än underifrån, det är initierat av en verksamhetsutvecklare. Ett *cohousing* å andra sidan bedrivs helt på initiativ av de boende själva, boendet har då även oftast utvecklats av de boende i en lång process som påbörjats långt innan byggnaden uppförts. I ett co-living boende däremot har verksamhetsutvecklaren skapat byggnaden och de boende behöver endast flytta in i gemenskapen.

Skillnaden mellan ett vanligt konventionellt boende jämfört med co-living

Co-living är något som de boende väljer själva, då det även skulle kunna finnas ett alternativt boende. Detta kan anses vara den stora skillnaden mellan ett vanligt konventionellt boende och co-living enligt respondenterna. Alltså skillnaden mellan trångboddhet och co-living innebär att individen själv, väljer att bo på en mindre yta för att ta del av den gemensamma mänskliga kontakten. Det finns möjlighet till ständig utveckling tillsammans med andra, detta genom olika möjligheter i vardagen såsom möten och aktiviteter.

Gemensamt menar respondenterna att den privata sfären minskar i ett co-living boende jämfört med ett vanligt konventionellt boende. Tätheten ökar i boendet, detta innebär att fler människor delar på en större gemensam yta medan den privata ytan eller sfären minskar. Den totala arealen per person minskar men tillgången på gemensam area ökar. Detta medför att fler mänskliga möten uppstår spontant i vardagen, några respondenter saknade dessa möten då de bodde ensamma. De påstår att det ständigt krävdes planering i vardagen för att ha aktiviteter tillsammans med andra på helger och kvällar.

De yngre respondenterna vilka bor i på K9 menar att ett rikare liv levs. Boendet fungerar som en accelerator i människornas vardagsliv. Ett ständigt utvecklande bland individerna sker då infallsvinklar från andra genom ständiga råd, värderingar och personliga utmaningar. För att lyckas i boendet krävs en ständig anpassning, individerna måste öka förmågan till att presentera idéer, tankar och värderingar för andra vilket medför att de växer snabbare än när de bor själva. Ett ständigt utbyte mellan de boende av tankar och idéer anser respondenterna vara viktigt.

Uppfattningar av begreppet livskvalitet

Innebörden av begreppet livskvalitet enligt respondenterna är genomgående möjligheten till utveckling samt att vissa behov är tillgodosedda. Dessa behov varierar mellan olika individer och kan, enligt dem själva bero på individens förflutna eller historia. En människas historia skapar behov beroende på omständigheter som tidigare skett i livet poängterar flera respondenter, vilket beskrivs senare i texten om hur olika behov förändras. Exempelvis föredrar vissa möjligheten till att kunna stänga dörren för att få

mycket egen tid medan andra prioriterar upplevelsen av säkerhet och trygghet på olika sätt. Vidare poängteras att det är viktigt att ett jobb är anpassat för individen fysiskt, psykiskt, intellektuellt samt är en aning spännande och att arbetskamraterna är trivsamma enligt de flesta respondenter.

Känslan av att vara en del av en gemenskap beskrivs som viktig. Detta genom att lära känna och inspireras av nya människor och upptäcka nya sidor av sig själv och andra. En person menar att dessa kontakter inte kan ersätta de närmsta sociala relationerna såsom familj, utan den närmsta sociala funktionen måste finnas vid sidan av boendet. Ett annat perspektiv som beskrivs är känslan av att de egna handlingarna är synkroniserade eller i linje med individens egna värderingar och mål i livet. Att livet upplevs som planerat vilket även anses skapa en frihet. En frihet där personen själv ökat förståelsen för hur personen fungerar på bästa sätt men även har talang för. Det poängteras att det krävs mycket arbete för att hitta denna frihet.

Uppfattningar av hur ett Community skapas

Respondenterna vilka flyttat in i ett nystartat *Community* beskrev att de personer som startade det gemensamma boendet sökte en viss profil - en profil vilken ansågs bidra med något till gemenskapen. Senare anordnades workshops och gemensamma frukostar för att tillsammans diskutera de riktlinjer som skulle finnas i boendet. I gruppen skapades värderingar och behov som man gemensamt arbetade för att bevara. Vilket respondenterna menar blev tydligt då individer flyttar ut och andra människor flyttar in. De värderingarna och riktlinjer som fanns från början förändras eftersom nya människor tillkommer med andra tankar, värderingar och idéer. Boendet är en ständig process som förändras med individerna som bor där. En respondent poängterade;

”känslan i boendet förändras då nya människor tillkommer”

Problematiskt är då de individer med specifika ansvarsområden försvinner, detta behöver inte alltid vara uttalade arbetsområden vilket gör det tydligt först då personen flyttat och ingen utför dessa uppgifter som bidrar till hushållet eller det *Community* som bildats.

Överlag menar respondenterna att det är betydligt enklare att flytta in i ett befintligt, fungerande gemensamt boende än att skapa ett nytt. Viktigt att poängtera är dess ständiga förändring genom processen som pågår beroende på vilka värderingar och behov som befintligt boende personer har. Behoven varierar mellan människor, det är

inte alltid en självklarhet att alla människor vill umgås med andra i samma mängd och detta måste beaktas i ett *Community*.

Uppfattningar av en utvecklande plats

En respondent anser att de boende genomgår en form av folkhögskola av träning i demokrati och beslutsförfattande men även att lösa problem som uppstår. Andra respondenter menar att självmedvetenheten ökar, medvetenheten vilken bild som ges till andra och hur en upplevs av andra människor. En respondent påpekar att det ibland finns en stor skillnad av hur folk tror de upplevs och hur de i verkligheten faktiskt upplevs. Skillnaden mellan ens egen verklighet och det yttre upplevda blir ofta mer i linje eller synkroniserad av att bo tillsammans. Större ärlighet gentemot den egna personligheten skapas men även till andra. Respondenterna påpekar lärdomen av andra människor omkring dem, hur inre rädslor påverkar ens handlingar. Händelser vilka kan påverka en människa att vara emot en omständighet, kan bero av personens inre rädslor. Självinsikten av detta och tillåta de andra att göra sin sak innebär att det blir mer konstruktivt. Individens självinsikt blir bättre, enligt en respondent är det både positiva och sämre sidor som blir tydliga.

En respondent jämför tiden då personen under studentperioden bodde i korridor, då kunde vänner komma och tvinga med personen på aktiviteter. Idag menar respondenten att de nuvarande boende har ett krävande liv med jobb, alltså finns det en större respekt mellan de boende.

Respondentens svar av hur det gemensamma boendet tillfredsställer olika behov mellan de boende är att det finns respekt då det finns en mogenhet och förståelse. Problematiskt är de kulturella skillnaderna, människors gränser skiljs åt i olika kulturer. Detta kan medföra övertramp gentemot en individs integritet samtidigt finns ingen vetskap av detta från motpartens sida, eftersom det är norm i den andra individens kultur. Alltså är kommunikationen och riktlinjer viktiga verktyg för att minska friktioner och öka förståelsen gentemot varandra enligt de flesta respondenter. Exempelvis är en riktlinje att alla proaktivt skall motverka konflikter genom att diskutera problem direkt då de uppstår. En annan riktlinje är att ett rum eller utrymme skall lämnas på samma sätt som det hittats eller bättre. Formulerade värdegrunder är ett annat verktyg som används för att minska problem i vardagen, de beskriver hur individerna i boendet skall behandlas. En respondent menar dock att boende antagit ett ansvar då de flyttat in, dock att detta ansvar kan utföras på en varierad ambitionsnivå. Vissa perioder då energinivån är hög kan uppgifterna utföras med ett bättre resultat, balansen förskjuts hela tiden beroende av måendet. Att leva gemensamt är en ständig process.

Uppfattningen av vilka behov en individ har och hur dessa förändras i ett gemensamt boende är varierad. Vissa respondenter påpekar att ens historia, identitet och omgivande kultur påverkar behoven. Den skandinaviska kulturen anses vara mindre närgående

gentemot andra människor. Viktiga behov är annars stöd, säkerhet men just närheten till andra människor. Dessa behov anses vara viktiga då de krävs för att människor skall kunna utmanas i livet, våga ta nya steg då det finns vänner med som stöd i processen. Vikten av att det även finns olika behov i de olika sociala funktionerna, relationer med djup anses vara viktigt. De vardagliga interaktionerna ersätter dock inte det sociala stödet som kan erhållas från familj och nära vänner.

”Huset ersätter inte den närmsta sociala funktionen utan finns parallellt vid sidan av”

Genomgående bland respondenterna är åsikten att det finns öppenhet och intresse gentemot andra människor i ett gemensamt boende.

4.2. Respondenternas tankar kring möjligheter och barriärer för öka livskvaliteten i ett co-living boende

Inledande redovisas respondenternas åsikter kring vilka barriärer och kontaktytor som finns i boendet. Dessa kontaktytor och barriärer som påverkar boendemiljön enligt respondenternas svar är främst konflikthantering, proaktivitet samt tillit & trygghet. Vidare presenteras olika verktyg som påverkar dessa barriärer och kontaktytor i boendena, vilka egenskaper som krävs som människa för att kunna bo där samt hur boende utvecklas som person i ett gemensamt boende.

