



MEDICINSKA  
FAKULTETEN

Institutionen för hälsovetenskaper  
Arbetsterapeutprogrammet

# Upplevd meningsfullhet och välbefinnande hos ensamboende pensionärer över 65 år genom aktiviteter med sin hund

- en kvalitativ intervjustudie

Författare: Johanna Wernerheim Sobhie och Linda Grundén

Handledare: Lisbeth Nilsson  
Examniator: Christel Leufstadius

Kandidatuppsats, Intervjustudie

Hösten 2022

Lunds universitet  
Medicinska fakulteten  
Programnämnden för rehabilitering  
Box 157, 221 00 LUND

# Upplevd meningsfullhet och välbefinnande hos ensamboende pensionärer över 65 år genom aktiviteter med sin hund

- en kvalitativ intervjustudie

Författare: Johanna Wernerheim Sobhie och Linda Grundén  
Handledare: Lisbeth Nilsson  
Examensarbete på kandidatnivå, Intervjustudie  
Hösten 2022

## Abstrakt

**Bakgrund:** Övergången från arbetsliv till pensionärsliv kan påverka välbefinnandet genom att förändra aktiviteter och roller. Det är viktigt att göra meningsfulla aktiviteter för att bibehålla hälsan. Begreppet aktivitet kan definieras genom *doing*, *being*, *becoming* och *belonging*, och mening och välbefinnande relateras till upplevelser av att göra aktiviteter med egen hund.

**Syfte:** Att undersöka hur aktiviteter med egen hund påverkar den subjektiva upplevelsen av meningsfullhet och välbefinnande hos ensamboende pensionärer som är 65 år eller äldre.

**Metod:** Kvalitativ tvärsnittsstudie med induktiv ansats och manifest innehållsanalys av semistrukturerade intervjuer. Respondenter rekryterades via Facebook, vilket resulterade i nio intervjuer. Intervjuerna transkriberades och i analysen framträdde kategorier baserade på det manifesta innehållet

**Resultat:** Aktiviteter med egen hund gav livet mening genom ändrade aktivitetsmönster, roll med ansvar, struktur och ökat psykiskt och fysiskt välbefinnande. Ökat socialt umgänge och olika aktiviteter med hunden påverkade respondenternas upplevda meningsfullhet och välbefinnande.

**Slutsats:** Hunden tillför aktiviteter som ger upplevelser av meningsfullhet och *belonging*. Rollen som ägare ger *becoming* och *doing* som skapas runt hundens behov, samtidigt som relationen bidrar till *being* och välbefinnande. Resultatet har betydelse för arbetsterapi och aktivitetsvetenskap genom en djupare insikt om hundens betydelse för ägarens vardag. Resultatet visar på behov av vidare forskning.

## Nyckelord:

Aktivitetsmönster, äldre, husdjur, roll, välmående, sociala relationer, arbetsterapi, aktivitetsvetenskap

# Perceived meaningfulness and well-being in pensioners over 65, living alone, through activities with their dog - a qualitative interview study

Author: Johanna Wernerheim Sobhie and Linda Grundén

Supervisor: Lisbeth Nilsson

Bachelor thesis, Interview study

Fall 2022

## Abstract

**Background:** Transition from work to retirement can affect well-being through changed activities and roles. Meaningful activities are important to maintain health. Activities could be defined by *doing*, *being*, *becoming* and *belonging*, and meaning and well-being are related to doing activities with their dog.

**Aim:** Investigate how activities with one's own dog affect the subjective experience of meaning and well-being in seniors who are 65 years of age or older living alone.

**Method:** Qualitative cross-sectional study with inductive approach and manifest content analysis of semistructured interviews. Respondents were recruited via Facebook, resulting in nine interviews. Interviews were transcribed and categories emerged in the analysis based on the manifest content.

**Result:** Activities with their dog gave life meaning through changed activity-patterns, role with responsibility, structure and increased mental and physical well-being. Increased social contact and various activities with the dog affected the perceived meaningfulness and well-being.

**Conclusion:** Activities with the dog added meaning and *belonging*. New roles through *becoming* and *doing* were shaped around the dog's needs, the relationship contributed to *being* and well-being. Results are significant for occupational therapy and occupational science through deeper understanding of the dog's importance for the owner's everyday life. The result provides incentives for further research.

## Keywords

Occupational patterns, elderly, pets, wellness, social interactions, occupational therapy, occupational science

Lund University  
Faculty of Medicine  
Program Committee for Rehabilitation  
Box 157, S-221 00 LUND

## Tack

Vi vill tacka vår handledare Lisbeth Nilsson för förståelse och engagemang under arbetets gång. Genom diskussioner har en djupare förståelse infunnit sig och ett intresse för vidare forskning bildats. Vi vill även tacka de som ställde upp som respondenter i vår studie samt våra familjer och vänner som stöttat oss under vår process.

Johanna Wernerheim Sobhie

Linda Grundén

## Innehållsförteckning

Innehållsförteckning .....	1
<b>Upplevd meningsfullhet och välbefinnande hos ensamboende pensionärer över 65 år genom aktiviteter med sin hund.....</b>	<b>3</b>
<b>Bakgrund.....</b>	<b>3</b>
<b>Aktivitet.....</b>	<b>3</b>
<b>Mening genom aktivitet .....</b>	<b>5</b>
<b>Hundens inverkan på ägarens välbefinnande .....</b>	<b>6</b>
<b>Motivation för studien .....</b>	<b>7</b>
<b>Syfte .....</b>	<b>7</b>
<b>Metod.....</b>	<b>7</b>
<b>Design .....</b>	<b>7</b>
<b>Urval och rekrytering av respondenter.....</b>	<b>8</b>
<b>Datainsamling .....</b>	<b>9</b>
<b>Dataanalys.....</b>	<b>10</b>
<b>Forskningsetiska överväganden.....</b>	<b>11</b>
<b>Resultat.....</b>	<b>11</b>
<b>Hunden ger meningsfullhet genom aktivitet, roller och ökat välbefinnande .....</b>	<b>12</b>
<i>Anpassning av ägarens aktivitetsmönster .....</i>	<i>13</i>
<b>Hundens inverkan på sociala relationer.....</b>	<b>14</b>
<i>Rollen som hundägare .....</i>	<i>15</i>
<b>Ansvar för hunden och dess välbefinnande .....</b>	<b>15</b>
<i>Upplevelse av välbefinnande.....</i>	<i>16</i>
<b>Psykiskt välbefinnande .....</b>	<b>16</b>
<b>Fysiskt välbefinnande .....</b>	<b>17</b>
<b>Diskussion .....</b>	<b>17</b>
<b>Resultatdiskussion.....</b>	<b>17</b>
<i>Hunden ger meningsfullhet .....</i>	<i>18</i>
<i>Anpassning av ägarens aktivitetsmönster .....</i>	<i>19</i>
<i>Rollen som hundägare .....</i>	<i>20</i>
<i>Upplevelsen av välbefinnande .....</i>	<i>20</i>
<b>Metoddiskussion .....</b>	<b>22</b>

<b>Implikationer för aktivitetsvetenskap och arbetsterapi</b> .....	23
<b>Slutsats</b> .....	24
<b>Referenser</b> .....	26
Bilaga 1(6) <b>Förfrågningsunderlag</b> .....	30
Bilaga 2(6) <b>Facebookgrupper och översikt av dess medlemsantal</b> .....	31
Bilaga 3(6) <b>Öppna frågor: semistrukturerad intervju</b> .....	32
Bilaga 4(6) <b>Informationsbrev</b> .....	33
Bilaga 5(6) <b>Samtyckesblankett</b> .....	34
Bilaga 6(6) <b>Tabell 2 <i>Analysmall</i></b> .....	35

## **Upplevd meningsfullhet och välbefinnande hos ensamboende pensionärer över 65 år genom aktiviteter med sin hund**

Enligt Pensionsmyndigheten finns det i Sverige 2 073 671 pensionärer över 65 år (personlig kommunikation, 23 september 2022). Av dessa bor ca 900 000 ensamma, vilket motsvarar 35% av pensionärerna (Statistikmyndigheten (SCB), 2022a). Då det enligt Jordbruksverket finns 160 000 hundar som är registrerade av personer i åldern 65 och äldre (personlig kommunikation, 13 september 2022), kan man anta att omkring 56 000 (35%) av de hundarna tillhör ensamboende i åldersgruppen 65 år och äldre.

I Sverige upplever ca 20% av personer över 65 år psykisk ohälsa och bland äldre som har någon form av fysisk sjukdom är det uppemot 45% (Lichtenberg, 1998; Socialstyrelsen, 2019). Psykisk ohälsa hos äldre kan enligt Folkhälsomyndigheten (2021) bero på bristen på meningsfulla aktiviteter, social gemenskap och fysisk aktivitet. Äldre som bor ensamma är särskilt påverkade då de tenderar att fokusera mer på negativa händelser jämfört med positiva (Hazer & Boylu, 2010). Corrêa et al. (2021) genomförde en studie där det visade sig att aktiviteter med hundar kan ha en positiv inverkan på individer genom bland annat minskade negativa känslor, minskad depression samt ökad känsla av mening. Därför ville vi med en intervjustudie undersöka hur aktiviteter med hund påverkar den subjektiva upplevelsen av meningsfullhet och välbefinnande hos ensamboende pensionärer som är 65 år och äldre.

### **Bakgrund**

En pensionär är en person som erhåller pensionsersättning i någon form och av åldersskäl har lämnat sitt arbete (Svenska Akademiens Ordböcker, 2022). Övergång från arbetsliv till pensionärliv förändrar roller och aktivitetsmönster i vardagen. Förändringarna kan påverka individens upplevelse av aktivitetens värde och balansen i vardagen, vilket är en förutsättning för att uppnå hälsa (Erlandsson & Persson, 2020; Hovbrandt, 2018; Larsson & Rundgren, 2003; Wook Lee & Kielhofner, 2020). I den äldre åldersgruppen är uttaget av antidepressiva och lugnande läkemedel som högst i Sverige (Folkhälsomyndigheten, 2021). Corrêa et al. (2021) konstaterade att lekfulla aktiviteter med hund eller närvaro av hund bidrog till välbefinnande och minskad depression, ångest, upplevd ensamhet och humörförändringar hos äldre.

