



**Cecilie F. Mentzoni**

---

**Besøksvennens betydning**  
En kvalitativ studie av besøksvennens betydning for de  
eldste eldres sosiale nettverk

Masteroppgave i sosialt arbeid  
OsloMet – storbyuniversitetet  
Fakultet for samfunnsvitenskap

Den beste medisin for et menneske er et annet menneske.

- Jens Meinich, grunnleggeren av Røde Kors' besøktjeneste

## Sammendrag

Ensomhet har fått økende oppmerksomhet de siste årene, og for helsevesenet er dette identifisert som en av de største fremtidige utfordringene. Særlig for de eldste eldre kan nettverket bli mindre med årene, noe som kan føre til ensomhet. I offentlige dokumenter trekkes frivillig arbeid frem som et viktig tiltak for å dekke eldres sosiale behov. Røde kors besøkstjeneste er en slik aktør, og tilbyr tjenester for mennesker som opplever ensomhet. Det er behov for økt kunnskap om effekten av slike tilbud, da forskningen gir blandede resultater.

Hensikten med denne studien er å få kunnskap om et utvalg eldres sosiale nettverk og hvordan de opplever at besøksvennen påvirker deres nettverk. Dette kan bidra til kunnskap om hvilken betydning en besøksvenn kan ha for eldre og hvilke muligheter som ligger i et slikt tilbud.

Gjennom rolleteori, teorier om sosial aldring og nettverksteori utforskes de eldres beskrivelser. Det er utført intervjuer med utgangspunkt i nettverkskart for å få et innblikk i de eldres situasjon, forhold knyttet til aldring og sosiale relasjoner, samt betydningen av å ha en besøksvenn i livet.

Funnene viser at nettverkene inneholder få relasjoner, og at besøksvennen er en av de næreste relasjonene. Intervjupersonene forteller om utfordringer og behov knyttet til besøksvennens betydning. Utfordringene som trekkes frem er at besøksvennen oppleves som å ha en rolle mellom profesjonell og venn, og at den er valgt av andre. Intervjupersonenes behov er praktisk hjelp og støtte fra besøksvennen, besøksvennen bidrar til aktivitet og kontinuitet og oppleves som en viktig samtalepartner. Alle intervjupersonene beskriver relasjonen til besøksvennen som separat fra andre relasjoner i deres nettverk. Ingen av intervjupersonene beskriver endringer i deres nettverk i lys av at de fikk besøksvenn, bortsett fra at de fikk en ny relasjon.

Besøksvennen gir sosial kontakt i form av å bli en nær relasjon. Rollen som besøksvenn kan fremstå uklar og rammebetingelsene for ordningen er dermed viktig. Individuelle ønsker og behov fører til variasjon i hva intervjupersonene opplever som betydningsfullt ved å ha besøksvenn. Noen er åpne for å møte flere sammen med besøksvennen sin. I ordningen ligger det dermed muligheter for å bidra til økt sosial kontakt for eldre.

Nøkkelord: Besøkstjeneste, frivillighet, ensomhet, sosialt nettverk, relasjoner, sosial kontakt, eldre, eldste eldre.

## Abstract

Loneliness has received increasing attention in the recent years, and for the health service this has been identified as one of the biggest challenges in the future. Especially for the oldest elderly, the network can become smaller over the years, and this can lead to loneliness. In public documents, voluntary work is highlighted as an important contributor to meet the elderly's social needs. The Red Cross Visitor Service is a volunteer actor that provides social contact for people who experience loneliness. There is a need for increased knowledge about the effect of such offers, as the research gives mixed results.

The purpose of this study is to gain knowledge about a sample of old peoples' social networks and how they feel that the visitor affects their network. This can provide knowledge about the Visitor Services' importance for the social networks of old people and the potential of this scheme.

The elderly's descriptions are explored through role theory, theories of social aging and network theory. Interviews based on network maps have led to an insight into the elderly's situation, issues related to aging and social relations, as well as the importance of having a visitor in life.

The findings show that the networks contain few personal relations and the visitor is one of the closest relations. The interviewees are telling about challenges and needs related to the visitor's importance to their network. The challenges highlighted are that the visitor is experienced as having a role between professional and a friend and that it is selected by others. The needs of the interviewees are practical help and support from the visitor, the visitor contributes to activity and continuity and is perceived as an important interlocutor. All interviewees describe the relationship with the visitor as separate from other relationships in their network. None of the interviewees describe changes in their social network as a result of having a visitor, except that they acquire a new relationship.

The visitor gives social contact in the form of becoming a close relationship. The visitor's role may appear as vague and the framework conditions for the scheme are thus important. Individual wishes and needs leads to variation in what the interviewees experience as meaningful by having a visitor. Some are open to meet up with another person together with the visitor. The scheme therefore provides opportunities for contributing to increase social contact for the elderly.

Keywords: Befriending, volunteering, loneliness, social network, personal relationships, social contact, elderly, older people

## Forord

3 år med masterutdanning er over, og det kan beskrives som både vemodig og godt. Det har vært en lærerik, spennende og utfordrende tid, som har gitt meg ny kunnskap om faget sosialt arbeid og om meg selv.

Først vil jeg takke informantene mine, for uten dem hadde ikke denne oppgaven sett dagens lys. Tusen takk for at dere åpnet hjemmene deres og fortalte så godt.

Det må også rettes en takk til kollokvien, som har gjort denne tiden enda mer interessant og givende. Vi har hatt lange, frustrerende, studie-kvelder, gode, faglige diskusjoner og masse gøy!

Siri, veilederen min, tusen takk. Du har alltid startet våre møter med å spørre hvordan jeg har det, hørt på meg og gitt meg kloke, gjennomtenkte og engasjerte tilbakemeldinger. Du brenner for faget, og det har inspirert meg gjennom hele prosessen!

Åsmund, tusen takk skal du ha for ditt smittende engasjement for temaet! Det har gitt meg troen på mitt eget prosjekt.

En takk må også rettes til arbeidsplassen min, som ga meg muligheten til å gjennomføre dette studiet.

Takk til Oslo Røde kors besøkstjeneste, spesielt Laila Åteigen, for å ha engasjert seg i dette prosjektet og rekruttert informanter.

Venninner som har lyttet til meg når tankene har trengt sortering, takk for at dere ville høre på! Det bidraget har vært viktig!

Til slutt skal storesøster rettes en stor takk, for støtte gjennom prosessen og korrektur til siste slutt. Dine kloke tilbakemeldinger har vært en uvurderlig hjelp!

Oslo, mai 2019

# Innholdsfortegnelse

<b>1.0 Innledning</b> .....	<b>8</b>
1.1 Temaets aktualitet .....	8
1.2. Problemstilling og avgrensning.....	9
1.3. Sentrale begreper.....	10
1.4 Forforståelse.....	10
1.5 Oppgavens struktur.....	11
<b>2.0 Kunnskap om temaet</b> .....	<b>11</b>
2.1 Om Røde Kors besøkstjeneste.....	11
2.2 Presentasjon av internasjonal og nasjonal forskning .....	12
2.2.1 Forekomst av ensomhet internasjonalt og nasjonalt.....	12
2.2.2 Ensomhet og sosial kontakt blant eldre.....	13
2.2.3 Forebygging og lindring av ensomhet.....	15
2.2.4 Frivillighet for forebygging og lindring av ensomhet .....	16
<b>3.0 Teori</b> .....	<b>17</b>
3.1 Goffman og rolleteori .....	17
3.2 Teorier om sosial aldring .....	18
3.2.1 Tilbaketrekningsteorien.....	19
3.2.2 Aktivitetsteorien .....	19
3.2.3 Ressursmodellen .....	20
3.3 Nettverksteori.....	20
3.3.1 Sosialt nettverk .....	21
3.3.2 Relasjoner.....	22
3.4 Sosial støtte og ensomhet blant eldre.....	23
<b>4.0 Metode</b> .....	<b>24</b>
4.1 Litteratursøk.....	24
4.2 Valg av metode og vitenskapsteoretisk perspektiv.....	25
4.2.1 Kvalitativt forskningsintervju .....	26
4.3 Utvalget og rekruttering av intervjupersoner .....	26
4.3.1 Utvalgskriterier.....	27
4.3.2 Rekrutteringsprosessen .....	28
4.3.3 Utvalget.....	28
4.4 Nettverkskart som verktøy .....	28
4.4.1 Begrunnelse for bruk av nettverkskart.....	29
4.4.2 Anvendelse av nettverkskart .....	30
4.4.3 utfordringer ved bruk av nettverkskart.....	32
4.5 Intervjuguide.....	33
4.6 Gjennomføring av intervjuer.....	35
4.7 Transkribering.....	36
4.8 Analyse av materialet .....	36
4.9 Etske betraktninger.....	38

<b>5.0 Presentasjon av sentrale elementer fra nettverkskartene .....</b>	<b>39</b>
5.1 Besøksvertene .....	39
5.2 Tegning av besøksvertenes nettverkskart og relevante refleksjoner .....	40
5.2.1 <i>Generelle funn ved nettverkskart 1</i> .....	41
5.2.2 <i>Besøksvertenes refleksjoner om nettverkskart 1</i> .....	41
5.2.3 <i>Generelle funn ved nettverkskart 2</i> .....	42
5.2.4 <i>Helse som begrensning for sosial kontakt</i> .....	43
5.2.5 <i>Andre begrensninger for sosial kontakt</i> .....	44
5.2.6 <i>Refleksjoner ved sammenlikning av de to nettverkskartene</i> .....	44
5.2.7 <i>Betydningen av nettverkets kvantitative og kvalitative form</i> .....	45
5.2.8 <i>Lite nettverk= ensomhet?</i> .....	48
<b>6.0 Analyse og drøft av sentrale funn .....</b>	<b>50</b>
6.1 Utfordring 1: Besøksvennens rolle mellom profesjonell og venn .....	50
6.2 Utfordring 2: Forhåndsvalgt relasjon .....	53
6.3 Behov 1: Praktisk hjelp og støtte .....	55
6.4 Behov 2: Aktivitet .....	56
6.4.1 <i>Fleksibilitet</i> .....	57
6.4.2 <i>Å gjøre noe sammen</i> .....	59
6.5 Behov 3: Den gode samtalen .....	60
6.6 Behov 4: Kontinuitet i kontakt .....	63
6.7 Avsluttende diskusjon .....	64
<b>7.0 Konklusjon .....</b>	<b>66</b>
7.1 Forslag til videre forskning .....	67
<b>Litteraturliste .....</b>	<b>69</b>
<b>Vedlegg .....</b>	<b>75</b>

## 1.0 Innledning

Denne studien undersøker det sosiale nettverket til eldre som har besøksvenn gjennom Røde Kors besøkstjeneste og besøksvennens betydning for deres nettverk. Hensikten er å gi et innblikk i det sosiale livet til de eldste eldre i Oslo. Hvordan ser nettverket deres ut og hvordan oppleves relasjonene? Hvordan opplever de at et hjelpetilbud som er ment å forebygge ensomhet blant eldre fungerer?

### 1.1 Temaets aktualitet

Fenomenet ensomhet kan være vanskelig å sette ord på og det er tilnærmet tabubelagt å kalle seg ensom (Halvorsen, 2005, s. 16). De siste årene har temaet fått oppmerksomhet på ulike måter. I 2012 la 88 år gamle Reidun ut en kontaktannonse i Aftenposten fordi hun ønsket selskap på julaften (Hofoss, 2012). I førjulstiden årene etter har en rekke avisartikler om ensomhet blitt publisert. Unge mennesker som opplevde seg ensomme stod også nylig frem i NRKs Tv-program Innafor (Noers, 2018). Den økte interessen kan blant annet forklares med at ensomhet ser ut til å kunne ha alvorlige konsekvenser for helsen (Lasgaard, Friis & Shevlin, 2016; Luanaigh & Lawlor, 2008). Ensomhet påvirker også livskvaliteten (Halvorsen, 2008, s. 261). Fellesnevneren i fokuset på ensomhet er et budskap om at ensomheten må snakkes om på bakgrunn av de utfordringer det gir for menneskers sosiale liv, helse og trivsel. Som et fenomen som berører alle aldergrupper i større eller mindre grad kan ensomhet kalles et samfunnsproblem.

Temaet ser ut til å være ekstra aktuelt for den eldste delen av befolkningen, og denne aldersgruppen er fokuset i denne oppgaven. Alderdommen sees gjerne som en kritisk livsfase knyttet til ensomhet (Halvorsen, 2005, s. 71). Forhold som tyder på å henge sammen med ensomhet som nedsatt helse, å være enke eller enkemann og aleneboende blir gjeldende når vi eldes (Nicolaisen & Thorsen, 2014; Savikko, Routasalo, Tilvis, Strandberg & Pitkälä, 2005). Demografiske endringer ved en sterk økning i antall eldre gjør sitt inntog i nærmeste fremtid. For Norge viser tall fra SSB at de over 80 år vil bli to til tre ganger flere, og de over 90 år blir mer enn tre ganger flere innen år 2050 (Veenstra, Aksøy, Daatland, Kjølvik & Otnes, 2012, s. 17). Den fremtidige befolkningsveksten byr på utfordringer knyttet til manglende dekning av psykososiale behov og en av de største utfordringene som defineres for tjenesteapparatet er ensomhet. For å håndtere de økte behovene med befolkningsveksten har regjeringen utviklet en «aktiv seniorpolitikk» som kjennetegnes av blant annet fokus på deltakelse i sosiale aktiviteter som forebyggende tiltak for «de nye eldre» (NOU 2011:11, s. 14-15). Forebygging



av ensomhet er et av satsingsområdene og frivillig organisasjoners arbeid fremmes som svært viktige bidragsyttere i dette arbeidet (Helse- og omsorgsdepartementet, 2019, s. 43-48). I lys av dette er det aktuelt å skaffe kunnskap om hvordan frivillig arbeid kan påvirke det sosiale aspektet av Eldres liv.