Konflikthantering

Respondenterna menar att konflikter uppstår eftersom människor tycker olika. Bråken kan vara av vardaglig karaktär som inredning, färg på väggar eller missförstånd i kommunikationen. Någon menar att bråken ofta har en annan innebörd än dess kärnpunkt. Ett bråk betyder att balansen inte är fungerande och måste ändras, det är ett symptom på att det skaver på något sätt. En respondent har tydliga lösningar på problemet, exempelvis genom en soffa där de kan sitta och diskutera problemet. Ett annat boende har medlare som hjälper till vid behov då en konflikt uppstår mellan en mindre mängd personer. Förmågan till att lyssna, förstå och kommunicera problemet är därför viktigt menar ett par respondenter. Konflikter som gäller de flesta boende diskuteras vid husmöten, då ett stort antal individer deltar i olika diskussioner enligt alla

respondenter. Det finns alltid någon som tycker annorlunda vilket kan skapa en känsla av exkludering av minoriteten poängterar en respondent. Detta medför långa och krävande diskussioner. Främst är det ekonomi som diskuteras anser respondenterna, de pengar som finns tillgodo skall spenderas och det finns ofta många viljor och förslag som inte alla gynnas av vilket är frustrerande enligt vissa. Mer problematiska konflikter finns också beskriver en respondent, speciellt personliga känslor såsom kärlek eller avundsjuka, dessa känslor kan vara svåra att kontrollera. De mer problematiska konflikterna kan dessutom vara jobbiga för andra boende, då det blir synligt att en människa upplever ilska, sorg eller ångest. Det krävs mycket tålamod gentemot andra människor, oftast löses problemen men ibland inte menar en respondent.

Ambitionsnivån i boendet kan variera mellan olika individer, därför krävs ständiga diskussioner menar de flesta respondenter. Nyinflyttade i boendet beskrivs ha en högre ambitionsnivå av deltagandet. Ofta finns det en stor glädje till att vara med på alla aktiviteter men samtidigt kan en besvikelse över att alla inte vill vara med och delta finnas. Genom att under en längre tid bo där ökar förståelsen för vilken aktivitetsnivå som passar alla individer säger en respondent.

Diskussioner för att förstå och utveckla boendet bör ske ständigt. För att förändra visioner eller riktlinjer i ett väl etablerat boende krävs det dock tid vilket kan vara frustrerande men som förbättrar den rådande situationen. Medvetenheten kring att alla inte följer regler och riktlinjer av ledarskapet kan vara problematisk då det inte sker ett ifrågasättande av problematiken poängteras av respondenterna. En respondent menar att individer med ansvar i boendet måste fullfölja dessa förpliktelser samt att det finns en tydlighet kring vilka förpliktelser som innehas av olika personer. Starkt ledarskap är därför väsentligt för att skapa tydliga mål och riktlinjer för vad som är accepterat i boendet antyder en respondent.

Irritation skapas snabbt då dessa förpliktelser inte följs, speciellt då samma misstag sker flera gånger vilket anses vara respektlöst.

En respondent menar att ett åtagande redan har tagits vid inflyttning:

”detta åtagande görs med mer eller mindre ambition beroende på lustprincipen”

Boendet bygger på frivillighet, där arbetsgrupper skapas eftersom vissa individer innehar större kunskap än andra inom olika områden. Viktigt är att det finns ambition till att ha ett bra *Community*. En annan respondent menar att ambitionsnivån inte är ett problem eftersom varje enskild boende anses ha rätt till den egna ambitionsnivån och att denna inte kan kritiseras. Alltså varierar åsikterna bland respondenterna.

Proaktivitet

Ett abstrakt förhållande skapas genom närhet i boendet, då individerna kommunicerar hur olika situationer upplevs utifrån sitt perspektiv och diskuterar detta för att skapa en bättre förståelse för andra människor och sig själva. Exempelvis kan detta enligt en respondent ske genom att kommunikation sker direkt då någon upplever att köket inte är städlat, vilket motparten inte förstått menar en respondent. Kommunikationen är ett viktigt hjälpmedel menar de flesta respondenter, genom att uttrycka sina behov och gränser skapas en förståelse gentemot varandra. Denna kommunikation bör vara proaktiv, detta för att alltid kommunicera ens egna gränser och tankar gentemot andra boende.

Proaktivitet är viktigt för att utveckla den befintliga miljön och det bör ske genomgående av alla individer i boendet. Detta för att skapa självinsikt kring ens personlighet och hur den fungerar i olika grupper och kulturer. Mycket arbete krävs för att skapa en förståelse för ens svagheter och styrkor menar majoriteten av respondenterna. En respondent menar att känslan av att vara på topp, att vara bra på något är tillfredsställande men kräver ett proaktivt arbete för att förstå och hitta ens styrkor eller talanger. Behovet av att utvecklas som person och skapa en förståelse för att för vilka talanger varje individ har, kan vara bra att ha i ett boende som strävar efter att främja livskvaliteten och utvecklas.

En respondent menar att;

”Alla i boendet fungerar som en spegel av vem man är och de ser en genom sina ögon och ger feedback på vad man är bra på, varje individ fungerar både som lärare och student”

En respondent jämförde det nuvarande gemensamma boendet där 50 personer bor tillsammans med ett tidigare boende, då bodde personen endast tillsammans med tre andra. Respondenten menade att det krävs mycket mer riktlinjer och struktur i ett stort boende. Då endast en liten grupp bor tillsammans krävs inte lika mycket strukturer, endast riktlinjer för detaljer såsom städning och liknande. I ett stort co-living med 50 personer behövs mer uttalade riktlinjer och strukturer. Detta eftersom det händer mycket varje dag, saker går sönder eller förändras därför måste det finnas ett väl utvecklat system för vem som ansvarar för olika delar av byggnaden och det *Community* som bildats. Personen menar att ju fler människor som bor tillsammans, desto mer ledarskap eller *management* krävs. Många respondenter menar att det är viktigt att värderingarna genomsyrar huset och vilka de är.

Boendet kan anses vara ett utrymme eller en plats enligt en viss vision, eller kompass för hur gemenskapen skall fungera. Det kan vara ett festhus eller ett boende för personlig

utveckling men det finns en uttalad vision och riktlinjer för hur folk betar sig i boendet. Beroende på vilka som bor där finns olika regler för respekt, tillit, personlig närhet och empati. Dessa egenskaper kan värderas på olika sätt av de boende beroende på hur de vill att gemenskapen skall fungera i det befintliga gemensamma boendet. Återigen poängteras det att proaktivitet är viktigt, de boende förväntas fixa problemen själva istället för att klaga.

Tillit & trygghet

En respondent påpekar de snabba kickarna i vardagen vid mötet av andra människor. Detta genom små kontinuerliga samtal som sker. Vidare finns en större gemenskap mellan de som bor i ens närhet vilket gör att fler samtal utbyts och de hjälps åt med olika problem i vardagen, vilket medför att tilliten och tilltron ökar menar de flesta respondenter. Det poängteras att alla små delar, tillsammans blir stora.

Individerna bör stimuleras av att höra och lära om nya saker, utnyttja den erfarenhet som finns i boendet för att lösa olika problem. Att ständigt inspireras av andra drivna människor för att fortsätta utvecklas, vilket skapar en drivande stämning i boendet enligt respondenterna. För att skapa detta är tillit till andra människor viktigt, att förmedla tankar, viljor, drömmar och gränser vilket sker genom ett förtroende av att den andra parten accepterar och kan hantera situationen. Tilliten är viktig, exempel ges från respondenterna på boenden där dörrarna till de privata rummen behålls olåsta. Då det finns tillit bland de boende skapas ett förtroende.

En respondent säger att konflikter är ett annat ord för att hitta gränser, gränser mot andra människor, kulturer eller förväntningar. Konflikter kan även vara ett verktyg inom gemensamma boenden, bra konflikter kan bidra till att få alla inkluderade och bekväma men det krävs tillit för att våga gå in i dem. Alla har synpunkter som behöver diskuteras, dessa kan ses som utmaningar snarare än konflikter. Människor som har svårt för att konfrontera andra människor utmanas eftersom det krävs egna gränser i boendet. Dessutom kan dessa konflikter vara viktiga eftersom det är ett tecken på att det finns ärlighet mot varandra. Genom att vara öppen mot andra sker detta och på så sätt försöker de växa. En respondent beskriver sin utveckling genom att han blir mer nyfiken, empatisk, öppen men försöker samtidigt bli mer sårbar. En förståelse för varför andra människor gör som de gör:

”Personen kanske är sarkastisk och inte menar illa, kanske finns det en rädsla i personen vilket gör att personen betar sig illa”

Livet blir mer lätthanterligt då det finns gemenskap och tillit till andra människor. En stor omsättningshastighet av boende medför dock att tilliten inte utvecklas på samma sätt mellan de boende. För att individerna skall utveckla strategier i vardagen för att lösa olika problem krävs att andra ger feedback och råd för hur en förbättring kan göras. Utan tillit är det svårt till att våga ge och få feedback. Detta kan utvecklas med tiden genom att de boende hjälps åt med olika problem och håller reda på varandra, alltså är omsättningshastigheten av boende viktig för att bygga relationer och tillit. Exempelvis berättar en respondent om hur de som barn kunde gå till grannen då ingen var hemma efter skolan eller låna något som mjölk eller strykjärn vid behov vilket skapar tillit med tiden.