### **Aktivitet**

Aktivitet är ett begrepp som omfattar allt en person gör som sysselsättning (Hammell, 2004). Wilcock (1999) menar att aktivitet och görande kan beskrivas genom dimensionerna *doing*,

*being* och *becoming*. Begreppen utökades med *belonging* av Rebeiro (2001) och Hammell (2004) utvecklade betydelsen för upplevelse av mening och välbefinnande för samtliga begrepp. Hitch et al. (2014) beskriver *doing* som den synliga delen av ett aktivitetsutförande. Ett exempel på *doing* är görandet i aktiviteter med sin hund. Wilcock och Hocking (2015) menar att aktiviteter har en avgörande skillnad för upplevd hälsa och är en väsentlig del av människans natur. Genom *doing* upplever utföraren *being* vilket utgör varandet i aktivitet och Wilcock (1999) menar att det kan beskriva en persons roll i en aktivitet eller i ett intresse. Det kan även innefatta rollen som ägare av en hund. Wilcock och Hocking (2015) menar att *doing* och *being* tillsammans kan ge en känsla av *becoming*, denna innefattar personens förmåga att utvecklas och växa, att bli något mer än tidigare (Wilcock & Hocking, 2015). Detta kan likställas med att ta rollen som ägare till en hund, eller att finna en ny roll som pensionär. *Belonging* beskrivs av Wilcock och Hocking (2015) som tillhörighet till en plats eller en person. En känsla av att höra hemma. *Belonging* kan även överlappa känslan av meningsfullhet eller att något är ödesbestämt. Ofta uppkommer *belonging* då aktiviteter utförs tillsammans med någon eller några andra (Wilcock & Hocking, 2015). Det kan även uppkomma i aktiviteter med sin hund. *Belonging* beskrivs av Wilcock och Hocking (2015) som en process i ständig förändring som sammanbinder personer och upplöser kontakter. Genom aktiviteter med andra skapas band och skyldigheter samt delade intressen och närhet. *Belonging* genom *doing* uppstår i relationer med familjär känsla, trygghet, tillhörande, tillgivenhet och anknytning. Olika personer kan känna *belonging* på olika sätt och på olika platser och under olika tider. Aktivitet är ett fundamentalt behov för alla människor. Om *Doing*, *being* och *belonging* inte uppfylls kan det skapa ett negativ *becoming*. Samspelet mellan dessa dimensioner av aktivitet är avgörande för hälsa och välbefinnande (Wilcock & Hocking, 2015).

Ur ett aktivitetsperspektiv är övergången från arbete till pension en av de största förändringarna i livet menar Jonsson (2014). En positiv åldringsprocess kan säkerhetsställas genom aktiviteter som ger tillräckligt meningsfulla fysiska, mentala och sociala möjligheter som möter individens unika behov (Jonsson, 2014; Wook Lee & Kielhofner, 2020). Flera studier visar att ägande och utförande av aktiviteter tillsammans med hundar påverkar individens förmåga att skapa rutiner i vardagen, ger meningsfullhet och en ny roll att identifiera sig med (Corrêa, 2021; Hughes et al., 2020; Kramer et al., 2019; Poestges et al., 2016). Rollen som pensionär och ägare till en hund kan beskrivas av Wook Lee och Kielhofner (2020) som menar att en roll axlas då individen identifierar sig med samhällets förväntning av rollen. Övergången från arbetsliv till pensionär innefattar en stor förändring av aktivitetsmönster och



förlust av en viktig roll som fyllt en stor del av vardagen. Wook Lee och Kielhofner (2020) menar att förlusten av en roll kan leda till minskad struktur och avsaknad av rutiner i vardagen. Rollen behöver därför ersättas med likvärdiga meningsfulla roller som fyller individens behov och värde. Høgseth (2005) samt Wook Lee och Kielhofner (2020) menar att genom att ersätta förlorade roller ges en positiv inverkan på självbilden, självkänslan och det psykosociala välbefinnandet.

### **Mening genom aktivitet**

Samtliga aktiviteter en person utför tillför en form av mening för utföraren. Hammell (2004) relaterade upplevelse av mening till de fyra dimensionerna av aktivitet och görande: *doing*, *being*, *belonging* och *becoming*. I *doing* menar Hammell (2004) att meningsfullheten upplevs genom aktiviteter som sysselsätter och ger en anledning att vakna på morgonen samt genom målinriktade aktiviteter. Meningsfullheten i *being* finns i att stanna upp och reflektera, njuta av miljön och hitta sig själv. Meningsfullheten finns även i att spendera tid med människor man har ett speciellt band till. Känslan av ett värde hos andra, sociala interaktioner, vänskap och inkludering kan ge meningsfullhet genom *belonging*. Dimensionen *becoming* beskrivs som en persons önskan och utkomst av livet, hur det framtida livet kommer se ut och hur det kan upplevas och innefatta mening (Hammell, 2004).

Mening kan beskrivas som personens inre kärna och innefattar tankar och känslor (Wilcock & Hocking, 2015). Ikiugu och Pollard (2015) menar att mening är subjektivt och det finns ingen gemensam definition. Den påverkas av individ, plats, medverkande och tidpunkt och influeras av engagemanget som individen tilldelar uppgiften eller aktiviteten. Den kan även finnas i roller och relationer samt i det värde individen tilldelar tidigare erfarenheter och upplevelser (Ikiugu & Pollard, 2015). Den finns troligen även i aktivitet med sin hund och i rollen som ägare till hunden.

Graden av engagemang och syfte, mängden av kontroll i aktivitetsutförandet samt den mening aktiviteten ger utföraren beskrivs av Wilcock och Hocking (2015) ligga till grund för personens självvärde, livskvalité och välbefinnande. Välbefinnande är individuellt och dynamiskt då förutsättningarna och miljön förändras konstant. Begreppet kan indelas i; psykiskt, socialt och fysiskt välbefinnande och dessa tre delar är ömsesidigt beroende av varandra. Det psykiska välbefinnandet innefattar personens förmåga att hantera motgångar och kapaciteten att leva sitt liv fullt ut (Wilcock & Hocking, 2015). World Health Organization

(2022) beskriver det psykiska välmåendet som individens förmåga att hantera stress, förstå sin potential, bidra till samhället samt arbeta efter egen förmåga. Det är mer än avsaknad av psykisk sjukdom och är komplext. Psykiskt välbefinnande varierar från person till person, dessutom visar det sig olika i sociala och kliniska sammanhang (World Health Organization, 2022). Det sociala välbefinnandet menar Wilcock & Hocking (2015) består av socialt kapital, socialt nätverk och social support. Det fysiska välbefinnandet är relaterat till kroppslig hälsa och om det finns sjukdomar eller om kroppen fungerar optimalt. Det innefattar även känslan eller tillståndet av tillfredsställelse som uppstår under och efter en aktivitet (Wilcock & Hocking, 2015).

Meningsfulla aktiviteter ligger till grund för känslan av syfte och mening i livet. En meningsfull aktivitet kan göra en hel dag meningsfull och att finna dessa aktiviteter kan ge hela livet en mening (Hammell, 2004). Jonsson (2014) menar att förändring i meningsfulla aktiviteter sker vid nya förutsättningar. Exempelvis vid pensionering då många sociala kontakter och aktiviteter är kopplade till arbetslivet. Atchley (1989) och Hovbrand et al. (2018) menar att bibehållande av meningsfulla aktiviteter genom åldrande och förändringar har bromsande effekt på negativa aspekter av åldrandet. Detta beskrivs genom The Continuity Theory of Aging som påtalar samband mellan sociala relationer, kontakter och rutiner med ett hälsosamt åldrande (Atchley, 1989).

### **Hundens inverkan på ägarens välbefinnande**

Fysiska och psykiska hälsofördelar relaterat till ägandet av hund har påvisats (While, 2017). Det har påvisats i tidigare forskning att ägare till hund associerar sitt ägande med en förbättrad hälsa, ökad livskvalité och en tillförd mening i livet (Corrêa et al., 2021). Studier har även visat att ägande av hund har en positiv effekt genom minskad isolering och ökad fysisk aktivitet (Kramer et al., 2019). Corrêa et al. (2021) beskriver vidare hur ägare av hund ser positivt på att ha någon att ta hand om, samt den struktur hundens aktiviteter skapar i tillvaron. Det finns även negativa aspekter av att äga hund, såsom oförmåga att möta hundens behov av rörelse där skuld känslor kan uppkomma då det är viktigt för ägarens psykiska välbefinnande att möta hundens behov, en annan negativ aspekt är oförmåga att hantera hundens oönskade beteende såsom att den jagar katter eller skäller, skällandet kan även påverka det sociala umgänget (Corrêa et al., 2021). De ovannämnda studierna påvisar positiva och negativa aspekter av

ägande till hund, trots detta finns det utrymme för ytterligare forskning som påvisar hundens påverkan på ägarens välbefinnande och meningsfullhet.

### **Motivation för studien**

Det finns få studier av aktiviteter med hund relaterat till upplevd meningsfullhet och ökat välbefinnande och författarna ser ett behov av att öka denna kunskap. Artikeln av Hazer och Boylu (2010) som påvisar hur äldre tenderar att fokusera mer på negativa händelser inspirerade författarna till att undersöka upplevelserna hos äldre som är ensamboende. Författarna anser även att behovet av sällskap och aktivitet är störst i denna grupp och hunden kan ge dem en annan mening än hos icke ensamboende. Då författarna inte kunde finna några kvalitativa empiriska studier med äldre ensamboende pensionärer ville författarna inrikta sin studie mot denna grupp genom en intervjustudie för att fånga den subjektiva upplevelsen av aktiviteter utifrån aspekterna mening och välbefinnande med hund hos ensamboende pensionärer över 65 år. Som framtida arbetsterapeuter med fokus på meningsfulla aktiviteter påverkan på välbefinnande, ville författarna undersöka sambandet mellan aktiviteter med sin hund, ett sundare aktivitetsmönster och upplevd meningsfullhet hos denna grupp.

Studiens resultat kan bidra med ny kunskap om äldres upplevelse av mening och välbefinnande i relation till utförande av aktiviteter med sin hund, denna kunskap kan förhoppningsvis bli användbar inom arbetsterapi och aktivitetsvetenskap genom tillförseln av ökad medvetenhet om hur aktiviteter med hund potentiellt påverkar dess ägare.

