



**Høgskulen
på Vestlandet**

MASTEROPPGÅVE

Å bli gamal i eigen heim
Growing old in your own home

Heidi Munch Starheim

Master i Samhandling innan helse- og sosialtenester

Avdeling for helsefag

Rettleiar: Siri Ytrehus

Innleveringsdato: 16.6.17

Eg stadfestar at arbeidet er sjølvstendig utarbeida, og at referansar/kjeldetilvisingar til alle kjelder som er brukt i arbeidet er oppgitt, *jf. Forskrift om studium og eksamen ved Høgskulen på Vestlandet, § 10.*

Samandrag

Tittel: Å bli gamal i eigen heim

Det vil bli ei auke i tal eldre heimebuande over 80 år fram mot år 2060 i Noreg og særleg i distriktskommunar. Fleire gamle bur aleine og funksjonsnivå kan bli redusert med auka alder. I distriktskommunar vil det difor vere viktig å få kartlagt dei eldste eldre heimebuande sine butilhøve, og om dei ynskjer å bli gamal i eigen heim. Det er behov for meir kunnskap om dei eldste eldre si tilknytning til heim, nærmiljø og familien, og kva innverknad dette har i deira kvardag. Det har vore sentralt i studie å sjå på kva som har verka inn på vala dei har gjort med tanke på å bu og bli gamal i eigen heim. Studie såg nærare på korleis dei eldste eldre opplevde og meistra å bu aleine i eigen heim.

Det vart gjennomført kvalitative intervju med seks einslege heimebuande over 80 år i ei distriktskommune.

Studie synta at dei eldste eldre ynskte å bu heime trass i at dei var blitt einslege og hadde høg alder. Minna og opplevingar frå heim, nærmiljø og familie medverka til auka tilknytning til bustaden dei budde i. Nærleik til familien hadde stor verdi for dei med tanke på tryggleik. Dei framheva at oppfølging frå familie og heimetenesta var viktig, og for nokre var dette avgjerande for at dei kunne bu heime. Dei fortalde at dei meistra daglege oppgåver og dei likte å vere sjølvstendige i kvardagen.

Nøkkelord: heim, gamal, eldste eldre, minner, distrikt

Abstract

Title: Growing old in your own home

The number of elderly over the age of 80 living at home in Norway will increase up until 2060, particularly in rural municipalities. An increasing number of elderly people live alone and their level of function may decrease with age. It will therefore be important for rural municipalities to map the living requirements of the oldest elderly people living at home, and whether they want to grow old in their own homes. More knowledge is needed about the oldest elderly people's attachment to their home, local community and family, and how this affects their daily lives. A key aspect of the study has been to examine what has affected the choices they have made in relation to live and growing old at home. The study takes a closer look at how the oldest elderly people experience and master living alone in their own homes.

Qualitative interviews were carried out in one rural municipality with six people over the age of 80 living alone at home.

The study showed that the oldest elderly people wanted to live at home, despite their age and the fact that they lived alone. Memories and experiences from their home, the local community and family contributed to increased attachment to their homes. They highly valued being close to their families with regard to safety and emphasised that follow-up from family and the home care service was important, and for some decisive, for them being able to live at home. They explained that they mastered daily tasks and liked being independent in their daily lives.

Key words: home, old, the oldest elderly, memories, rural areas

Innholdsliste

Forord

1.0	Innleiing	1
2.0	Dei eldste eldre, heim, familie og nærmiljø	3
2.1	Dei eldste eldre og deira behov i kvardagen	3
2.2	Verdien av heim, familie og nærmiljø	6
2.3	Dei eldste eldre sine bustadbehov og planar for flytting	8
3.0	Metode	11
3.1	Kvalitativ metode	11
3.2	Mi førforståing	12
3.3	Utval	12
3.4	Rekruttering	13
3.5	Presentasjon av informantar	14
3.6	Intervju	15
3.7	Transkribering	16
3.8	Analyse	16
3.9	Etiske vurderingar	18
3.10	Truverde	19
3.11	Overførbarhet	19
4.0	Frå ung til gamal i eigen heim	20
4.1	Minner og tidlegare livserfaringar	20
4.2	Eit tett og sjølvstøtt samvær med familien	23
4.2.1	Nær familie i same kommune eller nabokommune	23
4.2.2	Å fortsetje som før	25
4.3	Eit aktivt liv i den fjerde alder	26
4.3.1	Følgje med på det som skjer	27
4.3.2	Organisering av dagen og hjelp til personlege gjeremål	28
4.4	Her vil eg bu	29
4.4.1	Familien som tilretteleggar	30
4.4.2	Å kome seg til butikk	30
4.5	Å vere trygg i eigen heim	31
4.5.1	Hjelpemiddel	33

4.5.2	Tryggleiksalarm	33
4.6	Framtidige val for kvar ein skal bu	34
4.6.1	Vil ikkje flytte til noko ukjent	34
4.6.2	Eigen helsetilstand	34
4.6.3	Overlet ansvar til pårørande	35
5.0	Å bli gamal i eigen heim	36
5.1	Dei eldste eldre si tilknytning til heim, familie og nærmiljø	36
5.2	Meistring av kvardagen i eigen heim	38
5.3	Konsekvensar for praksis av dei eldre sine bustadval	40
6.0	Avslutning	41

Litteraturliste

Vedlegg 1

Vedlegg 2

Vedlegg 3

Vedlegg 4

Vedlegg 5

Vedlegg 6

Forord

Denne masteroppgåva er ein del av masterstudiet Samhandling innan helse- og sosialtenester ved Høgskulen på Vestlandet.

Proessen med å skrive masteroppgåva har vore lærerik og spanande. Samstundes har tema eg har valt gjeve meg nyttige erfaringar og kunnskap i høve mitt daglege arbeid i kommunehelsetenesta.

Eg er takksam for dei seks informantane som delte sine opplevingar og erfaringar frå sine liv, og gav meg eit innblikk i sin kvardag.

Ei stor takk til min rettleiar professor Siri Ytrehus for gode og konstruktive tilbakemeldingar og diskusjonar i arbeidet undervegs med oppgåva.

Takk til arbeidsgjevar for studiepermisjon og støtte undervegs i studie. Takk til mann og barn som har støtta meg og vore tolmodig med meg i prosessen fram mot innlevering av masteroppgåva.

1.0 Innleiing

Denne oppgåva handlar om dei eldste eldre sine synspunkt og perspektiv i høve det å bli gamal i eigen heim og kva dei meiner har verka inn på vala dei har gjort med tanke på å bli buande i eigen bustad. Erfaringane og forteljingane deira kan medverke til auka kunnskap og gje ei betre forståing for kva bustad, familie og nærmiljø har å seie i kvardagen til dei eldste eldre. Dette vil såleis ha stor verdi for å forstå korleis dei klarer å meistre kvardagen og kva som gjev mening for dei.

Denne kunnskapen kan seie noko om kva føresetnadar som må vere til stades for at dei kan bli buande i eigen heim så lenge dei sjølv ynskjer. Det vil difor vere føremålstenleg å få fram deira syn på vala dei tek for kvar og korleis dei ynskjer å bu. Denne kunnskapen er viktig og kan ha mykje å seie for både heimetenesta og politikarar som skal planlegge kommunen sitt tenestetilbod og legge til rette bustad for dei eldre. Å få fram eldre sitt perspektiv er ein viktig føresetnad når avgjersler skal takast for kvar dei eldste eldre skal bu. Studie har teke utgangspunkt i kva verdi tilknytning til heim og oppleving av å meistre daglege oppgåver har hatt for dei eldste eldre slik at dei kunne bu heime i eigen bustad.

Den demografiske utviklinga syner at det vert stadig fleire av dei eldste eldre både i Noreg og i andre vestlege land (Burholt & Dobbs, 2012). Forventa gjennomsnittleg levealder i Noreg vil auke jamt framover, og fram mot år 2060 blir det ei auke i tal eldre over 80 og 90 år. For menn vil forventa levealder auke frå dagens 80 år til om lag 87 år og for kvinner frå 84 år til 89 år. Dei eldste eldre vil difor bli ein stadig aukande del av folkesetnaden (Syse, Pham og Keilman, 2016). Den demografiske utviklinga har og medført auka merksemd på den eldste aldersgruppa frå myndigheita si side. Utgangspunktet til den norske myndigheita er i dag at alle eldre og dei eldste eldre over 80 år som ynskjer å kunne bu i eigen bustad, skal få høve til det (St.meld. 29, 2012 -2013).

I St.meld.29 (2012-2013) Morgendagens omsorg og i den offentlege utgreiinga Innovasjon omsorg (NOU 2011:11, 2011) blir det lagt til grunn at eldre sjølv skal ha eit ansvar for tilpassing av eigen bustad. Gjennom ulike epokar i livet må det gjerast endringar som bidreg til at ein er førebudd for dei ulike livsfasane som kjem. I eit livsløpsperspektiv er dette viktig for framleis å kunne bu og fungere i eigen bustad og oppleve at trivsel og livskvalitet vert oppretthaldt ut i frå den einskilde sine ynskjer og behov (NOU 2011:11, 2011).

Dette studie er gjort i ei kommune i Sogn og Fjordane. I dette fylket er det ein høgare del eldre enn andre fylker (Syse et.al., 2016). Per 1. januar 2017 var 5,5 % av innbyggjarane i Sogn og Fjordane 80 år eller eldre, medan talet for heile landet var 4,2 %. Den generelle aldringa av folkesetnaden vil råke distriktskommunane spesielt hardt. Andelen innbyggjarar over 67 år og eldre vil auke frå 16,5 % i 2016 til 24 % i 2040 i fylket (Sogn og Fjordane Fylkeskommune, 2016). Distriktskommunar kan i tillegg ofte ha lange avstandar og fleire eldre bustadar. Når det vert fleire eldre over 80 år, vil det vere auka sannsyn for at mange av dei eldste bur aleine. I Noreg bur så mange som 6 av 10 eldre over 80 år aleine i eigen bustad (Andreassen, 2011).

I dette studie vert følgjande tema og problemstilling sett nærare på:

Eldre sitt syn på og erfaring med å bu i eigen bustad.

Vidare i denne oppgåva vert tidlegare forskning og litteratur som set fokus på tema og problemstilling presentert. Her vil teoriar og forskning som handlar om heim, nærmiljø, familien og kva som særpregar dei eldste eldre sine bustadynskjer sett nærare på. Metodekapittelet tek føre seg på kva måte data er blitt samla inn og korleis analysen er blitt utført. Vidare vert resultatata presentert i kapittel 4. I kapittel 5 vert resultatata diskutert i lys av tidlegare forskning. Til slutt i oppgåva vert det sett på kva konsekvensar studie kan ha for praksis og vidare forskning. Avslutninga gjev ei oppsummering av funn i høve dei eldste eldre sine bustadynskjer.

2.0 Dei eldste eldre, heim, familie og nærmiljø¹

Heimen har stor verdi for dei eldste eldre. I det følgjande vert forskning og teori om dei eldste eldre og kva heimen har å seie for eldre og deira val av bustad presentert.

2.1 Dei eldste eldre og deira behov i kvardagen

Å bli eldre inneber ei rekke endringar både biologisk, psykologisk og sosialt. Desse endringane kan i ulik grad påverke den einskilde si evne til å tilpasse seg i kvardagen. Den gruppa som er representert i denne undersøkinga høyrer til i det som kan vere uttrykk for den «fjerde alder» (Romøren, 2007). Informantane i dette studie var alle over 80 år, og anten enke eller enkemenn. Dette er den raskast veksande aldersgruppa og dei har vore med på ei omfattande velferdsutvikling (Syse et.al., 2016). Det vil av den grunn vere naudsynt å setje seg inn i kva som særpregar dei når det gjeld korleis dei taklar kvardagen i eigen bustad. Erfaringsgrunnlaget dei har for korleis dei meistrar dagleg livet vil difor vere ulik i høve dei som er yngre eldre (Bondevik, 2000).

Fordi den aller eldste aldersgruppa aukar i omfang har denne gruppa fått auka merksemd i forskinga (Romøren 2007). Skilje mellom den tredje og den fjerde alder vart fyrste gong gjort av Peter Laslett i boka *The Emergence of the Third Age A Fresh Map of Life* (Laslett, 1991). Skilje kan og relaterast til omgrepa «dei unge eldre» og «dei eldre- eldre» (Neugarten, 1974). Begge omgrepa peikar på kronologiske eller demografiske tilhøve (Baltes & Smith, 1999: 153-173) og syner begge til suksessive trinn i det vaksne liv som følgjer kronologisk etter kvarandre. Andre klassifiseringar som er brukt for å skildre situasjonen av eldre i den aldersfasen då dei vert avhengig av hjelp er «tilbaketrekking» (disengagement) (Cumming & Henry, 1961) eller «strukturert avhengighet» (structured dependency) (Townsend, 1981).

Ved å framheve skilje mellom den tredje og den fjerde alder vil ein få fram at den tredje alder i motsetnad til den fjerde vil vere prega av ein livsstil kjenneteikna ved forbruk, ei aktiv fritid, aktivt sosialt og kulturelt engasjement og høve til å setje premisser for tilværet sjølv (Netuveli, Wiggins, Hildon, Montgomery & Blane, 2006; Romøren, 2007; Gilleard & Higgs, 2013). Mange har då framleis god funksjonsevne og mange vil ha det sjølv når dei nærmar seg 80 år.

Overgangen til den fjerde alder frå 80 år vil kunne innebere større sjans for avhengigheit, kroppsleg svekking og funksjonsnivå som kan verte redusert og blir skildra i lys av veikskap og marginalisering (Baltes and Smith, 2003; Gilleard & Higgs, 2013). Mange i den fjerde alder er anten enke eller enkemenn, og har større risiko for å oppleve sosial isolasjon og einsemd. Det kan likevel vere slik at mange har fleire ressursar for å kunne leve eit sosialt og meningsfylt liv i den fjerde alder

¹ For å finne relevant litteratur og forskning vart det gjort søk i ulike databasar. Vedlegg 1.

(Isherwood, King & Luszcz, 2017). Det vil vere store individuelle skilnadar på kroppsleg aldring og for dei som er i same livsfase (Bondevik, 2000). Med auka alder vil fleire kunne utvikle aldersrelaterte sjukdomar som KOLS, hjartesvikt, demens og kreft (St.meld. nr 47, 2008-2009). Mange av desse faktorane kan verke inn på vala dei eldste eldre må ta stilling til i høve om dei framleis kan bu i eigen bustad og om bustaden dei har eignar seg for deira behov. Sjølv om grensa mellom tredje og fjerde alder ikkje er absolutt, kan flytting til ein tilpassa bustad eller ein institusjon, difor ofte bli sett på som synonymt med overgangen til den fjerde alder. På den måten kan den fjerde alder bli knytt til flytting frå eigen heim til institusjon (Stathi & Simey, 2007) og den staden dei eldre bur kan då oppfattast som eit synleg skilje for tilhøyrse til anten den tredje eller fjerde alder (Koss & Ekerdt, 2016).

Det vert då særskilt viktig at det i størst mogleg grad blir lagt til rette i eigen heim for å kome i møte ynskja dei eldste eldre har om å bu heime sjølv om dei vert skrøpelegare (Pynoos, Nishita, Cicero og Caraviello, 2008). Tilbod, oppfølging og tilrettelegging av bustaden vil ha stor verdi for korleis dei opplever og løyser daglege gjeremåla dei må utføre (Sixsmith & Sixsmith, 2008).

Det kjem likevel fram i ein studie som er gjort at fleire av dei eldste eldre meiner at å bu heime i eigen bustad er det mest ideelle (Gillsjö, Schwartz-Barcott & von Post, 2011), men om deira helsetilstand vert dårleg kan det ha innverknad på om dei greier å bu i eigen bustad (Fernandez-Carro, 2016).

Når ein samanliknar ynskja til dei yngre eldre med dei eldste eldre, er det nokre skilnadar i høve kva dei legg vekt på som viktig i deira kvardag. Dei eldste eldre legg meir vekt på tilhøvet dei har til nabolag, nærmiljø og tilknytning til uteområde. Storleik på bustad og det å bu saman med andre har meir å seie for dei yngre eldre si oppleving av livstilfredstilling (Oswald, Jopp, Rott and Wahl, 2010).

Det syner seg at for mange av dei eldre vil eit langt livsløp kunne vere både aktivt og kreativt til det siste. Mange tilpassar det dei skal gjere på bakgrunn av kva dei greier å utføre sjølv og dei gjer ting enklare og på sin eigen måte. I den fjerde alder som er dei over 80 år kan ein likevel rekne med før eller seinare ei kroppsleg svekking og eit auka hjelpebehov (Romøren, 2007).

Endringar som oppstår i deira livssituasjon der mange av dei eldste eldre har mista sin ektefelle, nære vener og andre i familien som har hatt stor verdi i deira liv kan verke inn på korleis dei klarer seg i eigen bustad (Borglin, Edberg & Hallberg, 2005). I tillegg til å bu aleine kan endringar i helsetilstand og i det daglege liv medverke til utfordringar der den einskilde kan oppleve sosial isolasjon og at daglege oppgåver vert tyngre å utføre. Når dei eldste eldre går igjennom endringar kan dette bli opplevd ulikt av menn og kvinner og i høve kvar ein bur i Europa (Gaymu & Springer, 2010).

På kva måte dei eldste eldre utfører daglege aktivitetar og oppgåver i heimen kan sjåast i samanheng med deira historie, kulturen dei er ein del av og miljøet dei har rundt seg. Dette verkar inn på korleis

kvardagen deira er og medverkar til at dagane opplevast som meiningsfulle for dei. Dei ser på seg sjølve som aktive, sjølvstendige og deltakande, fordi dei opplever seg som godt fungerande (Hinck, 2004). For mange eldre over 70 år vert daglege aktivitetar ofte utført når dei er aleine heime. Av aktivitetar dei likar er det å sjå på TV noko dei brukar mest tid på utanom faste gjeremål (Horgas, Wilms and Baltes, 1998).

Fleire som er i alderen 80 – 90 år vil oppleve at dei framleis har tida føre seg og må planlegge dagane sine ut frå det. Tidlegare erfaringar og korleis dei har takla utfordringar påverkar på mange måtar dei daglege oppgåvene dei skal utføre samstundes som dei er opne for ny læring og tilpassing til samfunnet som er rundt dei i dag. Deira sosiale omgang med andre inneber at nesten alle dei er saman med er yngre (Hinck, 2007).

Dei eldste eldre er opptekne av å vise korleis dei tilpassar seg i eigen heim og kva forventningar dei har når dei vert eldre. Heimen kan då i enda større grad opplevast som eit symbol på sjølvstende for dei eldste eldre, fordi der kan dei ta sjølvstendige val i høve dei aktivitetane dei likar og treng å utføre i kvardagen. Trass i høg alder har dei ein sterk vilje til å vere sjølvstendige (Oswald, Wahl, Schilling, Nygren, Fänge, Sixsmith, Sixsmith, Szeman, Tomsone & Iwarsson, 2007).