Verktyg

För att skapa ett fungerande gemensamt boende bör det enligt respondenterna finnas personliga *motiv* samt *egenskaper* och *strukturer* i boendet.

Nyinflyttade bör ha rätt *motiv* genom att vilja bidra till det *Community* som skapats, det skall vara en person vars profil passar in i den befintliga gruppen. Personen bör vilja lägga sin fritid med andra människor i boendet samt vilja hjälpa andra boende med olika problem samt att inte anta att hjälpen kommer vid problem. Att bo tillsammans med andra får inte heller vara någon lösning på den egna ensamheten utan det är ett komplement till befintliga sociala kontakter enligt respondenterna.

Personliga *motiv* som krävs i ett gemensamt boende:

- Profil som matchar befintlig grupp
- Energi skall viljas läggas på det *Community* som skapas
- Boendet är inte en lösning på problem såsom ensamhet

De *egenskaper* som krävs är främst öppenhet, proaktivitet och tillit samt förmågan av att vara nära och kunna dra gränser gentemot andra människor. Då det kan finnas olika åsikter, tankar och idéer bland människor måste det finnas en öppenhet och förståelse för andra. Proaktivitet är viktigt eftersom då konflikter eller problem uppstår är det viktigt att de löses snabbt. Tillit är viktigt för att boendet skall kunna fungera främst under konflikter då tilltro till att den andra individen vill väl och endast formulera gränser i förhållande till de egna behoven. Förmågan till att vara nära och vilja vara omkring andra människor är en viktig egenskap eftersom detta är ständigt påtagligt i det gemensamma boendet.

Egenskaper som krävs i ett gemensamt boende:

- Öppenhet & delaktighet
- Proaktivitet
- Tillit & trygghet
- Konflikthantering & gränsdragning
- Närhet & täthet

För att ett stort boende skall fungera har respondenterna poängterat att det krävs strukturer. Några viktiga strukturer är vision, riktlinjer såsom konflikthantering och ledarskap. En vision för boendet eller en stark profilering av ett autentiskt intresseområde är viktigt för att boendet ständigt skall utvecklas. De boende har ett gemensamt mål på något sätt. Riktlinjer liknande värderingar är viktigt för att ha en gemensam bild av hur boendet skall fungera i vardagen. De kan innehålla riktlinjer för hur olika problem skall hanteras såsom en effektiv konflikthantering eller hur behov av egentid signaleras bland de boende. Ledarskap är viktigt för att det skall finnas en tydlig struktur för vilka uppgifter som måste hanteras av olika individer och att det finns konsekvenshantering då dessa uppgifter inte genomförs. Det skapas en tydlighet i boendet då oklarheter skall hanteras.

Strukturer som krävs i ett gemensamt boende:

- Vision
- Riktlinjer
- Ledarskap

5. Diskussion

I detta avsnitt diskuteras och analyseras studiens empiriska resultat gentemot bakgrund och teoretiskt ramverk.

5.1. Attityder och uppfattningar kring livskvaliteten i ett gemensamt boende

Nedan presenteras respondenternas uppfattningar av ett co-living boende, begreppet livskvalitet samt hur ett Community skapas.

Uppfattningen av co-living

Respondenterna menar att ett gemensamt boende fungerar som ett minisamhälle eller *Community*. Ordet *Community* är svårdefinierat, främst eftersom det används frekvent i många olika sammanhang. I bakgrunden beskrivs olika ord såsom *collaborative*, *collective*, *communal* och *cohousing*, alla med de två första bokstäverna *co* (Vestbro, 2010). Vidare beskrivs även co-living som ”*any shared living space that improves quality-of-life for its residents*” vilket sammanfattar boende tillsammans med andra gemensamma boenden mer generellt. Boendet fungerar enligt respondenterna ofta som en levande organism, relationerna fungerar både som kollega, vän och familj som skapar energi mellan de boende i vardagen.

Skillnaden mellan co-living och cohousing är svårdefinierad. Enligt Scotthanson & Scotthanson (2004) kan *cohousing* vara ett ord vilket påminner om en urminnesgammal by. Dagens samhälle i storstäderna består främst av mindre lägenheter för ensamboende (Sundström, 2014). Alltså finns det en stor skillnad mellan de olika boendesätten, det finns en mer utvecklad social infrastruktur i gemensamma boenden där de boende delar av erfarenheter och hjälper varandra i vardagen med olika problem.

En viktig aspekt av co-living är delningsekonomin, möjligheten till att dela på olika tjänster i vardagen. Digitaliseringen har bidragit till att skapa en mer effektiv

infrastruktur för att kunna dela på produkter och tjänster. Enligt Gunnartz (2017) är det främst effektiva ekonomiska system och en mer transparent miljö som skapats. Det kan vara Spotify, Netflix och andra abonnemang vilket respondenterna menar även delas i många boenden. En respondent påpekar även att den förbättrade infrastrukturen kring betaltjänster såsom Swish skapar en trygghet kring att dela. Enkelheten till att betala samt att få betalt från andra medför att säkerheten kring att få tillbaka pengarna ökar. Delningen av andra tilläggstjänster såsom matlagning- eller städhjälp kan göras för att minska potentiella konflikter eller friktioner i boendet. Tjänster som skapar ett mervärde och får de boende att känna sig trygga i vardagen är viktiga. De resurser som finns kan delas mellan de boende, detta beskriver vissa respondenter sker genom olika hjälpfunktioner såsom appar. Tjänsterna kan anses utgöra en viktig skillnad mellan co-living och *cohousing* då ett co-living boende har en verksamhetsutvecklare ovanifrån som initierat boendet enligt respondenterna. Verksamhetsutvecklaren kan hjälpa till med tilläggstjänster som kan vara aktuella för att boendet skall fungera mer effektivt.

Uppfattningarna av begreppet livskvalitet

Uppfattningarna av begreppet livskvalitet är varierad beroende på vilken individ som frågas. Tydligt bland respondenterna är begreppets varierande innebörd, många av respondenterna påpekar att det beror på personens identitet och historia. De omständigheter en person tidigare har varit med om påverkar de framtida behoven. Den äldre gruppen av respondenter poängterar och diskuterar vikten av de grundläggande behoven såsom pengar och arbete i större utsträckning än de unga. Detta kan även vara en generationsfråga, äldre människor prioriterar tillgången till pengar, vilket knappt de yngre nämner. De äldre kan under omständigheter tidigare i livet haft ekonomiska problem och därmed värdesätter pengar på ett annat sätt. Huruvida det är en generationsskillnad mellan den betydligt äldre generationen och dagens unga kan ifrågasättas.

De yngre respondenterna, främst boende på K9, anser att begreppet livskvalitet på något sätt innefattar självförverkligande genom att individens egna värderingar, tankar och idéer utmanas. Självutveckling ger en ökad förståelse av den egna individen, hur personen fungerar i olika sammanhang. Individernas värderingar och målsättningar med livet utmanas, de letar ständigt efter att finna en balans i livet. I det gemensamma boendet finns det många inputs från andra och boendet fungerar som en reflekterande spegel av dem själva. Tillgång till kunskap inom många områden vilket medför att det dessutom finns en lätthet till att få information om specifika områden. Den egna individens värderingar och normer utmanas konstant. Detta kan liknas med den uppfattning som WHO ser av livskvalitet (SBU, 2012):

”Enligt WHO handlar livskvalitet om individens uppfattning av sin livssituation i relation till rådande kultur och normer, och i förhållande till sina egna mål, förväntningar, värderingar och intressen. Det är definitionsmässigt en personlig upplevelse som påverkas av förändringar i livssituationen och som varierar med tiden.”

Alltså kan livskvaliteten enligt WHO bero på den egna individens uppfattning av sin livssituation vilket även Antonovsky (1991) poängterar. Dock skall det finnas en balans mellan rådande kultur och normer gentemot individens egna mål, förväntningar, värderingar och intressen. Denna balans beskriver boende på K9 är något de ständigt arbetar med, det är en ständigt utvecklande process mellan de boende vilken förändras då människor flyttar ut och in. Viktigt att poängtera är att de grundläggande behoven är i hög utsträckning tillfredsställda av de boende på K9 och att de lyckats med att profilera sig inom ett visst område. De individer som bor där har liknande intresseområden och det finns en vision av att skapa en förbättrad livskvalitet.