### **Syfte**

Syftet med denna studie är att undersöka hur aktiviteter med egen hund påverkar den subjektiva upplevelsen av meningsfullhet och välbefinnande hos ensamboende pensionärer som är 65 år eller äldre.

### **Metod**

#### **Design**

En semistrukturerad intervjustudie genomfördes som en kvalitativ tvärsnittsstudie med *induktiv* ansats och *manifest* innehållsanalys. Den semistrukturerade intervjuformen gav möjlighet till följdfrågor och djupare svar, vilket var av vikt för att besvara studiens syfte och fånga

meningsfullheten och välbefinnandets påverkan ur ett individuellt perspektiv. I studien nämns deltagarna som respondenter (Ejvegård, 2012).

### **Urval och rekrytering av respondenter**

Studiens inklusionskriterier var självständiga, ensamboende, ägare av hund, 65 år eller äldre samt att helpension togs ut. Exklusionskriterier var eventuell språkbarriär och bosättning utanför Sverige. Inklusionskriterier beskriver Kristensson (2014) vara de krav som är satta för att få delta i en studie, exklusionskriterier är de krav som sätts som motkrav för att begränsa urvalet utöver inklusionskriterierna. Även om en respondent passar in på inklusionskriterierna kan det finnas kriterier som gör att respondenten inte kan delta i studien. Urvalet gjordes genom ändamålsenligt urval, det vill säga icke slumpmässigt utan är medvetet val av respondenter baserat på de kvaliteter de innehöll samt att de var villiga att dela med sig av sin kunskap och sina erfarenheter (Tongco, 2007).

Författarna formulerade en saklig och lättläst förfrågan som beskrev studiens syfte och vilka som inbjöds att delta (Bilaga 1). Innan publicering testades förfrågans begriplighet av två oberoende personer. Förfrågan publicerades därefter i grupper på Facebook relaterade till författarnas hemort samt grupper relaterade till hundägare eller pensionär (Bilaga 2), detta för att nå önskad målgrupp samt underlätta fysiska intervjuer. Grupperna hittades genom sökning av hund, ortnamn och pensionär i Facebooks sökfunktion. Sammantaget antal medlemmar i de 21 grupper där förfrågan publicerades i var 127 121 personer (Bilaga 2). Antalet som var medlemmar i flertal grupper är svårbedömt. Förfrågan ledde till 16 svar varav fyra inte uppnådde inklusionskriterierna. Dessa var yngre än 65 år, arbetande eller icke ensamboende. Av de kvarvarande tolv tillkom tre bortfall. En uppgav tidsbrist och två upphörde sin kommunikation.

Nio respondenter inkluderades i studien där åldersspannet var mellan 65 och 77 år. Medelåldern var 70 år. Sex av dem var kvinnor och tre var män. Respondenterna hade små till mellanstora hundar där övervägande var små. Åtta av respondenterna hade en hund och en av respondenterna hade två. Flertalet av respondenterna var bosatta i tätort och tre var bosatta i en medelstor stad (Tabell 1).

**Tabell 1***Respondenter och bortfall*

Respondent	Ålder	Hund	Kön	Bostad	Bosättning	Bortfall
1	77	Småhund	Man	Lägenhet	Tätort	
2	67	Medelstor hund	Kvinna	Villa	Tätort	
3	66	Småhund	Man	Lägenhet	Stad	
4	72	Småhund	Kvinna	Villa	Tätort	
5	73	Småhund	Kvinna	Lägenhet	Tätort	
6	65	Småhund	Kvinna	Villa	Tätort	
7	68	Småhund	Kvinna	Villa	Stad	
8	70	Medelstor hund	Kvinna	Lägenhet	Stad	
9	72	Småhund	Man	Villa	Tätort	
10	67		Kvinna			Arbetade
11	63		Kvinna			Yngre än 65 år
12	62		Kvinna			Yngre än 65 år
13	68		Kvinna			Sambo
14	70		Kvinna			Avböjde pga tidsbrist
15	67		Kvinna			Slutade svara
16	70		Kvinna			Slutade svara

## Datainsamling

Datainsamlingen utfördes genom semistrukturerade intervjuer, vilket möjliggjorde för författarna att ställa frågor och följdfrågor som gav öppna svar relevanta för syftet (Patel & Davidsson, 2019). Författarna formulerade 15 öppna frågor som låg till grund för att besvara studiens syfte (Bilaga 3). Intervjufrågorna testades på två oberoende personer vars svar inte ingår i slutresultatet, detta ledde till tillägg av ytterligare en fråga.

Respondenterna erbjöds valmöjlighet att delta i digital eller fysisk intervju och författarna fördelade intervjuerna genom fem till ena och fyra till den andra författaren. Respondenterna informerades om att känslig information eller sjukdomsbilder av olika slag inte behandlas i studien. Information gavs om studiens syfte, hantering av insamlad data samt den konfidentiella hanteringen av materialet (Bilaga 4). Samtlig information tilldelades innan intervjuerna startade.

Fysiska intervjuer utfördes i respondenternas hem, samtyckesblankett tilldelades och återlämnades påskrivna innan intervjuens start (Bilaga 5). Respondenterna erbjöds en kopia. Vid digital intervju valde respondenterna plattform och informations- och samtyckesblankett

skickad via postgång med frankerat svarsbrev. Samtyckesblanketten säkerställde respondenternas förståelse av frivilligt deltagande och möjligheten att avbryta deltagandet.

Samtliga intervjuer spelades in för att möjliggöra transkribering. Respondenterna tillfrågades om framtida kontakt för att säkerhetsställa möjligheten till komplettering eller förtydligande av givna svar. Efter de nio intervjuerna var genomförda togs förfrågan bort från samtliga Facebook-grupper. De inspelade semistrukturerade intervjuerna transkriberades ordagrant av intervjuaren då denna var mest lämpad att tolka samt förstå inspelningen. Information som kunde riskera respondenternas anonymitet raderades, så som namn, ort och tidigare arbete. Samtligt material förvarades på en lösenordskyddad enhet vilket endast författarna hade tillgång till, det kodades för att säkra konfidentialiteten och materialet makulerades efter avslutad studie.

### **Dataanalys**

Analysen genomfördes med kvalitativ manifest innehållsanalys. En manifest innehållsanalys ger en sammanfattning av materialets innehåll utan en underliggande tolkning och identifierade koder presenteras därefter i kategorier relaterat till syftet (Lundman & Hällgren Graneheim, 2017). Det transkriberade materialet bearbetades av båda författarna och meningsbärande enheter av vikt sattes in i en analysmall (Bilaga 6). Graneheim och Lundman (2004) beskriver en meningsbärande enhet som den uppbyggnad av ord eller påstående som kan relateras till studiens centrala tankegång. Meningsbärande enheter kondenserades genom en manifest innehållsanalys till en förklaring nära till texten utan tolkning och koder togs därefter fram. Hade en tolkning gjorts av det underliggande meningen i texterna hade detta lett till en latent innehållsanalys (Graneheim & Lundman, 2004; Lundman & Hällgren Graneheim, 2017). Under den manifesta innehållsanalysen jämfördes koderna och sorterades i kategorier och underkategorier utefter skillnader och likheter. Materialet bearbetades vidare genom en ny jämförelse av identifierade koder, kategorier och underkategorier där analys-processens data från analysmallen skrevs ut och sorterades i olika segment utifrån gemensamma nämnare. Ett tydligt mönster framträdde över innehållet och ledde till lättare hantering av materialet för bearbetning inför formulering av resultatdelen. För att säkerställa att författarna sorterat in koderna i rätt segment bearbetades samtliga koder igenom en gång till och de enheter som inte överensstämde med studiens syfte sällades bort. Segmenten blev efter bearbetningen

författarnas kategorier. Författarnas handledare har varit delaktig och följt processen med innehållsanalysen genom medanalys.

### **Forskningsetiska avvägningar**

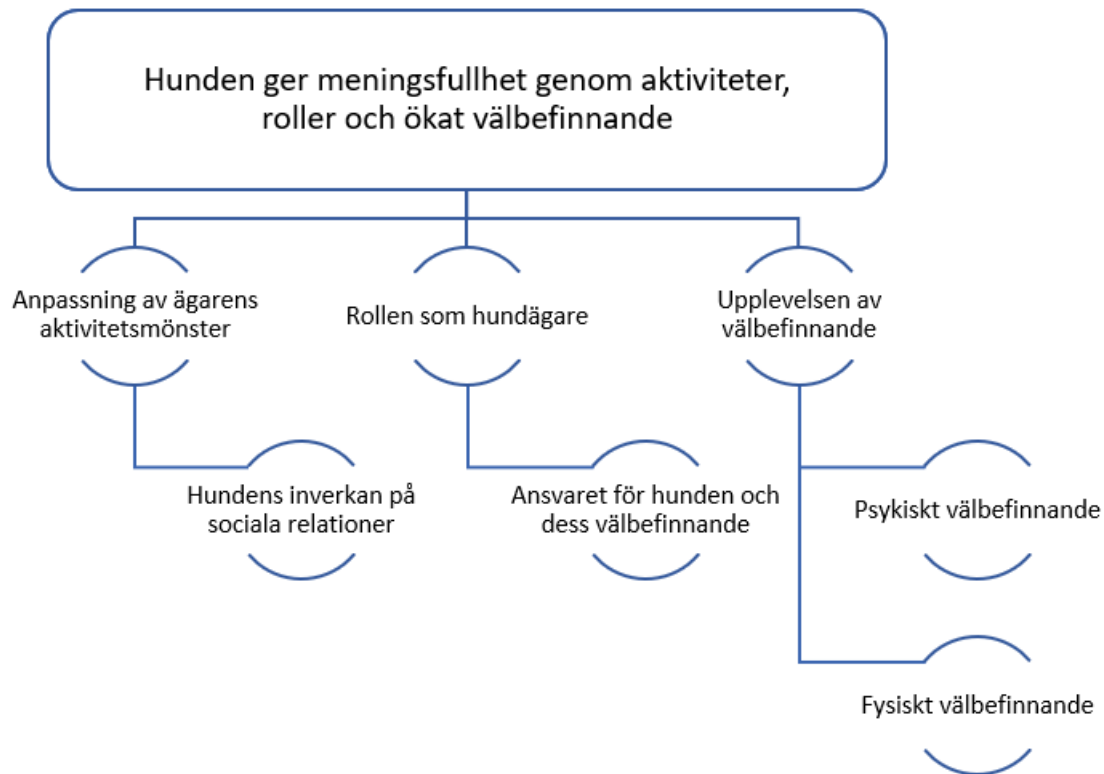
I enlighet med Helsingforsdeklarationens centrala forskningsetiska riktlinje säkerställdes det att respondenternas omsorg och hälsa gick före vetenskapens och samhällets intresse (World Medical Association, 2022). Studien utgick från de fyra etiska principerna som tagits fram för att säkerställa relationen mellan intervjuarna och respondenterna. De fyra etiska principerna var *informations-*, *samtyckes-*, *konfidentialitets-* och *nyttjandekrav* (Vetenskapsrådet, 2002). *Informationskravet* innebar att respondenterna informerades om studiens syfte, vad det innebar att medverka, frivilligheten i medverkandet samt möjligheten att avbryta medverkan. De fick vid studiens slut möjlighet att ta del av forskningsresultatet. *Samtyckeskravet* innebar att medverkan i studien var frivilligt och samtliga respondenter fick skriftligt lämna sitt samtycke. Detta skedde via samtyckesblanketten som delades ut i samband med intervjun. *Konfidentialitetskravet* innebar att personuppgifter, insamlat material, anteckningar och transkribering förvarades inlåst. Om en respondent valt att avbryta sin medverkan hade samtliga insamlade material förstörts. Vid studiens avslut förstördes samtligt insamlat material och personuppgifter från respondenterna. *Nyttjandekravet* innebar att insamlat intervjumaterial, transkriberat material och personuppgifter endast hanterades av författarna och fick inte under några omständigheter användas för kommersiellt bruk eller andra icke-vetenskapliga syften (Vetenskapsrådet, 2002).