Gjennom bachelorutdanningen og arbeidserfaring har jeg utviklet et personlig engasjement for eldre og viktigheten av sosiale relasjoner i alderdommen. Som sosionom ansatt i en alderspsykiatrisk avdeling i spesialisthelsetjenesten er fokus på familie- og nettverksarbeid for pasientene en sentral del av arbeidshverdagen. Jeg har utviklet en oppfattelse av at det å ha betydningsfulle relasjoner kan ha en uvurderlig gevinst for den Eldres trivsel og for å takle livets utfordringer. Dette har ført til en sterk interesse for hva den enkeltes sosiale nettverk inneholder i møte med eldre. Menneskets behov for sosial kontakt er ikke nyskapende kunnskap. En av de første sosiologene i historien, Emile Dürkheim, studerte allerede på 1890-tallet menneskers forhold til hverandre. I boka *Selv mordet* beskriver han hvordan selvmord som sosialt fenomen ikke kan forklares av egenskaper hos individene, men graden av integrasjon i samfunnet (Dürkheim, 2006). Også i dag er menneskers forhold til hverandre et viktig tema. Halvorsen (2005, s. 14) omtaler ensomhet som nærmest usynlig og påpeker at det nettopp derfor er viktig at profesjonelle hjelpere er åpne for at personer de møter kan streve med en slik opplevelse. Arbeid med eldre gir sosiale problemstillinger knyttet til nettverk, felleskap og aktivitet, noe som skaper behov for den sosialfaglige kompetansen (Johannesdóttir, 2003). Likevel har sosialarbeideren vært så å si fraværende i eldreomsorgen. Med de demografiske utfordringene samfunnet står overfor kan det virke som den sosialfaglige kompetansen blir enda mer nødvendig i eldreomsorgen.

I kryssningen av temaene ensomhet, frivillig arbeid og eldre er det behov for mer kunnskap. Den eldste andelen av befolkningen er en underrepresentert gruppe i forskningen (Brittain et al., 2017). Bondevik (2001, s. 222) poengterer at det er behov for økt kunnskap om de Eldres ressurser og behov, og viktigheten av å få la dem det gjelder selv komme til ordet. På bakgrunn av dette er jeg opptatt av å belyse hvordan de Eldste eldre opplever at sosiale relasjoner som en besøksvenn blir viktige i alderdommen.

**1.2. Problemstilling og avgrensning**  
Problemstillingen som skal belyses er:

«Hvilken betydning har besøksvennen for de eldste besøksvertenes sosiale nettverk?»

Målgruppen til Røde Kors besøkstjeneste er mennesker som opplever ensomhet og ønsker sosial kontakt (Røde Kors, u.å.). Intensjonen er å belyse hvordan et tilbud som er ment å forebygge et samfunnsproblem som ensomhet oppleves av de som benytter det. På samfunnsnivå trekkes frivillig arbeid frem som et viktig tiltak mot ensomhet (Helse- og omsorgsdepartementet, 2019), og kunnskap om hvordan det virker på enkeltmenneskers liv er derfor sentralt.

Det er brukerne av besøkstjenestens opplevelser som er i fokus. Jeg har valgt å avgrense oppgaven til å omhandle de som er 80 år og eldre, og bakgrunnen for denne avgrensningen redegjøres for i oppgavens metode-del. Denne studien har ikke som hensikt å evaluere besøkstjenesten i sin helhet. Oppgavens fokus er heller ikke hvordan relasjonen til besøksvennen påvirker hver enkelt relasjon i brukerens nettverk. Formålet er derimot å få et bilde av den eldres sosiale nettverk, og hvordan relasjonene i nettverket beskrives. Det rettes spesielt fokus på relasjonen til besøksvennen, for å få et bilde av hvordan denne er viktig i nettverket.

### 1.3. Sentrale begreper

Det er behov for å avklare betydningen av noen sentrale begreper i denne oppgaven.

Besøksvenn benyttes om den som på frivillig basis fast besøker et annet menneske som har behov for sosial kontakt. Besøksverter forstås som de som har en besøksvenn. Eldste eldre er i denne sammenhengen eldre over 80 år, en betegnelse som gjerne brukes om denne aldersgruppen (Bondevik & Skogstad, 1998, s. 325). Sosiale nettverk forklares med Arnstein Finset sin definisjon «Et sosialt nettverk består av uformelle relasjoner mellom mennesker som samhandler mer eller mindre regelmessig med hverandre» (sitert i Bø, 1993, s. 32).

### 1.4 Forforståelse

Temaet eldre og sosiale relasjoner hadde jeg et forhold til før arbeidet med denne undersøkelsen startet, og mitt engasjement var en viktig grunn for valg av tema. Jeg startet dermed med noen oppfatninger, holdninger og erfaringer som vil beskrives her, som gjerne forstås som forforståelse. Det er på bakgrunn av forforståelsen at vi forstår verden (Johannessen, Christoffersen & Tuft, 2016). Det er derfor ikke et mål å kvitte seg med forforståelsen, men å være seg den bevisst. I forkant hadde jeg en forventning om at

besøksvertenes sosiale nettverk ville endre seg når de fikk en besøksvenn. Min oppfattelse var at besøksverten, etter å ha fått en besøksvenn, kunne oppleve å bli mer aktiv på aktuelle arenaer for samhandling med andre, å få flere bekjenskaper eller at eksisterende relasjoner ble nærere. Hvordan dette viste seg å beskrives annerledes av besøksvertene kommer vi tilbake til senere, når funnene fra undersøkelsen presenteres og analyseres.

### 1.5 Oppgavens struktur

I kapittel to presenteres kunnskap om temaet gjennom en beskrivelse av Røde kors besøkstjeneste og relevant forskning som er gjort internasjonalt og nasjonalt på det aktuelle feltet. Så foretas en redegjørelse for relevante teoretiske perspektiver som danner bakgrunn for analysen av funnene i kapittel tre. Dette innebærer Goffmans rolleteori, relevante teorier om sosial aldring, samt nettverksteori med utvalgte de begrepene sosialt nettverk og relasjoner. Kunnskap om ensomhet og sosial støtte anses som aktuelt og redegjøres også for. Deretter blir metodiske overveielser, fremgangsmåter, styrker og svakheter knyttet til forskningsprosessen presentert i kapittel fire. Kapittel fem inneholder en beskrivelse av funn om besøksvertenes nettverk basert på tegning av nettverkskartene og intervjuene. Videre drøftes de mest sentrale hovedfunnene i undersøkelsen for å besvare problemstillingen i kapittel seks. Avslutningsvis inneholder kapittel syv en konklusjon og forslag til videre forskning.

## 2.0 Kunnskap om temaet

Temaet for dette forskningsprosjektet er besøksvennens betydning for Eldres sosiale nettverk. For å belyse dette er det nødvendig med en gjennomgang av kunnskap som finnes om ensomhet, betydningen av sosial kontakt og hvilke tilbud som finnes for å tilrettelegge for kontakt med andre for eldre. Først gis en kort presentasjon av tilbudet Røde Kors besøkstjeneste, før fokuset rettes mot relevant forskning som er gjort. Dette gir en indikasjon på hva som finnes av eksisterende kunnskap om ensomhet, betydningen av sosial kontakt og tilbud som skal forebygge og lindre ensomhet for eldre.

### 2.1 Om Røde Kors besøkstjeneste

Røde Kors ble etablert i 1865 og er i dag verdens største humanitære bevegelse. De har frivillige over hele verden som hjelper mennesker i nød. Røde kors prinsippene er humanitet, upartiskhet, nøytralitet, uavhengighet, frivillighet, enhet og universalitet. Oslo Røde Kors er en av organisasjonens lokalforeninger, og har over 4000 frivillige og mer enn 40 tilbud. Flere

av tilbudene er rettet mot å bekjempe ensomhet, deriblant besøkstjenesten. Et av Oslo Røde kors besøkstjenestes tilbud er en-til-en besøk. Tilbudet innebærer at frivillige drar på besøk til mennesker som føler seg ensomme, mangler mennesker i livet sitt eller føler seg isolert. Det er opp til den som får besøk og besøksvenn hva man bruker tiden sammen på (Røde Kors, u.å.).

I løpet av 2018 var det 864 frivillige i Oslo Røde kors besøkstjeneste og flesteparten av nye koblinger var en- til- en besøk. Andelen av de som har en besøksvenn var størst i aldersgruppen 80-89 år. Hovedvekten av besøksvertene får besøk av besøksvennen 2 timer annenhver uke, mens noen er mer aktive ved å dra på aktiviteter som museum og kino, eller spiser sammen. Med 120 på venteliste ser besøkstjenesten i Oslo Røde kors et udekket behov (Oslo Røde Kors besøkstjeneste, 2019). At det på landsbasis ikke er nok frivillige til å dekke behovet ble belyst i et innslag på Dagsrevyen i desember 2018, der Aud på 87 år fortalte at hun følte seg ensom og ventet på besøksvenn fra Røde Kors. Det ble fortalt om lange køer hos Røde kors besøkstjeneste. En besøksvenn ble også intervjuet. Etter innslaget opplevde både Aud og Røde Kors besøkstjeneste en stor pågang av telefoner fra andre som ville bidra (Børstad, Kringstad & Kvistad, 2018, 06. desember). For Røde kors var betydningen så stor at «før og etter Aud» ble et begrep (Oslo Røde Kors besøkstjeneste, 2019).

## 2.2 Presentasjon av internasjonal og nasjonal forskning

Forskningsfeltet på eldre, sosial kontakt og ensomhet er stort. Det vil derfor fokuseres på den forskningen som ansees som mest relevant når besøksvennens betydning for eldres nettverk skal belyses. Først vil forskning på ensomhet og sosiale nettverk presenteres. Dette er to forskjellige begreper, men som på ulike måter sier noe om betydningen av sosial kontakt. Kvaliteten og kvantiteten av sosiale nettverk henger tett sammen med opplevelsen av ensomhet (Andersson, 2010). I det følgende presenteres derfor forskning på begge begrepene. La oss først se på forskning om omfanget av ensomhet hos eldre internasjonalt og nasjonalt, for å få et bilde av problematikken som besøkstjenesten Røde Kors retter seg mot.

### 2.2.1 Forekomst av ensomhet internasjonalt og nasjonalt

En undersøkelse av forekomst hos voksne og eldre i 11 europeiske land fant at 30-55% av befolkningen i Øst-Europa og 10-20% i Vest- og Nord-Europa rapporterer om alvorlig ensomhet (Hansen & Slagsvold, 2016). Studien LOGG 2007 er et viktig bidrag innenfor den

kvantitative forskningen på ensomhet nasjonalt. Resultatene indikerer at hver tredje person fra 70 år og oppover opplever ensomhet «av og til» (Thorsen & Clausen, 2009). Forskningen viser et relativt stabilt omfang av ensomhet, med noe variasjon når landene sammenliknes.

Forskningen på ensomhet er preget av noen utfordringer. Hvordan begrepet måles varierer og dette gjør sammenlikninger utfordrende (Savikko et al., 2005). Studien til Nicolaisen og Thorsen (2014) belyser dette ved at ensomhet måles direkte og indirekte, og de to fremgangsmåtene gir ulike resultater. Utbredelse av ensomhet kan også øke og reduseres for den enkelte over tid (Dahlberg, Andersson, McKee & Lennartsson, 2014; Victor & Bowling, 2012). Halvorsen (2005, s. 48) hevder at underrapportering må påberegnes ved intervjuer om ensomhet. I tillegg bærer forskningsfeltet preg av lite fokus på de eldste eldre, noe som påpekes av blant annet Daatland og Solem (2011, s. 222) og Brittain et al. (2017). Dermed bør den stabiliteten som forskningen viser på forekomsten av ensomhet vurderes kritisk. Betydelige variasjoner og avvik fra resultatene kan være tilfelle, blant annet for eldre over 80 år i Oslo, som er fokuset i denne studien.

### 2.2.2 Ensomhet og sosial kontakt blant eldre

Forskning på ensomhet og sosialt nettverk hos eldre bør sees i sammenheng med hverandre. Flere undersøkelser konkluderer med at et godt fungerende nettverk med god kvalitet på relasjonene kan forebygge ensomhet (Drageset, 2002; Kirchhoff, Grøndahl & Andersen, 2015; Zebhauser et al., 2015). Og hvilke andre faktorer virker å henge sammen med ensomhet og svake sosiale nettverk?

#### Prediktorer

Når man ser på ensomhet knyttet til alder er eldre mer ensomme enn befolkningen generelt (Thorsen & Clausen, 2009). Det er allikevel sprikende funn når det gjelder sammenhengen mellom alder og ensomhet. Noen beskriver den som U-formet, der ensomhet rapporteres høyest av unge og gamle (Lasgaard et al., 2016; Pinqart & Sorensen, 2001; Victor & Yang, 2012). Andre studier finner at sammenhengen har en lineær form, at ensomhet øker ved økende alder (Savikko et al., 2005). I forskning der de eldste inkluderes finner man høyere forekomst av ensomhet hos disse. I underkant av halvparten av de over 80 år føler seg ofte ensom til sammenlikning med 5-10% av de i yngre alder (Dykstra, 2009; Yang & Victor, 2011). Det betyr at ensomhet er en relevant opplevelse når vi eldes. I tillegg finnes andre faktorer i alderdommen som synes å henge sammen med ensomhet.

Redusert helse identifiseres som en viktig årsak for ensomhet i flere undersøkelser (Nicolaisen & Thorsen, 2014; Aartsen & Jylhä, 2011). Normann (2010) påpeker at sammenhengen mellom ensomhet og alder egentlig kan forklare av en annen variabel i undersøkelsen, nedsatt helse. Å bo alene og å være enke/enkemann blir påpekt av flere som relatert til ensomhet (Dykstra, van Tilburg & Gierveld, 2005; Nicolaisen & Thorsen, 2014; Routasalo, Savikko, Tilvis, Strandberg & Pitkälä, 2006; Savikko et al., 2005). Å være kvinne kan tyde på å henge sammen med ensomhet, men en vanlig forklaring på dette er at de oftere opplever å miste partneren (Hansen & Slagsvold, 2018). Hvordan de ulike faktorene henger sammen er trolig et sammensatt bilde, noe begrepet sirkularitet kan beskrive. Sirkularitet innebærer at hendelser foregår samtidig og gjensidig påvirker hverandre (Schjødt & Egeland, 1989). Både alder, helse, sivilstatus og kjønn virker sammen i et sirkulært samspill og påvirker personenes sosiale situasjon.

På lik linje med forskning på ensomhet viser undersøkelser av folks sosiale nettverk at eldre er utsatt. En longitudinell studie fra Nederland undersøkte informantenes sosiale nettverk over en 16-års periode, og fant at eldres nettverk holder seg stabile for de som er friske. For de eldste eldre ble nettverket mindre, og utfordringer med å finne erstatninger for relasjoner som faller bort lanseres som en hypotese. Helse virker å spille en stor rolle (Broese van Groenou, Hoogendijk & van Tilburg, 2013). I Norge viser Levekårsundersøkelsen fra 2017 at eldre og enslige er de med svakest sosialt nettverk (Statistisk sentralbyrå, 2017, 21. november). Andelen uten fortrolige venner er høyest hos de eldste (Nicolaisen & Thorsen, 2017). Tap av nære relasjoner, helse, bosted, arbeid og sosiale roller kan redusere nettverket (Halvorsen, 2005, s. 78). Dette er forhold som trolig også gjelder besøksvertene og slike tapsopplevelser kan påvirke hva besøksvennen betyr for dem. Vi skifter nå fokus fra det som gir ensomhet, til faktorer som kan virke forebyggende.