Dock är det svårt att analysera hur livskvaliteten faktiskt förändras av det gemensamma boendet, dels eftersom människor har varierande behov i grunden. Dessutom har de boende haft en uttalad vision eller strategi på boendet K9, att de skall aktivt arbeta för en förbättrad livskvalitet. Denna vision är enligt respondenterna inte lika tydlig idag men anses fortfarande sitta i väggarna. De boende utmanar och arbetar aktivt för att hjälpa varandra till att fungera bättre i vardagen. Därför kan det anses vara problematiskt att definiera hur endast boendet påverkar välmående i ett gemensamt boende. Eftersom det finns en uttalad vision om att aktivt arbeta för en förbättrad livskvalitet bland de boende bör livskvaliteten sannolikt förändras. Boendet kan vara en faktor till att livskvaliteten förändras men andra faktorer påverkar också. Det skulle möjligen kunna finnas synergieffekter då de boende tillsammans aktivt strävar efter att skapa en utvecklande vardag. Samtidigt menar respondenter i andra boenden utan en uttalad vision eller strategi för ett förbättrat välmående att livskvaliteten ökar. En respondent boende på K9 menar att närheten till aktiviteter och andra människor bidragit till utveckling av den egna individen snarare än att öka livskvaliteten. Detta genom olika utmanande aktiviteter i vardagen som aldrig skulle hänt vid ensamboende.

Intressant är hur närheten till andra människor ökar, därav minskar avståndet till olika behov i vardagen såsom sociala kontakter. Maslows (2010) behovstrappa kan sammanfatta vad människor behöver. De grundläggande fysiska behoven såsom sömn, mat är väsentliga och respondenterna menar själva att de lagar mat tillsammans samt har stor respekt för andras vanor såsom sömn. Vidare på Maslows (2010) trappa behövs trygghet och sedan samhörighet vilket skapas i gemenskapen då de andra respekteras. Behov av uppskattning skapas då en ständig utveckling av boendet sker vilket andra menar är problematiskt då förändringarna inte alltid är uppskattade och diskussioner

kring dessa skapas. Främst är det närheten till dessa behov som skapas i boendet, det krävs inga långa resvägar till att träffa vänner utan de finns alltid i närheten då andra människor ständigt finns närvarande i vardagen. Boenden som dessutom strävar efter att vara en utvecklande plats verkar bidra till en högre självutveckling. Detta blir tydligt då det finns en vision för detta. Möjligtvis bidrar boendet till just närheten av att uppnå de behov som individen har för stunden, såsom samhörighet. Då behovet av samhörigheten tillgodoses kan vidare andra behov istället tillfredsställas såsom uppskattning. Detta är något som respondenterna själva menar, boendet fungerar som en accelerator för att utvecklas som människa, det är lättare att tillgodose stundens behov.

Uppfattningar av hur ett Community skapas

Den tidigare beskrivna processen av hur det gemensamma boendet skapas är en viktig del av boendet, speciellt i början vilket även Vestbro (2010) poängterar. Respondenterna vilka var med vid en uppstart av ett gemensamt boende beskriver hur de tillsammans under en längre tid arbetade fram olika riktlinjer och visioner för boendet. Detta kunde ske genom olika workshops eller liknande via gemensamma frukostar och middagar. Detta kan anses vara en viktig process vid uppstarten av gemensamma boenden, dels för att boendet skall fungera praktiskt men även för att de boende skall känna sig som hemma. Stor vikt bör alltså läggas vid att skapa riktlinjer som följs i boendet, dessa kan beskriva hur individerna bör hantera olika situationer vid problem. Vilket bemötande individer skall få från andra boende i vardagen. Riktlinjer skall innehålla strategier vilka förebygger konflikter och fungerar som hjälpmedel i osäkra situationer. Detta för att minimera eventuella irritationer och friktioner i boendet, vilket även Kähler (2010) beskriver som viktigt men kallar dessa för husregler.

Då de boende umgås skapas band mellan dem, vilket är viktigt eftersom tillit till andra skapas. Tryggheten till att kunna förmedla tankar och idéer mellan varandra utan att bli dömd anses vara en viktig del i gemenskapen men även för att utvecklas. Enligt respondenterna utvecklas en ömsesidig respekt dem emellan, ett exempel på hur ett boende löst problem av egen tid är att de aktivt använder hörlurar med eller utan musik för att signalera att personen vill ha egen tid och därför inte bli störd av någon, detta är en form av riktlinje. En annan aspekt är att det skall finnas tydliga ytor, platser där det finns möjlighet för egentid men samtidigt är gemensamma ytor är viktiga för att skapa gemenskap, t.ex. kök och allrum.

5.2. Möjligheter och barriärer för kontaktytor i ett gemensamt boende

Nedan presenteras olika faktorer vilka respondenterna påpekat under intervjuerna som möjliggörare och barriärer i ett gemensamt boende. De parametrar som presenteras nedan är öppenhet & delaktighet, tillit & trygghet, gränsdragning & konflikter, närhet & täthet samt proaktivitet. Sist presenteras olika synergier och acceleratorer i boendet.

Öppenhet & delaktighet

Öppenheten mot andra människor anses vara viktig bland respondenterna. Detta för att vara öppen till att försöka förstå hur andra människor fungerar och tänker i olika situationer, samt hur deras åsikter och värderingar skiljs åt genom att acceptera och tolerera dessa. Utan förmågan till att acceptera andra människors olikheter är det svårt att bo med andra. Den egna viljan och tycket kan inte alltid vara accepterat. Istället måste det finnas en förståelse för olikheterna snarare än en irritation av dessa. Förmågan till att se andra synsätt på saker och lära av de bra idéerna är viktiga. Öppenhet beskrivs i teorin, dock i en större kontext i staden, som viktig för att skapa nya innovativa och meningsfulla sammanhang (Gunnartz, 2017). Stadens innovativa utveckling beror på hur öppen staden är för nya idéer och affärsområden, vilket även anses vara viktigt i det *Community* som skapas för dess ständiga utveckling.

För att boendet skall utvecklas i en riktning som passar majoriteten av de boende är det viktigt med delaktighet från alla håll. Processen av boendets utveckling riskerar annars att anpassas till ett litet antal individer vilka har en större röst i boendet. Detta beskriver Gunnartz (2017) men även det i en större kontext av staden. Möjligheten till lika delaktighet för alla olika samhällsgrupper är väsentlig för att segregation inte skall ske. Då alla grupper i samhället inte har samma möjligheter till att delta i olika beslutsprocesser riskerar segregation att öka, då besluten istället riskerar att anpassas efter den beslutsfattande gruppen. Segregation kan ske i många olika plan och dimensioner (Gunnartz, 2017), såsom geografiska, sociala, ekonomiska, etniska, kulturella, kunskaps och funktionsmässiga dimensioner.

Frågan är hur dessa segregeringar sker inom ett gemensamt boende. Respondenterna menar att det inte finns en relation mellan alla boende, vissa har de bra relationer till medan andra pratar de knappt med. Andra menar att det måste ske en acceptans av att minoriteten inte alltid får som den vill.

Vidare finns en annan aspekt på ett boende som K9 vilket har en stark profilering inom ett visst intresseområde. Utifrån en stads perspektiv finns det en stor kunskap samlad i boendet, och det kan ske en kunskapssegregering gentemot resterande del av staden i boendet. Respondenterna beskriver att det sker ett urval då nya individer skall flytta in, de söker efter en viss profil. Detta medför att boendet kan profileras på ett visst sätt inom ett särskilt område såsom K9. Skulle en elit inom området kunna samlas där med en stor kunskap vilken segregerar dem från andra människor inom området?

Tillit & trygghet

Tillit till andra människor i boendet är väsentligt för att skapa en trygg miljö. Detta är något som skapas mellan de boende under tiden de lever tillsammans. Därför är tiden som varje enskild individ bor i det gemensamma boendet en viktig faktor till att skapa tillit och trygghet till hur de andra boende fungerar. Relationen mellan två individer kan vara bra eller brista vilket skapar problem. Därför bör inte *omsättningshastigheten* av boende inte vara alltför hög. Vid en hög omsättningshastighet skapas inte något förtroende mellan de boende. Med tiden utvecklas relationerna och en större förståelse för de andra skapas. Respondenterna menar att det ständigt krävs diskussioner i boendet för hur det bör skötas och vilket *Community* de vill ha. Detta sker genom husmöten, vars antal varierar bland de gemensamma boendena. Tydligt är dock att de gemensamma boendena med en lägre omsättningshastighet av boende har färre husmöten. Antalet husmöten varierar mellan en gång per månad till cirka var tredje månad. Alltså krävs inte lika många husmöten eftersom de riktlinjer och visioner som finns i boendet inte behöver förändras då de passar de flesta som redan bor där.