### **Resultat**

Fem av de semistrukturerade intervjuerna genomfördes fysiskt i respondenternas hem och fyra genomfördes digitalt, det visade sig att de fysiska intervjuerna gav djupare och mer detaljerade svar. Manifest innehållsanalys av nio transkriberade intervjuer resulterade i ett övergripande tema, Hunden ger meningsfullhet. Härunder förgrenar sig kategorierna: Anpassning av ägarens aktivitetsmönster, rollen som hundägare, samt upplevelsen av välbefinnande. De underkategorier som framkom var Hundens inverkan på sociala relationer, ansvaret för hunden och dess välbefinnande, psykiskt välbefinnande, samt fysiskt välbefinnande (Figur 1). De insatta citaten är numrerade med respondenternas angivna nummer.

**Figur 1**

Översikt av resultatets indelning av kategorier och underkategorier



### **Hunden ger meningsfullhet genom aktiviteter, roller och ökat välbefinnande**

Meningsfullhet var ett återkommande begrepp som genomsyrade samtliga kategorier och utgjorde kärnan i relationen mellan respondenten och deras hund. Meningsfullheten fanns i aktiviteterna som utfördes med hunden, i rollen dessa skapade och i relation till ägarens psykiska och fysiska välbefinnande.

Hunden betydde allt. Respondenterna fick en mening med livet genom aktiviteterna med sin hund och den hade stor betydelse för dem. Den djupa och nära relationen mellan ägare och hund var tydlig och det uppgavs att hunden förgyllde vardagen och tillförde meningsfullhet. Hunden gav en anledning att vakna på morgonen genom de aktiviteter den skapade. Det var tydligt att hunden och ägaren fyllde en funktion för varandra och en respondent påtalade förmågan de hade att läsa av varandra relaterat till det nära band som fanns. Det återkom genom flertal intervjuer att den känslomässiga relationen var stark och beskrevs innehålla mycket kärlek.



Hunden skapade en trygghet och fyllde behoven av närhet hos respondenterna. Relationen efterliknade bandet mellan ett barn och dess anhöriga vilket ledde till ökad tro på den egna förmågan hos respondenten.

*“Hon är ju jätteviktig i min vardag.” (6)*

Det var tydligt att hunden fyllde ett känslomässigt tomrum hos somliga. Samtliga av respondenterna hade en nära relation till sin hund, de flesta såg hunden som något mer, medan en respondent påtalade att det endast är en hund.

*“Jag kommer ju inte gräva mig och ja, när hon går bort så köper jag en ny hund. Man ska ju inte göra de mänskligt på det sättet nej det ska man inte.” (9)*

För somliga respondenter växte den känslomässiga bindningen genom åldrandet. En respondent uppgav att vid en framtida flytt till ett vårdboende måste hunden följa med. Många ställde även frågan, hur ska de leva utan hunden?

*“Har alltid haft hund och de säger jag än idag att så länge jag lever så ska de vara hund i närheten av mig. Det ger så mycket glädje.” (7)*

### ***Anpassning av ägarens aktivitetsmönster***

Intervjuerna påvisade att aktiviteter relaterade till hunden var en prioritering för ägarna. Den omgivande miljön och ägarens val av aktiviteter anpassades utefter hunden, detta upplevdes inte negativt av respondenterna utan de mådde bra av aktiviteterna som utfördes med hunden.

Flertal respondenter tog med sin hund på samtliga aktiviteter och valde bort aktiviteter där hunden inte kunde närvara. Samtliga respondenter uppgav att hunden hade inverkan på deras val av aktiviteter genom behov som behövde tillgodoses, detta behov skapade rutiner och disciplin i ägarens vardag och gav en anledning att vakna på morgonen. Detta bidrog även till ett utökat aktivitetsmönster med nya aktiviteter som promenad, pälsvård, ge mat, närhet, kärlek och lek, dessa aktiviteter som ersatte de som upphörde vid pensionering.

*“Alltså det låter inte klokt, jag mådde ju bra av att ha en uppgift. Det är klart för det tappar man lite grann när man blir pensionär” (2)*

*“Både mentalt och psykiskt så måste jag hinna ta hand om henne varje dag och det tycker jag det är ganska bra uppgift” (2)*

Respondenterna uppgav att andra meningsfulla aktiviteter prioriterades bort till förmån för hundens välmående.

*“Hon är jätteviktig, hon är ju en del av min vardag så är de ju, de blir ju en annan livsstil på något sätt man lever, även om jag har ett socialt nätverk och så, så är det ju ändå mycket runt henne.” (6)*

Samtliga respondenter upplevde en begränsad möjlighet att resa som relateras till avsaknad av hundvakt över en längre tid, samt misstro till hunddagis och hundpensionat.

**Hundens inverkan på sociala relationer.** En respondent uppgav förbättrade familjerelationer tack vare hunden. Stort antal respondenter uppgav att hunden hade vänner de träffade och ansåg detta vara av vikt för hundens utveckling och livskvalité. Detta genererade ett ökat socialt umgänge hos ägaren som för flertalet av respondenterna var positivt. Den generella bilden författarna fick var att hunden hade ökat det sociala umgänget hos samtliga respondenter. Under promenader med hunden var respondenterna mer öppna och utåtriktade, detta ledde ofta till samtal med andra och ökade sociala kontakter. Under dessa sammanhang fungerade hunden ofta som ett samtalsämne och några respondenter upplevde sig mer utåtriktade på grund av hunden. Hunden gjorde även att de samtalade mer om negativa saker och öppnade sig mer än vad de tidigare gjort.

*“En sak som är väldigt positivt är när man är ute och går så stannar alla och pratar med en för man har hund. Hade jag promenerat ute själv hade alla bara morsat, men alla stannar och pratar, det är så mycket som är positivt” (2)*

Vid mötet med nya människor upplevde större delen av respondenterna att hunden ökade öppenheten och gav en känsla av socialt stöd, att det blev ett mer öppet möte. En av respondenterna uppgav att de upplevde en djupare kontakt med de människor de mötte och det fyllde ett socialt behov. En av respondenterna uppgav att hunden gav en bättre relation och fyllde det sociala behovet mer än vad människor gör, medan andra respondenter uppgav hur viktigt det var att träffa nya människor och att vara social.

## ***Rollen som hundägare***

Respondenterna identifierade sig i rollen som hundägare och benämnde sig själva i denna term. Hundägandet tillförde en roll och gav en mening i tillvaron. Det var tydligt att många såg sin hund som mer än bara ett husdjur och hundens roll efterliknade snarare rollen som en familjemedlem. Respondenterna uppgav att de mårde bra av uppgiften, ansvaret och de krav som hunden skapade.

*“Ja... han är min familj ju” (4)*

Respondenter uppgav att de tappade en uppgift när de gick från arbete till pension, en respondent tillade att den saknade krav som gav den mening i vardagen. Flertalet respondenter saknade rutiner i vardagen och kände att de behövde något som gav dem struktur. Större delen av respondenterna uppgav att hunden gav dem något att fylla vardagen med och de fick en mening, de uppgav att de mårde bra av de aktiviteter som hunden tillförde. En respondent uppgav att en stark känsla av stolthet upplevdes i rollen som ägare till sin hund, flertalet respondenter påtalade även att denna roll gav dem ett syfte och en mening med livet.

**Ansvar för hunden och dess välbefinnande.** Respondenterna förstod sitt ansvar som ägare till sin hund. De var medvetna om att de inte enligt lag ska lämna hunden ensam mer än sex timmar och planerade in sina aktiviteter utefter detta. Flertalet respondenter uppgav en positiv känsla av att vara behövd och ha ansvar för någon annans välbefinnande, det gav dem mening. Då hundvakt behövdes lämnades hunden endast till betrodda personer för att säkerställa hundens välbefinnande, detta ansåg de vara deras ansvar som ägare.

*“Där är det jag som inte vill besvära med en gnällig hund och heller inte kan utsätta mitt hjärta för den sorgen att han gråter hemma hos någon. Då kan inte jag koppla av” (5)*

Respondenterna uppgav att planering för att säkerhetsställa hundens framtida trygghet hade gjorts inför ägarnas eventuella bortgång eller insjuknande. Respondenterna var införstådda med ansvaret relaterat till att äga hund och tog därför hundens uppfostran och välbefinnande på stort allvar, även när det kom till svåra beslut gällande hundens hälsa.