Endringar som kan kome grunna aldringsprosessen og fysiske funksjonsendringar kan påverke deira sjølvstende. Dei eldste eldre er opptekne av at deira sjølvstende handlar om at dei kan ta sjølvstendige val kring dagleglivet i heimen. Ved å utfordre eigne grenser, senke krava til korleis dei løyser oppgåver i heimen og ikkje gjere alle oppgåver dei gjorde tidlegare opplever dei at dei meistrar kvardagen på ein tilfredstillande måte (Haak, Fänge, Iwarsson & Dahlin Ivanoff, 2007).

For mange av dei eldste syner det seg at dei aktivitetane som skal utførast ikkje er ulike frå det dei gjorde tidlegare, men måten dei vert utført på kan endre seg. Det er difor viktig for dei å oppleve å ha ei god helse og kunne utføre daglege oppgåver sjølv (Larsson, Haglund & Hagberg, 2009). Mange opplever at samfunnet ikkje forstår deira behov og at dei vert sett på som unyttige. Fleire av dei eldste opplever ikkje endringane som negative. Dei finn det meiningsfult då dei har ei sterk tilknytning til heimen og nabolag (Wiles, Allen, Palmer, Hayman, Keeling & Kerse, 2008).

For dei eldre sitt tilhøve til eigen heim blir verdien av sjølvstende framheva fordi det syner at eldre ynskjer å bli buande heime for å få høve til å vere sjølvstendige så lenge som mogleg. Dei ynskjer i stor grad å få støtte for dei vala dei gjer for å kunne greie å bli buande heime så lenge råd er. Dei vil heller bu i eigen bustad sjølv om den er gamal og lite tilrettelagt framfor å flytte i nye, tilrettelagte leilegheiter. Dei opplever då større fridom, dei kan vere sjølvstendige og sjølv velje kva dei vil gjere (Dale, Dale og Lorensen, 2001).

Å kunne vere sjølvstendig er viktig sjølv om ein er gamal, fordi mange ynskjer å ha kontroll over eige liv, oppleve meistring og deltaking (Haak et.al. 2007). Vidare kjem det fram i andre studie at å bli gamal i eigen bustad kan for nokre av dei som bur aleine i periodar i livet opplevast som at dei er isolert frå andre og kjenner seg difor einsame, fordi det skjer endringar i livet med familie og omgangskrets (Birkeland og Natvig, 2008; Sixsmith & Sixsmith, 2008).

2.2 Verdien av heim, familie og nærmiljø

I forskning vert heimen forstått som noko meir enn og utover berre bustaden. Heimen har fleire ulike kvalitetar (Bigonnesse, Beaulieu & Garon, 2014), som både har med den fysiske utforminga, personlege opplevingar og sosiale dimensjonar å gjere, og som alle er med på å gjere heimen til ein meningsfull plass å leve (Oswald & Wahl, 2005; Felix, De Haan, Vaandrager & Koelen, 2015).

Det vil seie at omgrepet heim famnar om fleire tilhøve som kan relaterast, i tillegg til sjølve bustaden og den fysiske utforminga av den, til familien og hushaldet, opplevingar, verdiar, omgjevnadar og til kjenneteikn ved bebuaren, som til dømes kjønn (Mallet, 2004). Studie syner at heimen er den staden som «står hjarte deira nærast», fordi ein der kan vere seg sjølv, heimen gjev høve til privatliv og til å oppretthalde eigen identitet, noko som er påpeikt er av særleg verdi for dei eldste eldre (Gillsjö et.al., 2011). I tillegg blir heimen for dei eldste eldre knytt til det å vere sjølvstendig og for å ha høve til å ha kontroll over eige liv, til dømes for å kunne utføre daglege aktivitetar på sin eigen måte (Oswald et.al., 2007).

Nettopp opplevinga av å kunne vere sjølvstendig kan vere verdifullt for sjølvkjensla og å føle seg fri for den eldre, som igjen kan påverke molegheita til å kunne bli i eigen bustad (Haak et.al., 2007). For dei eldste eldre vil det innebære at dei kan kjenne seg fri, og sjølv kunne velje eigne aktivitetar som dei greier å utføre utan påverknad frå andre (Dale, Söderhamn & Söderhamn, 2012). Ressursane den einskilde har kan då medverke til at funksjonsevna kan oppretthaldast slik at dei kan klare seg sjølv i eigen bustad (NOU 2011:11, 2011). Det er i bustaden dei fleste av deira daglege aktivitetar skjer og vert utført (Wiles, Leibing, Guberman, Reeve and Allen, 2011). Dette gjeld spesielt for dei eldre.

Tryggleik er ein annan sentral dimensjon ved heimen. Det er fleire tilhøve som gjer at heimen kan ha mykje å seie for eldre sin tryggleik. Eldre kan oppleve tryggleik når dei er i dei kjende omgjevnadene som heimen representerer. I tillegg påverkast tryggleiken av omgjevnadane, både å ha eit kjent sosialt miljø som til dømes familien i nærleiken, og eit kjent nabolag. (Gillsjö & Schwartz-Barcott, 2009).

Når dei eldste eldre opplever tryggleik og sjølvstende i eigen heim kan det medverke til auka trivsel og meistring (Oswald & Wahl, 2005; Dahlin-Ivanoff, Haak, Fänge & Iwarsson, 2007). Kjensle av tryggleik til både heim og lokalsamfunn vil spele ei rolle for dei eldre si sjølvkjensle og identitet (Wiles et.al.2011). På denne måten kan både bustad, nabolag og lokalsamfunn ha mykje å seie for kva som opplevast som den mest ideelle plassen å bli gamal.

Det er ikkje berre sjølv bustaden, men og dei nære omgjevnadane kring huset som har stor verdi for dei eldre. Og dei nære omgjevnadane vert forstått som ein viktig del av heimen (Felix et.al, 2015). Dette kan ha å gjere med både dei fysiske, personlege og sosiale tilhøva. Nærmiljøet kan bli forstått som dei omgjevnadane som er knytt til bustaden og avgrensa til området for dei aktivitetane og relasjonane for den eldre, som har bustaden som utgangspunkt (Schiefløe, 1985). Dette er gjerne den staden dei fleste eldste eldre føler dei høyrer mest til og vil inkludere bustaden, naboar og nærmiljøet dei har rundt seg (Peace, Kellaher & Holland, 2006).

Når den eldre har budd lenge på ein plass vil han eller ho ha brukt området over mange år og ha utvikla mange vanar og aktivitetar både i bustaden og i nærmiljøet. Bustaden og heimlassen dei bur på opplevast som noko med stor verdi, fordi den ligg i kjent nærmiljø, dei kjenner naboane og familie har busett seg i nærleiken. Bustaden får då ei utvida meining og blir sett i samanheng med det som skjer i omgjevnadane rundt. At bustaden ligg i kjende omgjevnadar bidreg til ei sterk tilknytning til staden dei er kjent med og har budd det meste av sitt liv (Ytrehus,2004; Wiles et.al., 2008). Dette har mykje å seie for at mange ynskjer å bli buande (Ytrehus, 2004; Ytrehus og Fyhn, 2006 a, b). Kjensler dei har til plassen, at bustaden fungerer i høve deira aktivitetar og vaner i tillegg til nye behov og krav, kan ha mykje å seie for at dei vil fortsetje å bu på same staden (Hagberg, 2012). Dette motiverer og aukar deira høve til å kunne bu heime (Gillsjö & Schwartz-Barcott, 2009; Cicero, 2012).

Det er ikkje berre sjølv bustaden og det nære heimen som kan ha ulik meining, men og i høve om bustaden ligg i by eller distrikt (Anton & Lawrence, 2014). Dei eldste eldre som bur i distrikta kan vere meir knytt til staden dei bur enn eldre i sentrale strog (Róin, 2015). Både sosiale, økonomiske, politiske, miljøomsyn og teknologiske kan få innverknad og vere viktig for eldre som bur i distrikta (Burholt & Dobbs, 2012).

På bakgrunn av dette kan det vere nokre grupper det er særleg viktig å vere merksame på når det gjeld heimesituasjonen. For eksempel kan heimen kan ha ulik meining for menn og kvinner grunna dei rollene dei har hatt i samfunnet. Eldre menn brukte tradisjonelt tida si på arbeid utanfor heimen, medan kvinnene brukte tida til å skape ein heim. På bakgrunn av dette vart kvinnene difor meir knytt til heimen (Russell, 2007).

I ein ny norsk studie som er gjort i ein liten kommune har Ness, Hellzen & Enmarker (2014 a, b) sett nærare på skilnadar mellom eldre einslege heimebuande kvinner og menn som bur på bygda. Kvinnene som er intervjuet opplever at dei er sterkt knytt til heimen dei har bygd og budd i frå dei var unge og er blitt veldig glad i heimen sin. Det er her dei har levd livet saman med familien sin. Samstundes er dei nøgde med livet og takksame for at dei framleis kan bu heime med hjelp frå heimetenesta.

Dei eldste eldre kvinnene som budde aleine i distrikta opplevde ein indre styrke som gjorde dei optimistiske for framtida i eigen bustad, men samstundes var dei sårbare for endringar i deira helsetilstand (Ness et.al., 2014, b). Studie synte at kvinnene var klar over at dei ikkje hadde lenge igjen å leve, men at dei var opptekne av å vere optimistiske og finne løysingar i kvardagen trass i endringane dei hadde opplevd. Eldre einslege heimebuande menn i distrikta opplevde at dei kunne kjenne seg utilstrekkeleg i kvardagen. Dei greidde likevel å finne håp i livet og kjenne forsoning med livet. Dette kunne påverke deira kvardag for å greie seg aleine. Dei aksepterer at livet hadde endra seg og har gjort val for å kunne greie å vere sjølvstendige (Ness et.al. 2014, a).

Litteraturen gjev grunn til å framheve spesielt minna som særskilte viktige element ved heimen for dei eldre. Minna vert framheva fordi dei kan ha kvar si historie og vil vere knytt til ulike hendingar i livet som kan ha vore opplevd både på godt og vondt. Minna i bustaden har mykje å seie for dei. Bustaden vil innehalde minner som møblar, bilete og ting frå oppveksten og familielivet som verkar inn i dagleglivet deira og som dei har knytt seg til (Borglin et.al., 2005; Hinch,2007). Opplevingar dei eldste eldre har fått gjennom eit langt liv i sin bustad saman med ektefelle, barn, familie og vener har gjeve dei minner og erfaringar dei set pris på og kan leve vidare på (Gillsjö et.al., 2009). Daglege aktivitetar vil vere påverka av minna dei har frå både historia, kulturen og samfunnet dei har fått gjennom livet dei har levd i bustaden og nærområdet. Desse minna inneber at fleire greier å hente fram styrke til å meistre og gjere kvardagen meiningsfull (Stones and Gullifer,2016).

2.3 Dei eldste eldre sine bustadbehov og planar for flytting

Det har vore stor merksemd på korleis bustaden kan tilpassast for at eldre skal kunne bu heime lengst mogleg. Å bli gamal i eigen bustad og kunne bu heime så lenge ein sjølv ynskjer er viktig for dei fleste av dei eldste eldre og det vert lagt opp til at dei skal kunne leve eit godt liv i deira eigen heim sjølv om dei har ulike hjelpebehov grunna funksjonsnedsetting (St.meld. nr 25, 2005-2006).

Uttrykket «Age in place» vert nytta i internasjonal forskning for å skildre at dei fleste eldre ynsker å bli buande i sine bustadar sjølv om dei får eit auka hjelpebehov (Sixsmith & Sixsmith, 2008).

Undersøkingar gjort i Noreg syner at det er relativt få av dei eldste som flyttar og dette blir sett i samanheng med deira tilknytning til bustad og nærområde (Ytrehus & Gulbrandsen, 2012).

Fenomenet «Aging in place» vert av Pynoos et.al. (2008) skildra som dei eldste eldre sine val om å framleis greie å bu heime i eigen bustad sjølv om dei vert skrøpelege.

Det vil vere viktig å leggje til rette for og gje dei eldste eldre høve til å kunne bu heime i eigen bustad så lenge dei sjølv ynskjer både av omsyn til auken i tal eldre og deira eigne ynskjer om å bu heime (Schmidt, Holm, Kvinge og Nørve, 2013). Det vil i enda større grad vere naudsynt å prøve å forklare og forstå kva dei eldste eldre sine behov kring eigen bustad er ut frå at dei ynskjer å vere sjølvstendige. Forsking syner at tryggleiken dei eldste eldre opplever i lokalmiljøet der dei har familie, eit hus dei kjenner godt, eit kjent nabolag og tilbod som tek i vare deira daglege interesser som hjelp i heimen og høve til å få tak i det dei treng har stor innverknad på vala dei gjer (Bigonnesse et.al., 2014).

Mange av dei eldste eldre som bur i bustadar som er tilgjengelege vil oppleve heimen som meir meningsfull og nyttig. Samstundes som dei kan tenke at deira bustadsituasjon ikkje vert påverka frå andre omstende vil dei vere meir sjølvstendige i daglege aktivitetar og ha ei auka kjensle av velvære i bustaden sin. Dei kan difor vere mindre avhengig av hjelp frå andre i høve deira bustadsituasjon (Nygren, Oswald, Iwarsson, Fänge, Sixsmith, Schilling, Sixsmith, Széman, Tomsone and Wahl, 2007).

Tilknytning til staden ein bur har stor verdi både i høve omgjevnader og daglege rutine vert utført. Eit ynskje om å kunne bu der ein høyrer til vil for mange ha stor verdi når spørsmål om flytting vert stilt (Ytrehus, 2005). Når heimen vert tilrettelagt syner det seg at dei eldste har høve til å kunne bu lenger i eigen bustad. Dette kan gje ein positiv effekt både for eldre si oppleving av å kunne vere sjølvstendige og for planlegging av tilbodet som samfunnet skal yte (Hwang, Cummings, Sixsmith & Sixsmith, 2011). I st.meld.29 (2012-2013) Morgendagens omsorg vert det poengtert at det vil vere ein føresetnad at folk tek ansvar for best mogleg tilrettelegging av eigen bustad mot framtidig utvikling når det vert fleire eldre.

Dersom dei eldste eldre ikkje har høve til å kunne bu i eigen bustad og må flytte grunna endringar i livssituasjon ynskjer mange å flytte til eigna bustad som er tilrettelagt. Å flytte nærare familie er eit alternativ som berre kvinnene ser på som kan vere aktuelt. Om det ikkje er klart kva val dei eldre har for kvar dei skal flytte er det vanskeleg for dei å ta avgjersle på det og at å bli buande i eigen bustad då står fram som tryggast (Ewen, Hahn, Erickson & Krout, 2014).

For fleire er heimen ein del av sjølve livet og dei kan ikkje sjå føre seg noko anna alternativ (Gillsjö et.al. 2011). Faktorar som kan påverke vil vere om dei opplever god helse eller om dei vert skrøpelege. Dette kan ha innverknad på kva val dei eldre gjer i høve eigen bustad.

I studie gjort i Spania kjem det fram at dei eldste eldre som opplever at dei har god helse vil bu heime, men om dei får kognitive eller fysiske plager ynskjer over halvparten å bu med familie og i hovudsak med barna. Desse funna kan ein sjå i samanheng med at familien blir sett på som den sikre støtta, kan gje hjelpa dei treng og fordi der ikkje er noko betre alternativ (Fernandez-Carro, C, 2016). I motsetnad til fleire som er spurt i ein studie i Danmark ynskjer ingen å flytte til familien. Dei fleste ynskjer å framleis bu heime i eigen bustad i eldre år, medan nokre kan tenke seg å flytte til bustadar tilrettelagt for eldre (Leeson, 2006).

Det kan vere skilnadar i kva tilknytning eldre har til heimen basert på kven som blir spurt i høve kjønn, kvar ein bur, nærleik til familie, korleis dei opplever sin eigen situasjon og kva servicetilbod som er der dei bur. Kjennskap til tenestetilbod som butikk og helsetenester er viktig ut frå kvar dei ynskjer å bu (Evans, Kantrowitz and Eshelman, 2002; Ewen et.al. 2014).

For å kunne klare seg i eigen bustad kan fleire av dei eldste eldre ha eit behov for å få hjelp til praktiske gjeremål. Eit uformelt nettverk kan både hjelpe til med praktiske ting i heimen og samstundes fungere som sosial kontakt. Dette kan medverke til at dei kan bu lenger heime og få dekkja sine behov der (Skaar, Fensli, Söderhamn, 2010; Söderhamn, Dale & Söderhamn, 2011).

Bustadynskjer til eldre er kartlagt for å få fram dei eldre sine tankar om korleis dei skal få ein god og trygg bustadsituasjon når folkesetnaden vert eldre og at det med auka alder kan vere ein større risiko for å bli skrøpelege (Ytrehus, 2005; Ytrehus og Fyhn, 2006, a, b). Vidare syner forskning som er gjort av Fausset, Kelly, Rogers & Fisk (2011) at det er viktig for politikarar, tenesteplanleggar og familie å samhandle med dei eldste eldre for å få kjennskap og kunnskap til deira ynskjer og behov for å kunne legge til rette for at dei kan bu lenger heime i sine bustadar. Vala dei må ta for om dei framleis kan bu heime i eigen bustad er ofte vanskelege og vil vere både personlege i høve deira omgjevnadar samstundes som nettverket dei har rundt seg har mykje å seie (Ytrehus,2004).

3.0 Metode

I dette kapitlet vert forskingsprosessen gjort greie for i høve korleis studie er gjennomført og planlagt slik at føremål vert nådd. Studie sitt føremål har vore å sjå nærare på kva som har hatt innverknad på dei eldste eldre sine val om å bli gamal i eigen heim. Studie har hatt særleg fokus på å få fram deira synspunkt, tankar, opplevingar og forteljingar om kva erfaringar dei har med å bli gamal i eigen bustad. I tillegg kom det fram kva livshendingar som har påverka deira val og på kva måte dei praktisk har ordna seg for å bu heime.

3.1 Kvalitativ metode

Det er nytta kvalitativ metode for gjennomføring av studie. Kvalitativ metode går i djupna, har nærleik til deltakarane og fenomenet som skal undersøkjast. Kvalitative studie som denne bidreg til at forskar får ei nær kontakt med deltakarane og vil gje grunnlag for at gode og detaljerte data vert formidla. Forskinga har då fokus på dei menneskelege erfaringane, åtferd og fortolking der ein søker å forstå deltakarane sin situasjon og sjå røyndomen ut frå deira perspektiv og oppfatning av røyndomen (Thagaard, 2013).