Någon respondent poängterar att dagens teknologi påverkar tryggheten i boendet genom appar såsom Swish och Splitwise. Delningsekonomin eller den cirkulära ekonomin blir enklare att applicera i vardagen då det är lätt att dela på olika utgifter. Risken för problem då pengarna inte återfås minskar vilket kan bidra till att fler aktiviteter och förändringar i boendet möjliggörs. Att skapa digitala plattformar för kommunikation mellan de boende är viktigt för att skapa en enkelhet och tydlighet i vardagen, speciellt för att kommunicera kring de gemensamma faciliteterna. Exempelvis som respondenterna på K9 använder appar som slack för att boka bastu eller bil.

Vidare beskrivs tilliten som viktig för att våga ta konflikter och dra gränser. För att våga kommunicera sina tankar och behov måste det finnas en trygghet till att personen inte dömer, utan snarare empati för den andra individen.

Gränsdragning & konflikthantering

Främst poängterar respondenterna att en konflikt innebär att balansen i boendet är felaktig och behöver justeras. Detta är en del av processen för utvecklingen av det gemensamma boendet. Konflikter beskrivs som ett sätt till att komma närmre och förstå varandra, vilket som tidigare beskrivs kräver stor tillit och empati för de andra men även att kunna ”agree to disagree”. I teorin beskriver Kähler (2010) hur mental uthållighet och mod krävs av de boende. Förmågan till att kunna dra gränser gentemot andra på ett bra och utvecklande sätt. Detta för att ens fysiska och psykiska eller emotionella gräns inte skall överstigas. Förmågan till att ha en motståndskraft mot andra diskuteras bland respondenterna eller att ha stort tålamod gentemot andra är viktigt. Vilket Kähler (2010) även skriver i teorin, eller en varm-hjärtad råhet. Förmågan till att kunna dra gränser då den egna individens gräns överstigits men på ett bra sätt gentemot den andra individen. En respondent beskriver detta som viktigt eftersom individen annars riskerar bli emotionellt utbränd. Kähler (2010) menar att ens förmåga till att uttrycka sin åsikt eller dra gränser utvecklas i ett gemensamt boende. Att lära sig förstå andra individer i boendet tar tid, förståelsen för vilka beteenden och behov människor har i vardagen varierar. Därför är återigen omsättningshastigheten viktig för att skapa ett utvecklande klimat.

Större frågor i boendet, vilka innefattar fler individer diskuteras på husmöten. Detta medför att riktlinjer och problem som finns i boendet är mer anpassat för de befintligt boende individerna. Poängen med att boendet är en ständig process som utvecklas med de individer som bor där.

Vestbro (2010) har grupperat tre olika typer av konflikter; tvister/oöverensstämmelser, ideologiska konflikter samt principer eller konflikter som förstör själen av ett gemensamt boende. Några konfliktområden kan vara hur beslutsförfattandet skall göras, ekonomiska problem, skillnader i engagemang, skillnader av kunskap, utbildning, vad som är tillåtet i de privata respektive delade ytorna bland annat. Vestbro (2010) menar att konflikter uppstår då människor umgås i grupp, de har olika värderingar och åsikter. Problematiskt är att människor är rädda för att säga vad de tycker, i rädsla för att såra den andra personen. Det poängteras även att konflikterna ibland kan bero på konflikter inom individen själv. En respondent poängterar att konfliktens innebörd kan ha en annan karaktär än dess kärnpunkt vilket stämmer överens med Vestbros (2010) tankar kring konflikten inom individen själv. Konflikten kan uttryckas genom problem vid städning men grundas egentligen i något annat.

Proaktivitet

Återkommande bland respondenterna är att det i boendet bör finnas en ständig proaktivitet. Proaktivitet för att uttrycka de irritationer som finns mellan individer eller problem i hushållet. Detta för att lösa problem snabbt innan irritationen blir för stor och en negativ spiral skapas. Proaktivitet är ingen egenskap vilken nämns direkt i teorin, det kan diskuteras om det underförstått innebär proaktivitet då Kähler (2010) menar att ens förmåga till att uttrycka sin åsikt eller dra gränser utvecklas i ett gemensamt boende. Likt det Vestbro (2010) skriver, ett undvikande av en hetsig stämning är viktig. Istället skall det proaktivt arbetas mot en öppen debatt vilken löser konflikten. Vestbro (2010) menar att många ser problem utifrån ett ”du” perspektiv istället för ”jag”, där de egna bristerna uppmärksammas. Möjligtvis skulle detta kunna ses som en viktig egenskap för att bo i ett gemensamt boende.

Konflikter mellan enskilda individer löses på andra sätt, en tydlig och proaktiv kommunikation måste ske mellan de boende menar respondenterna. Detta för att konflikterna skall lösas på ett smidigt sätt där en känsla av trygghet skapas. Denna trygghet anses vara viktig för att individerna skall våga ta konflikten genom att förlita sig på att den löses på bästa sätt. Likt det Vestbro (2010) skriver, ett undvikande av en hetsig stämning är viktig. Istället skall det proaktivt arbetas mot en öppen debatt vilken löser konflikten. K9 är ett gemensamt boende där det skett ett proaktivt arbete för att förebygga konflikter och problem i vardagen. Svårigheter till att skapa ett öppet *Community* där alla känner sig bekväma och har tillräcklig tillit till andra för att sätta gränser vid behov i andra boenden är viktig att poängtera.

I teorin beskriver Kähler (2010) några viktiga motiv för att bo i ett gemensamt boende. Hon beskriver att det krävs energi för att arbeta för sitt *Community*. Detta skulle kunna jämföras med den proaktivitet som respondenterna tidigare har beskrivit som en viktig egenskap. Detta är viktigt för att skapa en positiv spiral och en vilja bland de boende till att göra boendet bättre. En respondent poängterar att det finns olika delar i livet, ibland har individerna mer energi och kan göra mer och ibland mindre. Viktigt är dock att det sker ett givande och tagande i processen, det skall finnas en vilja till att ibland ge mer än vad som fås tillbaka av andra boende. Att aktivt vilja skapa en mer positiv stämning på ens egen bekostnad kan anses vara en viktig egenskap för att gruppen tillsammans ska få det bättre, annars riskerar irriterande energi uppstå i det *Community* som bildats. Kähler (2010) beskriver dessutom att människor som prioriterar hög personlig frihet inte bör bo tillsammans eller nära andra människor, vilket stämmer överens med respondenternas svar då de anser att människor med stora kontrollbehov inte bör bo i ett gemensamt boende.

Närhet & täthet

Nedan är begreppen närhet och täthet indelade enligt teorins nivåer av individ & husnivå, områdesnivå och stadsnivå för att skapa en förståelse utifrån olika dimensioner.

Individ & husnivå

Respondenterna poängterar till stor del att tätheten ökar, de gemensamma ytorna ökar och den privata ytan eller sfären minskar. Alltså den privata sfären minskar och närheten till andra människor ökar. Närheten till andra sociala kontakter i vardagen medför att behov såsom trygghet, sociala kontakter, uppskattning och samhörighet enkelt kan tillgodoses. Resvägar till andra människor vilka ofta upptar mycket energi i storstäderna kan skippas och istället räcker det med att gå ut i de gemensamma ytorna för att tillgodose dessa behov på individ- eller husnivå. Vidare kan Antonovskys (1991) teorier diskuteras, genom att vara en del av andra människors vardag skapa en mer meningsfull vardag. Detta genom att hjälpa andra människor och skapa en mer hanterlig vardag.

Mångfalden i ett gemensamt boende bidrar till andra synsätt på problem och tankar i vardagen. Möten med människor med olika bakgrund bidrar till en bättre förståelse för andra människor, varför de gör sina val och vart deras värderingar kommer ifrån. Detta är viktigt för att individerna skall kunna utmana de egna värderingarna. De egna värderingarna och tankarna ifrågasätts eller utvecklas efter vad den egna individen anser är rätt. Mångfalden är viktig i boendet för att utvecklas som person vilket sker exempelvis på K9 i Stockholm. Där de boende till stor del är utlandsfödda och lär ständigt av varandras bakgrunder.

Områdesnivå

I teorin finns det en mängd olika tätheter beskrivna i kapitel 3.3.2. Framst är det de sex dimensionerna, social, kulturell, ekonomisk, ekologisk, kreativ samt kunskaps- och informationstäthet. I ett minisamhälle eller *Community* såsom ett co-living boende finns dessa tätheter också, även då dessa beskriver stadsrummet i kapitel 3.3.2. Den sociala tätheten innebär att det skall finnas tillgång till arbete, offentliga mötesplatser, grannar, grönområden bland annat. Då individerna bor tillsammans ökar tillgången av grannar eller social närhet i bostaden, och då sker även mer aktiviteter eftersom någon kan planera och de andra endast följer med. Detta beskriver respondenterna också, fler oväntade aktiviteter händer då andra planerar. Dessa aktiviteter sker delvis i boendet men även på andra platser såsom i offentliga miljöer. Därav är det viktigt att boende är lokaliserat på en plats där det finns möjlighet till att utföra aktiviteter tillsammans, vilket stärker banden mellan de boende. Det kan vara aktiviteter vilka kategoriseras av kultur, information- och kunskap, parker och natur eller ett brett utbud av urban verksamhet såsom kaféer och restauranger.