*“Det är ett ansvar att ha ett djur, att de ska må bra och ha tillgång till mat, vatten, kärlek och komma ut. Dom styr mig och dom går först”*

(7)

Under ett fåtal intervjuer framkom det att relationen till hunden var så oskiljbar att den hade negativa effekter på hundens säkerhet och välbefinnande genom att de medvetet utsatte hunden för fara, genom som exempel att de hade hunden i knät under bilfärd.

### ***Upplevelse av välbefinnande***

Respondenternas berättelser om hur aktiviteter med hunden gav välbefinnande skiljde sig åt och kunde delas in de upplevelser som var relaterade till det psykiska känslomässiga välbefinnandet och de som var relaterade till det fysiska kroppsliga välbefinnandet.

**Psykiskt välbefinnande.** Respondenterna uppgav hur hunden hjälpt genom svårigheter i livet genom sin närhet vilket skapade ett lugn och en trygghet hos respondenten. Relationen mellan ökat psykiskt välbefinnande och hundägande var tydlig. Respondenterna uppgav att hunden hjälpt genom motgångar i livet genom att finnas där och ge trygghet. En ägare upplevde ett ökat självförtroende och självkänsla relaterat till tryggheten hunden gav. Flertalet påtalade relationen till hunden som grund för deras lycka och relationen beskrevs ha en stor och viktig plats i livet. En respondent uppgav att hunden förbättrat ett långvarigt sömnproblem genom sin närvaro.

*“Vi sover tillsammans. mina sömnproblem som jag hade i 16 år är totalt borta” (2)*

En annan respondent påtalade att förlusten av en närstående underlättades genom hunden, det påtalades av flertal respondenter att hunden underlättade under motgångar i livet

*“Alltså, det är mycket tack vara han att jag har kommit igen så fort från att jag miste min man, jag hade aldrig varit där jag är om jag inte haft honom ... Han har hjälpt mig mycket i mitt sorgearbete.” (4)*

Samtliga respondenter uppgav att hunden gav glädje i vardagen. Den tillförde en mening i tillvaron och för flera var den grunden till lycka i livet. Ett flertal lyfte att hunden hade positiv inverkan på deras psykiska hälsa. Depression och upplevd ensamhet hade motverkats och

förbättrats genom den närhet och trygghet som relationen gav. De mådde bättre av sin hund och den hjälpte dem hålla sig friska. Hunden beskrevs som en ren hälsoeffekt och likställdes med medicin och vitaminpiller.

*“Jag tror att han har påverkat jättemycket att jag har hållit mig frisk”*

(5)

**Fysiskt välbefinnande.** Respondenterna påtalade att hunden påverkade deras hälsa positivt genom ökad fysisk aktivitet. Fåtal respondenter beskrev en konkret förbättring genom minskad värk relaterat till den ökade fysisk aktiviteten.

*“Jag har rätt mycket värk också och bara jag går så går det lättare och lättare. Det är ju så att det lönar sig inte att sitta still, värken blir inte bättre.” (4)*

Samtliga respondenter uppgav att hunden förbättrat deras mående genom den ökade vardagsmotionen som tillkom med ett hälsosammare aktivitetsmönster, det påtalades även att de inte hade aktiverat sig i denna utsträckning utan hunden och dess behov som behövde tillgodoses. Samtliga upplevde att det var hälsosamt för dem att ha hund.

## Diskussion

### Resultatdiskussion

Studien visade hur aktiviteter med egen hund inverkade på den subjektiva upplevelsen av *meningsfullhet* och *välbefinnande* hos nio ensamboende pensionärer som var 65 år eller äldre. Den manifesta innehållsanalysen av de transkriberade intervjuerna ledde till identifieringen av det övergripande temat *Hunden ger meningsfullhet* med kategorierna: *Anpassning av ägarens aktivitetsmönster*, *Rollen som hundägare* och *Upplevelsen av välbefinnande*. De fyra dimensionerna av aktivitet *doing*, *being*, *belonging* och *becoming* diskuteras i relation till samtliga kategorier för att stärka det aktivitetsvetenskapliga resonemanget i studien. Studiens resultat påvisade ökad *mening* och *välbefinnande* relaterat till aktiviteter med hund, rollen som hundägare samt genom närvaro av hund.

## ***Hunden ger meningsfullhet***

Den upplevda *meningen* i livet som tillkom genom att ha en hund grundades för många i hundens existens och i aktiviteter relaterade till hundägandet. Meningsfullheten tillfördes genom känslan att vara behövd och ansvaret över någon annans välbefinnande. Vid övergången från arbetsliv till pensionärliv förändrades roller och aktivitetsmönster i vardagen. Rollen som arbetande ersattes med rollen som hundägare för respondenterna och aktiviteterna relaterade till hunden gav ett nytt aktivitetsmönster vilket ställde krav på struktur och rutiner i vardagen. Detta stärks av Barcelos et al. (2021) studie där det framkommer att rutinerna runt hunden och att ha någon att ta hand om gav ett syfte med livet och hade en positiv inverkan på ägarens rutiner och struktur i livet, vilket även Miltiades och Shearer (2011) menar vara en positiv aspekt för många hundägare.

Aktiviteterna relaterade till hunden gav en djup relation mellan ägare och hund vilket motverkade ensamheten hos respondenterna. Relationen varierade mellan familjär och konkret där de familjära relationerna var överrepresenterade, en stor andel respondenter såg hunden som mer än ett husdjur. Författarna anser att en del grundade sin relation på behovet av att tillföra mening och fylla ett känslomässigt tomrum i livet, där hunden representerade en saknad roll hos ägaren, som ett barn, en familjemedlem eller en nära vän. Detta beteende kan relateras till *meningen i becoming* som grundas i en persons önskan och utkomst i livet (Hammell, 2004). Bonas et al. (2000) beskriver relationen mellan ägaren och hund som likvärdig den mellan människor då hunden ger *välbefinnande*, ett positivt socialt utlopp och fyller en del av ägarens sociala behov genom gemensamma aktiviteter. Dotson och Hyatt (2008) menar att en stark relation till sin hund kan jämföras med en relation till sin bästa vän, sitt barn eller sin respektive.

Relationens styrka innefattade i somliga fall respondenternas överbeskyddande uppfostran vilket motverkade hundens naturliga beteende. Detta grundades i behovet att fylla ett tomrum och Katz (2003, refererad i Fine & Beck, 2019) beskriver hur hundar används av ägare för att fylla ett emotionellt tomrum i deras liv och varnar för risken att skapa för hög emotionell förväntning. Författarna tror att förmänskligande av relationen mellan ägare och hund sker oavsiktligt och grundas i ägarens behov. Detta beteende är svårt att bryta eftersom det skett över en längre period och integrerades i uppfostran av hunden.

## *Anpassning av ägarens aktivitetsmönster*

Aktiviteter relaterade till hunden bidrog till ett utökat aktivitetsmönster för respondenterna och innefattade aktiviteterna promenader, pälsvård, ge mat, närhet, kärlek och lek. Aktiviteterna fyllde vardagen med sysselsättningar vilket gav *mening* och kan relateras till dimensionen *Doing* som beskriver görandet i aktivitet (Wilcock och Hocking, 2015). *Meningsfullheten* i *doing* finns i aktiviteterna som håller utföraren sysselsatt och i aktiviteterna som ger en anledning att vakna på morgonen. Genom aktiviteter som utförs med andra eller med sin hund uppkommer *meningsfullhet* genom *belonging* (Hammell, 2004). Aktiviteterna relaterat till hundägandet sätter krav på ägaren att upprätta en struktur och rutin i sin vardag. Den upprättade dagliga rutinen menar Miltiades och Shearer (2011) är en positiv aspekt för många hundägare. While (2017) påtalar strukturens effekt hos äldre och menar att strukturen i samband med aktiviteter kring djur ger *meningsfullhet*. Det fanns en begränsad möjlighet att utföra aktiviteter där hunden inte kunde närvara och somliga respondenter prioriterade bort tidigare *meningsfulla* aktiviteter till förmån för hunden. Författarna förvånades över i vilken grad hunden prioriteras i ägarens liv och menar att bortvalda *meningsfulla* aktiviteter kan ge negativa konsekvenser hos respondenterna då dessa hade kunnat bidra till större variation i tillvaron. Författarna anser det möjligt att bibehålla tidigare *meningsfulla* aktiviteter men att detta hindras av den nära relationen vissa av respondenterna hade utvecklat.

Aktiviteterna med hunden ökade det sociala umgänget för respondenterna vilket var en positiv aspekt för många. Promenader bidrog till sociala möten där hunden öppnade för samtal och representerade en trygghet för ägaren. Hundens närvaro hade positiv inverkan på ägarens sociala kapacitet och minskade reservationen gentemot nya människor, vilket ökade delaktigheten. Detta stärks av Swall et al. (2017) som menar att äldre med hund blir mer sociala och utåtriktade.

För en del respondenter ökade hunden förmågan att kommunicera om dåtida negativa händelser vilket bidragit till en öppenhet hos ägaren. Duvall-Antonacopoulos och Pychyl (2008) menar att stödet ägaren känner från hunden i sociala situationer växer i proportion till relationens styrka i anknytning och graden av förmänskligande i relationen. Corrêa et al. (2021) beskriver hur sociala interaktioner, kommunikation och empati för andra ökar hos ägare till hund. Dessa aspekter i en social relation kan leda till en djupare vänskap, vilket kan ge en känsla av värde hos andra, inkludering och en känsla av att vara en del av en social interaktion något som kan ge *meningsfullhet* genom *belonging* (Hammell, 2004).

Olika behov av mänskliga relationer ses hos respondenterna. Det sociala behovet samt behovet av närhet fylldes för en del av hunden, vilket minskade behovet av mänskliga relationer. McNicholas och Collis (2000) menar att hundens tillgänglighet och möte av ägarens behov utmynnar i en starkare relation för ägaren till hunden än till andra människor. Hammell (2004) menar att *meningsfullheten* i *being* kan utvinnas i tid spenderat med dom man har ett speciellt band till. Detta kan förklara ägarens behov som tillgodoses av hunden och utmynnar i ökad *meningsfullhet*.