Studie tek utgangspunkt i ei hermeneutisk fenomenologisk tilnærming. Eg ynskjer med studie å samle data om dei eldste eldre sine personlege erfaringar og opplevingar med å bu heime i eigen bustad. Ved å bruke ein hermeneutisk fenomenologisk tilnærming er målet å finne ei djupare meining i informantane sine opplevingar og erfaringar (Thagaard, 2013).

Fenomenologi blir skildra som ein metode der ein prøver å forstå det som er utforska med å ta utgangspunkt i informantane sine subjektive opplevingar, og søker å oppnå ei forståing av den djupare meininga i enkeltpersonar sine erfaringar. Som forskar forstår eg fenomenologien slik at eg må tolke alt som noko meir enn det eg ser. Fenomenologien er eit omgrep som peikar på ei interesse for å forstå sosiale fenomen ut frå aktørane sine eigne perspektiv og skildre verda slik den opplevast av informantane, ut frå den forståinga at den røyndomen er den menneska oppfattar (Kvale & Brinkmann, 2015). Denne tilnærminga er valt for å få ein heilskap, då eg har observert og tolka informantane sine svar av si oppfatning av røynda i eit fenomenologisk perspektiv.

Hermeneutikken framhevar verdien av å fortolke folk sine handlingar gjennom å utforske eit djupare meningsinnhald enn det som direkte er innlysande. Hermeneutikken bygger på prinsippet om at meining berre kan bli forstått i lys av den samanhengen vi studerer, er ein del av og at vi forstår delane i lys av heilskapen. Den legg vekt på at det ikkje finst ei eigentleg sanning, men at fenomen

kan bli tolka på fleire nivå (Thagaard, 2013). Eg nytta ei hermeneutisk tilnærming når eg tolka data som var transkribert.

3.2 Mi førforståing

Som forskar må eg vere bevisst på den påverknad rolla og førforståinga mi har på forskingsprosessen ut frå korleis eg samlar inn data, på kva måte den vert tolka og lagt fram. Heile forskingsprosessen vert på den måten påverka av rolla som forskaren har (Thagaard, 2013).

Førforståing er dei erfaringar, hypotesar, faglege perspektiv og teoretiske referanseramme eg hadde då eg starta dette studie. Denne ryggsekken av erfaringar og kunnskap har vore med å påverke kva måte eg har samla inn og lese data (Malterud, 2013).

Med erfaring som sjukepleiar i 23 år frå sjukehus og kommunehelsetenesta har eg møtt eldre som anten bur heime i eigen bustad eller skal reise heim etter opphald i sjukehus eller sjukeheim. På bakgrunn av den planlegginga som vert gjort ved utreise til eigen bustad og korleis det kanskje må leggest til rette for at dei skal kunne klare seg heime, har eg kunnskap og erfaring om kva deira ressursar og utfordringar kan vere.

3.3 Utval

I dette studie er det valt å nytte eit strategisk utval. Utvalet er då satt saman av deltakarar som har dei eigenskapane som er strategiske i høve problemstillinga og dei teoretiske perspektiva som er valt (Thagaard, 2013). For å bli inkludert i dette studie måtte informantane vere over 80 år då det er dei som i størst grad vil ha ulike hjelpebehov, og fordi studie si målgruppe er dei eldste eldre heimebuande. Dei skulle ha budd på same bustadadresse i minst 10 – 15 år då det vil vere den bustaden dei er mest knytt til. Det kunne vere både par og einslege, men dei skulle ikkje bu saman med barn eller andre. Begge kjønn kunne vere representert, men kor mange av kvart kjønn var ikkje naudsynt å ta omsyn til. Det måtte ikkje vere personar med kjent demenssjukdom eller kognitiv svikt, då deira svar kunne vere mindre truverdige for studie. Deltakarane skulle vere busett i ein og same distriktskommune og dermed ha same tilbod på tenester.

Det vart sendt ut førespurnad om deltaking til åtte informantar. Eg fekk svar frå seks av dei og alle innfridde dei kriteria som var utgangspunkt for prosjektet. I følgje Thagaard (2013) skal storleiken på utvalet vere slik at det kan medverke til å gje ei god og fyldig forståing og analyse av dei fenomenen som skal studerast.

3.4 Rekruttering

Når tema og forslag til problemstilling var klart måtte spørsmål kring kven eg skulle spørje og kvar eg skulle finne deltakarar bli klart. I høve storleik på studie ville eg prøve å få deltakarar frå same kommune i fyrste omgang. For å nå den aktuelle målgruppa vart pleie- og omsorgstenesta i ei kommune kontakta.

Det vart tatt kontakt med kommunalsjef for pleie- og omsorgstenesta i ei kommune og avtalt møte der eg fekk presentere prosjektet, og informasjonsskriv om prosjektet sin bakgrunn og formål vart lagt fram (vedlegg 2). Tilbakemeldinga eg fekk var positiv og etter å ha fått klarsignal tok eg vidare direkte kontakt med avdelingssjukepleiar i heimetenesta for å avtale eit møte.

I møtet fekk eg informere meir konkret om studie og utvalskriteria for deltakarar som kunne vere aktuelle å ha med. Ved personleg å ta kontakt med den som skulle formidle informasjonsskriva vart det høve til å avklare og svare på spørsmål kring studie og kva interesse det kunne vere med å hjelpe til å skaffe informantar. Informasjonsskriv til tilsette (vedlegg 3) vart gått igjennom, der informasjon om bakgrunn og formål med prosjektet, kven som kunne vere aktuelle å spørje og korleis studie var tenkt gjennomført vart presentert. Skriva skulle delast ut til personale i heimetenesta slik at dei hadde tilstrekkeleg kunnskap om kva dei skulle informere om til dei aktuelle deltakarane for studiet. Tilbakemeldinga eg fekk var at avdelingssjukepleiar ville ta dette opp i personalgruppa og på den måten hjelpe til å finne informantar som hadde kriteria som passa for studie.

På bakgrunn av at eg hadde planlagt at det skulle vere mellom seks og åtte informantar vart det delt ut åtte brev med samtykkeskjema og frankert konvolutt som tilsette skulle dele ut. I dette skrivet (vedlegg 4) kom det fram at deltaking i prosjektet var frivillig og at alt som ville kome fram i intervjuar skulle vere anonymt og at det skulle slettast når prosjektet var over. I fyrste omgang vart det ikkje sendt ut fleire førespurnadar for å ha kontroll på kor mange informantar eg kunne rekne med å få svar frå og greie å følgje opp vidare.

Allereie veka etter eg hadde møte med avdelingssjukepleiar i heimetenesta fekk eg svar frå informantar som var interessert i å delta i studie, og etter fjorten dagar hadde eg seks informantar som hadde dei inklusjonskriteria det var spurt etter. Samtykkeskjema som var sendt ut kom tilbake i frankert konvolutt som fylde med. I samtykkeskjema dei returnerte var det teke med telefonnummer eg kunne nå dei på. Sidan eg fekk fleire svar samstundes valde eg å ta kontakt med den som hadde sendt meg svar fyrst. Tid for å gjennomføre intervju vart avtalt i telefonsamtale. Alle intervjuar vart gjennomført heime hos den einskilde og dei fekk sjølv avgjere kva dag og tidspunkt som passa best for dei.

3.5 Presentasjon av informantane

Dei seks informantane som har delteke i studie er frå same kommune. I denne kommunen bur det om lag 6000 innbyggjarar. Kommunen har eit sentrum og fleire små bygder med gardsbruk, bustadfelt, skule og kyrkje. Alle butikkar ligg i sentrum. I kommunen er det offentlege arbeidsplassar, mellomstore private bedrifter og jordbruk.

Tre av dei bur i sentrum, ein 10 kilometer frå sentrum og to 13 kilometer frå sentrum. Informant nr. 1 er 94 år og enkemann. Han bur i einebustad i sentrum og har to barn som begge bur i same kommune der eine bur i nabohuset. Han har tilrettelagt leilegheit med det han treng på same golvflate og har trappeheis frå inngangsparti til hovudetasje som vart montert då kona levde. Han har vore yrkesaktiv og reiste mykje til han vart uføretrygda like før han vart pensjonist. Informant nr. 2 er 85 år og enkemann. Han bur i einebustad i sentrum der alt han treng er på same golvflate. Han har tre barn der to bur i same kommune. Han har vore yrkesaktiv og var mykje på reise i samanheng med arbeid. Informant nr. 3 er 91 år og enkemann. Han bur 13 kilometer frå sentrum i tilrettelagt einebustad med alt på same golvflate. Han har to barn der eine bur i nabohuset. Han var yrkesaktiv samstundes som han hadde eit lite gardsbruk fram til sonen tok over. Informant nr. 4 er 89 år og enke. Ho bur 13 kilometer frå sentrum i einebustad som er bygd om slik at soverom, bad, stove og kjøken er på ei golvflate. Ho har tre barn der ein er nabo og ein bur i nærområde. Ho har vore heimeverande med ansvar for eit lite småbruk og barna. Informant nr. 5 er 97 år og enke. Ho bur i leilegheit i sentrum som har ein etasje. Ho har budd der siste 20 åra. Ho har hatt fem barn, men har mista dei to eldste. Ho har ei svigerdotter og barnebarn i same kommune. Ho har for det meste vore heimeverande, men då barna vart vaksne tok ho seg arbeid i butikk og var serveringsdame. Informant nr. 6 er 86 år og enkemann. Han bur 10 kilometer frå sentrum på eit gardsbruk i gamalt og dårleg tilrettelagt hus. Han har to barn, der eine bur i nabokommunen. Han har god utdanning og har vore yrkesaktiv heile livet. Han har ikkje hatt drift på garden så lenge han har budd der.

Felles for alle informantane er at dei har ulike hjelpetilbod frå heimetenesta i kommunen.

Tabell 1: Opplysingar om informantane

Informant	Kjønn	Alder	Bustad	Sivilstand	Familie
1	Mann	94	Einebustad	Enkemann	2 barn
2	Mann	85	Einebustad	Enkemann	3 barn
3	Mann	91	Einebustad	Enkemann	2 barn
4	Kvinne	89	Einebustad	Enke	3 barn
5	Kvinne	97	Leilegheit	Enke	5 barn
6	Mann	86	Einebustad	Enkemann	2 barn

3.6 Intervju

Det vart gjennomført individuelle intervju med seks eldre over 80 år som bur heime i eigen bustad. Eg har valt å nytte kvalitative forskingsintervju som metode då den er eigna til å få ei djupare innsikt i dei eldste eldre sine erfaringar, tankar og kjensler om det å bu heime i eigen bustad. Intervjua vil medverke til å kunne få auka kunnskap om korleis den einskilde opplever sin situasjon i kvardagen (Thagaard, 2013).

Innsamling av data vart planlagt ved å gjennomføre semistrukturerte intervju som er vanleg å nytte i kvalitative studie. Intervjua har då eit mål og ei meining og det vil vere mogleg å få ei personleg tilpassing og djupne i intervjuet (Malterud, 2013). Tema skal i størst mogleg grad vere klart på førehand, men rekkefølga kan bli endra i løpet av intervjusamtalen. Eg utarbeidde ein intervjuguide (vedlegg 5) med ulike tema som skulle vere med på å sjå nærare på problemstillinga for studie. Den vart revidert etter gjennomgang og prøveintervju slik at tema vart tilpassa for å få svar på forskings spørsmål. I kvart møte med den einskilde informant var det viktig at dei fekk god tid til å fortelje si historie (Malterud, 2013).

Når intervjuet skal gjennomførast har intervjuaren eit ansvar for å skape tillit, å lytte til det som blir sagt og tilpasse situasjonen etter kvart som samtalen utviklar seg (Thagaard, 2013). Intervju med eldre personar krev at ein gjer grundige førebuingar. Det må takast omsyn til at informasjon om studie og korleis det skal føregå er godt kjent slik at deltakarane forstår hensikta med studie, og at det er heilt frivillig å delta. Nokre eldre informantar kan kjenne seg underlegne, spente og nervøse sidan dette er ein ny og ukjent situasjon for dei (Bondevik, 2000). Det kom fram at dei hadde diskutert deltakinga med både pårørande, heimehjelp og ei hadde snakka med fastlegen sin for å vere trygg på at det var greitt å seie ja til å vere med.

Informantane vart kontakta på telefon og avtale om møte heime hos kvar ein skild vart planlagt. Ein av informantane var ikkje heime då eg kom for å gjennomføre intervjuet. Han hadde satt opp lapp på døra at han skulle til lege og kva tid han meinte han var tilbake. Då eg kom tilbake seinare var han sliten og vi avtalte ny dag for møte. Ein anna informant var reist på butikken. Døra til huset stod open så eg venta på trappa til ho kom tilbake. Ei hadde grua seg veldig til intervjuet. Ho hadde ikkje vore med på intervju før og vart veldig glad undervegs då ho forstod kva vi skulle prate om. Ho hadde kjøpt inn brus og tende lys på bordet for å gjere det koseleg då ho fekk besøk.

Samtalane starta med at eg presenterte meg sjølv og forklarte kva studie gjekk ut på. Eg informerte om at eg skulle bruke bandopptakar til å ta opp intervjuet. Eg sa at om dei hadde trong for pause eller ville trekke seg så kunne dei det. Det var lett å kome i gong med samtalen og deltakarane gav gode og fyldige forteljingar om tema som handla om deira kvardag, interesser, minner og familie. Dei sette stor pris på at nokon tok seg tid til å samtale om desse tema som alle var opptekne av og hadde sine meiningar om.

3.7 Transkribering

Opptaka frå intervju vart lytta til og transkribert ordrett der alle pausar, lydar som kremt, nøling og gjentakningar vart tatt med. Alle intervju vart lytta på to gongar for å sikre at dei var transkribert så nøyaktig som råd var. Undervegs i transkripsjonen der tale vert til tekst vil det skje ei filtrering der meining går tapt, eller vert forvrengt og teksten kan gje eit avgrensa bilete av røyndomen. Det vil ved kvalitativ analyse alltid skje ei form for teksttolking av materiale (Malterud, 2013).

Intervju vart transkribert av forskaren sjølv og før neste intervju vart gjennomført. Å utføre transkripsjonen sjølv er tidkrevjande, men er med å styrke validiteten på det materiale som skal analyserast (Malterud, 2013). Intervju varte frå om lag ein time til to og ein halv time. Tilsaman vart det 52 sider med tekst.

3.8 Analyse

I analyseprosessen skal data som er samla inn i dei kvalitative intervju bli organisert, fortolka og samanfatta (Malterud, 2013). Forskaren skal ta utgangspunkt i problemstillinga og gjennom systematisk kritisk refleksjon stille spørsmål til sjølve materiale, spørsmåla som er stilt og dei svar som er kome fram i intervju. I denne prosessen må forskaren vere medviten på si eiga rolle ut frå

eiga førforståing, korleis intervjuet vart gjennomført, den teoretiske referanseramma som er aktuell i høve empiriske funn og drøfting av resultatene (Malterud, 2013).

Metoden som vart nytta i analyseprosessen er systematisk tekstkondensering som er inspirert av Giorgis fenomenologiske analyse og modifisert av Malterud. Dette er ein tverrgående analyse der informasjon frå fleire informantar vart samanfatta. Den er godt eigna til bruk av analyse av dei fenomen som vart skildra av informantane, og for å utvikle nye skildringar og omgrep (Malterud, 2013).

I det fyrste analysetrinnet vart det transkriberte materiale lest igjennom fleire gongar for at forskaren kunne danne seg eit heilskapleg bilete av teksten. Det var viktig å ha eit ope blikk og legge frå seg førforståing og teoretiske perspektiv (Malterud, 2013). Heilskapen var viktigare enn detaljane og forskaren måtte ha eit fugleperspektiv på det som vart lese. Då alt var lest igjennom vart det tydelegare kva tema som kunne knytast til problemstillinga. Notatar vart nedskrive, men ikkje systematisert (Malterud, 2013). Tema som kom fram ved denne fyrste gjennomlesing var: familie og vener, bustad og heim, fortida, aktivitetar, nærmiljø, tryggleik, framtid, hjelpebehov, hjelpemiddel og flytting.

Andre analysetrinn innebar at teksten skulle studerast, nærare organiserast og sorterast etter kva som var relevant i høve problemstillinga (Malterud, 2013). Dei meiningsberande einingane som vart funne var tekst som kunne seie noko om tema frå fyrste trinn. Samstundes vart dei koda og på den måten systematisert.

Fleire tema frå fyrste trinn kunne på den måten slåast saman og dei meiningsberande einingane vart sortert under kodane:

- Minner og tidlegare livserfaringar.
- Eit tett og sjølvstøtt samvær med familien.
- Eit aktivt liv i den fjerde alder.
- Her vil eg bu.
- Å vere trygg i eigen heim.
- Framtidige val for kvar ein skal bu.

I det tredje analysetrinnet vart det systematisk gått igjennom kodegrupper og dei meiningsberande einingane. Dette for å skilje ut dei kodegruppene som hadde få meiningsberande einingar. Desse vart anten plassert under andre kodegrupper eller dei vart ikkje tekne med då dei ikkje var reikna som meiningsberande lenger (Malterud, 2013). Materiale i kodegruppene vart sortert i ulike subgrupper

som inneheld kondensat som var eit kunstig sitat som vart presentert i eg-form der innhaldet i dei meiningsberande einingane vart presentert. Kondensata fungerte som arbeidsnotat og vart brukt som utgangspunkt for presentasjonen av resultat i det fjerde analysetrinnet (Malterud, 2013).

I det siste og fjerde analysetrinnet vart tekstbitane satt saman igjen i det som vert kalla rekontekstualisering. Forskaren si oppgåve var då å formidle og gjenfortelje informantane sine stemmer og gje lesaren innsikt og tillit (Malterud, 2013). Den analytiske teksten vart då resultatet i forskingsprosjektet. Som avslutning i analyseprosessen vart dei analytiske tekstane vurdert i høve datamateriale dei var henta frå. I tillegg til å vurdere funna opp mot empiri og teori som er kjent for forskar. På den måten vart funna validert (Malterud, 2013).

I dette studie vart intervju gjennomført i løpet av 3 veker. I denne perioden dreidde analyseprosessen seg om å transkribere materiale frå intervju og førebu seg til neste intervju. Fyrste trinn i analyseprosessen starta då alle intervju var transkribert og skrive ut.

3.9 Ethiske vurderingar

Forskning med kvalitative intervju inneber at forskaren må ta i vare ein del etiske prinsipp. Alle prosjekt som omfattar personopplysningar og som vert behandla med elektroniske hjelpemidlar er meldepliktige og kjem under Personopplysningslova (2000). I dette prosjektet som omhandla personlege opplysningar måtte eg sende inn meldeskjema til Norsk Samfunnsvitenskapelig Datateneste (NSD) (vedlegg nr. 6).