Kulturell täthet eller antal urbana verksamheter innebär att invånarna har tillgång till ett rikt kulturklimat, lokaliseringen av boendet bör vara i nära anslutning till olika verksamheter som caféer, restauranger och liknande aktiviteter.

Ekologisk täthet innebär att det är enkelt att få tillgång till gröna ytor för avkoppling. I stora städer kan detta vara svårt att skapa närhet till dessa gröna ytor och dessutom gärna vatten. Då ett co-living boende delas mellan en större mängd individer finns det mer gemensamma stora ytor vilka kan byggas på ett grönt sätt. Dessutom genom att skapa möjligheter till att själva odla och skapa dessa ytor främjas aktivitet i boendet vilken kan bidra till sammanhållningen eller det *Community* som bildats.

Den informations- och kunskapsstäthet som skapas i boendet är enligt respondenterna väldigt viktig för att ständigt utvecklas. De respondenterna som anser begreppet livskvalitet på något sätt innefattar självförverkligande beskriver ofta hur individens egna värderingar, tankar och idéer utmanas. I det gemensamma boendet finns det så många inputs från andra individer och människor med kunskap inom många områden vilket medför att det finns en lätthet till att få information om specifika områden. Den egna individens värderingar och normer utmanas konstant vilket kan liknas med WHO:s uppfattning av livskvalitet.

Stadsnivå

Hur gemensamma boenden skulle kunna fungera ur ett perspektiv på stadsnivå är komplicerat. Två perspektiv diskuteras här; först hur en integration av nyanlända svenskar sedan hur boendet skulle kunna fungera som ett informations- och kunskapskluster inom ett visst område.

Respondenterna beskriver till stor del att boendet fungerar som en accelerator i vardagen. Kunskap förmedlas snabbt och effektivt mellan de boende därför skulle ett gemensamt boende kunna fungera bra till att integrera nysvenskar. Barriärer såsom språk och kultur skulle enklare passeras. Kulturella och sociala segregeringar skulle kunna minska, samt det kontaktnät som skapas i boendet skulle kunna användas.

Ett co-living boende skulle även kunna fungera som ett informations- och kunskapskluster där ett stort humankapital samlas likt K9. Viktigt är att boendet skapas efter en viss identitet där de boende kan känna stor gemenskap till exempelvis tech branschen. Detta för att bidra och tillsammans lösa problem inom området, vilket skulle kunna vara mer effektivt. De boende har till stor del olika arbetsgivare och olika lösningar på problem därför kan olika synsätt bidra till att hitta de mest effektiva lösningarna. Frågan är hur många boenden som i praktiken kan fungera, det krävs många egenskaper av en människa för att kunna bo tätt med andra. Problematiskt är att dessa så kallade kluster kan bidra till en kunskapssegregation inom en viss profilering eller identitet vilket beskrivits tidigare. Ett stort och kraftigt humankapital samlas på en

plats vilken kan vara svåråtkomlig för de människor som inte har de rätta personliga egenskaperna eller viljan till att bo på detta sätt.

Synergier & acceleratorer

För att ett gemensamt boende skall vara fungerande krävs att de boende får ut något av det. Vinsterna måste vara större än förlusterna för att vilja bo där. Det finns många anledningar till att bo tillsammans med andra. Motiven till att bo tillsammans med andra bör vara tydliga, det krävs energi i ens *Community* då en social infrastruktur bildas mellan de boende. Individerna bör på något sätt kunna identifiera sig i boendet, detta kan ske genom att det finns en viss profil eller vision som de kan identifiera sig själva med. En gemensam punkt är viktig för att skapa band mellan de boende, där de ger och tar energi. Boendet löser inga problem utan skapar bara en lättare vardag för individen. En miljö där det proaktivt förväntas att andra ska bidra till att alla skall utvecklas. I ett gemensamt boende är närheten till funktioner såsom boende, arbete och omhändertagande (*housing, care & work*) vilket kan ses i figur 5. Vardagliga sysslor kan delas med andra inte bara praktiskt utan även att de utförs tillsammans.

En effektiv konflikthantering anses vara av stor vikt, genom att inneha olika strategier för att lösa dessa på olika sätt. Detta kan ske genom en proaktiv kommunikation där problem mellan individerna hanteras direkt. Detta skapar en större förståelse för de andra och den egna individens gränser vilket enligt vissa respondenter menar gör att de kommer närmre varandra. För att skapa trygghet vid konflikthanteringen har ett boende medlare som de boende kan diskutera problemen med. Ett annat boende har en soffa där de boende kan diskutera problemet. Det krävs mycket tillit till de andra för att våga konfrontera andra vid problem. Denna tillit skapas med tiden mellan individerna och därför får inte omsättningshastigheten av boende vara för hög.

Öppenhet mot andra människors tankar, idéer och värderingar är viktigt. Det finns ofta skillnader av hur människor ser på saker ibland får en inte efter den egna viljan utan måste *"agree to disagree"* vilket är viktigt till att kunna göra. Vidare ökar tätheten i boendet och närheten till andra människor ökar. För att alla ska trivas är det viktigt med riktlinjer för hur de vill att kulturen eller det *Community* som skapats skall fungera. I boendet minskar den privata ytan eller sfären och istället ökar de gemensamma ytorna drastiskt. Mer faciliteter kan nyttjas av de boende såsom stora gemensamma ytor, uteplatser, bastu och gemensam bil. Dessa faciliteter används mer effektivt vilket bidrar positivt ur ekonomisk och miljösynpunkt också. Delningsekonomin möjliggör dessutom att dessa faciliteter kan användas smidigare och tryggare.

Frågan är om det i ett gemensamt boende krävs ledarskap för att hantera större frågor och att någon har ett övergripande ansvar för det *Community* som skapas. Enligt en

respondent krävs det mer *management* då boendet är större för att skapa strukturer. Detta är något som bör tas hänsyn till då storleken på det gemensamma boendet utformas.

Sammanfattningsvis kan det beskrivas att respondenterna lever ett mer aktivt liv tillsammans med andra. Det skapas en social infrastruktur, där de tillsammans utvecklar en större självmedvetenhet.

6. Slutsatser

Det avslutande avsnittet presenterar studiens slutsatser, författarens egna reflektioner samt förslag på vidare studier.

6.1. Hur upplevs den förändrade livskvaliteten mellan ett gemensamt boende i form av co-living jämfört med ett vanligt konventionellt boende för unga vuxna i egen lägenhet?

Den upplevda förändrade livskvaliteten i ett gemensamt boende är genomgående positiv bland respondenterna. Detta är en upplevd förändring av olika individer från tre olika boenden. Genomgående bland respondenterna är att andra människor hjälps åt för att skapa en bättre vardag. Genom att bedriva ett proaktivt arbete för att förbättra sammanhållningen eller det *Community* som finns, vilket bidrar till en förbättrad livskvalitet. Problematiskt är att begreppet livskvalitet är mångdimensionellt, olika individer, institutioner och samhället i stort har olika definitioner.

Studien visar dock att det finns en förändrad livskvalitet för de boende, denna förändring skiljs dock åt mellan respondenterna. Detta kan ha flera förklaringar, ett av boendena i studien har som vision att öka livskvaliteten vilket skulle kunna ha en stark påverkan. Eftersom individen aktivt tillsammans med andra boende jobbar för att öka sitt välmående är sannolikheten till att detta sker större. Studien visar främst att de boende ökar sin förståelse av sitt självmedvetande. Tillsammans med andra lever de en mer aktiv vardag, vilket bidrar till att de upptäcker nya saker.

Problematiskt i studien är att intervjuer främst skett med individer boende i ett fungerande gemensamt boende. Det finns ett väl utvecklat system för att hantera olika problem och konflikter i vardagen. Att utveckla ett fungerande *Community* kan vara svårt att utföra i praktiken då det krävs rätt motiv och egenskaper av de boende för att detta skall fungera. I resultatet från intervjuerna har följande motiv framkommit som anses vara av stor vikt för att skapa ett väl fungerande gemensamt boende.

Personliga *motiv* som krävs i ett gemensamt boende:

- Profil som matchar befintlig grupp
- Energi skall viljas läggas på det *Community* som skapas
- Boendet är inte en lösning på problem såsom ensamhet

Vidare har respondenterna själva fått beskriva sin uppfattning av begreppet co-living. Det finns många olika begrepp av gemensamma boenden, den främsta skillnaden vilken en respondent menade var att ett co-living boende främst är initierat av en verksamhetsutvecklare ovanifrån medan de flesta andra gemensamma boenden skapas av de boende själva.