### ***Rollen som hundägare***

Övergången från arbete till pension innebar förlust av en roll som legat till grund för struktur och rutin i vardagen. Hundens behov uppgavs skapa nya rutiner i vardagen, liksom ett arbete ställdes det krav från hunden vilket bidrog till struktur och *mening*. Många upplevde ett ökat välmående relaterat till aktiviteterna tillförda genom rollen som hundägare. Vid rollförlust måste rollen ersättas med en jämlik i behov och värde menar Wook Lee och Kielhofner (2020). Detta överensstämmer med Corrêa et al. (2021) som menar att flertalet ägare av hund mår bra av uppgiften att ha en hund och den struktur hundens aktiviteter tillför vardagen.

Rollen och ansvaret som hundägare uppgavs ge övervägande positiva upplevelser. Respondenterna var medvetna om ansvaret relaterat till hundägandet och relaterade detta till känslan av att vara behövd. Det fanns insikt hos samtliga respondenter att deras ålder kunde innebära försämrad hälsa med åren, planering för framtida eventuella bortgång eller försämrad hälsa var därför av vikt. Författarna menar att rollen innefattar mer och mindre krävande förpliktelser som ligger till grund för upprättandet av struktur runt hundens aktiviteter, samt att ansvaret som kommer vid hundägande relaterat till en högre ålder. Författarna menar att detta grundas i ägarnas ansvarstagande och identifieringen genom rollen som hundägare vilket ger ett *being* enligt Wilcock (1999). Respondenternas stolthet i rollen som hundägare skapade ett syfte och gav en *mening* med livet för flertalet. *Meningen* som infann sig genom rollen kan beskrivas genom dimensionen *Being*, där man genom att stanna upp, reflektera och hitta sig själv finner *meningen* i rollen (Hammell, 2004).

### ***Upplevelsen av välbefinnande***

Sambandet mellan ökat psykiskt *välbefinnande* och ägandet av hund var tydligt. Genom närhet, trygghet och gemensamma aktiviteter motverkades upplevd ensamhet och känslan av *mening* och *välbefinnande* ökade. Ett ökat självvärde och självkänsla uppgavs infinna sig i relation till



hundägandet och respondenterna menade att relationen underlättade vid motgångar i livet. Förmågan att hantera motgångar menar Wilcock och Hocking (2015) ligga till grund för det psykiska *välbefinnandet*. Graden av *mening* kan relateras till individens självvärde, livskvalité och välbefinnande (Wilcock & Hocking, 2015).

Bearbetningen av sorg relaterat till förlusten av anhöriga menade respondenterna underlättades genom hundens närhet och ansvaret för aktiviteterna relaterade till hunden. Kravet på att hundens aktivitetsbehov tillgodosågs gjorde att respondenterna var tvungna att engagera sig i aktiviteter relaterat till hunden oavsett det psykiska tillståndet. Detta krav och ansvar underlättade bearbetningen. Hundens förmåga att underlätta vid förluster stärks av While (2017) som menar att hunden agerar som en källa till tröst och lindrar ensamhet vid förluster. Författarna menar att den påtagligt djupa relationen mellan ägare och hund ökat hundens positiva inverkan på bearbetning av sorg och förlust.

Den djupa relationen mellan ägare och hund beskrevs återkommande av respondenterna. Utifrån hur respondenterna uttryckte det gav relationen en ökad *mening* med livet, vilket i sin tur resulterade i ökat *välbefinnande*. Detta kan beskrivas som *meningsfullhet* genom doing vilket relaterar till en persons känsla av syfte i livet (Hammell, 2004). Författarna anser att hundens positiva effekt på *välbefinnandet* är en följd av tidigare nämnda effekter av hundägandet, där tomrummet fylls av ny *mening* genom en ny roll, ett utökat aktivitetsmönster, ökad fysisk aktivitet och ett ökat socialt umgänge. Den nya rollens påverkan på *välbefinnandet* stärks av Wook Lee och Kielhofner (2020) samt Høgseth (2005) som menar att för få roller har en negativ effekt på det psykosociala *välbefinnandet*. Lui et al. (2019) påvisade en signifikant minskad risk att drabbas av långvarig psykisk ohälsa hos ägare till hund. Corrêa et al. (2021) beskriver hur minskad depression och minskade negativa känslor relaterar till aktiviteter med hund. Respondenternas beskrivna djupa relation till sin hund kan även förklaras av Miltiades och Shearer (2011) som menar att relationen mellan äldre och djur är komplex, då äldre generellt präglas av sämre hälsa, minskad inkomst och rollförlust relaterat till pensionering samt förlust av anhöriga. Detta leder till att hundens positiva inverkan på tillvaron i relation till de negativa aspekterna i livet ligger till grund för en djupare relation mellan ägare och hund.

Förbättring av sömnproblem beskrevs av fåtal respondenter, det beskrevs även att närheten hunden gav bidrog till en känsla av *välbefinnande*. Detta kan förklaras genom sensorisk stimulering som leder utsöndringen av hormonet oxytocin, vilket skapar ett lugnt och en trygghet hos ägaren samt har en stresslindrande effekt (Beetz et al., 2012; Hughes et al.,

2020; Kramer et al., 2019). Petersson et al. (2017) menar även att det kan minska smärtröskeln och har en mildrande effekt på ångest.

Den ökade fysiska aktiviteten genom aktiviteter relaterade till hunden upplevdes som positiv hos samtliga respondenter och beskrevs bidra till en hälsosammare livsstil. Känslor av behag i kroppen i och under fysisk aktivitet beskrivs av Wilcock och Hocking (2015) som fysiskt *välbefinnande*. Fall och skador i rotatorcuffen beskrivs av Nair och Flynn (2004) som negativa fysiska aspekter av aktiviteter med hund hos äldre.

## **Metoddiskussion**

Engagemanget hos respondenterna var stort baserat på förfrågningsunderlagets gensvar. Detta påverkades troligtvis av de valda grupperna på Facebook samt av det engagerade intrycket förfrågningen ingav. En formellt formulerad förfrågan hade troligtvis inte genererat samma respons. Rekrytering genom andra vägar hade troligen genererat ett annat gensvar vilket hade kunnat leda till ett annat resultat. Respondenternas möjlighet att välja digital eller personlig intervju inverkade på samtals djup och variation, samt spridningen över ett större upptagningsområde. Om samtliga intervjuer skett fysiskt hade det med stor sannolikhet genererat mer data vilket kunnat bidra till större variation som styrkt resultatet. Den gemensamma bearbetningen av det transkriberade materialet ledde till diskussioner och en djupare förståelse av materialet. Författarna valde att bearbeta materialet handgripligen under analysen vilket möjliggjorde konkreta kopplingar och löpande utformning av kategorier och slutligen ett tema. Den fysiska bearbetningen av materialet gav författarna en djupare relation till sin studie då det gav mer intryck och mer tillfredsställelse att arbeta handgripligen. Studien följde de etiska riktlinjerna enligt Helsingforsdeklarationen, detta skapade ett förtroende och kan ha genererat mer data.

Gubas modell användes för att värdera studiens metod och göra en kritisk reflektion kring resultatets trovärdighet utifrån modellens fyra kriterier: *Tillförlitlighet*, *Överförbarhet*, *Pålitlighet* och *Neutralitet* (Krefting, 1991). Författarna anser studien vara *tillförlitlig* baserat på dess design där den kvalitativa metoden med semistrukturerad intervju gav möjlighet till följdfrågor som genererade djupare och mer varierande svar som kunde svara på syftet vilket ökade resultatets *tillförlitlighet*. En kvantitativ studie hade inte gett samma djup vilket hade lett till ett annat resultat. Den manifesta innehållsanalysen resulterade i en deskriptiv bild av det

insamlade materialet vilket innebar att ingen tolkning gjorts av författarna. Respondenterna som deltog i denna studie varierade åldersmässigt vilket ökar studiens *överförbarhet* i liknande åldersgrupp. *Överförbarheten* minskar till andra åldersgrupper. Kvinnor var överrepresenterade i förhållande till män. Männen representerar en tredjedel av respondenterna vilket kan påverka studiens *överförbarhet* då könsfördelningen inte reflekterar samhället där män är fler än kvinnor (SCB, 2022b). *Överförbarheten* ökade genom att förfrågan lades ut i 21 olika Facebook-grupper vilket sannolikt fångade respondenter med variation av intressen och med olika relation till sin hund vilket stärker resultatet.

Respondenternas visade intresse och engagemang innan och under intervjuerna och öppenheten var stor, detta ger författarna tilltro till den insamlade datan samt sanningsvärdet i den. Studiens resultat har hög *pålitlighet* i sammanhang som efterliknar studiens inklusionskriterier med geografisk variation. Vid förändring av faktorerna ålder, kön, sysselsättning, ensamboende och kulturella skillnader anses resultatet minskas i *pålitlighet*.

Studios *pålitlighet* utifrån resultatens replikerbarhet i liknande kontext eller med liknande respondenter hade ökat i en kvantitativ studie genom ett utskick av enkäter. Detta då variationen och djupet i frågorna hade minskats och den personliga aspekten hade tagits bort och med den friheten att formulera egna svar. Författarna behöll sin *neutralitet* i samtliga delar av studien genom att inte reagera på respondenternas svar under intervjun eller att bortse från material som kunde påverka studiens resultat. Författarna personliga åsikter återspeglas inte i resultatet. Ett annat sätt att stärka trovärdigheten var genom att understödja med citat från den transkriberade texten (Graneheim & Lundman, 2004).

### **Implikationer för aktivitetsvetenskap och arbetsterapi**

Studios inriktning på pensionärer påvisar hundens positiva inverkan på vardagen och är ett viktigt tillskott av kunskap till aktivitetsvetenskapen. Studien utvidgar befintlig forskning genom beröring av områden som inte fördjupats i tidigare studier. Vikten av studien understryks genom respondenternas stora intresse och engagemang, vilket påvisar behovet och att det finns underlag för studier med större omfattning. Kunskapen om hundens positiva påverkan på *meningsfullhet* och *välbefinnande* hos ägarna, samt vikten av relationen mellan ägare och hund förs vidare till professionen. Insikten om hur aktiviteter med hund påverkar *välbefinnandet* hos

äldre kan ligga till grund för vidare forskning av hundens användningsområden i andra grupper och sammanhang.