I heile forskingsprosessen hadde eg som forskar eit ansvar for at den informasjonen eg fekk inn vart behandla anonymt. Informantane måtte vere sikre på at forskaren behandla det dei fortalde i intervju om opplevingar og livssituasjon på ein sikker måte i høve anonymitet og openheit (Malterud, 2013). For å sikre dette vart all informasjon eg fekk behandla utan namn og fødselsnummer. Kva kommune dei høyrte til vart og anonymisert. På den måten vart Helseforskningsloven (2008) følgt.

Alt datamateriale vart oppbevart forsvarleg på passordbeskytta datamaskin og innelåst. Det er berre eg som har hatt tilgong til personopplysningane, og lydopptaka vert sletta når studie er avslutta. Dette fekk informantane informasjon om i informasjonsskriv med samtykkeerklæring som alle signerte, og når intervjuet starta. Deltaking i studie var frivillig og dei kunne trekke seg frå studie når dei ville utan å oppgje noko årsak.

3.10 Truverde

Studie sitt truverde handla om at forskinga eg har gjennomført var blitt utført på ein tillitsvekkande måte. Dette for at eg som forskar kunne legge fram og argumentere for korleis data var innhenta. Forskingsoppgåva sine resultat har med konsistens og truverde å gjere. Det var viktig at alle ledd i prosessen vart gjort greie for slik at lesarar kan forstå og oppleve at forskinga er tillitsvekkande (Thagaard, 2013). I intervju måtte eg legge til rette slik at informantane kunne få fram sine synspunkt og vurderingar. Dette innebar at dei måtte oppleve at dei kunne vere opne og at spørsmåla vart opplevd som relevant for dei. Kvaliteten på lydbandopptak måtte vere god og alt som vart sagt måtte vere med slik at transkripsjonen vart nøyaktig. Bakgrunnen for dette var at den vidare analyseprosessen skulle kunne følgjast av andre. Det var vesentleg at den metoden eg valde undersøkte det den skulle for at den skulle vere gyldig (Kvale & Brinkmann, 2015). Det var ikkje eit mål at eg skulle finne fram til ei sanning, men at tolkinga som vart gjort av data skulle vere gyldige i høve røyndomen som vart studert. Dette handla om studie sin validitet (Thagaard, 2013). Då eg nyttar kvalitativ metode med seks informantar ville eg få eit lite innblikk i dei eldste eldre si oppleving av å bu heime. Målet var å få innsikt og forståing for temaet som var studert.

3.11 Overførbarhet

Det er viktig i empirisk studie at resultatata kan ha relevans for andre utover dette prosjektet. Overførbarhet er knytt til at forståinga forskaren har utvikla innanfor ramma av eit enkelt prosjekt kan vere relevant i andre situasjonar (Thagaard, 2013). Overførbarhet kan og vere knytt til at tolkinga kan kjennast igjen hos lesarar som har kjennskap til dei fenomenena som blir studert (Thagaard, 2013). Studie mitt handlar om dei eldste eldre som bur heime i eigen bustad. Det kan ikkje framskaffe generalisert kunnskap, men det har heller ikkje vore hensikta. Likevel kan det ha eit generelt mål i høve bustadplanlegging og eldre sine ynskjer om å få bu heime så lenge dei sjølv ynskjer og klarer. Resultata kan vidare ha relevans for dei eldste eldre som bur i andre rurale områder i Noreg.

4.0 Frå ung til gamal i eigen heim

I dette kapitlet blir seks hovudtema som kom fram i analyseprosessen presentert. Alle som deltok hadde eit ynskje om å bu heime i eigen bustad så lenge som mogleg.

Fyrste del handlar om tidlegare livserfaringar og opplevingar som hadde hatt innverknad på val som vart gjort i høve livet dei hadde levd og budd i eigen bustad. Det vart sett nærare på familien si rolle og kva innverknad dei hadde hatt i kvardagen deira. Deretter handla det om aktivitetar og rutine i kvardagen som var sentrale for dei eldre. Vidare illustrerast den sterke tilknyttinga dei hadde til bustad og nærmiljø. Synspunkt og planar dei hadde for framtida i eigen bustad vert presentert. Intervjua synte at alle hadde tenkt igjennom og ville dele sine tankar og meiningar om dette.

4.1 Minner og tidlegare livserfaringar

Intervjua synte at tidlegare livserfaring hadde mykje å seie i kvardagen no. Nokre av dei erfaringane og tidlegare livshistorier som hadde vore ein del av livet deira hadde påverka korleis dei opplevde sin kvardag i dag. Eit gjennomgåande tema som informantane stadig kom tilbake til i intervjua, var at dei alltid hadde vore opptekne av å vere sjølvstendige og at det ville dei framleis vere.

«Eg og kona mi opplevde mykje i lag. Vi reiste utanlands og klarte oss fint. Kjekt å tenke på alt vi gjorde i lag. No har eg vore aleine i mange år og synest eg klarar meg fint. Eg saknar ikkje noke og er glad for alt vi fekk gjort og oppleve. No kan eg slappe av og eg har det eg treng her rundt meg»

Mann, 91 år

Forteljingane frå tidlegare tider var prega både av dramatiske livshendingar og livssituasjonen med dårlige økonomiske kår, sjukdom og helseproblem hos nære familiemedlemmar. Alle informantane fortalde at ungdomstida deira var prega av hendingane som skjedde i høve krigshandlingar som var i nærrområde og som gjorde at det var svært usikre tider. Nokre fortalde om dramatiske minner som var knytt til krigen og heimefronten. For fleire av informantane hadde delar av ungdomstida gått med til arbeid i heimefronten. Dei meinte at deltaking i dette arbeidet hadde gjort at dei vart tidleg vaksne og måtte ta ansvar.

Ein av informantane fortalde om ei oppleving han hadde når han hjelpte til under krigen.

«Det var tøffe tider då og vi måtte reise ut under ekstreme forhold om vinteren. Vi kunne ikkje fortelje kvar vi skulle eller kva vi gjorde. Etter krigen var eg med i Tysklandsbrigaden og møtte mange ungdomar som hadde opplevd det same som meg. Det gav meg god støtte å ha nokon å snakke med om opplevingane vi hadde i møte med tyskarane»

Mann, 91 år

Ein av informantane som fortalde om krigsminner meinte sjølv at desse vart tydelegare no i eldre dagar. Han la vekt på at han opplevde det som positivt å få snakke med andre om dette no. Svært få av dei han var i lag med då lever i dag. Forteljningane om tidlegare tider var likevel prega av gode minner frå oppvekst- og ungdomsår.

Arbeidsliv og gjeremål i ungdommen og i unge vaksne år handla om å få sikra det økonomiske grunnlaget og mat til familien. Dei brukte mykje tid ute på fjorden for å fiske heilt frå dei var unge og likte å vere ute i båt. Fekk og vere sosiale med dei andre karane i bygda. Dei heldt lenge på med fisking og etter at dei vart pensjonistar. Ingen av informantane dreiv med dette no. Dei var for gamle til det meinte dei.

«Båten eg brukte låg rett nedafor huset her. Likte meg godt på fjorden og var alltid mange utpå samtidig. Ikkje alltid det var for å få fisk eg var utpå, men kunne slappe av og treffe andre»

Mann, 84 år

Gode minner var og knytt til venskap og det sosiale livet som hadde vore blant jamgamle i bygda. Kvinnene la vekt på at dei hadde vore sosiale med dei andre husmødrene i bygda. Dei fortalde om godt samhald med naboane dei hadde tidlegare. Dei gjekk i lag til butikken og samlast på den lokale kafeen. Ei av kvinnene la og vekt på det sosiale livet dei hadde hatt heilt frå ungdomstida i bygda. Kvinnene var med i husmorlaget og gjekk mykje på besøk til kvarandre. Dette var gode minner.

«Vi var fire nabokjerringar som oftast gjekk i lag til Handelslaget. Kunne bruke lang tid på dei turane, men det var so kjekt og vi hadde mykje å snakke om. Var sjølvstøtt ikkje kvar veke vi gjekk for vi hadde mykje anna vi skulle ta oss av heime»

Kvinne, 89 år

Mange som hadde vore nære vener var no døde. Trass i dette, var minna om venskap og gjeremåla verdifulle. Dei la vekt på at dette var gode minner å tenke tilbake på no når dei var blitt gamle.

Ein tredje type minner var frå tida dei stifta familie og skaffa eige hus. Forteljingar frå tida dei bygde hus og fekk familie var viktige for dei å få med. Dei fortalde at på kva måte dei møtte sine ektefeller og kvifor dei nettopp busette seg her hadde hatt innverknad på korleis framtida deira hadde utvikla seg. Informantane fortalde at det var før og under krigsåra dei fekk seg kjærestar og at dei i fleire år måtte vente med å etablere seg grunna krigen. Det medverka til at dei hadde dårlege økonomiske vilkår for å kunne kjøpe og bygge seg bustad, men at dei starta i det små og fekk seg gradvis betre standard når dei tente pengar. Mykje arbeid gjorde dei sjølve og dei opplevde at det styrka det bandet dei hadde til kvarandre og til bustaden dei skapte saman.

«Eg sykla fem mil for å møte kjærasten min. Kvar helg i sommarhalvåret fekk eg med meg ein kamerat og sykla over fjellet. Alt for å kunne møte ho eg ville gifte meg med».

Mann, 94 år

Fleire av informantane fortalde om sitt yrkesaktive liv. Alle mennene og ei av kvinnene hadde vore yrkesaktive utanfor heimen. To av mennene hadde hatt gardsbruk, samstundes som dei hadde lønsarbeid andre stadar. For dei var arbeidsdagane lange. Arbeid på gard var tungt arbeid, og kunne ofte ikkje kombinerast med arbeid ute. Dei tok seg likevel arbeid ved sida av, fordi dei hadde lite økonomisk utbytte av garden. For dei to mennene som reiste vekk på arbeid og budde på anlegg i vekene vart tida heime kort og dei opplevde dei yrkesaktive åra som ei svært hektisk tid. Dei var lite heime med familien og var i liten grad saman med barna. Det var hardt arbeid på anlegg. Samstundes bygde dei eigne hus og hadde vedlikehald på det. Det at dei hadde hatt løna arbeid gjennom heile deira vaksne liv, var likevel noko alle framheva som positivt. Å vere i arbeid og tene eigne pengar hadde mykje å seie for dei og gjorde at dei fekk oppgradere eigne bustadar med bad, toalett og innlagt straum.

Dei fleste måtte avslutte skulegongen etter folkeskulen. Ei av kvinnene gifta seg tidleg. Då var det ikkje aktuelt å gå meir på skule. Ho la sjølv vekt på at ho opplevde at ho fekk kunnskap og erfaring ved å arbeide saman med foreldra og svigerforeldre.

«Eg trengde ikkje gå meir på skule. Det eg måtte kunne for å vere ei god husmor lærde eg sjølv. Eg likar sjølv sagt å lese, men det var ingen av mine sysken eller vener som reiste vekk for å gå på skule».

Kvinne, 89 år

Berre ein av informantane hadde tatt høgare utdanning. Fleire hadde likevel gått ulike kurs innan handverk for å lære arbeidet dei skulle utføre heime og ein hadde gjennomført korrespondanse kurs då han var i Tysklandsbrigaden under krigen. Dei meinte at den lærdomen dei tileigna seg gjennom desse kursa hadde stor verdi for deira yrkesaktive liv.

4.2 Eit tett og sjølvsagt samvær med familien

Tilhøvet dei hadde til familien var av stor verdi for alle informantane. Dei fortel engasjert om ektefelle, barn, foreldre og sysken som alle hadde hatt stor innverknad i livet deira.

4.2.1 Nær familie i same kommune eller nabokommune

Alle hadde familie anten i same kommune eller nabokommune som låg om lag 5 mil frå der dei budde. Nokre hadde i tillegg barn som hadde flytta andre stadar i landet. Fleire av informantane som hadde familien som nabo uttrykte at det gav dei tryggleik til å framleis å bu i eigen bustad. Nokre budde i huset ved sida av då dei hadde skilt ut tomt frå garden. I intervjuet kom det fram at dette hadde stor verdi og vart oppfatta som avgjerande for å kunne bu i eigen bustad. Familien gav på denne måten tryggleik.

Ei av kvinnene fortalde at

«eg kunne ikkje budd aleine om det ikkje var for at dei budde i nabohuset, då har eg folket mitt så nær og dei hjelper meg når eg treng det».

Kvinne, 89 år

Ho påpeikte at dei alltid hadde utveksla hjelp og støtte seg i mellom. Familien hadde alltid budd i nærleiken og når barna tidlegare trengde hjelp til barnepass av barnebarn så hadde ho hjelpt til. Ho meinte at det difor var naturleg at dei hjelpte kvarandre framleis. I starten budde svigerforeldra i huset medan dei sjølv hadde små barn. Det var trongt og ei hektisk tid, men det høyrde med til den tida. At fleire generasjonar budde i lag gjorde at dei fekk hjelp til barnepass og kunne sjølve vere i arbeid på garden eller ta seg små jobbar i nærleiken.

Tida med ektefellen i huset hadde sett sine spor ved at møblar, bilete og anna pynt stod på same plassen slik det var då dei levde. Dette gav gode minner som dei tok vare på i kvardagen.

«Nokre nye bilde er det kome av barnebarna, men elles har eg ikkje flytta på noko. Eg har laga spisestova og skjenken sjølv. Gardinene er det kona som har sydd.»

Mann, 94 år

Men familien representerte ikkje berre tryggleik og praktisk hjelp. I intervjuet kom det fram at dei hadde eit omfattande fellesskap med familien og sosialt liv saman. Intervjuet kunne tyde på at kontakta mellom dei og familien ikkje var prega berre av relasjon som handla om å hjelpe. Skildringar av kvardagen som kom fram i intervjuet for dei som budde med familien som nabo, synte eit tett daglegliv og fellesskap. Samværet gjekk utover den situasjonen der den eldre trengte hjelp.

Dei fortalde om ulike sosiale tilstellingar der dei var saman med familien og at det var fleire i familien som deltok. Denne samværsforma gav høve til hjelp og støtte utan at dei trong å spørje om hjelp. Dei visste at nokon stakk innom for å slå av ein prat og at dei kunne få hjelp om det var naudsynt. Intervjuet synte at dei kunne stole på at dei fekk hjelp. På same tid kom det fram i intervjuet at dei var klar over hjelpa dei fekk og ikkje tok hjelpa for gitt. Dei var opptekne av at familien ikkje skulle kjenne seg forplikta.

Felles for alle informantane var at dei likevel framheva at dei opplevde seg som sjølvstendige sjølv om familien var innom kvar dag eller ringte til dei.

«Det er alltid fleire som kjem på besøk og eg slepp egentleg å tenkje eller bekymre meg for om eg får hjelp for plutselig står einkvan i døra, men eg ynskjer ikkje at dei skal ha dårleg samvit om det ikkje passar at dei kjem innom ein dag. Kvar laurdag formiddag steiker eg vaflar for då veit eg at mange kjem innom. Då tek dei med aviser og vekeblad som eg får lese. Kan kome så mange som ti personar og då er det fullt på kjøkkenet».

Kvinne, 89 år

Dei fortalde at dei gjerne kunne gå på besøk til barna som budde i nærleiken utan at dei følte at dei trengde seg på.

« På laurdagskveldane et vi god mat i lag og tek gjerne eit glas vin for kosen si skuld».

Mann, 91 år

Det var ikkje alle som hadde familie i nærleiken. Men og dei som ikkje hadde familien nært ved eigen bustad, fortalde om eit nært og sjølvsgt fellesskap med familien. Sjølv om dei ikkje hadde dagleg kontakt med personlege møter, spelte familien likevel ei sentral rolle. Dei hadde heller hyppig kontakt ved at dei ringte for å høyre kor det stod til og møtast jamleg. Dei som budde i same kommune var ofte på besøk, men dei var ikkje avhengig av deira hjelp for å kunne bu aleine trass i at dei var blitt gamle.

Informanten som hadde familie i nabokommunen fortalte at

«døtra mi ringer kvar ettermiddag for å høyre kva eg har styrt med, ikkje alltid det passar at ho ringer, men ho vil sjekke at eg har det bra. Saknar at dei ikkje kan kome oftare på besøk, men forstår at dei har det hektisk».

Mann, 86 år

4.2.2 Å fortsetje som før

Alle var anten enke eller enkemenn. Fleire gav uttrykk for at det hadde vore ei svært krevjande tid når dei miste sin ektefelle. Intervjua synte at dei på ulikt vis hadde gjort mykje for å greie å utføre daglege gjeremål sjølv i kvardagen etter at dei hadde blitt aleine. Det å sjå at ektefelle hadde smerter og gradvis forsvann frå å vere sterk til å bli svak og hjelpelaus var ei stor påkjenning. I intervjua kom det fram at saknet etter ektefellen var der framleis, men dei var takksame for tida dei hadde hatt saman. Ein av mennene la vekt på at han opplevde skuldkjensle og vonde draumar når han skulle rydde skap og hus etter at kona døydde. Det var ei vond kjensle, men det kjendest likevel godt for å klare å kome seg vidare.

Mange av oppgåvene dei gjorde saman har han fortsatt med aleine. Matlaging, rydding og husarbeid var oppgåver han likte å bruke tid på. Å fortsetje med faste tradisjonar med å lage skikkelige måltid, halde det ryddig i huset og hauste inn bær og frukt frå hagen, var noko av det han framleis heldt på med.

Dei framheva at når sjukdom råkar var det ikkje noko ein kunne stille opp med. Dei gav uttrykk for å setje pris på at dei sjølve var friske og kunne greie seg aleine. Dette hadde stor verdi for dei i dag. Dette var felles for fleire av informantane. Dei hadde vidareført deler av kvardagslivet som hadde vore før dei mista ektefellen. Dei opplevde tap og sorg i tilknytning av tapet av ektefellen, men tapet hadde ikkje ført til flytting eller andre store endringar med nye aktivitetar og gjeremål i kvardagen.

Unntaket var den eldste av informantane på 97 år. Ho hadde vore aleine sidan før ho vart pensjonist. Ho la vekt på at ho hadde brukt fyrste tida som pensjonist til å engasjere seg i lag og organisasjonar og fekk nye vener der.

Ho fortalde at

«no er eg for gamal, men etter eg begynte på dagsenter nokre dagar i vekene får eg treffe andre og slå av ein prat. Mykje god underhaldning er der og».

Kvinne, 97 år

4.3 Eit aktivt liv i den fjerde alder

I samtale med informantane la dei sjølv vekt på at dei alltid hadde vore i aktivitet og hadde faste innarbeidde rutine som dei følgde. Dei oppfatta seg sjølv som at dei hadde vore aktive og fortalde at dei vaks opp i ei tid då det var hardt arbeid og at oppgåver skulle gjerast til faste tider. Aktivitet i dag vart knytt til det dei tidlegare hadde gjort og på den måten vart dagane meir innhaldsrike. Dei visste då kva dei skulle gjere og dei opplevde gjeremåla som kjende, meningsfylte og noko å bruke tida til.