6.2. Vilka parametrar eller egenskaper bör implementeras i ett gemensamt boende för att minska friktioner såsom konflikter och öka kontaktytorna mellan de boende?

Under studien har det framkommit en rad faktorer eller egenskaper som krävs för att på individnivå skapa ett gemensamt boende som fungerar. Dessa fem egenskaper är viktiga för att individerna ska trivas men även för att gruppen skall fungera som helhet.

Egenskaper som krävs i ett gemensamt boende:

- Öppenhet & delaktighet
- Proaktivitet
- Tillit & trygghet
- Konflikthantering & gränsdragning
- Närhet & täthet

Öppenhet & delaktighet beskrivs som viktigt eftersom nya möten med människor vilka har andra värderingar och tankesätt än en själv sker. Tillit & trygghet mot de andra boende anses vara viktigt då det ständigt är ett givande och tagande mellan de boende. Att förlita sig på att de andra vill skapa en bättre livsmiljö utan att vara rädd för att någon vill en illa är viktigt. Gränsdragning & konflikthantering är en förmåga som utvecklas i boendet, det krävs en ständig kommunikation mellan de boende för att öka förståelsen för de andra individerna men även den egna individen. Proaktivitet påpekas som viktigt av många eftersom problem eller konflikter bör lösas snabbt då irritation uppstår. Annars riskerar energin bli negativ, en riktlinje för att behålla positiv energi i

boendet kan vara att ett *space* skall lämnas bättre än hur det såg ut innan. En stor skillnad mellan ett vanligt konventionellt boende är att närheten & tätheten ökar, den privata sfären eller ytan minskar men närheten främst till andra människor ökar. Närheten till olika behov och faciliteter i vardagen ökar dessutom. Viktigt att poängtera är att omsättningshastigheten påverkar dessa egenskaper. För att de boende skall känna tillit gentemot varandra krävs tid till att skapa relationer, annars blir det svårare att skapa förståelsen och tillit mellan individerna. Tiden medför att de boende lär känna varandra och skapar en förståelse för varandras gränser.

Verktyg eller strukturer som används i befintliga gemensamma boenden är främst riktlinjer som bestäms gemensamt av de boende. Riktlinjer verkar för hur klimatet i boendet skall fungera, vad som är accepterande beteenden och inte. En annan riktlinje är hur konflikter skall hanteras. Dessa riktlinjer är ständigt utvecklande beroende på vilka som bor där och hur de föredrar att forma sitt *Community*.

Strukturer som krävs i ett gemensamt boende:

- Vision
- Riktlinjer
- Ledarskap

En vision i boendet vilken alla som bor där kan relatera till är viktigt för utveckling. Det finns en gemensam grundtanke och på så sätt för det de boende samman. Ledarskap är viktigt i större boenden, ju större boende desto mer ledarskap krävs. Detta för att strukturera upp de åtaganden som finns i boendet.

Den största skillnaden för de unga vuxna som bor i ett gemensamt boende är att de kan ta del av varandras erfarenheter och lära mer om sig själva på ett snabbare sätt. Boendet fungerar som en accelerator i vardagen. Kunskapsstätheten i boendet är hög vilket gör att problem kan lösas snabbare och effektivare med hjälp av andra.

6.3. Författarens avslutande reflektion

Ämnesområdet diskuterades hösten 2018 innan arbetet påbörjades vilket grundas i egna intressen och tankar kring varför bostäder är formade på de sätt som de är. Problematiken på dagens bostadsmarknad är komplex, många unga vuxna har problem med det första steget in på marknaden. För att skapa billigare, mer miljövänliga bostäder där unga kan bo krävs nya sätt att bo. Gemensamma boenden kan förenkla steget in på

bostadsmarknaden men genom boendet kan även nya kontakter skapas. Dessa kontakter kan vara värdefulla till att skapa nya innovativa idéer.

Dagens bostäder byggs utifrån antaganden kring att de flesta människor vill bo på detta sätt i Sverige. Frågan är om människor vill, eller ens reflekterar över tanken på att faktiskt bo på ett annat sätt. Under mina intervjuer har jag pratat med en del personer med utländsk härkomst vilka beskriver det svenska samhället som ensamt. De kommer från andra kulturer än vår och föredrar till stor del att leva nära andra människor, möjligen eftersom de har vana till detta men även att det blir en mer aktiv levnadsmiljö. Möjligtvis finns en stor bostadsbarriär, speciellt för de som kommer från en kultur där människor alltid lever gemensamt. Skulle ett ensamboende kunna medföra en känsla av otrygghet för dem? Genom att integrera svenskar tillsammans med nyanlända i ett gemensamt boende tror jag det är enklare att komma in i det svenska samhället. Som beskrivits tidigare fungerar boendet som en accelerator. Denna accelerator skulle kunna fungera på många olika plan eller dimensioner, såsom kulturella skillnader, svenska språket och möjligheter till jobb genom ett starkare socialt kontaktnät eller bara genom tryggheten av att ha människor omkring sig för de som har behovet.

Intressant och inspirerande var besöket på K9 i Stockholm, att i verkligheten se ett väl fungerande gemensamt boende var givande.

6.4. Förslag på vidare studier

K9 i Stockholm visar på att ett gemensamt boende fungerar socialt i praktiken. Vad jag förstått finns det problem med att skapa en fungerande affärsmodell, därför skulle ett förslag på vidare studier kunna riktas mot den ekonomiska aspekten. En annan aspekt som diskuteras idag är hur ett co-living-boende eller *Community* skulle kunna fungera som en inkubator inom ett visst område. Genom att samla ett stort humankapital i samma boende kan olika problem lösas gemensamt, vilket anses vara mer effektivt. Detta kan likna coworking-konceptet, men skillnaden är att individerna bor tillsammans och skapar en starkare relation.

Ett annat förslag på vidare studier är hur ett gemensamt boende likt co-living skulle kunna fungera i det svenska samhället för att integrera flyktingar. Som tidigare sagt fungerar boendet som en accelerator, kunskap förmedlas snabbare. Skulle detta möjligtvis kunna hjälpa nysvenskar till att komma in i samhället snabbare?

7.Referenser

Antonovsky, Aron, 1991. *Hälsans mysterium*. Stockholm: Bokförlaget Natur & Kultur Akademisk.

Alvesson, Mats (2011). *Intervjuer: genomförande, tolkning och reflexivitet*. 1. uppl. Malmö: Liber

Cars, Göran, 2018. *Urbaniserad värld - Nya steg mot hållbara städer* (s. 12-17). Stockholm: Ansvarig utgivare: Global utmanings vetenskapliga råd för Hållbara städer.

Collab, *Collab concepts*, Tillgänglig elektroniskt: <http://www.collabconcepts.se/co-living> [hämtad 2019-03-01]

Claesson, Staffan, 2016. *Värdeskapande stadsutveckling – Värdering av stadskvaliteter för bostäder, kontor och handel i Göteborgsregionen*. Göteborg: Konsultgrupp: Spacescape.

Egerö, Bertil, 2010. *Introduction: Cohousing – Issues an challenges*. I Vestbro (Vestbro) (2010) *Living together – Cohousing ideas and realities around the world*. (s. 11-20) Stockholm: Akademisk avhandling: Kungliga Tekniska Högskolan (KTH)

Egerö, Bertil, 2010. *Social change and housing demands – What future?*. I Vestbro (Vestbro) (2010) *Living together – Cohousing ideas and realities around the world*. (s. 79-86) Stockholm: Akademisk avhandling: Kungliga Tekniska Högskolan (KTH)

Eneroth, Bo, 1991. *Kvalitativa Metoder för samhälls- och beteendevetare* (s. 40-42). Lund: Bokförlaget: Studentlitteratur.

Erikson & Blanck, Robert & Anton, 2015. *Får vi det bättre? – Om mått på livskvalitet*. Stockholm: Bokförlaget Fritzes Offentliga Publikationer.

Florida, Richard, 2002. *Den kreativa klassens framväxt*. Göteborg: Bokförlaget Daidalos.

Gunnartz, Kristoffer, 2017. *Den urbana utvecklingens drivkrafter och konsekvenser, IVA-projektet Framtidens goda stad*. Stockholm: Utgivare Kungl. Ingenjörsvetenskapsakademien (IVA).

Hansson, Bengt, Olander, Stefan, Evertsson, Helena, 2007. ”Begrepp i bygg- och fastighetssektorn”. Lund: Avdelningen för Byggproduktion Lunds tekniska Högskola, Lunds Universitet.

Häger, Björn, 2001. ”Intervjuteknik”. Stockholm: Bokförlaget Liber.

Jensen, Morgens Kjær, 1995. ”Kvalitativa metoder – för samhälls och beteendevetare”. Lund: Bokförlaget Studentlitteratur.