Resultatet indikerar att ökad närvaro av hundar inom äldreomsorg och äldreomsorg, vilket kan öka välbefinnandet hos berörda. Karlberg och Eriksson (2018) föreslår att hundar kan arbeta inom hemtjänst för att minska ensamhet och isolering, öka utomhusvistelse och skapa tillfällen att skapa relationer till andra i närområdet. Genom att ta vara på de positiva effekterna hunden kan bidra med kan resurser sparas och ett ökat välmående hos äldre kan uppnås både proaktivt och preventivt. Studien kan även ligga till grund för beslutsfattare vid beslut om stödinsatser som möjliggör att bibehålla hund genom åldrande. I dagsläget finns endast ett fåtal kommuner där bidrag ges för stöd att behålla hund. Detta anser författarna kan revideras på riksplan och denna studie kan vara ett stöd i diskussionen.

Studien visar den positiva inverkan aktiviteter med egen hund har på *meningsfullhet* och *välbefinnande* hos ensamboende pensionärer över 65 år. Resultatet ger insikt och visar på behovet av vidare forskning för att bredda perspektivet på hundens inverkan på aktivitet och användbarheten inom arbetsterapi och aktivitetsvetenskap. Större studier med ökat antal respondenter kan bidra till ett resultat med större applicerbarhet på samhället i stort.

### **Slutsats**

Intervjustudien visade att aktiviteter med hund ökade den subjektiva upplevelsen av *meningsfullhet* och *välbefinnande* hos ensamboende pensionärer över 65 år. Ägarna hade fått nytt aktivitetsmönster genom utökad sysselsättning med ökad fysisk aktivitet. Det ökade antalet aktiviteter hade även bidragit till struktur och rutiner i vardagen. Genom aktiviteter med hund hade även det sociala livet utökats.

Rollen som hundägare gav *mening* och ett ansvar för en annan individs *välbefinnande*. Aktiviteterna som utfördes med hund fyllde de fysiska och psykiska behoven hos ägaren vilket främjade en *meningsfull* vardag. Hunden bidrog till *välbefinnande* genom relationens familjära känsla, trygghet och tillgivenhet vilket kan jämföras med en relation till sin bästa vän, sitt barn eller sin respektive. Hos många ägare fyllde hunden ett känslomässigt tomrum och var en anledning att vakna på morgonen.

Behovet av studier om hur aktiviteter med hund påverkar olika grupper finns. Resultaten kan ligga till grund för nya arenor där hundens användningsområden kan stimulera och förbättra vardagen och *välbefinnandet* hos olika individer. Ett öppet sinne ger större insikt i hundens arbetsområde och den kan med fördel arbeta sida vid sida med en arbetsterapeut inom olika verksamhetsområden och skapa *meningsfullhet* genom aktivitet.

## Referenser

- Atchley, R. (1989). A continuity theory of aging. *The gerontologist*, (2)29,183-190.  
<https://doi.org/10.1093/geront/29.2.183>.
- Barcelos, A. M., Kargas, N., Maltby, J., Hall, S., Assheton, P., & Mills, D. S. (2021). Theoretical Foundations to the Impact of Dog-Related Activities on Human Hedonic Well-Being, Life Satisfaction and Eudaimonic Well-Being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(12382), 1-17.  
<https://doi.org/10.3390/ijerph182312382>
- Beetz, A., Uvnäs-Moberg, K., Julius, H., & Kotrschal, K. (2012). Psychosocial and psychophysiological effects of human-animal interactions: the possible role of oxytocin. *Front Psychology*, 3(234). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2012.00234>
- Bonas, S., McNicholas, J., & Collis, G. (2000). Pets in the network of family relationships: An empirical study. IA. L. Poderscek, E. S. Paul, & J. A. Serpell (Red.), *Companion animals and us: Exploring the relationships between people and pets*. Cambridge University Press.
- Corrêa, F. G., Barcelos, M. A., & Mills, S. D. (2021). Dog-related activities and human well-being in Brazilian dog owners: A framework and cross-cultural comparison with a British study. *Science Progress*, 104(4), 1-21.  
<https://doi.org/10.1177/00368504211050277>
- Dotson, M.J., & Hyatt, E.M. (2008). Understanding dog-human companionship. *Journal of Business Research*, 61(5), s. 457-466. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2007.07.019>
- Duvall-Antonacopoulos, N., & Pychyl, T. A. (2008). An examination of the relations between social support, anthropomorphism, and stress among dog owners. *Anthrozoös*, 21(2), s. 139–152. <https://doi.org/10.2752/175303708X305783>
- Ejvegård, R. (2012). *Vetenskaplig metod* (4 uppl.) Studentlitteratur.
- Erlandsson, L-K., & Persson D. (2020). *ValMO-modellen. Ett redskap för aktivitetsbaserad arbetsterapi*. Studentlitteratur.
- Fine, A. H., & Beck, A. M. (2019). Understanding our kinship with animals. Input for Health Care Professionals Interested in the Human–Animal Bond. I A. H. Fine (Red.), *Handbook on Animal-Assisted Therapy Foundations and Guidelines for Animal-Assisted Interventions* (5 uppl., s. 3-12). Elsevier Incorporation.
- Folkhälsomyndigheten. (2021). *Psykisk ohälsa vanligt bland personer 65 år eller äldre – men det går att förebygga* [Broschyr]. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/publikationer-och-material/publikationsarkiv/p/psykisk-ohalsa-vanligt-bland-personer-65-ar-eller-aldre--men-det-gar-att-forebygga/>
- Graneheim, U. H., & Lundman, B. (2004). Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today*. 2(24), 105–112. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2003.10.001>

- Hammell, W. K. (2004). Dimensions of meaning in the occupations of daily life. *Revue Canadienne D'Ergotherapie*, 71(5), 296-305.
- Hazer, O., & Boylu, A. A. (2010). The examination of the factors affecting the feeling of loneliness of the elderly. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 9(2010), 2083–2089. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.12.450>
- Hitch, D., Pépin, G., & Stagnitti, K. (2014). In the footsteps of Wilcock, Part one: The evolution of doing, being, becoming, and belonging. *Occupational Therapy in Health Care*, 28(3), 231–246. <https://doi.org/10.3109/07380577.2014.898114>
- Hovbrandt, P. (2018). *Older people's occupations: a life with and without work*. Media-tryck.
- Huges, M. J., Verreynne, M., Harpur, P., & Pachana, N. A. (2020). Companion Animals and Health in Older Populations: A Systematic Review. *Clinical Gerontologist*, 43(4), 365–377. <https://doi.org/10.1080/07317115.2019.1650863>
- Høgseth, G. (2005). Socialgerontologi. I M. Bondevik & H. Nygaard (Red.), *Geriatrisk - ur ett tvärfackligt perspektiv* (s. 39-50). Studentlitteratur.
- Ikiugu, M. N., & Pollard, N. (2015). *Meaningful Living across the Lifespan: Occupation-based intervention strategies for occupational therapists and scientists*. Whiting & Birch.
- Jonsson, H. (2014). Researching Retirement - Studies that lead to new ways to look at freedom and the categorisation of occupation. I D. Pierce (Red.), *Occupational science for occupational therapy* (s. 211-220). SLACK Incorporated.
- Karlberg, S., & Eriksson, H. (2018). *Sociala Tjänstehundar - omsorg utan ord*. Klickerförlaget Göteborg AB.
- Kramer, C. K., Mehmood, S., & Suen, R. S. (2019). Dog Ownership and Survival A Systematic Review and Meta-Analysis. *Circ Cardiovasc Qual Outcomes*, 12(10). <https://doi.org/10.1161/CIRCOUTCOMES.119.005554>
- Kristensson, J. (2014). *Handbok i uppsatsskrivande och forskningsmetodik för studenter inom hälso- och vårdvetenskap*. Natur & Kultur.
- Krefting, A. (1991). Rigor in Qualitative Research: The Assessment of Trustworthiness. *American Journal of Occupational Therapy*, 45(3), 214-222.
- Larsson, M., & Rundgren, Å. (2003). *Geriatriska sjukdomar* (2 uppl.). Studentlitteratur.
- Lichtenberg, P. A. (1998). *Mental Health Practice in Geriatric Health Care Settings*. The Harworth Press Inc
- Lui, S., Powell, L., Chia, D., Russ, C. T., McGreevy, D. P., Bauman, E. A., Edwards, M. K., & Stamatakis, E. (2019). Is Dog Ownership Associated with Mental Health? A Population Study of 68,362 Adults Living in England. *Anthrozoös*, 32(6), 729-739, <https://doi.org/10.1080/08927936.2019.1673033>

- Lundman, B., & Hällgren Graneheim, U. (2017). Kvalitativ innehållsanalys. I B. Höglund Nielsen & M. Granskär (Red.), *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård* (3 uppl., s. 219-234). Studentlitteratur.
- McNicholas, J., & Collis, M. G. (2000). Dogs as catalysts for social interactions: Robustness of the effect. *British Journal of Psychology*, *91*(1), 61-70.  
<https://doi.org/10.1348/000712600161673>
- Miltiades, H., & Shearer, J. (2011). Attachment to Pet Dogs and Depression in Rural Older Adults. *Anthrozoös*, *24*(2), 147-154.  
<https://doi.org/10.2752/175303711X12998632257585>
- Nair, B.R. and Flynn, B. (2004). Pet owners and risk factors in cardiovascular disease. *Medical Journal of Australia*, *180*, 144-144. <https://doi.org/10.5694/j.1326-5377.2004.tb05848.x>
- Patel, R., & Davidsson, B. (2019). *Forskningsmetodikens grunder- Att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. (5 uppl.). Studentlitteratur.
- Petersson, M., Uvnäs-Moberg, K., Nilsson, A., Gustavsson, L. L., Hydbring-Sandberg, E., & Handlin, L. (2017). Oxytocin and cortisol levels in dog owners and their dogs are associated with behavioral patterns: An exploratory study. *Frontiers in psychology*, *8*(1796). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01796>
- Poestges, A., Gresser, U., & Richartz, B.M. (2016). The Impact of a Pet, in This Case a Dog, on Physical Activity, Independence, Social Contacts, Health and Quality of Life of Elderly People. *Advances in Aging Research*, *5*(4), 83-95.  
<http://dx.doi.org/10.4236/aar.2016.54009>
- Rebeiro, K. L. (2001). Occupational terminology interactive dialogue. *Journal of Occupational Science*, *8*(1), 33-34. <https://doi.org/10.1080/14427591.2001.9686483>
- Savalli, C., & Mariati, C. (2020). Would the Dog Be a Person's Child or Best Friend? Revisiting the Dog-Tutor Attachment. *Frontiers in Psychology*, *11*(576713), 1-5.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.576713>
- Svenska Akademiens Ordböcker. (2022). *Pensionär*.  
<https://svenska.se/saol/?sok=pension%C3%A4r>
- Socialstyrelsen. (2019). *Våga tala om psykisk ohälsa - Till dig som är äldre eller är närstående till en äldre person*. <https://www.socialstyrelsen.se/kunskapsstod-och-regler/omraden/aldre/aldres-halsa/>
- SCB. (17 februari 2022a). *Mer än var tredje över 60 bor ensam*. <https://www.scb.se/hitta-statistik/redaktionellt/mer-an-var-tredje-over-60-bor-ensam/#:~:text=Det%20bor%20%C3%B6ver%20%2C6,antingen%20%C3%A4nkor%2C%20%C3%A4nklingar%20eller%20skilda>
- SCB. (8 april 2022b). *Sveriges befolkning*. <https://www.scb.se/hitta-statistik/sverige-i-siffror/manniskorna-i-sverige/sveriges-befolkning/>