### Beskyttelsesfaktorer

De ulike relasjonenes beskyttende effekt for ensomhet er relevant for å forstå hva som er viktig i besøksvertenes sosiale situasjon. Å ha en partner eller en nær fortrolig ansees som en viktig faktor (Holmén, Ericsson, Andersson & Winblad, 1992; Nicolaisen & Thorsen, 2012; Normann, 2010). Det samme gjelder kontakt med venner, familie og naboer (Bondevik & Skogstad, 1998; Drageset, 2002). Noen studier vektlegger at kontakt med venner har særlig betydning (Holmén et al., 1992; Pinquart & Sorensen, 2001; Tiikkainen, Leskinen &

Heikkinen, 2008). Andre finner at følelse av ensomhet ikke relateres til hyppigheten av kontakt med barn og venner, men forventninger og tilfredshet med kontaktene (Routasalo et al., 2006). Den opplevde kvaliteten på relasjonene, ikke antall relasjoner, er den viktigste beskyttelsesfaktoren for voksne og eldre (Pinquart & Sorensen, 2001; Victor & Yang, 2012). For besøksvertene i denne studien kan dette bety at eventuell mangel på kontakt med venner og familie kan føre til ensomhet. Samtidig kan det være at innholdet i relasjonene er av størst verdi, ikke antall relasjoner.

Forskningen som er presentert hittil gir indikasjoner at ensomhet blant de over 80 år er et betydelig problem som må tas på alvor – særlig med tanke på de utfordringer ensomhet bringer med seg. Ensomhetsopplevelse kan føre til både fysisk og psykisk sykdom (Lasgaard et al., 2016; Luanaigh & Lawlor, 2008), og i verste fall dødelighet. En amerikansk meta-analyse av 148 studier konkluderte med at det var en 50% større sannsynlighet for overlevelse for de som hadde tilstrekkelige relasjoner (Holt-Lunstad, Smith, Layton & Brayne, 2010). I lys av dette er hjelpetiltak for å lindre ensomhet essensielt. Forskning på betydningen av ulike former for hjelpetiltak er sentralt når betydningen av besøksvennordningen skal vurderes.

### 2.2.3 Forebygging og lindring av ensomhet

I det internasjonale bildet finnes det et stort mangfold av tilbud som skal forebygge og lindre ensomhet blant eldre og i Norge er besøkstjenesten et slikt tilbud. Forskning trekker frem gruppebaserte tilbud som best, mens en- til- en tilbud er mindre effektive (Cattan, White, Bond & Learmouth, 2005). Det kan dermed tenkes at besøkstjenestens en-til-en tilbud ikke er et like godt egnet tiltak mot ensomhet. Funnene er samtidig ikke entydige. En annen undersøkelse, som innebar en gjennomgang av 20 studier, fant man at alle de individuelle tilbudene og litt over halvparten av gruppeintervensjonene hadde minst et signifikant funn som viste effekt (Poscia et al., 2018). På grunn av svake data blir flere kvalitetssikrede evalueringer etterlyst (Gardiner, Geldenhuys & Gott, 2018; Poscia et al., 2018). Det er ikke gitt hvilke tilbud som er best egnet for å redusere ensomhet, noe som betyr at Røde Kors besøkstjeneste kan være et viktig bidrag. Vi skal nå rette blikket mot hva forskningen har å si om betydningen av tiltak basert på frivillighet, slik som besøkstjenesten.

#### 2.2.4 Frivillighet for forebygging og lindring av ensomhet

Hovedvekten av forskning på frivillighet fokuserer tilsynelatende på konsekvensene av å utføre frivillig arbeid. Resultatene tyder på økt livskvalitet hos frivillige på internasjonal basis (Hansen, Aartsen, Slagsvold & Deindl, 2018). En norsk masteroppgave fra 2009 undersøkte, gjennom intervju med ni besøksvenner, deres motivasjon for å være frivillig. De viktigste begrunnelsene var verdier som kollektivt ansvar og medmenneskelighet, lærings- og selvbeskyttelsesbegrunnelser og tid. For å opprettholde engasjementet var anerkjennelse og selvaktelse viktig. Relasjonen til besøksverten ble beskrevet som svært sentral (Kvaal, 2009). Dette kan være viktig for å forstå besøksvennens investering i relasjonen til besøksverten.

Internasjonalt er noe forskning på liknende tilbud som Røde Kors besøkstjenesten utført, med fokus på den som mottar tilbudet. I Storbritannia er spesielt to modeller for å redusere ensomhet og isolasjon benyttet, såkalt «mentoring» og «befriending». Førstnevnte innebærer at en frivillig fungerer som en rådgiver med fokus på det relasjonelle over en kort periode. Evaluering av tilbudene har gitt blandede resultater (Dury, 2014). Andre funn er mer positive og vektlegger relasjonen mellom besøksvenn og besøksvert i stor grad. En større britisk studie av «befriending» i Storbritannia konkluderte med at tilbudet er en viktig strategi for sunn aldring. Resultatene viste at tjenesten førte til følelser som ble kalt «følelsesmessig tilknytning» og «sosial tilhørighet». Relasjonen kan kompensere noe for tap i tidligere nettverk og gi emosjonell støtte. Det er positivt om besøksvennen og besøksverten har noe felles, og empati og kommunikasjonsferdigheter ga gode relasjoner. De eldre fikk en sterkere kobling til samfunnet og tok opp igjen meningsfulle sosiale roller (Lester, Mead, Graham, Gask & Reilly, 2012). En evaluering av et prosjekt i USA, Senior Companion Program (SCP), hadde liknende funn, og positive innvirkninger på både den frivillige og mottaker av tilbudet. Resultatene indikerte sosial integrasjon og trivsel. De frivillige gjorde dagen bedre og utførte praktiske oppgaver, noe som reduserte den eldres engstelse rundt daglige gjøremål. De var «likemenn», og gjennom å dele historier og å lytte ble det skapt et kameratskap (companionship). En svakhet ved denne undersøkelsen var et lite utvalg på 66 personer (Butler, 2006).

Jeg fant et begrenset utvalg forskning på hvordan tilbud som besøkstjenesten oppleves av brukerne i norsk kontekst. En masteroppgave fra 2016 ansees som sentral, der åtte hjemmeboende eldre ble intervjuet om deres opplevelse av sine sosiale nettverk, og det å få besøk av besøksvenn. Besøksvertene fortalte om nære relasjoner, tap av helse og relasjoner,



og mestring gjennom opprettelse av nye relasjoner. Besøktjenesten trekkes frem som en viktig sosial tilrettelegger og for noen av betydning for å redusere ensomhetsopplevelsen. Denne undersøkelsen fokuserte på eldre fra 63 år og oppover (Bokeli, 2016).

Det er funnet lite forskning på de eldste eldres opplevelse av ensomhet og sosiale nettverk i litteratursøkene. Fyrand (2016, s. 72) påpeker et behov for fokus på nettverksanalyse og intervensjon knyttet til eldre, både innenfor forskning og praktisk arbeid. Det er også behov for mer forskning på opplevelsen av tilbud som besøktjenesten og dette prosjektet ansees derfor som et betydningsfullt bidrag.

### 3.0 Teori

For å kunne belyse hva besøksvennen betyr for besøksvertens nettverk, ansees følgende teoretiske perspektiver som relevante. Først redegjøres det for Goffmanns rolleteori. Dette er et teoretisk perspektiv som er relevant for hvordan besøksverten og besøksvennen kan forstå hverandre og hvordan ulike forventninger kan oppstå i lys av disse rollene. Deretter rettes blikket mot sentrale teorier om sosial aldring, herunder tilbaketrekningsteorien, aktivitetsteorien og ressursmodellen. Teoriene har som hensikt å forklare aldringsprosesser, og er nyttige for å forstå besøksvertenes behov. Til slutt presenteres nettverksteori, som er relevant for å forstå hvordan besøksvertenes sosiale omgivelser påvirker dem. Innenfor dette perspektivet er begrepene sosialt nettverk og relasjoner valgt for å illustrere hvordan innholdet i besøksvertenes nettverk er viktig. I tillegg til disse teoriene redegjøres det for kunnskap om sosial støtte og ensomhet blant eldre. Begrepene kan belyse sentrale elementer i besøksvertenes beskrivelser, og bidra til forståelse av hva relasjoner og mangel på dette kan bety for eldre.

#### 3.1 Goffman og rolleteori

Symbolsk interaksjonisme er sentralt innenfor sosiologisk teori og fokuserer på at mening formidles gjennom språk og symboler. Innenfor denne retningen har den canadiske sosiologen Ervin Goffman kommet med viktige bidrag (Aakvaag, 2008, s. 65-76). Goffmans teori er aktuell som rammeverk til kvalitativ hverdagslivsforskning og sosial samhandling, da begrepene han utviklet kan gi økt forståelse av kompleksiteten i samhandlingen (Goffman, Jacobsen & Kristiansen, 2004, s. 9-12). Goffman omtaler sosial samhandling som en teaterforestilling, ved at mennesker fremstiller seg selv og sine handlinger for andre og

gjennom dette styrer hvilket inntrykk andre får (Goffman, Risvik & Risvik 1992). Innenfor Goffmans rolleteori er begrepene definering av situasjonen og roller valgt ut som sentrale knyttet til denne studien.

Goffman er opptatt av sosiale situasjoner, der ansikt-til ansikt- samhandling foregår. Han mener at samfunnet er bygget opp av slike situasjoner (Goffman et al., 2004, s. 39). Derfor ønsker han å analysere hvordan vi skaper meningsfulle og ordnede sosiale situasjoner, noe han kaller samhandlingsorden (Goffman et al., 1992, s. 284). Han mener definering av situasjonen er viktig for å oppnå dette. Det betyr at mennesker, når de kommer sammen med andre, definerer situasjonen de er i. Hva som faktisk skjer i den bestemte situasjonen gir føringer for samhandlingen. Det oppstår en grad av samstemthet og definisjonen tydeliggjør hvordan menneskene i situasjonen forstår hverandre og forholder seg (Aakvaag, 2008, s. 73). Definering av situasjonen kan belyse hvordan besøksvenn og besøksvert blir kjent og hva som er viktig for at relasjonen skal bli god.

I følge Goffman opptrer mennesker gjennom roller i tråd med den definerte situasjonen, sammen med andre i situasjonen som han kaller rolle-andre. Når en rolle utføres skal de personlige egenskaper som vises samsvare med forventninger til hva som er passende for rollen. Dette gjør det mulig for den andre å vite hvem den har å gjøre med i den aktuelle situasjonen. Goffman mener vi har et refleksivt forhold til roller, gjennom å ha rolledistanse. Dette betyr at vi ikke er de rollene vi spiller, men kan bruke dem til å gi et inntrykk i situasjonen og føler oss samtidig adskilt fra dem. Det blir med andre ord et skille mellom å gjøre og å være (Goffman et al., 2004, s. 194-219). Goffmans betraktninger om roller vil være nyttig for å analysere besøksvertenes beskrivelser av besøksvennen. Hvilke roller har besøksvennen og hvilke forventninger knyttes til dette?

### 3.2 Teorier om sosial aldring

I et forsøk på å etablere gerontologi, læren om aldring og eldre, som vitenskapelig disiplin har noen få teorier for å forklare aldringsprosesser blitt utviklet. Disse teoriene kalles gjerne teorier om sosial aldring og ble etablert for å forklare endringer i menneskers sosiale deltakelse med alderen. Tilbaketrekningsteorien og aktivitetsteorien ble viktige paradigmer på begynnelsen av 1960- tallet. Noen år senere kom ressursmodellen, som Daatland og Solem (2011, s. 144-147) omtaler som brobygger mellom tilbaketrekingsteorien og

aktivitetsteorien. Disse tre aldringsteoriene er valgt ut som relevante perspektiver når besøksvennens funksjon i besøksvertenes nettverk skal undersøkes.

### 3.2.1 Tilbaketrekningsteorien

Tilbaketrekningsteorien var den første formelle teorien om sosial aldring, utviklet av Cumming og Henry (Bondevik, 2000, s. 31). I følge Havighurst og Lemon var teorien basert på et forskningsprosjekt om voksenlivet ved Universitetet i Chicago (the Kansas studies of adult life) (hentet fra Daatland & Solem, 2011, s. 145). Tilbaketrekningsteorien bygger på ideen om en gjensidig tilbaketrekning mellom samfunnet og den eldre. Den eldre trekker seg tilbake fra sosiale roller og relasjoner, og retter det mentale fokuset mer innover. Samfunnet bidrar til denne tilbaketrekningen ved å løse på båndene til individet. Utviklingen er styrt innenfra. Tilbaketrekningsteoriens intensjon var å unngå at midtlivets idealer skulle gjelde alderdommen. Teorien fikk massiv kritikk, blant annet for å skildre en passiv alderdom. Dette stod i kontrast til aktivitetsparadigmet som på den tiden vokste frem i lys av at forskningen fant aktivitet som bakgrunn for en god alderdom (Daatland & Solem, 2011, s. 144-146).

### 3.2.2 Aktivitetsteorien

I tråd med fokuset på aktivisering og deltakelse i samfunnet ble aktivitetsteorien lansert (Daatland & Solem, 2011, s. 145-146). Havighurst og Lemon presenterer aktivitetsteorien som et tankesett, ikke en formell teori. Den baseres på en sammenfatning av kritikken mot tilbaketrekningsteorien og ble utviklet med utgangspunkt i materiale fra samme forskningsprosjekt. Konklusjonene er imidlertid annerledes. I stedet for tilbaketrekning foreslo aktivitetsteorien aktivitet og engasjement som kilder til en god alderdom (gjengitt etter Daatland & Solem, 2011, s. 145). I et aktivitetsteoretisk tankesett er forventninger om aktivitet for middelaldring og eldre neste like (Bondevik, 2000, s. 34). Prosessen som tilbaketrekningsteorien omtalte som styrt innenfra ved at den eldre trekker seg tilbake, blir i aktivitetsteorien sett som et resultat av ytre begrensninger ved at samfunnet bidrar til utstøtning. Tilrettelegging for sosial deltakelse blant eldre ble viktig, og dette har gitt grunnlaget for den aktive eldrepolitikken vi kjenner i dag. Ekstreme versjoner av slike holdninger kan bidra til at svakhet avvises fordi aktivitet blir idealet, også i alderdommen (Daatland & Solem, 2011, s. 144-146). Aktivitetsteorien får lite støtte fra empirien (Bondevik, 2000, s. 34).