«Er så lenge sidan eg var i arbeid og har vore aleine i mange år no, så har betre tid til å gjere det som trengst. Mykje som tar lenger tid no, men eg har rikelig med tid. Kan ikkje forhaste meg no for eg merkar at kroppen ikkje jobbar så fort lenger»

Mann, 86 år

Å vere fysisk aktive var noko dei har vore heile livet. Intervjua synte at dei har vore aktive på svært mange områder. Det kom fram forteljingar om deltaking og seier i slalåmkonkurransen som ung. Ho likte best å renne i nedoverbakkar og hadde stor fart. Før var det vanleg å sykle, gå eller bruke ski om vinteren når dei skulle på skule, i besøk eller av garde å handle. Måtte sjølve trække løyper og var ofte mange i lag når dei for på turar.

Samstundes som dei la vekt på at aktivitet var noko dei alltid hadde vore opptekne av og noko dei vidareførte frå tidlegare år, la dei og vekt på at dei hadde tatt til seg råd om fysisk aktivitet. Aktivitet blei knytt til det å førebygge helseproblem og halde seg friske og rørlege lengst mogleg. Felles for alle informantane var at dei gav uttrykk for at dei måtte vere i aktivitet for ikkje å stivne til i kroppen og greie å flytte seg rundt sjølv. Alle informantane fortalde at dei dagleg var opptekne av å vere i aktivitet. Faste turar ute kvar dag høyrde med. Anten rundt huset eller langs vegen som førte til huset.

Undervegs i eit av intervjua fekk eg demonstrert korleis han utførte knebøy der han heldt seg i bordet, dette gjorde han kvar dag og han merka at det hjalp han når han skulle røyse seg frå senga og stol. Aktiviteten dei hadde var ikkje organisert, men dei tok sjølv initiativ til å bevege seg.

Samstundes som dei alle la vekt på aktivitet i kvardagen, kom det fram at dei hadde meir fysiske endringar og at dei måtte tilpasse seg desse. Det å kjenne seg svimmel og vere ustø var noko dei ynskte å unngå, men dei opplevde at dei måtte ta det meir med ro for å unngå fall.

Felles for alle informantane var at det tok lenger tid når dei skulle utføre ein aktivitet og dei var ikkje så uthaldande som dei var tidlegare.

«Før kunne eg sykle på butikken for å handle, men sist eg gjorde det vart det for tungt når eg skulle heim. Måtte då ta fram rullatoren når eg skulle på butikken for å få med meg varene heim».

Mann, 94 år

4.3.1 Følgje med på det som skjer

Det å følgje med på det som skjedde var ein del av det å vere aktive for dei. Då var TVen sentral. Dei likte å sjå på fjernsyn og når intervjuet starta stod fjernsynet på og dei var opptekne av programma som gjekk på TV.

«TV er min beste ven, eg følgjer med på Hotel Cæsar, Jakten på kjærligheten , Home and Away og gleder meg til Farmen startar igjen for då får eg sjå om dei greie å drive gard og må leve utan neglelakk»

Kvinne, 89 år

Fleire såg idrett på TV. Ein av mennene følgde med på alle norske og engelske fotballkampar sjølv om det kosta litt var det god underhaldning. Lokale aviser og politikk følgde dei med på og tema dei var opptekne av når eg intervjuar dei var kommunesamanslåing. Dei følgde med på kva som blei sagt, men sa dei ikkje hadde gjort seg opp egne meiningar om det.

Krig og elende ute i verda som blei vist på fjernsyn synest dei var trasig å følgje med på, og skrudde av når det vart for mykje. Nokre opplevde at det var vanskeleg å forstå at det skulle vere naudsynt å syne dette då vi trass alt hadde det så bra her i landet.

Data var lite brukt. Ein av mennene hadde nettbrett og brukte det til å lese aviser og andre nyhende. Han hadde brukt skrivemaskin og data på jobben og lærte seg difor det lett. Han hadde vore med å arrangert datakurs for eldre. Ingen av dei andre brukte det eller sa dei hadde lyst eller bruk for å lære seg data.

Dei opplevde at det var vanskelig i dag å få betalt rekningar då alt skulle skje elektronisk. Mykje anna informasjon var og på nettet i dag og gjorde at dei opplevde at dei vart meir avhengig av andre enn kva som eigentleg hadde vore naudsynt.

4.3.2 Organisering av dagen og hjelp til personlege gjeremål

Informantane fortalde at dei kvar dag stod opp til faste tider. Alle informantane sa at det var viktig for dei å stå opp om morgonen for å stelle seg sjølv på badet. Dei opplevde det som ei meiningsfull oppgåve og gjorde det lettare å kome i gong med dagen. Alt som gjaldt personleg hygiene greidde dei sjølv.

Lage seg frukost og koke kaffi var oppgåver dei meistra godt. Dei synest det var kjekt å styre på kjøkenet og berre to av informantane hadde oppvaskmaskin som dei brukte. Dei andre vaska opp for hand. Dei hadde daglege rutine der dei kokte seg kaffi og laga frukost. Felles for alle informantane var at dei likte å kome i gong med dagen og dei påpeikte at det var noko dei var vande med og dei kjende det ikkje som eit ork å stå opp. Ei fortalde at i hennar alder var det ei stor glede å få stå opp og vere frisk. Ho var takksam for kvar dag og visste at det ikkje var sjølvsgatt at ho greidde det utan hjelp. Heimetenesta kom på besøk om morgonen rundt klokka ni til fire av informantane.

« Eg synest at det er godt å kome i gong med dagen og gledar meg til å få besøk og synest det er godt å vere klar til dei kjem. Må alltid ha ein kopp kaffi fyrst»

Mann, 85 år

Det dei fekk hjelp til var å ta på støttestrømper, måling av blodsukker, insulin og medisiner. Fleire av informantane hadde besøk av heimetenesta om kvelden, medan ein fekk besøk av sonen sin som stakk innom for å hjelpe til. Ingen trengde spesiell hjelp i høve når dei skulle legge seg og at det difor varierte kva tidspunkt dei fekk hjelp. Kva tid dei la seg varierte etter kva dei såg på fjernsyn, felles for alle var at dei likte å kome seg i seng i rimeleg tid og at det sjeldan var etter klokka 23.

Dei synest det var best å gjere oppgåver i huset sjølv. Fire av informantane greidde å setje på og henge opp klevask sjølv. For dei to andre var det familie og heimetenesta som hjelpte til. Ein av informantane synt meg rundt i huset som var blitt laga til slik at ho slapp å gå i trapper. Dei hadde mykje tid og ikkje naudsynt at alt skulle vere «på stell» heile tida.

«Eg har skaffa meg fine blomstrar i plast som står i vindauga. Dei ser ekte ut og eg slepp å vatne dei. Må gjere det enkelt no når eg er blitt så gammal».

Kvinne, 89 år

4.4 Her vil eg bu

Alle gav uttrykk for sterk tilhøyrsløse både til bustad og områda rundt. Dei hadde hatt same bustad i minst 20 år og hadde budd i huset lenge både før og etter dei vart pensjonistar. I ei kommune med små bygder der alle veit kven som bur i nabohuset og hadde familie i nærleiken så var tilhøyrsla til lokalmiljøet god.

Alle informantane budde i same kommune der dei vaks opp, sjølv om ikkje alle hadde vakse opp i same bygda. Dei hadde god kunnskap om naboar og korleis vegar og gardar var før. Dei likte å fortelje historie om nærområda og om bygdefolket. Dei fortalde om ei sterk forankring til området dei budde i. Det var mange minner som blei knytt til uteområda. På same måte som bustad og familie gav desse kjensle av å høyre til og gav dei tryggleik i kvardagen.

Informantane sa at å sjå fjorden og fjella som var rundt huset og det å minnast tidlegare turar var gode minne og gav ro i sinnet. Dei kunne lokale stadnamn og hadde historie som var knytt til dei ulike plassane.

«Sjå på den utsikta» seier han til meg i det eg møter han på veg opp til huset sitt. «Du forstår vel kvifor eg vil bu her. Det er så fritt og ingen som forstyrrar meg her. Difor er dette plassen eg vil bli gamal»

Mann, 86 år

Han gjekk daglege turar rundt i nærområde og kjende seg trygg sjølv om det var lite naboar. Dei informantane som budde eit stykke utanfor sentrum opplevde at dei hadde gode og trygge uteområde rundt bustaden sin. Å ha god utsikt til fjord og fjell gav dei glede og noko å drive på med, fordi dei kunne følgje med på ver og vind. Dei fortalde om korleis naturen hadde endra seg sidan dei vaks opp. Alt grodde igjen no og ikkje så mange som heldt det ved like lenger. Dei var godt kjende i områda då dei hadde vore mykje i skogen på arbeid med dyr og skog.

Dei som hadde sentrumsnære bustadar hadde alle hagar, nokre av dei greidde ikkje å ta vare på den sjølv lenger og hadde stor glede av at andre tok seg av frukttre og plantar som dei sjølve hadde ordna. To av informantane som hadde gardsbruk fortel om endringar som hadde skjedd etter at dei bygde og flytta inn i huset. Fleire naboar hadde kome til og jorda var blitt gjort om til bustadfelt. Dei synest det var spanande med utvikling og sa gardsbruka deira var så tungvinte at det var rett å gjere det om til andre føremål.

Alle hadde sterke kjensler til huset dei budde i. Dei hadde anten bustad på odelsgarden til ektefellen eller hadde sjølv odelen på småbruket dei budde på. To av småbruka var i dag omgjort til bustadfelt

og anna bustadføremål. Dei hadde fått behalde ein stor del av områda rundt huset og det som dei hadde bygd opp sjølve.

Mange av møblane som stod i stova vart laga då dei gjekk på møbelsnekkerkurs som ungdom. Huset var trekkfullt med dårleg isolasjon og vindauge då dei flytta inn, og dei opplevde store endringar då huset vart restaurert og fekk moderne fasilitetar. Dette betydde mykje for dei i kvardagen og det å framleis bu heime. I tida då dei var nygifte og hadde små barn hadde dei ikkje innlagt vatn og måtte bruke utedo.

4.4.1 Familien som tilretteleggar

I bustadane hadde alle informantane soverom, kjøken, stove og bad i same etasje. Nokre hadde og vaskerom i samanheng med bad. Dei som tidlegare hadde hatt soverom på loftet brukte no ledig rom i hovudetasjen til soverom. Dette var dei nøgde med og følte det var praktisk ut frå at det var lettare å bevege seg rundt i huset no.

For å kome inn i huset hadde nokre trapp opp til hovudetasjen og inngangsdøra. Sonen hadde fått montert rekkverk på trappa som var på utsida av huset. Familiane var flinke til å legge til rette i heimen.

«Det er sonen min som ordnar med det praktiske i huset slik at eg kan bu her, dei er opptekne av at eg må vere forsiktig og at det skal vere enkelt for meg»

Kvinne, 89 år

Då kona levde vart det montert trappeheis og den var ikkje blitt tatt ned etterpå. No såg det ut til at han sjølv trengde den når han av og til kjende seg svimmel. Han fortalde at han kvar morgon gjekk ned for å låse opp til heimetenesta og at han såg på det som fin aktivitet å bruke trappa.

4.4.2 Å kome seg til butikk

For nokre var det greitt å kome seg til butikken, men dei såg føre seg at det kunne verte vanskeleg dersom dei ikkje fekk hjelp. Dei fortalde at alt gjekk så raskt inne på butikken, det var vanskelig å finne varene dei skulle ha, folk hadde dårleg tid og dei var redde for å vere i vegen for andre. Å frakte varene heim var og ei utfordring då det var tungt og vanskeleg å halde balansen. Dei fekk då hjelp av familie til å handle inn varene dei trengde. Dei sakna å treffe kjentfolk på butikken slik dei gjorde før. No var butikkane så store at dei kvitte seg på å handle.

I ei nabobygd til sentrum hadde dei tidlegare lokalbutikk som nokre av informantane nytta når dei skulle gjere innkjøp. Her møtte dei naboar og kunne slå av ein prat, men etter at den vart nedlagd måtte dei no inn til sentrum. Dei sakna butikken då dei møtte naboar og gjekk på kafé etterpå.

«Vi drakk kaffi og prata før vi gjekk heim. På den måten vart vi oppdatert på det som skjedde i bygda og kunne planlegge besøk»

Kvinne, 89 år

Ikkje alle opplevde det som eit stort sagn at butikken vart nedlagd då han kunne køyre sjølv til sentrum. Det å planlegge innkjøp når ein hadde andre ærend som til dømes legebesøk gjorde at ein slapp så mange turar. At vener og familie tilbydde seg å køyre eller handle var god hjelp for dei.

For alle informantane var det daglegvarer dei hadde behov for i kvardagen dei trengde å handle. Andre varekjøp hadde dei ikkje behov for å gjere. Dei hadde det dei trengde og var ikkje opptekne av å fornye seg. Gåver til familie og vener var det dei næraste som måtte ordne, og då alle hadde det dei trong var det pengar dei likte å gje.

«I dag har alle det dei treng, når dei spør kva eg ynskjer meg så har eg alt. Det eg treng i år er ein vasskokar for når eg får besøk i dag er det så mange som ikkje drikk kaffi lenger. Då må eg servere te».

Kvinne, 89 år

4.5 Å vere trygg i eigen heim

I samtale med informantane var tema som omhandla tryggleik noko dei hadde eit bevisst tilhøve til. Dei opplevde at omgjevnadane som pårørande og heimeteneste var opptekne av at dei skulle vere trygge når dei budde aleine. Fleire av informantane la vekt på at utan tilsyn hadde det vore vanskeleg å bu i huset.

«Når eg veit at nokon kjem innom så slappar eg av. Huset mitt og naboane kjenner eg godt så her er ikkje noko å vere redd for. Det einaste eg ikkje likar er storm og dårleg ver. Om eg gløymer å låse døra gjer det ikkje noko».

Kvinne, 97 år

For to av mennene var opplevingar dei hadde under krigen historie som synte at dei hadde opplevd mykje frykt. Dei sa det var lite å vere redd for i dag, men at nyhende frå krig og konflikt i andre land gjorde at dei tenkte meir på opplevingane dei hadde i ungdomen.

Kvinnene tenkte mykje på familien og at dei skulle ha det bra, fordi det var mange farar og uhell som kunne skje. Dei var blitt så gamle no at dei greidde å ta vare på seg sjølve.

«Eg reiser aleine til kontroll på sjukehus i byen. Når dei ser eg har med meg staven får eg god hjelp. Eg skulle på kafé for å ete litt mat, når ei i køen såg meg hjalp ho meg å bere bort til bordet mitt».

Mann, 91 år

Felles for alle var at om dei skulle oppleve sjukdom og helseplager visste dei at hjelpa var der både for å kontakte lege og om dei trengde å leggast inn på sjukehus. Sjølv om ingen av informantane hadde hatt behov for heimeteneste meir enn dei siste fem åra, hadde dei god kjennskap til tenesta då ektefellen hadde fått oppfølging tidlegare.

Felles for alle var at dei synest det var lett å kome i kontakt med dei som kom innom for å hjelpe, men at dei ikkje kjende kvar enkelt. Nokre av informantane fortalde at det var mange nye som kom innom i løpet av ei veke, men dei kjende seg trygge på den hjelpa dei fekk. For to av informantane som fekk hjelp om kvelden opplevde dei av og til at dei måtte vente på hjelpa og at det å ikkje vite kva tidspunkt dei kom kunne vere frustrerande. Dei hadde difor gjort avtale om å ringe heimetenesta for å gje beskjed dersom dei skulle på besøk slik at dei kunne få hjelp seinare på kvelden.

«Når eg vart sjuk og trengde hjelp var det beste som hende meg at eg fekk hjelp heime. Dei er alltid positive og kjekke når dei kjem. Eg gledar meg til dei kjem og forstår at dei kan ha det hektisk av og til»

Kvinne, 89 år

Kva type hjelp dei fekk var forskjellig og dei opplevde den som naudsynt for å kunne klare seg i bustaden. Hjelp til medisinar og blodprøver fekk dei frå heimetenesta og dei ville ikkje ta ansvar for dette sjølv eller at familien skulle gjere det. Dei følte at dette var oppgåver som familien ikkje skulle gjere. Nokre hadde hjelp frå heimetenesta til å utføre praktiske oppgåver i huset som til dømes husvask. Dette var oppgåver som familien og hjelpte til med, eller dei klarte å gjere det sjølv.

«Så seint som i fjor vinter vaska eg både tak og veggjar sjølv. Det har eg gjort sidan eg budde heime med foreldra mine. Då måtte eg og bror min hjelpe til, og vi syntest at å vaske hus var kjekkare og lettare enn tungt arbeid i fjøsen»

Mann, 94 år

4.5.1 Hjelpemiddel

Alle hadde fått tilbod om hjelpemiddel, men sa dei i liten grad hadde noko behov for det. Fleire av informantane hadde fått ulike typar hjelpemiddel, men felles for dei var at dei ikkje la så stor vekt på desse.

«Når eg har det så lettvent inne i huset så er det ikkje nødvendig med noko ekstra utstyr. Eg har fått ein rullator som eg kan bruke, men synest den er for stor og brukar den lite. Kan hende eg skal bruke den når eg skal ut å handle. Trappeheisen står igjen frå då kona mi var sjuk og dei valde å la den bli ståande om eg trengde den. Kan bruke den om eg ikkje er i form».

Mann, 94 år

Rullatoren var eit godt hjelpemiddel å ha spesielt når dei skulle ut å gå tur, og nokre sa at den var god å ha når ein skulle ha med seg noko. Nokre hadde kjøpt gåstavar som dei brukte når dei var ute og gjekk tur. Dei merka at det var lettare å halde balansen slik at dei unngjekk fall. Komfyrvakt hadde dei fått montert og familien var spesielt opptatt av at det måtte dei ha når dei skulle lage mat.

4.5.2 Tryggleiksalarm

Tryggleiksalarm skilte seg derimot ut då dei la stor vekt på denne og presiserte i intervjuet korleis den verka. Dei hadde den enten på armen eller rundt halsen. Alarmen hadde dei skaffa seg, fordi familien var meir trygge når dei visste dei hadde alarmen på seg.

Ingen av dei hadde aktivt løyst den ut, men to av informantane hadde uforvarande kome bort i den.

«Eg forstod ikkje at eg hadde kome bort i før heimetenesta stod i huset for å høyre kor det gjekk med meg. Eg hadde då løyst den ut når eg hadde vore ute å plukka bær. Eg føler difor at alarmen ofte er i vegen, men eg tørr ikkje å ta den av»

Mann, 94 år

Om natta hadde informanten på 91 år alarmen hengande på badet og mobiltelefonen på nattbordet for å vere sikker på at om han var på toalettet og noko skjedde så kunne han få tak i hjelp.