- Swall, A., Ebbeskog, B., Lundh Hagelin, C., & Fagerberg, I. (2017). Stepping out of the shadows of Alzheimer's disease: A phenomenological hermeneutic study of older people with Alzheimer's disease caring for a therapy dog. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 12(1), 1347013.
- Tongco, M. D. C. (2007). Purposive Sampling as a Tool for Informant Selection. *Ethnobotany Research and Applications*, 5, 147–158.  
<https://ethnobotanyjournal.org/index.php/era/article/view/126>
- Vetenskapsrådet. (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. <https://www.vr.se/analys/rapporter/vara-rapporter/2002-01-08-forskningsetiska-principer-inom-humanistisk-samhällsvetenskaplig-forskning.html>
- While, A. (2017). Pet dogs as promoters of wellbeing. *British Journal of Community Nursing*, 22(7), 332-336.
- Wilcock, A. A. (1999). Reflections on doing, being and becoming. *Australian Occupational Therapy Journal*, 46, 1-11
- Wilcock, A. A., & Hocking, C. (2015). *An Occupational Perspective of Health* (3 uppl.). SLACK incorporated.
- Wook Lee, S., & Kielhofner, G. (2020). Vanebildning: Aktivitetsmönster i dagliga livet. I R. R. Taylor (Red.), *Kielhofners Model of Human Occupations: Teori och tillämpning* (2 uppl. s. 87-107). Studentlitteratur.
- World Health Organization. (2022). *Mental health - strengthening our response*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- World Medical Association. (2022). *Wma Declaration Of Helsinki – Ethical Principles For Medical Research Involving Human Subjects*. <https://www.wma.net/policies-post/wma-declaration-of-helsinki-ethical-principles-for-medical-research-involving-human-subjects/>

## Bilagor

- 1: Förfrågningsunderlag
- 2: Facebookgrupper och översikt av dess medlemsantal
- 3: Öppna frågor: semistrukturerad intervju
- 4: Informationsbrev
- 5: Samtyckesblankett
- 6: Tabell 2 - *Analysmall*

### Förfrågningsunderlag

Är du en ensamboende hundägare över 65?

Vill du ställa upp på en kortare intervju där vi pratar om vilken betydelse hunden har på din vardag? Du kan bestämma själv om du vill utföra intervjun digitalt eller vi ska ses på en plats som du väljer.

Vi är två studenter från Lunds Universitet som läser till arbetsterapeuter och ska nu skriva vår kandidatuppsats. Vi letar efter pensionärer över 65 år som bor ensamma och har en eller flera hundar. Din unika upplevelse av ditt hundäggande är viktig för oss och kan ge stöd för just betydelsen av att ha hund. Ditt deltagande kommer kunna ligga till grund för en ökad förståelse från samhället om hur hundens närvaro hos äldre och inom vården påverkar hälsan.

Hör av dig till oss snarast möjligt så bokar vi in en tid!

Linda Grundén

0704-00 92 29

li5372gr-s@student.lu.se

Johanna Wernerheim Sobhie

0721-50 27 27

jo3173so-s@student.lu.se

## Facebookgrupper och översikt av dess medlemsantal

Facebook-grupper	Antal medlemmar
Degeberga vänner	1588
Huaröd	249
Allt som händer i Huaröd	602
Everöd	2473
Tollarp.nu	7312
Vä/Öllsjö med omnejd	3556
Hundar i Vä/Öllsjö	124
På gång i Yngsjö och Åhus	3639
Nya Åhus med omnejd	9671
Vi som gett hundar en andra chans	7119
Vi som gillar både hundar och katter	3144
Vi pensionärer	5747
Hundägare i Lomma/Bjärred 🇸🇪	867
Vi som bor i Beddingestrand	2995
Hundar	45435
Hundar och valpar - Skåne	2274
Vi som älskar hundar	18092
Hundägare i Skåne	3473
Hundägare i Dalby	220
Arlövskoll	3430
Händer i Husie	5111
<b>Totalt antal medlemmar i grupperna:</b>	<b>127121</b>

## Bilaga 3 (6)

### Öppna frågor: semistrukturerad intervju

Ålder på respondenten / hunden

Boendeform

Kan du berätta lite om din hund?

Har du alltid haft hund?

- Hur, var, när? Uppehåll? i så fall varför hund igen?
- Hur skiljer sig ditt liv nu från innan du hade hund? /

Hur ser du på din vardag idag? Aktiviteter utan hund? Aktiviteter med hund?

Vad är positivt för dig att äga hund? Begränsning?

Vad är negativt för dig att äga hund?

Hur skulle du beskriva din relation till hunden?

Hur upplever du att din hund påverkar din relation till andra?

- Med hund
- Utan hund

Hur har hunden påverkat vad du gör?

Hur pratar du med din hund?

Hur viktig är din hund i din vardag?

- Har du hjälp med din hund idag?
- Hade du velat/behövt hjälp med din hund?
- Vilken typ av hjälp?

Varför har du hund?

Har din hund vänner? Människor el andra djur?

Om du skulle beskriva din hund med ett ord, vad skulle det vara?

**Informationsbrev**

**Datum**

**Upplevd meningsfullhet och välbefinnande hos ensamboende pensionärer över 65 år genom aktiviteter med sin hund**

Du tillfrågas om deltagande i ovanstående intervjustudie. Kontakt uppkom i samband med att du svarade på en förfrågan vi intervjuare skickade ut via Facebook.

Syftet med denna studie är att undersöka hur upplevelsen av subjektiv meningsfullhet och välbefinnande som ensamboende pensionärer över 65 år erfar av aktiviteter med sin hund.

Vi skulle vilja göra en intervju med dig. Den beräknas ta cirka en timme och genomförs av någon av oss intervjuare. Med din tillåtelse spelas intervjun in och kommer förvaras inlåst. Deltagandet är helt frivilligt och du kan avbryta när som helst utan att du behöver ange varför. Den information du lämnar kommer att behandlas konfidentiellt, d.v.s. att inte någon obehörig får tillgång till den. Ingen känslig information eller sjukdomsbilder kommer behandlas i studien. Om du vill delta ber vi dig underteckna samtyckesblanketten och lämna över den vid intervjutillfället. Insamlat material kommer förvaras på en lösenordskyddad USB och kommer att förstöras efter godkänd examination.

Studien är ett examensarbete i Arbetsterapeutprogrammet vid Lunds Universitet.

Om du har några frågor eller vill veta mer, kontakta gärna oss eller vår handledare.

*Johanna Wernerheim Sobhie*

*Linda Grundén*

Handledare

*Studerande på Arbetsterapeutprogrammet*

*Studerande på  
Arbetsterapeutprogrammet*

*Lisbeth Nilsson*

e-post:  
*johanna.wernerheim\_sobhie.3173@student.lu.se*

e-post:  
*linda.grunden.5372@student.lu.se*

Postadress:

Tfn: +46705838596

e-post:  
*Lisbeth.Nilsson@med.lu.se*

**Samtyckesblankett**

Jag har tagit del av informationen om Upplevd meningsfullhet och välbefinnande hos ensamboende pensionärer över 65 år genom aktiviteter med sin hund

Jag har också tagit del av informationen att deltagandet är frivilligt och att jag kan avbryta när som helst utan att behöva ange orsak.

Härmed ger jag mitt samtycke till att delta i studien.

*Underskrift av studiedeltagare*

---

Ort, datum

---

Underskrift

---

Telefonnummer

**Tabell 2**  
*Analysmall*

Mening bärande enhet	Kondenserad enhet	Kod	Kategori	Underkategori
"Det är ju det att jag inte känner mig ensam utan dom är ju vid min sida, och märker dom att jag är ledsen då kommer dom och tröstar mig så det är... Ja jag mår jätte bra av det, just det här man är inte ensam man har någon och snacka med, för jag snackar med dom"	Jag känner mig inte ensam. Dom är vid min sida och om jag är ledsen kommer dom och tröstar. Man har någon att snacka med.	Motverka ensamhet och tröst	Relation	Ensamhet
"Vi går ju den här morgonrundan. Jag har rätt mycket värk också, och bara jag går så går det lättare och lättare. Det är ju så att det lönar sig inte att sitta still, värken blir inte bättre."	Jag har värk som blir bättre av att jag rör på mig, det lönar sig att inte sitta still.	Ökad fysisk aktivitet	Rutiner	Motverka ohälsa
"Varför... Ja... Jag älskar att ha hund, älskar hundar. Och nå... jag hade inte klarat mig utan... nå... det är en enormt bra medicin va. Jag har varit rätt mycket på sjukhus och han där drog mig hemåt igen. (Den tidigare hunden). Även om jag visste att han hade det bra, men det var han som var orsaken till att jag måste komma hem igen."	Jag älskar att ha hund, fungerar som medicin. Vid sjukhusvistelse var han anledningen till att jag måste komma hem igen.	Något att kämpa för	Mening	Motivation