Både tilbaketreknings teorien og aktivitetsteorien ble kritisert for å være endimensjonale, ved at de beskrev aldring som noe som ble påført mennesket. Kritikerne påpekte at teoriene manglet fokus på at individet er en aktør i seg selv, og i samspill med sine omgivelser (Daatland & Solem, 2011, s. 146). Allikevel er teoriene relevante for å belyse betydningen av besøksvennen for eldre, da de bidrar med ulike perspektiver på hva som foregår mellom eldre mennesker og deres relasjoner og omgivelser. De kan også belyse ulike behov som besøksvertene kan ha for å oppleve god alderdom. Dessuten er det ideer innenfor disse teoriene som fremdeles er virksomme, og kan påvirke hvordan man oppfatter og utfører samspill med eldre.

### 3.2.3 Ressursmodellen

Ressursmodellen ble utviklet i tråd med skiftet fra en problemfokuset tilnærming til mennesker til et mer overskuddsrettet perspektiv på slutten av 1900-tallet. Ressursmodellen ble lansert på samme tid som begrepet «empowerment» og deler samme ideologi med fokus på blant annet styrking, opprustning, mobilisering og myndiggjøring (Bø & Schiefloe, 2007, s. 217). I modellen er muligheter for å påvirke eget liv sentralt, og disse gis gjennom tilgjengelige ressurser av individuell, sosial og materiell art. Disse åpner for aktive forsøk til å styre sin situasjon og gjennom erfaring lærer man å lykkes eller ikke. Forventningene om kontroll påvirkes. Dette kan illustreres gjennom begrepene internal og eksternal kontroll, som kan sees som to ytterpunkter. Internal kontroll innebærer at en selv kan påvirke omgivelsene, og det som skjer er en konsekvens av egne handlinger. Eksternal kontroll betyr at hendelser forekommer som resultat av ytre krefter slik som tilfeldigheter eller samfunnsmessige krefter. Erfaring med at ressursene ikke strekker til eller knapphet på ressurser kan gi generell passivitet. Å oppsøke situasjoner der man lykkes kan gi grobunn til aktivitet og engasjement og ved å unngå å sette seg i situasjoner en ikke mestrer opplever man kontroll (Daatland & Solem, 2011, s. 102-103). Ressursmodellen er aktuell for å se på samspillet mellom besøksvert og besøksvenn, som en ressurs som kan ha påvirkning på besøksvertenes liv.

### 3.3 Nettverksteori

Nettverkstenkingen er utviklet på bakgrunn av forståelsen i systemteori (Fyrand, 2016, s. 35). Systemteori bygger på tanken om at en helhet er mer enn summen av delene og delene påvirkes av hverandre og helheten (Bø & Schiefloe, 2007, s. 19-20). Systemteoretisk

tankegang kan spores tilbake til Mary Richmonds sitt arbeid med utvikling av faget sosialt arbeid og dets kunnskapsgrunnlag på begynnelsen av 1900-tallet (Richmond, 1922). Deretter har den blitt videreutviklet av blant annet Hollis og Woods til å bli en anerkjent og etablert teori innenfor sosialt arbeid. Sentralt er oppfattelsen av mennesker som en del av et større system som innebærer gjensidige krefter som påvirker hverandre. Dette kan bidra til økt forståelse av psykologiske, familiære og sosiale krefter som påvirker en persons situasjon (Hollis & Woods, 2000, s. 29-31).

Å forstå organisering av det sosiale liv var utgangspunktet for utvikling av nettverksbegrepet (Fyrand, 2016, s. 35). Nettverksperspektivet bidrar til en systemisk forståelse av relasjonsetablering, relasjonsutvikling og samspillprosesser (Bø & Schiefloe, 2007, s. 26-27). Tilknyttet dette forskningsprosjektet kan nettverksteori bidra til å belyse hvordan besøksvertene påvirkes av og påvirker krefter i sitt nettverk, som de er en del av. Det finnes flere aktuelle begreper for å forklare menneskelig samspill, som delvis overlapper hverandre (Fyrand, 2016, s. 131). Innenfor nettverksteori er sosialt nettverk og relasjoner begreper som er valgt ut her fordi de ansees som hensiktsmessige for å forstå besøksvertenes beskrivelser av sine nettverk og relasjonene de fører opp i nettverkskartene. Det kan videre belyse hva slags funksjon og innhold relasjonen til besøksverten har. Vi skal nå se nærmere på disse begrepene.

### 3.3.1 Sosialt nettverk

Innenfor nettverksteori er sosialt nettverk et nøkkelbegrep, da det bidrar til forståelse av sosiale relasjoners strukturer og prosesser. Sosiale nettverk er et mønster av varige, og uformelle kontaktpersoner. Det består av de vi kjenner, og betegnelsen til George Herbert Mead «the significant others» kan benyttes om de vi har i vårt nettverk (Bø, 1993, s. 31).

Professoren Robert Weiss har på bakgrunn av sin forskning samlet sentrale funksjoner til nettverket:

- Tilknytning og tilhørighet, gitt av personer man er emosjonelt nære.
- Mulighet til å vise omsorg for andre, særlig barn.
- Bekreftelse av egenverdi, gjennom respekt og anerkjennelse
- Opplevelse av allianser man kan stole på, gjelder ofte familie og slekt
- Hjelp og råd for å løse problemer

Ensomhetsfølelse kan oppstå dersom noen av behovene ikke dekkes (Bondevik, 2000, s. 96; Fyrand, 2016, s. 133). Begrepet sosialt nettverk kan skape en forståelse av at menneskene besøksvertene kjenner er en del av et system som er har viktige funksjoner. Mangler ved deres nettverk kan være betydningsfullt for besøksvertenes ønsker og behov, samt besøksvennens funksjon.

### 3.3.2 Relasjoner

Relasjoner er også et sentralt moment i nettverksteorien. Nettverksteori bidrar til en forståelse av hvordan våre relasjoner er organisert og påvirker hverandre (Bø, 1993, s. 31). Vårt grunnleggende sosiale behov tilfredsstilles gjennom god, tillitsfull og varig kontakt med andre. Når kontakten blir varig opprettes relasjoner (Bø & Schiefloe, 2007). Relasjoner er sentrale innenfor sosiale nettverk, da dette er koblingene mellom aktørene i nettverket. Sosiale relasjoner kan forstås som samhandling mellom to personer der relasjonene har en viss varighet, stabilitet eller regelmessighet og baseres på gjensidighet med felles interesser. Det er også nødvendig med en viss enighet om relasjonens innhold, forventninger, plikter og rettigheter (Fyrand, 2016, s. 28-29).

I følge Bø og Schiefloe (2007, s. 79-82) baseres valgene om å gå inn i relasjoner på to dimensjoner. Den instrumentelle dimensjonen innebærer opplevelsen av utbytte målt mot kostnader, og den emosjonelle dimensjonen handler opplevelsen av å passe sammen og ha «kjemi». Valgene påvirkes også av forventninger, normer, tradisjoner, samt fysiske forhold som mobilitet og geografisk avstand. Å etablere relasjoner innebærer å ta initiativ, oppsøke mennesker, engasjere seg i samhandling, vise interesse og forhandle. Førsteintrykk, fysisk nærhet og kontakthypighet kan være avgjørende faktorer når en ny relasjon skal etableres. Opplevelse av gjensidig tillitt, felles interesser og forpliktelse er forutsetninger for en varig relasjon og like holdninger øker sjansen for at relasjonen blir varig. Vedlikeholdelse av relasjoner krever initiativ og oppmerksomhet. Opprettholdes relasjonen over tid utvikles empati, trofasthet, fortrolighet, toleranse, ærlighet og humor. Videre hevder de at relasjonen avvikles når en av partene ikke opplever at det er verdt å holde den vedlike. Det kan være flytting, at felles arenaer faller bort, opplevelse av at ytelsene er ubalansert, at man utvikler seg ulikt eller vil prioritere tiden annerledes. Denne kunnskapen kan bidra til bedre innsikt i betydningen av relasjonen for partene, og hva som gjør at de varer, inkludert relasjonen til besøksvennen.

Man kan skille mellom primære og sekundære relasjoner. Denne kategoriseringen av relasjoner kan gi en økt forståelse av besøksvertenes relasjoner ved at relasjonens innhold tydeliggjør hvor viktig den er for besøksverten. Primære relasjoner er personlige og varige, slik som barn, ektefelle og venner. Primære relasjoner oppleves som uerstattelige. Sekundære relasjoner er mer saksorienterte og upersonlige, slik som kollegaer (Bø & Schiefloe, 2007, s. 25; Fyrand, 2016, s. 29).

Teoriene som er redegjort for her har viktige bidrag for å besvare problemstillingen. Noen tankesett er felles og overlappende, mens teoriene på andre områder avviker fra hverandre. Felles for alle er fokuset på menneskelig samhandling og hvordan kontakten med nettverket vårt er betydningsfullt for oss. Goffmans rolleteori kan sees som den mest generelle av de teoriene som er valgt ut her. Den plasseres innenfor retningen symbolsk interaksjonisme, som er relevant for å se på hvordan vi mennesker forstår hverandre i lys av de situasjonene vi møtes i. Sosiale aldringsteorier fokuserer på aldring spesifikt og hva som skal til for å oppleve en vellykket aldring. De ulike perspektivene kommer med ulike forståelsesmåter og løsninger. Disse teoriene er spesielt aktuelle for å se på hvilken betydning sosiale aldringsprosesser kan ha for Eldres sosiale nettverk, og hvordan forandringer i nettverkene over tid kan forstås med ulike blikk. Fra nettverksteori er tanken om at mennesker påvirkes av det miljøet vi befinner oss i relevant, og innenfor denne teorien er begrepene sosialt nettverk og relasjoner nyttige for å belyse hva nettverket gir. Nå skal begrepene sosial støtte og ensomhet presenteres. Disse kan bidra til økt forståelse av hvilke konsekvenser et magert sosialt nettverk kan ha, som er aktuelt for å forstå besøksvertene i denne studien.

### 3.4 Sosial støtte og ensomhet blant eldre

Begrepet sosial støtte er nært beslektet med sosialt nettverk, da det ansees som det personene i nettverket gir (Fyrand, 2016, s. 131). I følge Andersson (2010, s. 265) er begrepet sosial støtte den positive motpolen til ensomhet. I denne studien støtter jeg meg til Weinberg og Marlowes definisjon av sosial støtte, som er «any material, informational, or emotional resource that, when exchanged among individuals, is perceived by the recipient as beneficial» (hentet fra Andersson, 2010, s. 265). Tilgangen på ressurser varierer (Bø & Schiefloe, 2007, s. 158-159). Vanligvis søker man støtte fra familie, venner, slektninger, naboer, kollegaer og liknende (Andersson, 2010, s. 268). Eldres liv kan preges av sykdom og funksjonssvekkelse, noe som fører med seg behov for sosial støtte (Fyrand, 2016, s. 75).

Ensomhet kan sees som noe negativt og et resultat av sosiale relasjoner. Perlman og Peplau definerer det som «Loneliness is the unpleasant experience that occurs when a person's network of social relations is deficient in some important way, either quantitatively or qualitatively, and experiences that he or she is unable to improve them» (gjengitt etter Halvorsen, 2005, s. 46). Ensomhet er en subjektiv følelse, og er knyttet til lengsel etter andre, følelsen av å være sviktet, avvist eller utenfor fellesskapet. Å være alene er ikke det samme som å være ensom (Halvorsen, 2005, s. 42).

Det finnes ulike former for ensomhet. Det kan knyttes til det kvantitative aspektet av relasjoner (antall og hvor ofte man sees), og det kvalitative aspektet (hvor nære relasjonene er) (Halvorsen, 2005, s. 60). Robert Weiss skiller mellom sosial og emosjonell ensomhet. Sosial ensomhet omhandler mangel på tilgjengelig sosialt nettverk, fravær av meningsfullt vennskap og fellesskap. Emosjonell ensomhet innebærer mangel på en eller flere tilknytningspersoner, nære relasjoner til betydningsfulle andre (hentet fra Bondevik, 2000, s. 96). Et liknende skille er gjort av Townsend som er opptatt av sosiale tap som bakgrunn for ensomhetsopplevelse. Han beskriver isolasjon som å være atskilt fra sosialt fellesskap, og desolasjon som opplevelse av å ha mistet en nær. I følge han er desolasjon særlig knyttet til ensomhetsopplevelsen til eldre (gjengitt etter Bondevik, 2000, s. 95).

## 4.0 Metode

Underveis i dette prosjektet har ulike metodologiske og etiske problemstillinger blitt aktualisert. I følge Kvale og Brinkmann (2017, s. 34) er det viktig å reflektere over disse. Gjøres ikke dette, står man i fare for at vanlige antakelser og fordommer reproduseres i stedet for at ny kunnskap skapes. Gode metodiske valg bidrar til benyttelse av de beste fremgangsmåtene for å besvare problemstillingen (Widerberg, 2001, s. 15). I dette kapittelet beskrives metodiske valg og refleksjoner som ble utført i ulike faser av forskningsprosjektet. Valgene påvirker hverandre, og de har ikke blitt tatt i tidsmessig rekkefølge men mer i samspill med hverandre.

### 4.1 Litteratursøk

I tillegg til litteratursøk har jeg funnet relevant litteratur i referanselistene til artikler og fått tips om litteratur fra mine veiledere. På den måten har én referanse ført meg til neste, noe som



også kalles snøballmetoden (Johannessen et al., 2016). Litteratursøk ble gjort i databasene Academich research, SosIndex og Oria. Jeg benyttet søkeordene eldre/alder/aldring/eldste eldre, ensom/sosial kontakt/sosiale relasjoner/sosial støtte/sosialt nettverk, frivillig, besøkstjeneste/besøksvenn/Røde Kors, aleneboende/hjemmeboende, kvalitativ forskning/intervju. Jeg søkte på ordene på norsk og engelsk i ulike kombinasjoner, og begrenset til fagfellevurderte forskningsartikler publisert de siste 10 årene.

Treffene inneholdt et stort omfang av ulike vinklinger på ensomhet og sosial kontakt for eldre. Det ble derfor gjort en utvelgelse basert på hvilke artikler som har fremstått mest relevante. En slik utvelgelse bringer med seg en risiko for at interessante artikler blir valgt bort. Det kan også være at det finnes andre søkeord som kunne gitt aktuelle treff, som kanskje ikke blir oppdaget. Gjennom å sette meg inn i norske og internasjonale artikler har jeg forsøkt å få oversikt over hvilke søkeord som er mest relevante for min problemstilling. Det har vært ønskelig å finne både kvantitativ og kvalitativ forskning, da kombinasjonen kan gi et godt bilde av ensomhet blant eldre og hvordan de opplever tjenestetilbud som er rettet mot denne problematikken. Hovedvekten av forskningen som er funnet er kvantitativ, noe som gjør at det subjektive aspektet av oppgavens tema blir belyst i mindre grad enn det som var ønskelig. Dette kan trolig forklares med at det finnes mindre kvalitativ forskning om Eldres opplevelser.