Ein av informantane hadde ikkje alarm, men hadde alltid mobiltelefonen med seg og kjende seg trygg med det. Han hadde hatt alarm tidlegare, men sa at den var i vegen og at han ofte gløymde å ta den på. Det vart difor falsk tryggleik å ha den. Alle informantane hadde mobiltelefon og at dei hadde innstillingar på den som gjorde det enkelt å kome i kontakt med familien eller heimetenesta.

4.6 Framtidige val for kvar ein skal bu

Bustaden til den einskilde hadde hatt mykje å seie for korleis dei meistra dei daglege oppgåvene som skulle utførast. Informantane var i alderen 85 – 97 år og hadde budd i bustaden i fleire år som pensjonistar. Dei kjende difor bustaden sin godt og hadde gjort tilpassingar slik at dei kunne klare seg mest mogleg sjølv.

4.6.1 Vil ikkje flytte til noko ukjent

Å flytte no når dei fungerte fint i huset var noko dei tenkte var lite aktuelt.

«Det har ikkje sveve meg å søkje om omsorgsbustad. Eg har det fint her eg er kjend»

Kvinne, 89 år

Det hadde vore snakka om å kjøpe ny leilegheit eller søkje omsorgsbustad, men at det berre hadde blitt med praten. Dei hadde sjølv vore med å bygd huset dei budde i og hadde budd der sidan dei vart etablert med familie. Kjende difor sterk tilknytning til bustaden og følte at minna frå oppveksten til barna og tida med ektefelle sat i veggane i huset. Dei hadde heller ikkje gjort endringar på innreiinga som var i huset. For nokre hadde huset vore slik det var då kona levde og difor vanskelig å tenke seg andre stadar å bu. For informantane som hadde bustad på garden ville det vere umogleg å selje for så å kjøpe seg ny leilegheit i sentrum. Kostnaden var for stor no når dei var blitt så godt opp i åra.

4.6.2 Eigen helsetilstand

Oppliving av at helsa var blitt noko dårlegare siste tida og at det difor var vanskelig å planlegge kva som ville skje framover var blitt noko dei tenkte meir på. Ein hadde vore innlagt på sjukehus, men dei fann ikkje noko gale. Det var veldig godt å kome heim då det var så hektisk på sjukehuset.

«At eg er så gamal gjer at eg ikkje tek nokon sjansar og kontaktar lege om eg merkar at noko ikkje er som det skal»

Mann, 94 år

Ei fortel at å kome gjennom kritisk sjukdom for ein del år tilbake og då få god hjelp og oppfølging gjorde at ho kjende seg i betre form no enn tidlegare. Helsa hadde likevel vore god i mange år noko som gjorde at alle informantane klarte seg fint heime. Dei gjekk til faste kontrollar med lege og alle prøver var fine.

Det å måtte gå ofte til lege for kontrollar og oppfølging vart opplevd som ei avveksling i kvardagen.

«Legen tek seg tid til å prate og er interessert i det eg fortel. Å følgje alle råd eg får i høve min diabetes gjer at eg klarer å halde sjukdomen under kontroll»

Mann, 86 år

4.6.3 Overlet ansvaret til pårørande

I alle intervjua kom det fram at så lenge dei var klåre i hovudet ville dei bestemme kvar dei skulle bu, men om dei begynte å rote måtte familien og dei næraste sjå til at dei fekk den hjelpa dei trengde. Ein fortalde at sonen ynskte at han skulle flytte til sentrum i leilegheit, men at han sjølv aldri kunne tenke seg det.

«Eg har alltid vore oppteken av å klare meg sjølv og fridomen eg har her vil eg ikkje flytte i frå så lenge eg kan bestemme sjølv».

Mann, 86 år

Ingen ville vere ei belastning for sine næraste og forstod at når tida var inne og om helsa vart dårlegare kunne dei ikkje bu heime. Dei fortalde at dei alltid hadde ynskt å greie seg sjølv og hadde levd sjølvstendig som gamal i mange år.

5.0 Å bli gamal i eigen heim

Hensikta med dette studie har vore å få fram dei eldste eldre over 80 år som bur i distrikta sine synspunkt og perspektiv på å bu og bli gamal i eigen heim. Studie har hatt fokus på kva som har verka inn på vala dei har gjort og kva som var viktig for dei med tanke på korleis dei meistrar og opplever kvardagen i eigen bustad. Intervjua synte at tidlegare opplevingar og minner frå tida dei etablerte seg der familie, bustad, nærmiljø og daglege gjeremål var sentrale haldepunkt for dei i dag. Føresetnadar som alder, livserfaringar, familietilhøve, aktivitetar og butilhøve har alle hatt innverknad på deira bustadval.

5.1 Dei eldste eldre si tilknytning til heim, familie og nærmiljø

Informantane som alle var over 80 år, framhevar at bustaden inneheld mange minner både frå tida dei etablerte seg og opplevingar dei har fått gjennom eit langt liv. For dei har bustaden ein større verdi enn at det berre er ein stad å bu. Dei kjenner seg trygge i kjende omgjevnadar og framhevar det som viktig for at dei framleis kan bu heime. Dei legg vekt på nærleik til familie, utsikta frå bustaden, naturen rundt huset og daglege gjeremål som dei er stolte av å framleis kunne greie sjølv. Kvar ting har si eiga historie i høve kva tid det vart laga og kven som laga det. Dei fortel historier om møblar dei har laga eller fått, bilete av familien og gardiner som kona har sydd. Dette samsvarar med andre studie som syner nettopp at heimen for dei eldste eldre har mykje å seie for deira identitet, og er ein medverkande faktor til at dei ynskjer å bli buande i bustaden (Mallet, 2004; Gillsjö et al., 2011). Tilknytninga dei har til bustaden medverkar til at dei ynskjer å bu der så lenge råd er (Bigonnesse et al., 2014). Det er knytt minner til både materielle ting som møblar, bilete, til barndomen og familielivet dei har hatt i bustaden. Minna bidreg dermed til ei sterk tilknytning til heimen (Borglin et al., 2005; Hinch, 2007).

Informantane uttrykte sterk tilknytning ikkje berre til bustaden, men og til nærområde med kjennskap til lokalmiljø, naboar og tenestetilbod. Det same er vist i andre studie (Oswald & Wahl, 2005; Gillsjö et al., 2009). Nærmiljøet sin verdi for dei eldste eldre vert og framheva av Peace et al. (2006) og Felix et al. (2015). Nærmiljøet og utforminga av dette har stor innverknad for dei eldre heimebuande. Samstundes vil kjensler og minner knytt til plassen dei har budd gjennom svært mange år medverke til og skape tilhøyrse, tryggleik og ynskje om å bli buande i eigen bustad (Wiles et al., 2008; Hagberg, 2012).

Anna forskning framhevar at for dei eldste eldre som har budd lenge i same bustad og i same nærmiljø kan heimen gje ei forsterka meining som kan vere noko positivt dei tek med seg i kvardagen når dei

er blitt gamle og einslege (Stones & Gulliver 2016). Det gjeld og for informantane i dette studie. Dei er alle gamle, bur aleine og har budd lenge i bustaden sin.

I tillegg gjev dette studie grunn til å framheve eige arbeid og sjølvbygging som ein faktor som kan medverke til og styrke dei kjenslene dei har til bustaden. Vi har her sett at dei eldre sjølv har både bygd og arbeidd med bustaden og det er noko dei framhevar spesielt. Studie gjev grunn til å framheve minna dei hadde frå tida dei etablerte seg med familie og bygde hus. Informantane fortel og om utviklinga av korleis husa var før og no, noko som har gjort dagleglivet for dei i dag mykje enklare. Dei veit å setje pris på dette mykje grunna at anten dei sjølv eller ektefelle har lagt ned mykje arbeid i å få ordna huset til betre standard. Begge delar var noko dei la stor vekt på.

Det er grunn til å rekne med at dette og er noko som i stor grad hadde innverknad på at dei framleis vel å bu i eigen bustad. Samstundes var forteljingar om fleire generasjonar som har budd i same hus og opplevingar dei har hatt saman med foreldre, sysken og eigne barn noko som hadde stor verdi i dag for dei som budde på gardsbruk. Dei som er med i denne undersøkinga høyrer til den fyrste generasjonen som fekk høve til å etablere seg i ein eigen sjølveigd bustad med relativ god standard, noko det er rimeleg å tru kan verke inn på deira kjensler knytt til bustaden.

Då alle informantane var enke og enkemenn var mange av minna knytt til ting dei har gjort saman med ektefelle. Alle gav uttrykk for eit sagn når dei ikkje hadde nokon å dele kvardagen med og at dei vart aleine om oppgåver som måtte gjerast i huset. Endringane i livssituasjonen vart opplevd som ei stor sorg og dei brukte tid på å bli vande med å utføre gjeremål aleine. Med hjelp av familie og ynskje om å fortsetje som før greidde dei å kome vidare i kvardagen, og oppgåver som matlaging, vask og rydding i huset, hausting av frukt og bær i hagen var gjeremål dei likte og hadde fortsatt med å utføre. På same måte har Birkeland og Natvig (2008) og Sixsmith & Sixsmith (2008) sett at dei eldste eldre som bur aleine i eigen bustad kan oppleve einsemd og isolasjon, men at ynskjer om å vere uavhengig og sjølvstendig medverkar til at dei framleis klarer å bu heime (Dahlin-Ivanoff et.al.,2007; Haak et.al.,2007).

Det sosiale nettverk dei hadde i dag bestod for det meste av familien sidan mange av deira nære vener var døde. Både dei som hadde familien i nærleiken og i nabokommune meinte det var naturleg at dei framleis vart buande i bustaden trass i at dei hadde mista sin ektefelle.

Her er det grunn til å framheve familien si rolle. Om det fyrst og fremst er familie i nærleiken som skapar tryggleik og høve til å bli buande heime, eller om det er den sterke kjenslemessige tilknytninga dei har til bustad og nærområde, så har vi utan omsyn sett at dei la stor vekt på at dei opplevde ein ekstra tryggleik at familien kom innom eller ringte kvar dag. For nokre var det avgjerande for at dei kunne bli buande heime.

5.2 Meistring av kvardagen i eigen heim

Å bu og bli gamal i eigen heim hadde stor verdi for informantane. Dei framstilte seg som aktive og sjølvhjelpete med daglege oppgåver i bustaden. Samstundes fortalde dei engasjert om det som skjedde i heimen og nærmiljøet. Intervjua synta at dei trass høg alder og tidlegare hardt arbeid treivst med å utføre mange gjeremål sjølv.

Daglege gjeremål som dei kjende godt og var vande med å gjere tok gjerne lenger tid å utføre, men dei likte å gjere ting på sin måte. Dette gav ei kjensle av meistring som dei la stor vekt på for å vise at dei klarte seg sjølv heime. Dette samsvarar med studie gjort av Bondevik (2000) og Gilleards & Higgs (2013) som framhevar at funksjonsnivå kan verte redusert etter 80 år, men ved å finne nye løysingar i kvardagen er det mogleg å kunne greie å bu aleine i bustaden dei alltid har budd i. Forsking gjort av (Ness et.al., 2014 a, b) syner og at dei eldste eldre einslege heimebuande ynskjer å vere sjølvstendige i bustaden dei er knytt til trass endringar dei har opplevd.

Alle informantane opplevde at deira funksjonsnivå hadde endra seg gradvis dei seinare åra, men tankar og planlegging i høve endringar som kunne oppstå ved sjukdom og svekking av helsetilstand opptok dei ikkje så mykje i kvardagen. Forsking syner at dei eldste eldre greier å hente fram ressursar slik at dei kan bu heime (Isherwood et.al., 2017). Informantane i dette studie opplevde dei fungerte godt. Anna forskning peikar på at det kan vere store individuelle skilnadar blant dei eldste eldre (Bondevik, 2000).

I dette studie var det ingen skilnad på menn og kvinner i høve utføring av praktiske gjeremål som skulle gjerast i heimen. Informantane som var enkemenn fortalde om husarbeid dei gjorde og at dei opplevde at desse oppgåvene gav meining for dei. Studie syner at det oftast er kvinnene som er mest knytt til heimen, fordi deira arbeidsoppgåver var å hjelpe til i høve familie og heim (Leeson, 2007). Intervjua i dette studie kunne ikkje seie noko om korleis arbeidsdelinga hadde vore mellom kvinnene og mennene før dei vart aleine, men det kunne tyde på at mennene tok ansvar for tradisjonelle hushaldsoppgåver og var like sjølvstendige på dette område som dei kvinnelege informantane var.

Informantane hadde gjennom tida som pensjonistar tilpassa sine gjeremål ut frå kva dei meistra samt deira sterke ynskje om å bli buande heime. Det kjem fram at dei eldste eldre utfører dei fleste aktivitetane sine aleine heime (Horgas et.al., 1998) og at å få gjere oppgåvene på sin eigen måte har mykje å seie for dei (Haak et.al, 2007, Larsson et.al., 2009). Å sjå tv, matlaging, gjere enkle treningsøvingar og gå turar rundt huset var noko alle i dette studie sette pris på å gjere.

Tilrettelegging i heimen var og viktig for informantane og fleire hadde fått hjelp av familien til å gjere endringar i huset. Samstundes hadde fleire tryggleiksalarm og hjelpemiddel som dei kunne bruke om

dei trengde det. Dei opplevde at dette gav tryggleik når dei var aleine heime, fordi dei visste dei kunne få tak i hjelp. Sjølv om informantane la stor vekt på at dei var aktive og greidde seg sjølv, synte intervjua og at dei fekk monaleg hjelp frå familie og heimetenesta, og dette var noko fleire opplevde var avgjerande for å kunne bu lenger heime. Dei rekna med at dei fekk meir hjelp om dei trengde det. Å legge til rette i heimen for at dei eldste eldre får bu heime er i tråd med St.meld.nr.29 (2012-2013) og dei får høve til å vere meir sjølvstendige noko dei opplever som positivt (Hwang et.al.2011). Dette samsvarar med dei eldste eldre sine eigne ynskjer om å bli gamle i eigen heim, sjølv når dei vert meir skrøpelege (Pynoos et.al., 2008; Sixsmith & Sixsmith, 2008; Ytrehus & Gulbrandsen, 2012). Informantane i dette studie opplevde at dei greidde å vere meir sjølvstendige når dei tok seg betre tid til å utføre praktiske oppgåver. Dei daglege oppgåvene gav meir innhald i kvardagen. I forskning kjem det fram at ynskje om å vere uavhengig i eigen heim gjer at dei senkar krava til korleis dei løyser oppgåvene (Haak et.al., 2007; Oswald et.al., 2007).

Når ynskjer om å bli gamal i eigen heim og ei auke i tal eldre vil kome (Syse et.al.,2016) vil det verte trong for meir tilrettelegging for å kome i møte deira ynskjer (Fausset, et.al., 2011; Schmidt et.al., 2013). Det kan sjølvstendige vere skilnad ut frå kvar ein bur i landet, kva bustad du har, nærmiljø, nærleik til familie og andre tilbod (Ytrehus og Fyhn, 2006; Róin, 2013; Anton & Lawrence, 2014). Samstundes vert det lagt vekt på at eldre har eit eige ansvar for at bustaden dei bur i vert tilrettelagt slik at dei kan bu der heile livet (NOU 2011:11, 2011). Resultata her synte at dei med hjelp frå familien hadde gjort store tilpassingar i bustaden for å kunne bli buande.

Informantane i dette studie var alle busett i ei distriktskommune og hadde god kjennskap til ulike tilbod for å skaffe seg varer, kome til legekontor, ordne apotekvarer og kome i kontakt med heimetenesta. Mange hadde ikkje sjølv høve til å kome seg til butikk eller legekontor, men ordna seg hjelp av familie eller naboar. Dei fortalde og at dei ikkje lenger hadde same behov for å handle og at dei for det meste var heime. Likevel peikar dette funnet på dei behova mange kan ha for naudsynt hjelp til å kome seg til butikk og andre naudsynte tenestetilbod, som lege. Vi har her sett at dei eldre opplever at dei greier seg godt og opplever seg trygge og aktive i eigen heim, men likevel kan oppleve det å kome til naudsynte servicetenester som problematiske. Dei som har delteke her har hatt høve til hjelp frå familien til dette. For dei eldre som ikkje har privat hjelp må denne type teneste organiserast og gjerast tilgjengeleg med hjelp frå andre.

Felles for informantane i dette studie var at dei ikkje ynskje å søkje omsorgsbustad eller kjøpe seg leilegheit i sentrum. Fordi dei hadde klart seg lenge i bustaden etter dei vart pensjonistar såg dei ikkje noko grunn til å flytte no. Dei hadde allereie budd lenge som gamal i eigen heim og hadde gjort tilpassingar og funne seg til rette som gamal i eigen bustad. Kva moglegheiter dei hadde for framleis

å bli i eigen heim, var noko dei reflekterte over. For nokre ville dei likevel ikkje vere ei belastning for familien, og tenkte spesielt i høve endring i helsetilstand der dei ikkje kunne gjere greie for seg sjølv lenger. Dei meinte at å bu heime då ikkje lenger var aktuelt. Informantane i dette studie opplevde at tilbodet til heimetenesta gjorde at dei fekk den hjelpa som var naudsynt for å kunne bu heime. Kva tilbod som er tilgjengeleg der dei bur kan vere avgjerande for kva val dei eldste eldre har når dei treng hjelp (Leeson, 2006; Fernandez-Carro, 2016). Dette kan verke inn på kvar dei ynskjer å bu og om dei framleis greier seg i eigen bustad. For mange er då eigen bustad det som opplevast som tryggast ut frå hjelpa dei får frå familien og heimeteneste (Skaar et.al., 2010; Söderhamn et.al., 2011; Bigonnesse et.al., 2014). Studie syner at samfunnet og heimetenesta i enda større grad må verdsetje, spørje om og legge til rette for at dei eldre skal kunne bruke sine ressursar for å utføre oppgåver aleine og vere sjølvstendig. Det kjem fram at auka bevisstgjerjing og forståing for den samanhengen kan medverke til at familie, nettverk og heimetenesta kan legge meir til rette slik at det er mogleg for dei eldste å kunne klare seg i eigen bustad så lenge dei sjølv ynskjer (Dale et.al., 2012).