Kollektivhuset Färdknäppen, 2019. Tillgänglig elektroniskt: <http://fardknappen.se/>
[hämtad 2019-07-09]

KTH 1. “*Ekologisk hållbarhet*”. Tillgänglig elektroniskt: <https://www.kth.se/om/miljo-hallbar-utveckling/utbildning-miljo-hallbar-utveckling/verktygslada/sustainable-development/social-hallbarhet-1.373774>. [hämtad 2019-01-28 senast ändrad 2018-10-15]

KTH 2. “*Social hållbarhet*”. Tillgänglig elektroniskt: <http://www.trenton.education/personal/polarg.html>. 18 augusti 1996. [hämtad 2019-01-28 senast ändrad 2018-10-15]

KTH 3. “*Ekonomisk hållbarhet*”. Tillgänglig elektroniskt: <https://www.kth.se/om/miljo-hallbar-utveckling/utbildning-miljo-hallbar-utveckling/verktygslada/sustainable-development/ekonomisk-hallbarhet-1.431976>. [hämtad 2019-01-28 senast ändrad 2018-10-15]

KTH 4. “*Hållbar utveckling*”. Tillgänglig elektroniskt <https://www.kth.se/om/miljo-hallbar-utveckling/utbildning-miljo-hallbar-utveckling/verktygslada/sustainable-development/hallbar-utveckling-1.350579>. [hämtad 2019-06-09 senast ändrad 2019-03-07]

Küller, Rikard, 1991. ”Environmental assessment from a neuropsychological perspective” New York: Bokförlaget: Oxford University press.

Kähler, Margrethe, 2010. *Collective housing and well-being*. I Vestbro (Vestbro) (2010) *Living together – Cohousing ideas and realities around the world*. (s. 93-104) Stockholm: Akademisk avhandling: Kungliga Tekniska Högskolan (KTH).

Medium. "What is Co-living?". Tillgänglig elektroniskt: <https://www.kth.se/om/miljo-hallbar-utveckling/utbildning-miljo-hallbar-utveckling/verktygslada/sustainable-development/ekologisk-hallbarhet-1.432074>.

Mehan & Soflaei, Asma & Farzaneh, 2017. *Social sustainability in urban context: Concepts, definitions an principles*. Lisabon: Ansvarig utgivare: CRC Press by Taylor and Francis Group.

NE 1. "Nationalencyklopedin, Brundtlandrapporten". Tillgänglig elektroniskt: <https://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/l%C3%A5ng/brundtlandrapporten> [hämtad 2019-03-05]

NE 2. "Nationalencyklopedin, urbanisering". Tillgänglig elektroniskt: <https://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/enkel/urbanisering>. [hämtad: 2019-03-05]

Patton, Michael Quinn, 1987. "How to use qualitative methods in evaluation". Los Angeles: Bokförlaget: Sage Publications.

Persson, Christoffer., 2017. "Co-living kan ha många positiva effekter". Tillgänglig elektroniskt: <https://svenskanomader.se/digital-nomad/co-living-kan-ha-manga-positiva-effekter/> 8 maj 2017.

Sangregorio, Inga-Lisa, 2010. *Collective housing and well-being*. I Vestbro (Vestbro) (2010) *Collaborative housing – from a woman's perspective*. (s. 114-123) Stockholm: Akademisk avhandling: Kungliga Tekniska Högskolan (KTH).

SBU - Statens beredning för medicinsk och social utvärdering. "Viktigt men svårt mäta livskvalitet". Tillgänglig elektroniskt: <https://www.sbu.se/sv/publikationer/vetenskap-och-praxis/viktigt-men-svart-mata-livskvalitet/>. Ansvarig utgivare: Susanna Axelsson [hämtad 2019-01-28 senast ändrad 2012-04-12]

SCB, 2019. "Befolkningstäthet I Sverige". Tillgänglig elektroniskt: <https://www.scb.se/hitta-statistik/sverige-i-siffror/manniskorna-i-sverige/befolkningstathet-i-sverige/> [hämtad 2019-07-09 senast ändrad 2019-03-07]

Schuetze, Christopher F., 2019. "In Stockholm, a turn to sharing homes". Tillgänglig elektroniskt: https://www.nytimes.com/2019/04/16/realestate/stockholm-home-sharing-rent-k9-hotel.html?fbclid=IwAR2VHCXwh_IhlzpEgXQONKYfktu8RRkm4uc3nGofESdE5k_6YUHalcNyO9M. 16 april 2019.

Scotthanson & Scotthanson, Chris & Kelly, 2004. *The Cohousing handbook – building a place for community*. Gabriola Island, Canada: Bokförlaget: New society publishers

Sofielunds Kollektivhus, 2019. Tillgänglig elektroniskt: <http://www.sofielundskollektivhus.se/> [Hämtad 2019-07-09].

Starrin, Bengt & Renck, Barbro. *Den kvalitativa intervjun*. I Svensson, Per-Gunnar & Starrin, Bengt (red.) (1996). *Kvalitativa studier i teori och praktik*. (s. 52-78) Lund: Studentlitteratur.

Stockholm Resilience Center, 2016. "How food connects all the SDGs". Tillgänglig elektroniskt: <https://www.stockholmresilience.org/research/research-news/2016-06-14-how-food-connects-all-the-sdgs.html>
Ansvarig utgivare: Stockholm University [Hämtad 2019-03-29].

Syssner, Josefina, 2018. *Urbaniserad värld - Nya steg mot hållbara städer* (s. 18-24). Stockholm: Ansvarig utgivare: Global utmanings vetenskapliga råd för Hållbara städer.

Sundström, Gerdt, 2014. "Så bor och lever Sverige". Jönköping: Hälsohögskolan.

Tummers, Lidewij, 2016. "The re-emergence of self-managed co-housing in Europe: A critical review of co-housing research". Delft, Netherlands: Urban studies Journal Limited.

UNDP i Sverige, 2015. "Globala målen". Tillgänglig elektroniskt: <https://www.globalamalen.se/om-globala-malen/> [hämtad 2019-03-05]

Vestbro, Dick Urban, 2012. *Saving by sharing – Collective housing for sustainable lifestyles in the swedish context*. Stockholm: Ansvarig utgivare: Kungliga Tekniska Högskolan (KTH)

Vestbro, Dick Urban, 2010. *Living together – Cohousing ideas and realities around the world*. Stockholm: Akademisk avhandling: Kungliga Tekniska Högskolan (KTH)

Westlund & Sjöberg, Peter & Arne, 2010. *Antonovsky inte Maslow: för en salutogen omsorg och vård*. Solna: Bokförlaget Fortbildningen AB.

Bilaga 1 – Intervjuguide

- **Boende**

- Berätta om dig själv, ålder, fritidsintressen, arbete?
- Beskriv ditt boende, hur bor du idag?

Allmänt Co-living

- Hur definierar du co-living?
- Vad är den stora skillnaden mellan vanligt konventionellt boende och co-living?
- Hur förklarar du skillnaden mellan trångboddhet och co-living?

Allmänt - Livskvalitet

- Vad innebär begreppet livskvalitet för dig?
- Vilka basala behov tror du alla människor behöver i grunden?
- Vilka basala behov anser du måste vara uppnådda för att skapa en stimulerande och kreativ miljö? (Såsom sociala interaktioner, uppskattning och självförverkligande)
- Hur kan ett gemensamt boende tillfredsställa dessa behov?

Individen

- Vilka egenskaper krävs av en individ för att kunna bo i ett gemensamt boende?
- Hur tror du boendet påverkat de boendes eget medvetande över sitt beteende och vanor?
- Upplever du att boendes egen självkänedom blivit bättre?
- Hur skapas en balans mellan integritet och andra boendes behov?
- Hur påverkar ett öppet sinne för andra människor för att utvecklas som person?
- Vilka fysiska parametrar är viktigast för er att kunna erbjuda de boende, för att utvecklas som individer och i grupp?
- Hur tror du livskvaliteten påverkas?

Gruppen – konflikthantering

- Hur skulle du beskriva det Community som skapas?
- Vilken typ av konflikter uppstår i boendet?
- Hur möter ni de varierande behoven från olika individer, såsom egentid och social interaktion?
- Vilka metoder används för att motverka eller lösa konflikter?
- Finns det risk till att konflikter kopplat till olika ambitioner av deltagarnivån i boendet uppstår?
- Hur påverkar sammansättningen av olika typer av människor konflikterna?
- Hur tror du att förmågan till konflikthantering påverkar individer som bor i ett co-living boende?
- Från din erfarenhet, hur tror du att individer ökar sin förmåga till att lösa framtida konflikter då de i boendet har lärt sig använda strategier för att lösa problem som uppstår i vardagen i ett gemensamt boende?
- Från din erfarenhet, hur tror du att individer som bott i ett co-living boende har en bättre förståelse av andra människor i vardagen?
- Hur tror du att dagens teknologi kan användas för att lösa eventuella konflikter i bostaden?