#### 4.2 Valg av metode og vitenskapsteoretisk perspektiv

Kvale og Brinkmann (2017, s. 151) anser metoder som ulike verktøy for å svare på ulike spørsmål i forskning. Problemstillingen ble dermed styrende for valg av metode. Flere fremgangsmåter ble vurdert, og ved å velge bort metoder ble også muligheter valgt bort. Spørreskjema var først en aktuell metode. Kvale og Brinkmann (2017, s. 27) beskriver denne metoden som hensiktsmessig for å undersøke hvor mye av noe. Ettersom det ble klart at det var ønskelig å belyse den subjektive opplevelsen gikk jeg bort fra denne fremgangsmåten. Fokusgruppeintervju ble også vurdert. Dette er en intervjuform med flere deltakere der man ønsker at intervjuer legger til rette for diskusjon rundt temaet (Kvale & Brinkmann, 2017, s. 179). Intervjuformen kunne fått frem ulike opplevelser av sosial kontakt gjennom intervjupersonenes utveksling av erfaringer. Det ble vurdert at de sensitive temaene i dette forskningsprosjektet kunne begrense åpenheten som ønskes for diskusjon i en fokusgruppe. I tillegg var målgruppens alder av betydning når fokusgruppeintervju ble valgt bort, ved at reisevei og behov for gode sittemuligheter ble vurdert som mulige utfordringer.

#### 4.2.1 Kvalitativt forskningsintervju

Kvalitative intervjuer kan bidra med nyanserte beskrivelser fra den intervjuede (Kvale & Brinkmann, 2017, s. 47). Med bakgrunn i ønsket om å utforske intervjupersonenes beskrivelser av sitt sosiale nettverk og deres opplevelser av besøksvennens betydning, ble kvalitativt forskningsintervju vurdert som godt egnet. Dette er den mest relevante metoden når man skal undersøke intervjupersonenes forståelse av verden og få frem personens opplevelser og erfaringer (Kvale & Brinkmann, 2017, s. 20). Fremgangsmåten så ut til å være hensiktsmessig for å få innsikt i enkeltmennesker fortellinger om eget liv, og valget falt derfor på denne fremgangsmåten.

Semistrukturert intervju ble vurdert som hensiktsmessig for dette forskningsprosjektets formål fordi det benyttes ved undersøkelse temaer fra dagliglivet fra den intervjuedes perspektiv. I tillegg kan man i forkant av intervjuet tenke ut spesielle temaer som var av interesse.

Intervjuet blir semistrukturert ved at intervjuguiden inneholder overordnede temaer som er førende for intervjuet. Intervjupersonenes beskrivelser av livsverden og deres fortolkninger av mening med fenomener er i fokus. Kvalitativ metode og semistrukturert intervju er forankret i et fenomenologisk perspektiv. Det fenomenologiske perspektivet representerer tanken om å studere sosiale fenomener ut fra hvordan aktørens opplever dem. Slik gir perspektivet bidrag til forståelsesformen innenfor kvalitativ forskning (Kvale & Brinkmann, 2017, s. 45-46).

Ønsket om å få frem intervjupersonenes fortellinger om sine nettverk og bidra til økt forståelse av besøkstjenestens betydning for denne gruppen gjorde at jeg plasserte meg derfor innenfor dette vitenskapsteoretiske perspektivet. I følge Thomassen (2006, s. 170) gir fenomenologiske beskrivelser et «innenfra-perspektiv» ved å frembringe kunnskap fra den som opplever dem. Dette perspektivet kan bidra til verdifull kunnskap om på hvilke måter besøksvennen er viktig for den enkelte. Å utføre individuelle intervju ble sett på som en fordel da dette kan åpne for muligheten til å undersøke personlige temaer, slik som hvordan intervjupersonen opplever sine relasjoner.

#### 4.3 Utvalget og rekruttering av intervjupersoner

Hvilket antall intervjupersoner som er hensiktsmessig avhenger av forskningens formål, i tillegg til at tid og tilgjengelig ressurser må tas hensyn til (Kvale & Brinkmann, 2017, s. 148). Siden formålet var å få inngående kunnskap knyttet til personlige erfaringer ble 5 intervjupersoner, med to møter med hver intervjuperson, bestemt som et passende utvalg. Kvale og Brinkmann (2017, s. 289-290) argumenterer for at generalisering ikke nødvendigvis

er et mål innenfor kvalitativ forskning, fordi det innebærer en tanke om at kunnskapen er universell. Vider hevder de at kunnskap kan sees som sosialt og historisk kontekstualisert, som betyr at man vektlegger kunnskapens mangfold. Det er ikke et mål å skulle generalisere funnene i denne undersøkelsen til å gjelde alle eldre med besøksvenn. Derimot har intervjuene gitt rike og «tykke» beskrivelser av intervjupersonenes situasjon, noe som kan gi verdifull innsikt i hvordan det kan oppleves å ha en besøksvenn.

#### 4.3.1 Utvalgskriterier

Følgende inklusjonskriterier ligger til grunn for utvalget:

1. Hatt besøksvenn over 6 måneder.
2. Bor alene.
3. Over 80 år.

Det første kriteriet ble satt fordi det var ønskelig at intervjupersonene skulle ha en viss erfaring med å ha besøksvenn. Valget om å begrense til personer som bor alene og er over 80 år var basert på flere forhold. Jeg kunne valgt et utvalg med lavere alder og kanskje fått intervjupersoner med flere i nettverket sitt, ettersom personer i nettverket faller bort i økende alder. Dette hadde vært spennende med tanke på at besøksvennens rolle kanskje hadde vært annerledes og kunne ha påvirket nettverket på andre måter. Det ble allikevel vurdert som mest aktuelt å belyse situasjonen til de eldste eldre som bor alene. Å være aleneboende kan virke å være risikofaktor for ensomhet (Nicolaisen & Thorsen, 2014; Savikko et al., 2005).

Utviklingen av «hjemliggjøring» innenfor helse- og omsorgstjenesten har ført til at mange eldre bor hjemme. Antall eldre over 80 år vil utgjøre en voksende andel av befolkningen i fremtiden (Veenstra et al., 2012, s. 64-65). Den nasjonale LOGG-undersøkelsen fant at de over 80 år rapporterte høyest ensomhet (Thorsen & Clausen, 2009, s. 75). Aleneboende over 80 år utgjør også en stor andel av søkere til Oslo Røde Kors besøkstjeneste (Oslo Røde Kors besøkstjeneste, 2019). Det er derfor av betydning å belyse hva besøksvennen betyr for denne gruppen.

Kjønn er ikke inkludert som kriterie og kjønnsperspektivet vil ikke blir spesielt tematisert videre i oppgaven. Til tross for at dette er en interessant og relevant innfallsvinkel knyttet til eldres sosiale relasjoner, er det valgt bort for å ikke begrense mulige intervjupersoner. I tillegg vurderes kjønnsperspektivet som mer aktuelt ved et større utvalg, når variasjoner kan bli tydeligere. Av forskningsetiske grunner ble personer med kognitiv svikt utelukket.

#### 4.3.2 Rekrutteringsprosessen

I rekrutteringsprosessen fikk jeg verdifull hjelp av Laila Åteigen i Oslo Røde Kors

besøktjeneste. Besøksverter som oppfylte utvalgskriteriene ble kontaktet av besøktjenesten med muntlig informasjon om forskningsprosjektet, og de som var interesserte fikk tilsendt et informasjonsbrev. Brevet beskrev forskningsprosjektets hensikt, hva det innebar å delta, samt hvordan personopplysninger ville bli behandlet. De som ønsket mer informasjon fikk det av meg når jeg kontaktet dem per telefon. At besøktjenesten bidro i rekrutteringen kan ha påvirket utvalget ved å velge ut besøksverter som kan gi et ønskelig bilde av besøktjenesten. Dette ble forsøkt forebygget ved at en koordinator som har et lite personlig forhold til besøksvertene foretok utvalget.

#### 4.3.3 Utvalget

I løpet av rekrutteringsfasen ble utvalget redusert fra 5 til 4 intervjupersoner. Bakgrunnen for dette var utfordringer med å finne tidspunkt for møte og en tidsbegrenset prosjektperiode. Intervjupersonenes kapasitet var begrenset og noen var opptatt av å få fulgt opp de få faste avtalene de hadde. Flere av avtalene måtte endres grunnet personlige forhold hos intervjupersonene som helseutfordringer og sykehusinnleggelse. Dette bidro til en erfaring av at planlegging av intervjuer med eldre kan kreve både forutsigbarhet og fleksibilitet.

Utvalget ble én mann og tre kvinner i alderen 80 til 93 år, fordelt i ulike bydeler i Oslo. Alle hadde hatt besøksvenn over 6 måneder. En av intervjupersonene hadde ikke besøksvenn på det tidspunktet jeg snakket med henne. Dette kan ha hatt betydning for funnene, ettersom intervjupersonen kan glemme viktige aspekter når kontakten er avsluttet. På en annen side førte dette til interessante refleksjoner over relasjonen i etterkant, samt forhåpninger til en ny besøksvenn. Intervjupersonen ga også uttrykk for at hun husket godt noen måneder tilbake i tid til da hun hadde besøksvenn. Samtlige intervjupersoner bodde alene og én bodde i et boligkompleks med noe sosialt tilbud tilknyttet. Funnene fra denne intervjupersonen fikk et noe annet utgangspunkt fordi sosiale arenaer er lettere tilgjengelige. Dette kan samtidig være viktig bidrag, da det gir muligheten til å belyse hvordan et slikt tilbud påvirker den sosiale situasjonen til intervjupersonen.

#### 4.4 Nettverkskart som verktøy

Datagrunnlaget for denne oppgaven ble dannet gjennom to møter med hver intervjuperson, som ble tatt opp på diktafon. I møtene ble nettverkskart benyttet som et verktøy. I første møte

var tegning av nettverkskart målet og ved andre møte ble intervjuet utført med bakgrunn i nettverkskartene. Tegning av nettverkskart, intervjuet og refleksjonsprosessen ved å benytte et slikt verktøy i samtalen har dannet datagrunnlaget. I det følgende beskrives metodiske avveininger som ble gjort knyttet til bruk av nettverkskart.

#### 4.4.1 Begrunnelse for bruk av nettverkskart

Nettverkskart brukes gjerne til kartlegging og analyse av personens nettverk slik at ressurser kan defineres og tiltak iverksettes for et mer funksjonelt nettverk (Fyrand, 2016). Dette var ikke hensikten i denne sammenhengen. Nettverkskartlegging er i dette forskningsprosjektet inspirert av Irene Levins studie *Family as mapped realities*, der målet var å avdekke den skjulte kunnskapen personen sitter med men ikke uttrykker (Levin, 1993). I følge Bø og Schiefloe (2007, s. 63) kan analyse av individers nettverk bidra til å få oversikt over hvem personen har kontakt med, og gi økt kunnskap om den enkeltes situasjon. Det kan føre til at den det gjelder får økt bevissthet om sine relasjoner (Fyrand, 2016, s. 159). Hensikten med å bruke nettverkskart i samtalen var i lys av dette et metodisk verktøy ved å gi intervjupersonene økt bevissthet om sitt nettverk og meg som intervjuer en bedre oversikt over deres relasjoner. Flere av intervjupersonene uttrykte en økt forståelse av begrepet «nettverk» når de så nettverkskartet. Jeg tenkte også at nettverkskartet kunne gjøre det enklere for intervjupersonen å komme på og snakke om personene i livet sitt ved at de ble illustrert. Dette fikk jeg bekreftet ved for eksempel at intervjupersonen tegnet opp ett familiemedlem og deretter kom på andre som skulle tegnes opp. Illustrasjon av relasjonene tror jeg også bidro til økt refleksjon over egne relasjoner hos intervjupersonene. En av intervjupersonene uttrykte at nettverkskartene økte bevisstheten rundt manglende kontakt med nærmeste familie. At intervjupersonen fortalte om en relasjon og denne ble tegnet opp før samtalen dreide over på neste relasjon kan ha forhindret misforståelser, ved at det ble konkretisert hvem vi snakket om.

Intervjusamtalene omhandlet to ulike tidspunkt i livet til intervjupersonen; tidspunktet før de fikk besöksvenn og nåtiden, og nettverkskart skulle tegnes for disse to tidspunktene.

Sammenlikning av nettverkskart for to tidspunkter gir et tydeligere bilde av personens oppfatning, noe som gir et godt grunnlag for analyse (Levin, 1993, s. 86). Endringene i intervjupersonenes nettverk kom for eksempel frem ved at noen som hadde falt bort ble tegnet opp på det første nettverkskartet, men ikke på det andre. Ettersom besöksvennens betydning var sentralt i intervjuet kunne de to nettverkskartene tydeliggjøre den forandringen det var å få

en besøksvenn ved at den ble tegnet inn i det andre nettverkskartet. Besøksvennens plassering i nettverkskartet og forandringer kom tydelig frem gjennom at de to nettverkskartene ikke ble identiske.