5.3 Konsekvensar for praksis av dei eldre sine bustadval

Resultata her syner at dei eldre som har delteke i dette studie greier seg godt, trivast og er trygge i eigen heim. Det er grunn til å tru at den nære tilknytninga dei har til bustaden og deira nære omgjevnadar spelar ei viktig rolle for dette. Vi har og sett at dei har ei tett og nær tilknytning til familien og eit sjølvsgt dagleg samvær med familien. For at dei eldste eldre einslege heimebuande skal få sine ynskjer om å bli buande i eigen heim oppfylt kan det innebere konsekvensar for oppfølging både frå familie og heimetenesta. Dette studie har ikkje sett nærare på heimetenesta og familien sitt perspektiv. Det er behov for meir kunnskap i høve det ansvaret familien kan føle dei må ta for sine næraste. I intervjuet kan ein ikkje sjå vekk i frå at informantane kan ha ynskt å framstille situasjonen som meir positiv, fordi det kan vere vanskeleg å fortelje at ein er einsam og ynskjer meir tilsyn i heimen. Dette kom ikkje fram i nokon av intervjuet. Den sjølvsgte tryggleiken som familien medverkar til kan kanskje ikkje erstattast av heimetenesta der både avstandar, reiseveg og tilbod kan ha innverknad på tenesta dei kan få.

Vidare forskning vil vere naudsynt for å få meir kunnskap om dei eldste eldre i distriktskommunar sine bustadynskjer og kva dei eldre legg vekt på for at dei skal bu heime om dei vert skrøpelege. Om det er skilnad på dei som bur aleine eller saman med andre vil og vere nyttig å studere. Kva butilbod som finst og kvar desse ligg i høve heimlassen til dei eldste eldre i kommunen kan og vere ein faktor som kan verke inn på ynskja om å bli buande heime.

6.0 Avslutning

Hensikta med studie var å sjå nærare på dei eldre sitt syn på og erfaring med å bu i eigen bustad.

Studie syner at minna, familie og tilknytning til bustaden og nærmiljø har stor verdi for vala dei har gjort med tanke på kvar dei ynskjer å bu. Informantane fortel korleis dei styrer eigen kvardag og kva hjelp dei får og treng for å bu heime. Det kjem fram at å bu heime medverkar til auka sjølvkjensle, fordi dei kan ta eigne val og meistrar oppgåver dei kan frå før.

Intervjua har synt at dei eldste eldre ynskjer å bu heime så lenge dei kan og klarer å bestemme sjølv. Dei har vore gamle lenge i bustaden og har tilpassa sine aktivitetar ut frå kva dei meistrar å utføre. Hjelp og tilrettelegging i bustaden frå familie og heimetenesta har vore viktig for alle informantane. Nærleik til familien blir framheva som ein viktig faktor av mange for at dei kan bu heime. Dei er klar over at deira høge alder kan medverke til at kvardagen kan endre seg og at dei då kan ha behov for meir hjelp heime eller at dei må flytte i anna butilbod.

Det er viktig i tida framover å få meir kunnskap om dei eldste eldre heimebuande i distriktskommunar sine ynskjer og butilhøve i eigen heim. Dette for å kome i møte at det vert fleire eldre og at mange vil bu heime i eigen bustad. Både dei eldste eldre, deira pårørande og tenestepanleggjarar kan nytte denne kunnskapen når framtidig bustadval og tenestetilbod skal planleggast.

Litteraturliste:

- Andreassen, K.K. (2011). *Befolkningens størrelse og aldersfordeling i: Mørk, E (red) Seniorer i Norge 2010*. Statistisk sentralbyrå. Oslo.
- Anton, C.E., Lawrence C. (2014). Home is where the heart is: The effect of place of residence on place attachment and community participation. *Journal of Environmental Psychology* 40. 451-461.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.jenvp.2014.10.007>.
- Baltes, P. B., & Smith, J. (1999). Multilevel and systemic analyses of old age: Theoretical and empirical evidence for a fourth age. *Handbook of theories of aging*, 1, 153-173.
- Baltes, P.B. and Smith, J. (2003). New frontiers in the future of aging: from successful aging of the young old to the dilemma of the fourth age. *Gerontology*, 49,29 123-35
- Bigonnesse, C., Beaulieu, M. & Garon, S. (2014). Meaning of Home in Later Life as a Concept to Understand Older Adults` Housing Needs: Results from the 7 Age –Friendly Cities Pilot Project in Quebec, *Journal of Housing For the Elderly*, 28:4,
357-382,DOI:10.1080/02763893.2014.930367
- Birkeland, A. og Natvig, G.,K. (2008). *Vård i Norden* 1/2008. Publ. No. 87 Vol. 28 No. 1 PP 18-21
- Bondevik, M. (2000). *De eldste eldre – erfaringer og refleksjoner*. Gyldendal Akademiske. Oslo.
- Borglin, G., Edberg, A-K. & Hallberg, I.R. (2005). The experience of quality of life among older people. *Journal of Aging Studies*, 19, 201-220. doi: 10.1016/j.jaging.2004.04.001
- Burholt, V. & Dobbs, C. (2012). Research on rural ageing: Where have we got to and where are we going in Europa? *Journal of Rurals Studies* 28 (2012), 432 - 446
- Cicero, C. (2012). Ageing in place. I A.T. Carswell (Ed.) *The encyclopaedia of housing* (2nd ed.) (p.p. 16- 19). London, UK:Sage.
- Cumming, E., & Henry, W. E. (1961). *Growing old, the process of disengagement*: Basic Books.
- Dale, B., Dale, J.G., Lorensen, M. (2001). Livskvalitet hos eldre hjemmeboende som mottar hjemmesykepleie. *Vård i Norden* 2/2001. Publ. No. 60 Vol. 21 No. 2 PP 4 - 10

- Dale, B., Söderhamn, U. & Söderhamn, O. (2012). Life situation and identity among single older home-living people: A phenomenological-hermeneutic study. *Int J Qualitative Stud Health Well-being* 2012, 7:18456 – <http://dx.doi.org/10.3402/qhw.v7i0.18456>
- Dahlin-Ivanoff, S., Haak, M., Fänge, A., & Iwarsson, S. (2007). The multiple meaning of home as experienced by very old Swedish people. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 14, 25-32. doi:10.1080/11038120601151714
- Evans, G.W., Kantrowitz, E., Eshelman, P. (2002). Housing Quality and Psychological Well-Being Among the Elderly Population. *Journal of Gerontology: PSYCHOLOGICAL SCIENCES* 2002, Vol. 57B, No. 4, P381-P383
- Ewen, H.H., Hahn, S.J., Erickson, M.A., & Krout, J.A. (2014) Aging in Place or Relocation? Plans of Community-Dwelling Older Adults, *Journal of Housing For the Elderly*, 28:3, 288-309, DOI: 10.1080/02763893.2014.930366
- Fausset, C.B., Kelly, A. J., Rogers, W. A. & Fisk, S. S. (2011). Challenges to aging in place: Understanding home maintenance difficulties. *Journal of Housing For the Elderly*, 25, 125 – 141. doi:10.1080/02763893.2011.571105
- Felix, E., De Haan, H., Vaandrager, L. & Koelen, M. (2015). Beyond Thresholds: The Everyday Lived Experience of The House by Older People, *Journal of Housing For the Elderly*, 29:4, 329 – 347, doi:10.1080/02763893.2015.1055027
- Fernandez-Carro, C. (2016). Ageing at home, co-residence or institutionalisation? Preferred care and residential arrangement of older adults in Spain. *Ageing & Society* 36, 2016, 586-612. doi:10.1017/S0144686X1400138X.
- Gilleard, C., & Higgs, P. (2013). The fourth age and the concept of a 'social imaginary': A theoretical excursus. *Journal of Aging Studies*, 27(4), 368-376.

- Gaymu, J. and Springer, S. (2010). Living conditions and life satisfaction of older Europeans living alone: a gender and cross-country analysis. *Ageing & Society*, 30, 1153 – 1175.
doi:10.1017/S0144686X10000231
- Gillsjö, C., & Schwartz-Barcott, D. (2009). A concept analysis of home and its meaning in the lives of three older adults. *International Journal of Older People Nursing* 6, 4-12. doi:10.1111/j.1748-3743.2010.00207.x
- Gillsjö, C., Schwartz-Barcott, D. & von Post, I. (2011). Home: The place the older adult can not imagine living without. *BMC Geriatrics*, 11, 10.
<http://www.biomedcentral.com/1471-2318/11/10>
- Haak, M., Fänge, A., Iwarsson, S. & Dahlin Ivanoff, S. (2007). Home as a signification of independence and autonomy: Experiences among very old Swedish people. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*. 2007; 14: 1624
- Hagberg, J.E. (2012). Gamla människors tillhörighet till sin boplatz I: Abramsson, M & Nord, C. (Red). *Äldres boende – forskningsperspektiv i Norden*. Lund. Studentlitteratur AB.
- Helseforskningsloven. (2008). Lov om medisinsk og helsefaglig forskning. Henta frå:
https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2008-06-20-44#KAPITTEL_1
- Hinck, S. (2004). The lived experience of oldest-old rural adults. *Qualitative Health Research*, 14, 779 – 791. doi: 10.1177/1049732304265774
- Hinck, S. (2007). The meaning of Time in Oldest-Old Age. *Holistic Nursing Practice* 2007;21(1):35-41
- Horgas, A.L., Wilms, H. U., Baltes, M. (1998). Daily Life in Very Old Age: Everyday Activities as Expression of Successful Living. *The Gerontologist* Vol 38, No. 5, 556 - 568
- Hwang, E., Cummings, L., Sixsmith, A. & Sixsmith, J. (2011). Impacts of home modifications on aging-in-place. *Journal of Housing For the Elderly*, 25, 246-257. doi:10.1080/02763893.2011.595611
- Isherwood, L., King, D., & Luszcz, M. (2017). Widowhood in the fourth age: support exchange, relationships and social participation. *Ageing and Society*, 1-25.

- Koss, C., & Ekerdt, D. J. (2016). Residential reasoning and the tug of the fourth age. *The Gerontologist*, gnw010.
- Kvale, S. og Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju*. Gyldendal Akademiske. Oslo
- Larsson, Å., Haglund, L., Hagberg, J.-E. (2009). Doing everyday life-experiences of the oldest old. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 2009;16:99-109.
- Laslett, P. (1991). *A fresh map of life: The emergence of the third age*: Harvard University Press.
- Leeson, G.,W. (2008). My Home Is My Castle-Housing in Old Age. *Journal of Housing For the Elderly*, 20:3, 61-75, DOI: 10.1300/J081v20n03 05
- Mallet, S. (2004). Understanding home: a critical review of the litterature. *The Sociological Review*, 52, p.p. 62 - 89
- Malterud, K. (2013). *Kvalitative metoder i medisinsk forskning*. Universitetsforlaget. Oslo
- Ness, T. M., Hellzen, O. & Enmarker, I. (2014, a). «Struggling for independence»: The meaning of being an oldest old man in a rural area. Interpretation of oldest old men`s narrations. *International Journal of Qualitative Studies of Health and Well-Being*, 9, 23088. doi:<http://dx.doi.org/10.3402/qhw.v9.23088>
- Ness, T.M., Hellzen, O. & Enmarker, I. (2014, b). «Embracing the present and fearing the future»: The meaning of being an oldest old woman in a rural area. *International Journal of Qualitative Studies of Health and Well-Being*, 9: 10.3402/qhw.v9.25217. doi:10.3402/qhw.v9.25217
- Netuveli, G., Wiggins, R. D., Hildon, Z., Montgomery, S. M., & Blane, D. (2006). Quality of life at older ages: evidence from the English longitudinal study of aging (wave 1). *Journal of epidemiology and community health*, 60(4), 357-363.
- Neugarten, B. L. (1974). Age groups in American society and the rise of the young-old. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 415(1), 187-198.
- NOU 2011:11. (2011) *Innovasjon i omsorg*. Oslo: Helse- og omsorgsdepartementet.

- Nygren, C., Oswald, F., Iwarsson, S., Fänge, A., Sixsmith, J., Schilling, O., Sixsmith, A., Szeman, Z., Tomsone, S., Wahl, H.W. (2007). Relationship Between Objective and Perceived Housing in Very Old Age. *The Gerontologist* Vol 47, No 1, 85-95.
- Oswald, F. & Wahl, H. W (2005). Dimensions of the meaning of home in later life. In G.D. Rowles & H. Chaudhury (Eds.), *Home and identity in late life* (pp. 21-45). New York: Springer
- Oswald, F., Wahl, H.W., Schilling, O., Nygren, C. Fänge, A., Sixsmith, A., Sixsmith, J., Szeman, Z., Tomsone, S., Iwarsson, S. (2007). Relationships Between Housing and Healthy Aging in Very Old Age. *The Gerontologist* Vol 47, No1, (pp.96 -107).
- Oswald, F., Jopp, D., Rott, C., and Wahl, H.-W. (2010). Is Aging in Place a Resource for or Risk to Life Satisfaction? *The Gerontologist*. Doi:10.1093/geront/gnq096
- Peace, S.M., Holland, C., & Kellaheer, L. (2006). *Growing Older. Environment and identity in later life*. New York. Open University Press
- Personopplysningsloven. (2000). Lov om behandling av personopplysninger.
Henta frå: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2000-04-14-31>
- Pynoos, J., Nishita, C., Cicero, C., & Caraviello, R. (2008). Aging in place, housing, and the law. *16 Elder, L. J., 77*.
- Roin, Å. (2015). The multifaceted notion of home: Exploring the meaning of home among elderly people living in the Faroe Islands. *Journal of Rural Studies* 39, 22-31.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.jrurstud.2015.03.002>
- Romøren, T., I. (2007). *Den fjerde alderen. Funksjonstap, familieomsorg og tjenestebruk hos mennesker over 80 år*. Gyldendal Akademiske. Oslo
- Russel, C. (2007). What Do Older Women and Men Want? Gender Differences in the «Lived Experience» of Ageing. *Current Sociology*. Vol. 55(2): 173 – 192
- Schiefloe, P.M. (1985). *Nærmiljø i bysamfunn*. Universitetsforlaget. Oslo.

Schmidt, J., Holm, A., Kvinge, T. og Nørve, S. (2013). Bustad+ Nye boligløsninger for eldre og folk flest. Oslo. NIBR-rapport 2013:19.

Sixsmith, A., & Sixsmith, J. (2008). Ageing in Place in the United Kingdom. *Ageing Int* (2008) 32:219 – 235. DOI: 10.1007/s12126-008-9019-y

Skaar, R., Fensli, M. og Söderhamn, U. (2010). Behov for praktisk hjelp og sosial kontakt – En intervjustudie blant hjemmeboende eldre i Norge. *Vård i Norden* 2/2010. Publ. No 96 Vol. 30 No. 2 pp 33 – 37

Sogn og Fjordane Fylkeskommune, (2016,7.juli). Slik vil folketalet bli i 2040. Henta frå:

<http://www.sfj.no/slik-vil-folketalet-bli-i-2040.5876681-339463.html>

Stathi, A., & Simey, P. (2007). Quality of life in the Fourth Age: exercise experiences of nursing home residents. *Journal of Aging and Physical Activity*, 15(3), 272-286.

St.meld.nr.25 (2005-2006). Mestring, muligheter og mening. *Framtidas omsorgsutfordringer*. Oslo: Helse- og omsorgsdepartementet.

St.meld.nr.47 (2008 – 2009). Samhandlingsreformen. Rett behandling – på rett sted – til rett tid. Oslo: Helse- og omsorgsdepartementet.

St.meld.nr. 29 (2012 – 2013). *Morgendagens omsorg*. Oslo: Helse- og omsorgsdepartementet.

Stones, D., & Gullifer, J. (2016). 'At home it's just so much easier to be yourself': older adults' perceptions of ageing in place. *Ageing & Society*, 36(3), 449-481.

doi:10.1017/s0144686x14001214

Syse, A. og Pham, D.Q. og Keilman, N. (2016) *Befolkningsframskrivinger 2014-2100: Dødelighet og levealder*. Statistisk sentralbyrå. *Økonomiske analyser* 4/2014,44-50.

Söderhamn, U., Dale, B., & Söderhamn, O. (2011). Narrated lived experiences of self-care and health among rural-living older persons with a strong sense of coherence. *Psychology Research and Behavior Management*, 4, 151-158.http://idtjeneste.nb.no/URN:NBN:nobibsys_brage_25771

<http://hdl.handle.net/11250/138673>

- Thagaard, T. (2013). Systematikk og innlevelse. Fagbokforlaget. Bergen.
- Townsend, P. (1981). The structured dependency of the elderly: a creation of social policy in the twentieth century. *Ageing and Society*, 1(01), 5-28.
- Wiles, J.L., Allen, R.E.S., Palmer, A.J., Hayman, K.J., Keeling, S., Kerse, N. (2008). Older people and their social spaces: A study of well-being and attachment to place in Aotearoa New Zealand. *Social Science & Medicine* 68. (664-671). doi:10.1016/j.socscimed.2008.11.030.
- Wiles, J. L., Leibing, A., Guberman, N., Reeve, J., & Allen, R. E. (2011). The meaning of “ageing in place” to older people. *The Gerontologist*, gnr098.
- Ytrehus, S. (2004). Mellom modernitet og tradisjon. Unge eldres syn på flytting. Avhandling for Dr. polit.- graden, Universitetet i Bergen 2004
- Ytrehus, S. (2005) Eldre og bolig – bare et spørsmål om boligkapital? Om bolig, flytting og stedsidentitet blant yngre eldre. *Sosiologisk tidsskrift* 4/05
- Ytrehus, S. og Fyhn, A.B. (2006, a) Her vil jeg bo! Boligønsker blant 50-, 60- og 70 åringer i fire lokalområder. Fafo-rapport 512
- Ytrehus, S. og Fyhn, A.B. (2006, b). Bufast, Bjørvika og Benidorm. Boligplaner og boligønsker for eldre år. Fafo-rapport 511
- Ytrehus, S. & Gulbrandsen, L. (2012). Äldres boendepreferenser i Norge. I: Abramsson, M & Nord, C. (Red). Äldres boende – forskningsperspektiv i Norden. Lund. Studentlitteratur AB.

Vedlegg 1

Søkeprosess etter tidlegare forskning

I undersøkingar av forskingsfeltet har eg søkt etter både nasjonale, nordiske og internasjonale forskingsartiklar. Eg meiner funna som er gjort kan relaterast til tema for dette studie og kan sjåast i samanheng med utviklinga for eldre heimebuande både i Noreg og andre land. Forskinga har difor verdi for kommunar i Noreg.

For å finne relevant og aktuell litteratur og forskning vart det gjennomført søk i ulike databasar. Det vart søkt i Swemed+, Medline, Cinahl og Oria. Eg har søkt i Google Scholar på artiklar som kom fram etter søk i databasar og referanselister som omhandla tema innanfor fagfeltet.

Søkeord som er nytta på norsk og engelsk kjem fram i tabellen. Søkeorda vart nytta i ulike kombinasjonar.

Norsk	Engelsk
Hjem	Home
Gammel	Oldest old
Eldste eldre	Elderly
Bosted	Housing
Distrikt	Rural
Nærmiljø	Meaning of home
Minner	Age in place

Vedlegg 2



Til Kommunalsjef Helse – og omsorg i Eid kommune

Førespurnad om gjennomføring av forskingsprosjekt i høve mastergradsoppgåva:

”Å bli gamal i eigen heim – kva er viktig for dei eldste eldre i distrikta
med tanke på framtida i eigen bustad”

Bakgrunn og formål med prosjektet

Eg er deltidsstudent ved Høgskulen i Sogn og Fjordane og skal gjennomføre ei undersøking i samband med masteroppgåva eg skal skrive ved studie Samhandling i helse- og sosialtenester. I undersøkinga skal eg sjå nærare på kva som er viktig for dei eldste eldre i distrikta med tanke på framtida i eigen bustad. Korleis og på kva måte dei planlegg framtida si i eigen bustad vil vere sentralt i prosjektet.

Det vil bli lagt opp til individuelle intervju av 6 – 8 deltakarar og eg håpar at dei kan bli rekruttert ved at tilsette i heimetenesta kan ta kontakt med dei som er aktuelle til å kunne vere med og dele ut informasjonsskriv. Dei som er interesserte i å delta skal deretter signere på samtykkeskjema og ta kontakt for å avtale tid for intervju og få meir informasjon om prosjektet.

Ber difor om tillatelse til å gjennomføre undersøkinga i kommunen.

Utval av deltakarar

Deltakarane må vere over 80 år sidan det er dei som i størst grad vil ha ulike hjelpebehov. Dei skal ikkje ha kjend demenssjukdom eller kognitiv svikt. Dei skal ha vore busett på same adresse i minst 10 – 15 år. Det kan vere både par og einslege, men dei skal ikkje bu saman med barn eller andre. Begge kjønn kan vere representert.

Det kan vere aktuelt å ta kontakt med eldreråd eller pensjonistforeininga for å rekruttere deltakarar.

Framgangsmåte og innhald

Det vert eit individuelt intervju som blir tatt opp på band, med varigheit i om lag 1 time. I etterkant vert intervjuet skrive ned.

Tema i intervju vil omhandle forholda i bustaden med tanke på utforming, lokalisering og tilknytning til andre servicefunksjonar. I tillegg vil eg prøve å få fram deira tankar og meiningar om korleis dagens og framtidige hjelpebehov blir ivarettatt og planlagt i eigen bustad. På kva måte daglege aktivitetar vert utført og mulighet til å kunne få hjelp av andre, vil med tanke på å kunne gjere daglege gjeremål sjølv vere viktig for korleis det framtidige hjelpebehovet kan bli løyst. Om dei har planar kring framtida i eigen bustad eller eventuelt flytting må belystast for å få fram deira ynskjer for framtida.

Personopplysningane vert behandla konfidensielt og ingen av deltakarane vil bli kjent igjen i oppgåva. Opplysningane er det kun eg og min rettleiar som har tilgong på. Materiale vil bli lagra på privat datamaskin med eige passord og kun vere i bruk til dette prosjektet.

Personopplysningane vert sletta når prosjektet avsluttast i juni 2017.

Det er frivillig å delta i prosjektet og deltakarane kan trekke seg undervegs. Då vil alle opplysningar om vedkomande bli sletta.

Når prosjektet er avslutta kan masteroppgåva sendast til kommunen.

Studie er godkjend av Personvernombudet for forskning – Norsk samfunnsvitenskapleg datateneste(NSD).

Prosjektleder for undersøkinga er mastergradstudent Heidi Munch Starheim, Høgskulen i Sogn og Fjordane.

Rettleiar for prosjektet er professor Siri Ytrehus, Høgskulen i Sogn og Fjordane.

Ta kontakt om du har spørsmål om undersøkinga.

Vonar kommunen ynskjer å delta i prosjektet.

Venleg helsing

Heidi Munch Starheim

Høgskulen i Sogn og Fjordane

Tlf. 48045210

Epost: heimuaa@online.no

Siri Ytrehus

Høgskulen i Sogn og Fjordane

Tlf. 48254522

Epost: siri.ytrehus@hisf.no

Vedlegg 3



Til tilsette i heimetenesta i Eid kommune

Førespurnad om å dele ut informasjonsskriv til deltakarar i forskingsprosjekt i høve mastergradsoppgåva:

”Å bli gamal i eigen heim – kva er viktig for dei eldste eldre i distrikta med tanke på framtida i eigen bustad”

Bakgrunn og formål med prosjektet

Eg er deltidstudent ved Høgskulen i Sogn og Fjordane og skal gjennomføre ei undersøking i samband med masteroppgåva eg skal skrive ved studie Samhandling i helse- og sosialtenester. I undersøkinga skal eg sjå nærare på kva som er viktig for dei eldste eldre i distrikta med tanke på framtida i eigen bustad. Korleis og på kva måte planlegg dei framtida si i eigen bustad.

Ynskjer difor hjelp til å formidle førespurnad om deltaking.

Det vil bli lagt opp til individuelle intervju av 6 – 8 deltakarar og eg håpar at dei kan bli rekruttert ved at tilsette i heimetenesta kan ta kontakt med dei som er aktuelle til å kunne vere med og dele ut informasjonsskriv. Dei som er interesserte i å delta skal deretter signere på samtykkeskjema, som kan leverast tilbake til heimetenesta i eigen konvolutt, sendast i posten eller ta kontakt på telefon. Vidare blir det avtalt tid og stad for intervju.

Utval av deltakarar

Deltakarane må vere over 80 år sidan det er dei som i størst grad vil ha ulike hjelpebehov. Dei skal ikkje ha kjend demenssjukdom eller kognitiv svikt. Dei skal ha vore busett på same adresse i minst 10 – 15 år. Det kan vere både par og einslege, men dei skal ikkje bu saman med barn eller andre. Begge kjønn kan vere representert.

Framgangsmåte og innhald

Det vert eit individuelt intervju som blir tatt opp på band, med varigheit i om lag 1 time. I etterkant vert intervjuet skrive ned.

Tema i intervjuet vil omhandle forholda i bustaden med tanke på utforming, lokalisering og tilknytning til andre servicefunksjonar. I tillegg vil eg prøve å få fram deira tankar og meiningar om korleis dagens og framtidige hjelpebehov blir ivaretatt og planlagt i eigen bustad. På kva måte daglege aktivitetar vert utført og muligheit til å kunne få hjelp av andre, vil med tanke på å kunne gjere daglege gjeremål sjølv vere viktig for korleis det framtidige hjelpebehovet kan bli løyst. Om dei har planar kring framtida i eigen bustad eller eventuelt flytting må belysast for å få fram deira ynskjer for framtida.

Personopplysningane vert behandla konfidensielt og ingen av deltakarane vil bli kjent igjen i oppgåva. Opplysningane er det kun eg og min rettleiar som har tilgong på. Materiale vil bli lagra på privat datamaskin med eige passord og kun vere i bruk til dette prosjektet.

Personopplysningane vert sletta når prosjektet avsluttast i juni 2017.

Det er frivillig å delta i prosjektet og deltakarane kan trekke seg undervegs. Då vil alle opplysningar om vedkomande bli sletta.

Studie er godkjend av Personvernombudet for forskning – Norsk samfunnsvitenskapleg datateneste(NSD).

Prosjektleiari for undersøkinga er mastergrad student Heidi Munch Starheim, Høgskulen i Sogn og Fjordane.

Rettleiar for prosjektet er professor Siri Ytrehus, Høgskulen i Sogn og Fjordane.

Venleg helsing

Heidi Munch Starheim

Høgskulen i Sogn og Fjordane

Tlf. 48045210

Epost: heimuaa@online.no

Siri Ytrehus

Høgskulen i Sogn og Fjordane

Tlf. 48254522

Epost: siri.ytrehus@hisf.no

Vedlegg 4



Til deg som er over 80 år og bur heime i eigen bustad i Eid kommune

Førespurnad om deltaking i forskingsprosjektet:

”Å bli gamal i eigen heim – kva er viktig for dei eldste eldre i distrikta med tanke på framtida i eigen bustad”

Bakgrunn og formål med prosjektet

Eg er sjukepleiar og for tida deltidsstudent ved Høgskulen i Sogn og Fjordane der eg skal gjennomføre ei undersøking til ei masteroppgåve på studie i Samhandling innan helse – og sosialtenester.

I samband med oppgåva skal eg gjennomføre eit intervju der du kan fortelje om korleis det er å bu i eigen bustad når du vert eldre.

Eg er oppteken av korleis og på kva måte du planlegg framtida i eigen bustad.

Kva inneber deltaking i undersøkinga?

Det vil vere eit intervju med deg som vil vare i ca. ein time. Dette blir tatt opp på band og deretter skrive ned skriftleg. Eg tek kontakt med mellom 6 og 8 deltakarar som ynskjer å vere med i undersøkinga.

Kva skjer med informasjonen om deg?

Alle personopplysningar vil bli behandla konfidensielt. Ingen av deltakarane vil bli gjenkjent i oppgåva. Opplysningane er det kun eg og min rettleiar som har tilgong på.

Alle data blir anonymisert og sletta etter innlevering av oppgåva. Undervegs vil materialet vere innelåst.

Studien er godkjent av Personvernombudet for forskning, NSD - Norsk senter for forskingsdata AS. Prosjektet skal etter planen avsluttas 16.juni 2017. Då vert personopplysningane sletta.

Deltaking i intervjuet er frivillig, og du kan trekke deg frå studie utan å oppgje nokon grunn for det.

Om du vel å trekke deg undervegs, vil alle opplysninger om deg bli sletta.

Dersom du ynskjer å delta i dette studie kan du signere vedlagt samtykkeerklæring og retunere den til meg i frankert konvolutt, levere til tilsette i heimetenesta eller ta kontakt på telefon.

Ta gjerne kontakt dersom du treng meir informasjon om prosjektet.

Når eg har mottatt samtykkeerklæringa avtalar vi tidspunkt og stad for intervju.

Intervju kan gjennomførast heime hos deg om du ynskjer det.

Om du ikkje ynskjer å delta i prosjektet kan du sjå vekk frå denne henvendinga.

Prosjektleder for undersøkinga er mastergradsstudent Heidi Munch Starheim, Høgskulen Sogn og Fjordane. Rettleiar for prosjektet er professor Siri Ytrehus, Høgskulen Sogn og Fjordane.

På førehand takk!

Venleg helsing

Heidi Munch Starheim

Høgskulen Sogn og Fjordane,

Telefon: 48045210, Epost: heimuaa@online.no

Samtykke til deltaking i studien

Eg har mottatt informasjon om studien, og er villig til å delta.

Stad: _____ Dato: _____

Underskrift: _____

Tlf.nr: _____

Vedlegg 5

Intervjuguide:

Informasjon om prosjektet og korleis intervjuet gjennomførast

Tema for intervjuet:

Informasjon om informanten

- Utdanning
- Interesser
- Familieforhold
- Økonomi
- Aktivitetar

Busituasjon

- Type bustad
- Rominndeling – utforming
- Tilknytning til bustaden
- Tilkomst til tomt/bustad
- Nærleik til naboar
- Avstand til butikk, legekontor

Kontakt med andre

- Besøk i heimen
- Mulighet til å reise på besøk
- Sosialt samhald med andre

Daglege gjeremål

- Faste rutinar
- Måltid
- Reingjering

Tryggleik

- Mulighet for å tilkalle hjelp
- Hjelpemiddel i bustaden

Bustadplanar

- Om å bli buande i same bustad
- Søke om anna kommunal bustad evt. kjøpe leilighet

Andre tankar/meiningar om kva som må til for å kunne få bu i eigen bustad når ein vert eldre.

Vedlegg 6



Siri Ytrehus
Institutt for sjukepleieutdanning Høgskulen i Sogn og Fjordane
Postboks 523
6803 FØRDE

Vår dato: 09.08.2016

Vår ref: 49129 / 3 / HIT

Deres dato:

Deres ref:

TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 30.06.2016. Meldingen gjelder prosjektet:

49129	<i>Å bli gamal i eigen heim - kva er viktig for dei eldste eldre i distrikta med tanke på framtida i eigen bustad</i>
Behandlingsansvarlig	<i>Høgskulen i Sogn og Fjordane, ved institusjonens øverste leder</i>
Daglig ansvarlig	<i>Siri Ytrehus</i>
Student	<i>Heidi Munch Starheim</i>

Personvernombudet har vurdert prosjektet, og finner at behandlingen av personopplysninger vil være regulert av § 7-27 i personopplysningsforskriften. Personvernombudet tilrår at prosjektet gjennomføres.

Personvernombudets tilråding forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemaet, korrespondanse med ombudet, ombudets kommentarer samt personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, <http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/skjema.html>. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://pvo.nsd.no/prosjekt>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 16.06.2017, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Dokumentet er elektronisk produsert og godkjent ved NSDs rutiner for elektronisk godkjenning.

Vennlig hilsen

Kjersti Haugstvedt

Hildur Thorarensen

Kontaktperson: Hildur Thorarensen tlf: 55 58 26 54

Vedlegg: Prosjektvurdering

Kopi: Heidi Munch Starheim heimuaa@online.no



Personvernombudet for forskning

Prosjektvurdering - Kommentar

Prosjektnr: 49129

Denne studien vil undersøke kva dei eldste eldre over 80 år sjølv fortel om kva deira oppleving er i høve det å kunne bu heime i eigen bustad så lenge dei sjølv ynskjer. Korleis og på kva måte planlegg dei framtida si i eigen bustad? Deira perspektiv er naudsynt å ha med seg for at tilbodet skal vere mest mogleg tilpassa den einskilde sine behov og ynskjer.

I Sogn og Fjordane er demografi med eit høgare tal eldre enn andre fylker omsyn ein må ta i høve framtidig teneste- og bustadutvikling. Kva dei eldre ynskjer er difor nyttig å studere, då det vil vere føremålstenleg å kartlegge deira val med tanke på bustad og tenestetilbodet i kommunane.

Personvernombudet legger til grunn at taushetsplikten ikke er til hinder for rekrutteringen. Vi anbefaler at de som har kontaktinformasjon til utvalget formidler kontakt slik at de som ønsker å delta selv tar kontakt med studenten, dette for å sikre frivillig deltakelse.

Utvalget informeres skriftlig og muntlig om prosjektet og samtykker til deltakelse. Informasjonsskrivet er godt utformet.

Personvernombudet tar høyde for at det vil kunne bli behandlet sensitive personopplysninger om helseforhold.

Personvernombudet legger til grunn at forsker etterfølger Høgskulen i Sogn og Fjordane sine interne rutiner for datasikkerhet. Dersom personopplysninger skal lagres på privat pc/mobile enheter, bør opplysningene krypteres tilstrekkelig.

Forventet prosjektslutt er 16.06.2017. Ifølge prosjektmeldingen skal innsamlede opplysninger da anonymiseres. Anonymisering innebærer å bearbeide datamaterialet slik at ingen enkeltpersoner kan gjenkjennes. Det gjøres ved å:

- slette direkte personopplysninger (som navn/koblingsnøkkel)
- slette/omskrive indirekte personopplysninger (identifiserende sammenstilling av bakgrunnsopplysninger somf.eks. bosted/arbeidssted, alder og kjønn)
- slette digitale lydopptak

Siri Ytrehus
Institutt for sjukepleieutdanning Høgskulen i Sogn og Fjordane
Postboks 523
6803 FØRDE

Vår dato: 09.08.2016

Vår ref: 49129 / 3 / HIT

Deres dato:

Deres ref:

TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 30.06.2016. Meldingen gjelder prosjektet:

49129	<i>Å bli gamal i eigen heim - kva er viktig for dei eldste eldre i distrikta med tanke på framtida i eigen bustad</i>
Behandlingsansvarlig	Høgskulen i Sogn og Fjordane, ved institusjonens øverste leder
Daglig ansvarlig	Siri Ytrehus
Student	Heidi Munch Starheim

Personvernombudet har vurdert prosjektet, og finner at behandlingen av personopplysninger vil være regulert av § 7-27 i personopplysningsforskriften. Personvernombudet tilrår at prosjektet gjennomføres.

Personvernombudets tilråding forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemaet, korrespondanse med ombudet, ombudets kommentarer samt personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, <http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/skjema.html>. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://pvo.nsd.no/prosjekt>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 16.06.2017, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen

Kjersti Haugstvedt

Hildur Thorarensen

Kontaktperson: Hildur Thorarensen tlf: 55 58 26 54

Vedlegg: Prosjektvurdering

Dokumentet er elektronisk produsert og godkjent ved NSDs rutiner for elektronisk godkjenning.

Kopi: Heidi Munch Starheim heimuaa@online.no



Personvernombudet for forskning

Prosjektvurdering - Kommentar

Prosjektnr: 49129

Denne studien vil undersøke kva dei eldste eldre over 80 år sjølv fortel om kva deira oppleving er i høve det å kunne bu heime i eigen bustad så lenge dei sjølv ynskjer. Korleis og på kva måte planlegg dei framtida si i eigen bustad? Deira perspektiv er naudsynt å ha med seg for at tilbodet skal vere mest mogleg tilpassa den einskilde sine behov og ynskjer.

I Sogn og Fjordane er demografi med eit høgare tal eldre enn andre fylker omsyn ein må ta i høve framtidig teneste- og bustadutvikling. Kva dei eldre ynskjer er difor nyttig å studere, då det vil vere føremålstenleg å kartlegge deira val med tanke på bustad og tenestetilbodet i kommunane.

Personvernombudet legger til grunn at taushetsplikten ikke er til hinder for rekrutteringen. Vi anbefaler at de som har kontaktinformasjon til utvalget formidler kontakt slik at de som ønsker å delta selv tar kontakt med studenten, dette for å sikre frivillig deltakelse.

Utvalget informeres skriftlig og muntlig om prosjektet og samtykker til deltakelse. Informasjonsskrivet er godt utformet.

Personvernombudet tar høyde for at det vil kunne bli behandlet sensitive personopplysninger om helseforhold.

Personvernombudet legger til grunn at forsker etterfølger Høgskulen i Sogn og Fjordane sine interne rutiner for datasikkerhet. Dersom personopplysninger skal lagres på privat pc/mobile enheter, bør opplysningene krypteres tilstrekkelig.

Forventet prosjektslutt er 16.06.2017. Ifølge prosjektmeldingen skal innsamlede opplysninger da anonymiseres. Anonymisering innebærer å bearbeide datamaterialet slik at ingen enkeltpersoner kan gjenkjennes. Det gjøres ved å:

- slette direkte personopplysninger (som navn/koblingsnøkkel)
- slette/omskrive indirekte personopplysninger (identifiserende sammenstilling av bakgrunnsopplysninger somf.eks. bosted/arbeidssted, alder og kjønn)
- slette digitale lydopptak