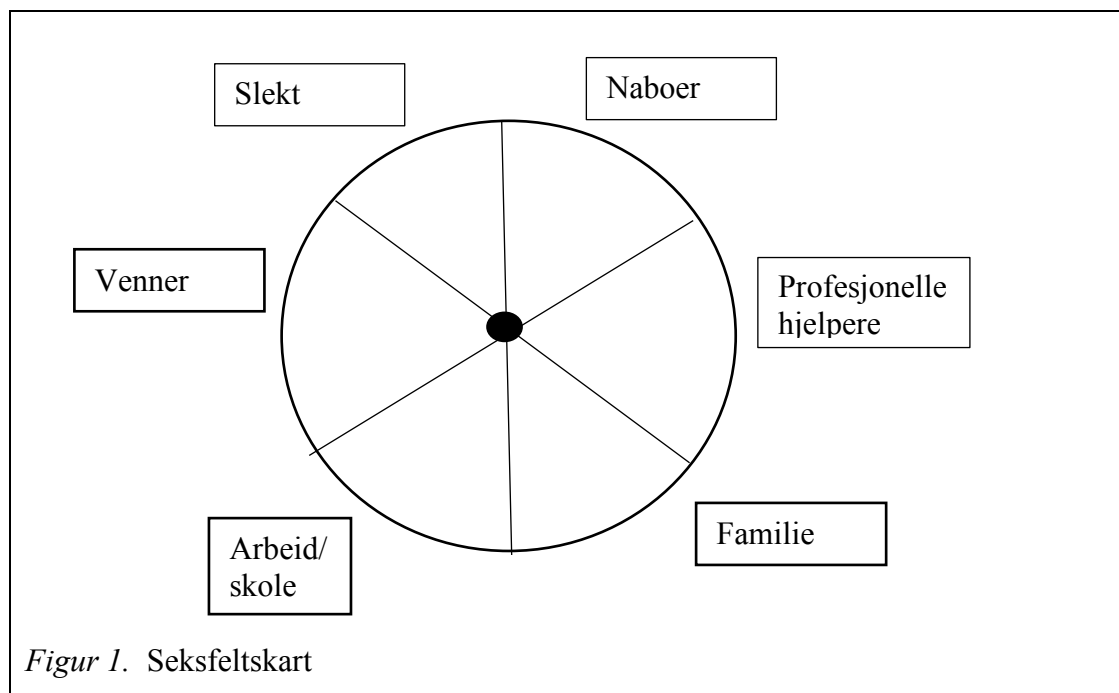
Nettverkskartene bidro på flere måter til at samtalene med intervjupersonene ble noe annerledes enn dersom nettverkskart ikke hadde blitt benyttet. Når vi hadde illustrasjonen av nettverket mellom oss ble det naturlig at jeg tenkte høyt sammen med intervjupersonene på bakgrunn av det jeg så, og at dette var noe vi reflekterte over sammen i stedet for at jeg kun stilte spørsmål. Ved tegning av de ulike relasjonene forklarte intervjupersonene hvorfor de plasserte relasjonene på de ulike plassene, og enkelte ganger sammenliknet de relasjonene som begrunnelse for plasseringen. Dette kan ha bidratt til at de kunne reflektere mer rundt relasjonene enn de hadde gjort kun i et intervju. Nettverkskartet gjorde det også tydeligere for meg hvordan jeg kunne forstå de ulike relasjonene ved at det viste hvor nærme de ulike personene var intervjupersonen, og hva intervjupersonen tenkte rundt å plassere relasjonene på ulike steder i forhold til hverandre. Dette bidro trolig til at jeg stilte andre oppfølgingsspørsmål enn jeg ville gjort uten nettverkskartene som utgangspunkt.

#### 4.4.2 Anvendelse av nettverkskart

I første møte skulle de to nettverkskartene tegnes. Intervjupersonene hadde fått kort informasjon om at samtalen inneholdt nettverkskartlegging i informasjonsbrevet de mottok forkant, i tillegg ble utfyllende informasjon gitt i starten av første møte på en enkel måte.

Nettverkskartet skulle omfatte betydningsfulle andre, som er en vanlig avgrensning (Fyrand, 2016, s. 106). Denne avgrensningen gjorde at relasjonene som intervjupersonene opplevde som viktige i livet sitt ble fokusert på, og intervjupersonene definerte hvem som skulle tegnes opp. Ved flere anledninger fortalte intervjupersonene om relasjoner som de valgte å ikke føre opp i nettverkskartet. Dette kan handle om flere forhold. Det virket som intervjupersonene har hatt nærere forhold til relasjoner tidligere enn nå, og derfor velger å ikke inkludere de i nettverket som representerer nåtiden. Det kan også oppleves vanskelig å tegne opp relasjoner, ved at man definerer hvor viktig en person er «svart på hvitt». Kanskje kjennes det risikabelt å tegne relasjoner inn i nettverkskartet hvis man er usikker på hvordan den andre ville definert relasjonen.

Det er viktig at nettverkskartet er tilpasset personen man snakker med. Det finnes mange ulike modeller, og valget må tas etter hvilken som er best egnet til formålet. En form for nettverkskart som kalles seksfeltskartet ble valgt ettersom det har en hensiktsmessig inndeling for mitt formål og fremstår oversiktlig. Å skille nettverkskartet i sektorer er basert på forskning som viser at de ulike sektorene har ulike ressurser. Seksfeltskartet består av en sirkel delt i seks like store sektorer, og sentrum som representerer hovedpersonen. De seks feltene er for familie (de man bor med), øvrig familie og slekt, relasjoner knyttet til skole/arbeid, venner, naboer og andre og profesjonelle myndighetspersoner (hjelpere). Grad av avstand til sentrum symboliserer grad av opplevd nærhet og betydning. Sirkel tegnes for kvinne og trekant for mann (Fyrand, 2016, s. 161-164). De ulike sektorenes betydning ble forklart for intervjupersonene, for eksempel at feltet arbeid/skole var ment for relasjoner som oppstod i forbindelse med skolegang eller arbeid tidligere i livet. Etter at informasjonen var gitt ble det brukt tid på å tegne malen i møtet med intervjupersonen, slik at de kunne få mulighet til å forberede seg på å fortelle. I forkant var det tenkt at intervjupersonene tegnet opp relasjonene i nettverkskartet selv, for å gi dem kontroll over utformingen av sitt nettverkskart. Samtlige intervjupersoner ytret ønske om at jeg tegnet for dem, dermed samarbeidet vi ved at intervjupersonene instruerte meg i hvor relasjonene skulle plasseres i nettverkskartet. Figur 1 viser eksempel på seksfeltkart.



Etter første møte beholdt intervjupersonen nettverkskartene og jeg beholdt bilde av dem. Intervjupersonene ble oppfordret til å se på nettverkskartene før neste møte slik at eventuelle endringer kunne gjøres. Intervjuet ble utført noen dager senere. Det var et bevisst valg å ha to møter med noen dagers mellomrom. Hensikten med dette var at det ikke skulle bli for langt og krevende intervju, samt at hukommelse og refleksjoner kunne aktiveres både hos intervjupersonen og meg i forkant av intervjuet. Tid for intervjupersonene til å se over nettverkskartene kunne også bidra til at nettverkskartet ble så nær intervjupersonenes opplevelse som mulig. Det varierte om intervjupersonene hadde sett på nettverkskartene før andre møte. Å dele opp møtet i to hadde noen bakdeler. Det krevde mer planlegging. Jeg forsøkte å ha 2-3 dager mellom møtene med alle intervjupersonene og lyktes med det bortsett fra med en intervjuperson. Andre møte med henne ble utsatt i flere uker. Dette har trolig ført til at både hun og jeg har glemt noe av det vi snakket om ved første møte. Det var da en fordel å benytte nettverkskart, som trigget hukommelsen til oss begge når vi så på det og oppsummerte fra første samtale. Det kan også ha vært belastende for intervjupersonene å ha noen dager i mellom møtene, dersom de grublet på noe til neste møte. Jeg fikk samtidig inntrykk av at dagene i mellom hadde ført til refleksjon hos intervjupersonene, ved at noen av intervjupersonene i andre møte fortalte om personer de hadde glemt i første møte. To møter kan også ha virket tillitsbyggende. Dette kan være en fordel når temaet er sensitivt.

#### 4.4.3 Utdringer ved bruk av nettverkskart

Nettverkskartene skulle representere et bilde på intervjupersonenes opplevelse av sitt nettverk. Det er samtidig viktig å huske at nettverkskart er en forenkling av virkeligheten og at menneskers relasjoner er dynamiske. Innholdet i relasjonene som tegnes opp kommer ikke frem gjennom nettverkskartet og det var derfor viktig at intervjupersonene fortalte om relasjonene. Relasjoner kan bli glemt og utelatt, og særlig når personen selv kartlegger egne nettverk er det fare for at man ikke husker relevante personer (Fyrand, 2016, s. 113). Det vil dermed være vanskelig å tegne nettverkskart som gjenspeiler realiteten. To av intervjupersonene hadde nedsatt syn som også kan ha påvirket resultatet. Når nettverkskartene deres skulle tegnes forsøkte jeg å være særlig opptatt av å få dem til å beskrive hvor relasjonene skulle plasseres. Begge hadde hjelpemidler som de benyttet når de så over nettverkskartene i etterkant.

Nettverkskartet kan bli en billedgjøring av et magert sosialt nettverk. Før vi tegnet nettverkskartet uttrykte flere av intervjupersonene at det ikke var stort å føre opp i deres



nettverk ettersom de hadde få personer rundt seg. Intervjupersonene ble minnet på at de når som helst kan avbryte og ble oppfordret til å snakke om dette med noen hvis de opplevde at det var vanskelig i etterkant av møtet.

Det varierte i hvor stor grad intervjupersonene var opptatt av plassering av relasjonene i nettverkskartet. Noen pekte aktivt på stedet relasjonene skulle plasseres, mens andre var mindre opptatt av hvordan nettverkskartet så ut. Derfor måtte det stadig vurderes hvor mye bistand intervjupersonene trengte forhold til å tegne inn relasjoner og reflektere over nettverkskartet. Dette kan ha påvirket funnene ved at plasseringen av relasjonene ikke har blitt gjort på korrekt sted. På en annen side kan det bety at de som ikke involverte seg i nettverkskartet var mer engasjert i å fortelle om sin situasjon.

Enkelte ganger uttrykte intervjupersonene vanskeligheter med å bestemme hvor personer skulle plasseres i nettverkskartet, og trengte bistand. Da viste jeg til andre relasjoner som var tegnet opp og spurte om hvor relasjonen skulle føres opp i forhold til den som var tegnet inn. Dette kan ha ført til at relasjonen blir plassert mer tilfeldig. En intervjuperson uttrykte at arbeid med et slikt nettverkskart var mitt «domene» gjennom min utdanning, og at hun derfor ikke kunne involvere seg for mye i det. Jeg tydeliggjorde at det var intervjupersonen som definerte hvordan nettverkskartet skulle se ut. Det kan også være at intervjupersonene hadde varierende interesse for nettverkskart. I tilfellene der intervjupersonene fortalte om relasjoner uten å knytte dem til nettverkskartet forsøkte jeg å tematisere nettverkskartet på en naturlig måte slik at intervjupersonen ikke skulle føle at det som ble fortalt ikke var viktig.

#### 4.5 Intervjuguide

Intervjuguiden er et verktøy for intervjuer i intervjusamtalen. Det varierer gjerne hvor bundet intervjueren er til intervjuguiden (Widerberg, 2001, s. 88). Som fersk i forskerrollen følte det trygt med intervjuguiden som hjelpemiddel. At valget falt på en semistrukturert intervjuform ga noen føringer for innholdet i intervjuguiden. Den skulle strukturere intervjuet ved å inneholde hvilke temaer som skulle dekkes og forslag til spørsmål. En semistrukturert intervjuguide gir mulighet til å følge de historiene intervjupersonene kommer med ved at rekkefølge og spørsmålsformuleringer er åpne (Kvale & Brinkmann, 2017, s. 156). Samme intervjuguide ble brukt i samtlige intervjuer, både fordi jeg ønsket å stille de samme spørsmålene til alle intervjupersonene, og for å sikre at de fikk den samme informasjonen.

Intervjuguiden var delt i to, der første del strukturerte første møte som innebar tegning av nettverkskart, og andre del som strukturerte intervjuet som var andre møte. Andre del hadde spesifikke temaer med noen hovedspørsmål som jeg stilte alle intervjupersonene, samt hjelpespørsmål under disse som ble brukt i varierende grad. Temaene var «generelt om nettverkskartene», «relasjoner», «besøksvennen», «hverdagen», «opplevelse av sosial kontakt» og «avsluttende spørsmål». I etterkant tenkte jeg at noen av spørsmålene i intervjuguiden overlappet og med fordel kunne vært slått sammen for å ha gjort den kortere. Samtidig bidro det å stille spørsmålet på en litt annen måte til at intervjupersonene enkelte ganger ga andre svar, noe som kan ha beriket materialet mitt.

Et første utkast til intervjuguiden ble testet på en bekjent i rett aldersgruppe. Ettersom hun ikke hadde besøksvenn var utgangspunktet for nettverkskartene og intervju spørsmålene at hun hadde flyttet. Dermed fikk jeg ikke øvd på å intervju om intervjupersonenes forhold til besøksvennen sin, noe som var en viktig del av samtalen. Det hadde vært mest realistisk og ønskelig å utføre en test av en intervju-situasjon som var identisk med de jeg skulle ha knyttet til forskningsprosjektet, men det ble praktisk problematisk. Det lå likevel mye lærdom i å prøve ut intervjuguiden og lytte til opptaket av intervjuet. Det forberedte meg på at intervjupersonene kunne ønske hjelp til å tegne nettverkskartet, noen spørsmålsformuleringer ble endret og jeg fikk erfare intervjusituasjonen.

Etter å ha utført piloten ble noen endringer av intervjuguiden gjort. Intervjuet skal invitere intervjupersonen til å presentere sine erfaringer gjennom å fortelle, og dette ble det forsøkt å ta hensyn til (Hydén, 1997, s. 24). De fleste spørsmålene mine var åpne spørsmål i deskriptiv form, såkalte «hva» og «hvordan»- spørsmål. Hensikten med det var at de skulle legge opp til spontane beskrivelser fra intervjupersonen. Det kan være en fordel at første spørsmål dreier seg om noe konkret (Kvale & Brinkmann, 2017, s. 164). Første spørsmål i min intervjurunde var hvordan det var for intervjupersonen å tegne nettverkskartene ved første møte. Jeg tenkte dette var et håndfast tema å begynne med, samtidig som tråden fra sist møte ble tatt opp. Etter at nettverkskartene var tegnet i første møte tilpasset jeg intervjuguiden noe til hver intervjuperson, ut i fra hva jeg så i nettverkskartet. For eksempel hvis en relasjon var tegnet lenger ut i nettverkskartet for nåtiden enn i det første nettverkskartet, spurte jeg hva den forandringen handlet om.

#### 4.6 Gjennomføring av intervjuer

Møtene med intervjupersonene ble utført sommeren og høsten 2018. Lengden på alle møtene var rundt 1 time. Samtlige intervjuer ble avholdt hjemme hos intervjupersonene etter deres ønske og intervjupersonene valgte tidspunkt på dagen, for å redusere utrygghet. Å møte intervjupersonene i deres hjem bidro til å supplere deres fortellinger om livet sitt, ved at jeg fikk økt forståelse av hverdagen og relasjonene de fortalte om. Flere forklarte hvor naboene holdt til, om viktige gjenstander de brukte for å være selvhjulpne, og viste til bilder som hang på veggene når de fortalte. I følge Aase og Fossåskaret (2014, s. 106) dominerte det lenge en forestilling om at en nøytral intervjusituasjon rensket for «forstyrrelser» der forskeren kunne fange sannheten var idealet innenfor forskningsmetode. En slik situasjon er umulig å skape, ettersom ethvert møte og forholdene ved det påvirker de som deltar. At intervjuene ble avholdt i intervjupersonenes hjem gjorde at vi fikk blandede roller som intervjuperson og vert, og intervjuer og gjest. Jeg forsøkte å være bevisst de rollene jeg hadde i situasjonen. Å ha disse to rollene krever en balansegang hos intervjuer, da en viss ledelse av situasjon kan være hensiktsmessig til tross for at man er gjest (Bondevik, 2000, s. 156). De to rollene kom for eksempel til uttrykk ved at jeg spurte hvor intervjupersonen ønsket at jeg skulle sitte ettersom jeg er gjest, men samtidig var det jeg som holdt tråden i intervjusamtalen som intervjuer.

En viktig egenskap hos en intervjuer er å tilpasse kommunikasjonen til den man snakker med (Aase & Fossåskaret, 2014, s. 124). I starten av første møte uttrykte flere av intervjupersonene usikkerhet knyttet til om de var «interessante nok» å snakke med og begrunnet dette med at de var gamle og hadde små nettverk. Bekymring om å ikke være viktig nok kan trolig hende med folk flest. Bondevik (2000, s. 156) påpeker at det er spesielt vanlig at eldre i føler seg underlegen og redd for at det forventes noe av de som de ikke kan oppfylle i intervjusituasjoner. Jeg forsikret intervjupersonene om at de hadde et liv med erfaringer som engasjerte meg, at deres fortellinger var interessante i seg selv og ga bekræftelser gjennom aktiv lytting. Jeg forsøkte også å be intervjupersonene utdype når de snakket om noe interessant. Hvor godt man får til dette avhenger av mange faktorer, blant annet hvor mye tid man har. Det er ikke alltid intervjuet blir helt slik intervjuer ser for seg (Widerberg, 2001, s. 16). Jeg erfarte at noen intervjuer inneholdt flere avsporinger fra det aktuelle temaet. De gangene jeg tok styringen over intervjuet henviste jeg til at jeg hadde flere temaer i intervjurunden jeg ønsket å få belyst. Ofte lot jeg intervjupersonene fortelle, blant annet av respekt for dem og fordi jeg hadde følelsen av at intervjupersonene satt pris på å fortelle. Å gi intervjupersonene rom kan bidra til å oppdage andre og kanskje uventede temaer (Widerberg,

2001, s. 88), derfor var dette en viktig avveining som ble gjort kontinuerlig gjennom intervjuene. Alle hovedspørsmålene i intervjuguiden ble brukt, men de ble vektlagt i ulik grad. For eksempel fortalte noen grundig om hvilke sosiale aktivitetstilbud de benyttet eller hvorfor de ikke benyttet dem, mens andre hadde ikke noe forhold til slike tilbud.

Underspørsmålene var også til hjelp, og ble benyttet i ulik grad.

Å intervjuer var på mange måter en ny opplevelse, og ga meg nyttige erfaringer. Etter hvert møte ble umiddelbare tanker skrevet ned. Flere av intervjupersonene snakket åpent om et ønske om mer kontakt med andre og inviterte meg til å bli lenger. Dette gjorde at det opplevdes vanskelig å avslutte kontakten. Samtidig var det viktig å være bevisst min rolle og avslutte kontakten ved andre møte. For å gi intervjupersonene mulighet til å tilføye noe dersom de fikk et ønske om det åpnet jeg for at de kunne kontakte meg de 3 neste dagene etter siste møte. Dette var det ingen som gjorde.

#### 4.7 Transkribering

Diktafon ble benyttet til å ta opp alle samtaler og lyden ble gjort om til tekst ved hjelp av transkribering. Transkripsjon er ikke så enkelt som at det muntlige språket blir gjort om til en skriftlig representasjon, da dette innebærer flere aspekter og avveininger. Allerede når samtalen er tatt opp på lyd har mye av den non-verbale kommunikasjonen forsvunnet, og i tillegg bearbeides og selekteres det som sies (Michler 1991 og Ochs 1979 i Hydén, 1997, s. 25). Transkriberingen ble gjort rett etter hvert intervju, for å ha samtalen fersk i minne dersom noe ved opptaket skulle være uklart. Alle intervjuer ble skrevet ordrett av. Det var ønskelig å inkludere detaljer fra samtalen slik som «hm», pauser og latter, da dette kan være relevant for analysen (Kvale & Brinkmann, 2017, s. 278). Når lyden var utydelig ble det notert (uklart) i stedet for å sjans på at det som ble sagt ble oppfattet riktig.

Kvale og Brinkmann (2017, s. 88) trekker frem at følsomhet overfor toneleie, pauser og måten noe blir sagt på kan forsterkes av å høre på intervjuet. Det hendte at jeg angret meg for å ikke ha fulgt opp et utsagt med et annet spørsmål eller formulert meg på en bedre måte.

Samtidig var dette erfaringer som kan ha gjort kvaliteten på neste intervju bedre.

Transkribering førte til en oversikt over materialet og allerede under transkriberingen ble interessante temaer notert ned.

#### 4.8 Analyse av materialet

I analysen av materialet ble en kombinasjon av fremgangsmåtene bricolage, meningskonsentrering og meningsfortetting vurdert som hensiktsmessige. Bricolage er en

form for meningsgenerering der en rekke ulike analytiske teknikker brukes for intervjuanalyse. Den er mindre systematisk enn andre fremgangsmåter og gir mulighet til å blande forskjellige taktikker; finne mønstre, temaer, opptelling og sammenlikninger. Ved å være fleksibel gjør fremgangsmåten det lettere å skape mening i teksten (Kvale & Brinkmann, 2017, s. 263). Kombinasjonen av nettverkskart og intervju førte til et materiale med ulike sammenhenger og strukturer. En fleksibel fremgangsmåte som bricolage ble derfor nyttig. Materialet ble først lest så åpent som mulig flere ganger. Deretter ble alle viktige uttalelser markert og et overordnet bilde av hva materialet inneholdt ble dannet Tanker som dukket opp ble notert underveis, som temaer, mønstre og paralleller. Dette ble systematisert etter «første gjennomlesning», «andre gjennomlesning» osv. Jeg studerte også nettverkskartene og sammenliknet dem.

Deretter ble det gjort en meningsfortetting av det materialet som var markert.

Intervjupersonenes beskrivelser, såkalte naturlige meningsenheter, skal bli lest på en så fordomsfri måte som mulig og gjengis fra deres synsvinkel- men tolket av forskeren. Den umiddelbare mening gjengis med få ord som et tema (Kvale & Brinkmann, 2017, s. 232).

Tabell 1.

*Meningsenhet til meningsfortetting*

Naturlig meningsenhet:	Meningsfortetting:
Da er det vi to. Vi har liksom snakket om at det kunne vært greit at vi tok det sammen med noen, kanskje truffet en tredje. Det har vi snakket litt om. Men det har liksom ikke blitt,	Å treffe andre med besøksvennen

Samtidig med gjennomlesningen og meningsfortettingen trådte relevante temaer frem, og disse ble fortolket inn i 5 overordnede kategorier. I følge Widerberg (2001, s. 126) er det viktig å bruke tid på å velge temaer for å få med viktige poenger og sitater som hører med. Dette kan en slik tematisk sortering sikre. Temaene ble definert som «Fortellinger om nettverkene», «Begrensninger for sosial kontakt», «Besøksvennen som en nær- men ikke venn», «Besøksvennen- kilde til aktivitet» og «Besøksvennen- en isolert relasjon». Disse ble markert med tusjpenner i ulike farger. Deretter ble hvert enkelt hovedtema, med undertemaer og alle uttalelser fra intervjupersonene systematisert. Dette ble gjort manuelt, ved at jeg klippet ut sitater og limte på plakater som representerte hovedtema med undertemaer.

Ulempen med fremgangsmåten var at den var tidkrevende. Det var enkelte ganger nødvendig å gå tilbake til intervjuet for å se sammenhengen til intervjupersonens uttalelser. På en annen side ble det oversiktlig når alt som var sagt om et tema var samlet, og ingen av uttalelsene ble oversett.

Det ble også utført en skjematisk oversikt over de 5 overordnede temaene, underkategoriene, og hvilke intervjupersoner som snakket de ulike underkategoriene. Under hovedtemaet «begrensinger for sosial kontakt» dukket blant annet underkategoriene «egen helse», «andres helse» opp. Den skjematiske oversikten ga et bilde på mønstre, hva som avviket og hva som kunne ha sammenheng med hva. Dette kalles i følge Kvale og Brinkmann (2017, s. 230-231) meningskonsentrering og en slik kategorisering har flere funksjoner. Det gir en oversikt over forekomst av beskrivelser, og gjør det enkelt å avgjøre hvor typiske aktuelle sitater er. Det gjør også at sammenligning av intervjuer og uttalelser blir mulig. Kategoriseringen kan veie opp for den selektive tolkningen som gjøres. De mest sentrale temaene og undertemaene for å belyse problemstillingen ble valgt ut.

#### 4.9 Etiske betraktninger

Det finnes etiske problemstillinger knyttet til hele prosessen i et forskningsprosjekt (Kvale & Brinkmann, 2017, s. 97). Jeg vil her presentere de viktigste som ble tatt stilling til ved planlegging og gjennomføring av dette forskningsprosjekt. Disse forholdene ble beskrevet i søknad til NSD før forskningsprosjektet startet.

Intervjupersonene ga et informert samtykke før deltakelse. Dette innebærer at intervjupersonene får informasjon om formålet, fremgangsmåten og konsekvenser av deltakelse i forskningsprosjektet. Intervjupersonene godtar å delta, og de får informasjon om at de kan trekke seg når som helst dersom det er ønskelig (Kvale & Brinkmann, 2017, s. 104). De fikk et brev som inneholdt den nødvendige informasjonen om forskningsprosjektet og en svar-slipp der intervjupersonene signerte for samtykke til deltakelse. Ved første møte gjentok jeg informasjonen om forskningsprosjektets formål og at intervjupersonen stod fritt til å trekke seg når som helst.

Konfidensialitet betyr at det er avklart mellom intervjuer og intervjuperson hva dataene som produserer i intervjuet kan brukes til (Kvale & Brinkmann, 2017, s. 106). I forkant av mine intervjuer ble intervjupersonene informert om hva dataene skulle brukes til, hvem som ville

ha tilgang til hvilke opplysninger, og at det i den ferdige oppgaven ville sikres at intervjupersonene ikke kunne gjenkjennes. For å sikre ivaretagelse av personopplysninger benyttet jeg en såkalt «koblingsnøkkel», som er en oversikt over opplysningene og hvordan de anonymiseres i materialet mitt.

Fra beskrivelse av forskningsprosessens metodiske avveielser og steg skal vi nå rette blikket på noen viktige aspekter av besøksvertenes fortellinger.

## 5.0 Presentasjon av sentrale elementer fra nettverkskartene

I dette kapitlet skal vi se nærmere på innholdet i nettverkskartene som besøksvertene tegnet og besøksvertenes fortellinger knyttet til dette. Nettverkskartenes innhold og noen aspekter fra intervjuene danner dermed et bakteppe for analysen av studiens hovedfunn. Vi begynner med en kort beskrivelse av besøksvertene basert på deres fortellinger, og disse er gitt fiktive navn som benyttes videre i oppgaven. Så flyttes fokuset over på nettverkskartene som ble tegnet og sentrale aspekter knyttet til disse. Underveis vil besøksvertenes beskrivelser og refleksjoner presenteres, og mine refleksjoner og analyser knyttes til sentrale momenter.

### 5.1 Besøksvertene

#### «Knut»

Knut er en 87 år gammel mann som bor alene i en leilighet i Oslo. Han har ingen barn. Han opplevde en sterk reduksjon av sin fysiske helse og var sykehusinnlagt for 2 år siden, og fikk i etterkant av dette sin besøksvenn. Etter dette har han fått en hverdag der han er mer fysisk begrenset. Besøksvennen til Knut er en kvinne som er noen år yngre enn han, og de møtes ca hver 14. dag. Knut benytter seg av et dagtilbud en gang i uken og får også besøk av hjemmesykepleien en gang om dagen.

#### «Ingrid»

Ingrid er en 86 år gammel kvinne som bor alene i en leilighet i Oslo. Hun ble enke for 7 år siden, og har to voksne barn. Hun har hatt tre ulike besøksvenner, og fikk den første for ca 3 år siden. Ingrids nåværende besøksvenn er en mann som er en del år yngre enn henne og han har hun hatt i ett år. Han kommer til henne hver 14. dag. I det siste har hun ikke hatt mulighet til å komme seg ut på egen hånd, ettersom hun ikke mestrer utgangsdøren sin. Ingrid har ingen offentlig hjelp.

«Hilde»

Hilde er en 80 år gammel kvinne som bor i en leilighet i Oslo sammen med hunden sin. Hun er skilt, og har tre voksne barn. For et og et halvt år siden fikk hun sin første besøksvenn. Denne hadde Hilde ca 1 år, og nå venter hun på ny besøksvenn. Hun er bevisst hva hun ønsker med den nye besøksvennen. Hilde har i perioder hatt noe kommunal hjelp.

«Gerd»

Gerd er 93 år gammel og har bodd alene siden hun ble enke for 7 år siden. Gerd har én voksen datter. Gerd flyttet inn i Omsorg + for 3 år siden, og bodde før det alene i en større leilighet i nærheten. I Omsorg + bor det andre eldre som er i behov av en tilrettelagt leilighet. Det er en bemannet resepsjon der, café med middagsservering og noe sosiale arrangementer slik som bingo på kveldstid. Hjemmesykepleien kommer innom Gerd en gang hver dag. Hun forteller at hun ikke føler seg «hjemme» i Omsorg +, og knytter dette til at hun opplever mange av de andre beboerne som dårligere enn henne. Gerd har hatt den samme besøksvennen i ca 5 år og de møtes hver 14. dag.

Besøksvertenes fortellinger er individuelle og unike, men de har også noen fellestrekk. Alle beskriver seg som tidligere aktive i arbeidslivet og med fritidsinteresser som har avtatt med årene. Samtlige opplever helsen som begrensende for å være sosial. Hjelpeapparatet bistår dem med tjenester gjennom bolig og hjemmebaserte tjenester, og ellers klarer besøksvertene seg selv i hverdagen. Hvordan besøksvertene beskriver sine sosiale nettverk kan tydeliggjøre innholdet i den sosiale kontakten som preger eldres liv og gi en forståelse av hva deres nettverk består av og eventuelt mangler.

## 5.2 Tegning av besøksvertenes nettverkskart og relevante refleksjoner

Vårt sosiale nettverk gir tilhørighet, tilknytning, respekt og anerkjennelse som bekrefter vår egenverdi, samt mulighet til å vise omsorg for andre, opplevelse av allianser man kan regne med og hjelp og råd (Fyrand, 2016, s. 133). Det er med andre ord viktig for oss. Innholdet i besøksvertenes nettverk skal nå presenteres. Et sosialt nettverk fremstiller menneskers relasjoner (Bø, 1993, s. 32). Besøksvertene tegner sine sosiale nettverk på et nettverkskart og forteller om hvem de har kontakt med, innhold i relasjonene og forandringer over tid. Gjennom et nettverksperspektiv kan det dannes en systematisk oversikt over samspill som personen inngår i (Bø & Schiefloe, 2007, s. 26-27). Dette bidrar til å danne et bilde av hvordan besøksvertenes nettverk så ut før og etter de fikk besøksvenn. Endringer i deres nettverk kan si noe om hvilken påvirkning en besøksvenn kan ha på besøksvertenes sosiale



liv. Vi starter med det som kom frem av besøksvertenes tegning av nettverkskartene før de fikk besøksvenn, heretter kalt nettverkskart 1. Hva nettverkskartet viste og besøksvertenes refleksjoner rundt dette redegjøres for. Videre gis en oversikt over det som kom frem ved utfylling av nettverkskart 2, før sentrale aspekter ved sammenlikning av de to kartene presenteres. Så vil noen viktige momenter analyseres og drøftes med kunnskap om sosial kontakt for eldre.

#### 5.2.1 Generelle funn ved nettverkskart 1

Menneskers tilgang på ressurser i deres sosiale nettverk er varierende (Bø & Schiefloe, 2007, s. 158). Ofte inkluderes relasjoner som familie, venner, slektninger, naboer og kollegaer (Andersson, 2010, s. 268). I nettverkskart 1 førte besøksvertene opp familie, slekt, kollegaer, naboer og venner. Noen av besøksvertene har mer familie og slekt enn andre, og det er variasjon i om de har venner å føre opp. Noen fører opp profesjonelle hjelpere i nettverkskartet. «The significant others» er et begrep som gjerne benyttes om de vi har i nettverket vårt og dette er de menneskene vi har relasjoner til (Bø, 1993, s. 31).

Besøksvertene forholder seg til en liknende avgrensning, ved at relasjoner de fører inn i nettverket er mennesker de kjenner. Besøksvertene foreller om nære relasjoner som de møter eller snakker med ofte, og andre fjernere relasjoner som består av mer tilfeldige møter eller telefonisk kontakt. Besøksvertene trekker frem noen relasjoner som svært nære dem. Ingen av besøksvertene har partner, og noen av besøksvertene har mistet sin ektefelle. De som har barn beskriver disse som sine nærmeste, og disse har også nært forhold til barnebarna. Mens for Knut representerer tre naboer de næreste relasjonene.

#### 5.2.2 Besøksvertenes refleksjoner om nettverkskart 1

Underveis og i etterkant av at nettverkskartet ble tegnet gjorde besøksvertene seg noen betraktninger rundt det vi så. De fleste besøksvertene uttrykker at nettverkskartet så ut slik de hadde sett for seg. Unntaket er Knut, som trekker frem noe han fikk økt bevissthet rundt: «[Man får) visse tanker om hvem en har forhold til og hvem en kanskje egentlig burde hatt mer forhold til.... Nei altså jeg tenkte på mine nære familie, hvor lite forhold jeg har til enkelte der.» Flere av besøksvertene sier at de synes deres nettverk var lite på den tiden nettverkskart 1 representerer, som var da de tok kontakt med besøkstjenesten. Flere forteller at deres nettverk var større tidligere i livet og at tidligere betydningsfulle relasjoner ikke blir ført opp i nettverkskartet. Dette gjelder både familie, slekt, venner, naboer og tidligere kollegaer. Relasjonene tegnes ikke opp fordi de har mistet kontakt enten på grunn av nedsatt helse,

flytting eller at de er døde. Hilde forteller om en tidligere venninne: «Hun og mannen, de kjøpte seg hus der for de var derfra begge to. Så hun ble borte for meg, hun var liksom bestevenninna mi her inne. Så hun mistet jeg.» Besøksvertenes beskrivelser belyser bakgrunnen for at deres nettverk var lite når de tok kontakt med besøkstjenesten, og dette er i tråd med hva vi vet om utviklingen av nettverket ved alderdommen. Tapsopplevelser er ofte grunner for at eldres nettverk reduseres med tiden (Halvorsen, 2005, s. 78).

Å ha et sosialt liv er høyt verdsatt- og tegn på vellykkethet (Halvorsen, 2005, s. 16). Vi har nå sett hvordan besøksvertene beskriver sine nettverk før de fikk besøksvenn. På bakgrunn av dette og det vi vet om betydningen av sosiale relasjoner er tilbud som Røde Kors besøkstjeneste utviklet. Som vi har sett er intensjonen med dette tilbudet å gi sosial kontakt til mennesker som er i behov av det og forebygge ensomhet. Besøksvertene som har deltatt i denne studien har hatt besøksvenn i gjennomsnitt 3 år. Vi skal nå se nærmere på hva besøksvertene forteller om sitt nåværende sosiale liv.

### 5.2.3 Generelle funn ved nettverkskart 2

Nettverkskart 2 representerte opplevelsen besøksvertenes har av sine sosiale nettverk for nåtiden. De samme relasjonene som ble tegnet i nettverkskart 1 ble også ført inn i nettverkskart 2. I intervjuet med besøksvertene ble sammenlikning av nettverkskartene snakket om. Ved å se på forandringer i en persons nettverk kan man få bedre forståelse av en dens situasjon og behovet for kontakt med andre (Fyrand, 2016, s. 112). Enkelte forhold ved besøksvertenes sosiale nettverk ble tydelig ved sammenlikning av nettverkskartene. Som nevnt innledningsvis var en forandring i nettverkene i form av et utvidet nettverk forventet som resultat av at besøksvertene fikk besøksvenn. Nettverkskartene viser derimot det motsatte. Det er få forandringer i besøksvertenes sosiale nettverk etter at de fikk besøksvenn.

Besøksvennen ble tegnet inn av samtlige besøksverter i nettverkskart 2. De aller fleste besøksvertene tegner besøksvennen inn som en av sine nærmeste i nettverkskartet. Bortsett fra at besøksvennen legges til er de forandringene som kommer frem gjennom nettverkskartene til besøksvertene at enkelte relasjoner er fjernere i nettverk 2. Knut er den eneste som trekker frem at han opplever en forandring for tiden mellom de to nettverkskartene. Han beskriver at han blir bedre kjent med de relasjonene han har og at de derfor blir viktigere med tiden.

Med bakgrunn i nettverkets viktige funksjoner og besøkstjenesten målsetting er det interessant å se nærmere på hvilke bakenforliggende årsaker som kan føre til at nettverkene ikke er særlig forandret. Begrensninger for kontakt var fremtredende i besøksvertenes fortellinger, noe som kan tolkes som at dette spiller en stor rolle for hvordan de opplever sine nettverk. Særlig nedsatt helse ble trukket frem ofte, og av samtlige besøksverter.

#### 5.2.4 Helse som begrensning for sosial kontakt

Helsen har stor betydning for våre sosiale nettverk. Å danne relasjoner krevet at man engasjerer seg i samhandling med andre. Geografisk nærhet og kontakthypighet spiller en stor rolle når nye relasjoner skal etableres, og relasjoner avvikles ofte på grunn av at fysisk avstand gjennom flytting eller at arenaer faller bort (Bø & Schiefloe, 2007, s. 81-82). Når helsen svikter blir man mindre mobil og dette påvirker fysisk avstand til våre relasjoner (Fyrand, 2016, s. 75). Samtlige besøksverter forteller om hvordan egen helse hindrer dem i å ha ønskelig kontakt. Helsen hindrer både Knut, Ingrid og Hilde i å komme seg ut på egenhånd. Hilde påpeker at hun har blitt ensom etter at hun ble syk. Ingrid har nylig sluttet i en håndarbeidsgruppe på eldresenteret fordi hun ikke mestrer å strikke lenger. Knut forteller at han nedsatte syn hindrer han i sosiale situasjoner. Han sier:

Men det er klart du har et problem, det er lettere å komme i kontakt med folk når du kan få øyekontakt. Den egenskapen, den mulighet har ikke jeg. Kan liksom ikke..  
Treff folk uten å kjenne dem. Man må ganske nært innpå. Det er et voldsomt handicap som du nesten ikke kan tenke deg.

Også andres helse trekkes også frem som en begrensning av besøksvertene. Ingrid forteller om en tidligere bestevenninne som hun ikke treffer lenger fordi hun har blitt dement. Gerd forteller at hun opplever de fleste hun har i nettverket sitt som dårligere enn seg. Hun beskriver to medbeboere som hun liker godt som «flyktige». Ofte kommer de ikke til fellesaktiviteter som avtalt, og er lite opptatt av Tv og aviser. Om venninnene fra «klubben» forteller hun:

De to siste her, de var litt yngre enn meg, så de lever enda de to. Men jeg tror de begynner å bli demente sånn at vi.. Jeg hører det når vi ringes, så hører jeg at de er ikke helt med. Fordi de bor hjemme hos seg selv enda. Så når jeg kom hit var det meningen at de skulle komme og besøke meg. Men det har de ikke gjort da.

Dette tyder på at helsen fører til mangel på mobilitet, felles arenaer og utfordringer med samhandling. For besøksvertene blir opprettholdelse relasjoner og dannelse av nye relasjoner vanskelig. At egen helse blir dårligere i tillegg til at betydningsfulle mennesker i nettverket også opplever redusert helse kan sees å være en viktig forklaring på at besøksvertenes nettverkskart er mindre for nåtiden enn for tiden før de fikk besøksvenn. Ser man til forskningen virker det som dårlig helse har stor betydning for ensomhet og reduisering av eldres nettverk (Nicolaisen & Thorsen, 2014; Savikko et al., 2005; Aartsen & Jylhä, 2011). En studie som fulgte utviklingen av sosiale nettverk over 16 år konkluderte med at friske eldre opprettholder stabile nettverk, mens de eldste eldres nettverk blir mindre. Helse virker som en viktig faktor for dette (Broese van Groenou et al., 2013). Forskning peker i retning av at helsen spiller en stor rolle for hvorvidt eldre kan opprettholde sine nettverk og funnene fra denne undersøkelsen viser at det samme gjelder til tross for besøksvennens innsats.

#### 5.2.5 Andre begrensninger for sosial kontakt

Andre faktorer kan også forstås som begrensende. Som nevnt tidligere opplever eldre tap i ulike former, noe også besøksvertene i denne studien forteller om. Alle besøksvertene beskriver mindre kontakten med tidligere kollegaer fra nettverkskart 1 til nettverkskart 2. Enkelte poengterer at dette var naturlig ettersom arbeidslivet ble fjernere i tid ettersom årene gikk. At arbeidsplassen forsvinner kan ha stor betydning, da denne fungerer som en daglig kontaktarena (Fyrand, 2016, s. 75). Ingrid har tenkt over hvorfor nye relasjoner ikke har dukket opp. Hun sier: «Man er vel litt konservativ når det gjelder venner.» De andre vektlegger vanskeligheter med å finne nye, gode venner. Dette er også funn ved undersøkelse av eldres nettverk over tid (Broese van Groenou et al., 2013). Noen av besøksvertene forteller om fjernere forhold til naboer for perioden mellom nettverkskartene. Gerd opplever å ha mindre kontakt med naboer etter at hun flyttet, noe som kan fremstå som paradoksalt ettersom hun nå bor i et boligkompleks som tilrettelegger for sosial kontakt. Også her trekkes helse inn som en forklaring, ved at hun forteller om en opplevelse av naboene som sykere enn henne.

#### 5.2.6 Refleksjoner ved sammenlikning av de to nettverkskartene

Når nettverkskartene blir studert sammen med besøksvertene bemerker alle besøksvertene selv at nettverkskartene er nærmest identiske, til tross for at flere år skiller dem. Flere av besøksvertene uttrykker at dette ikke er ønskelig. Knut er den som tydeligst uttrykker misnøye ved dette ved å si at nettverkskartene ser «sørgelig like» ut. Allikevel uttrykker ingen av besøksvertene overraskelse over å se mangel på forandringer. De er i stedet klar over sin

situasjon og forteller om ulike grunner for dette. Det kan virke som tegning og sammenlikning av nettverkskartene kan bidra til å illustrere relasjonene for besøksvertene og på den måten være bevisstgjørende. Samtidig kan det også være ubehagelig å se sitt sosiale liv på denne måten når situasjonen ikke er ønskelig. Vi skal nå se nærmere på noen momenter om besøksvertenes nettverk som jeg har valgt ut av samtale. Diskusjon av disse aspektene i lys av eksisterende kunnskap om eldre og deres nettverk kan gi bedre innsikt i besøksvertenes nettverk, dets form og innhold. Det danner videre et grunnlag for å analysere besøksvennens betydning i nettverket.

### 5.2.7 Betydningen av nettverkets kvantitative og kvalitative form

Besøksvertene forteller om sine to nettverks kvalitative og kvantitative aspekter, og hva som betyr mest er av interesse for å forstå betydningen av en besøksvenn. I følge Halvorsen (2005, s. 60) handler det kvalitative og kvantitative om hvor nære relasjonene er og hvor mange eller hvor ofte man treffer personen. Samtlige besøksverter har noen nære relasjoner de fører opp i nettverket, som innebærer den kvalitative formen på nettverket. Dette kan betegnes som deres primære relasjoner, som er nære og varige relasjoner (Bø & Schiefloe, 2007, s. 25). Knuts beskrivelser av sitt forhold til naboene kan tolkes som både kvantitativt og kvalitativt sterkt. Han forteller at han snakker med naboene daglig og tilbringer mye tid med dem.

Det kvantitative aspektet trekkes frem som mangelfullt hos besøksvertene, ved at nettverkene inneholder få relasjoner og at besøksvertene uttrykker at de ikke møter andre så ofte som de ønsker. For eksempel sier Gerd at hennes nettverkskart ikke vil bli store før vi tegner dem. Flere av besøksvertene foreller at relasjonen til barn og barnebarn preges av at familiemedlemmenes tid er begrenset. En stor del av den kontakten besøksvertene har med andre er «smalltalk» med fjernere relasjoner. Gerd forteller hvordan hun ber om samtale med hjemmesykepleien:

De kommer bare inn for å smøre mat til meg og gå igjen. De har det så travelt. Så hvis ikke jeg skal ha mat eller de skal smøre mat da, så sier jeg at kan du ikke bare sitte ti minutter og prate med meg i stedet for å smøre mat? Og da hender det de gjør det.

Dette som kan illustrere at Gerds nettverk er kvantitativt mangelfullt og at hun ønsker mer kontakt med andre. Knut understreker særlig verdien av å ha snakket med noen i løpet av en dag når man har få personer rundt seg. Han er mer opptatt av det nettverkets kvantitative form enn de andre besøksvertene, ved at de han samhandler med ikke nødvendigvis må være nære

han. Han sier «Folk trenger folk, så enkelt er det.» Han legger til et felt i nettverkskartene sine som han kaller «menneskelig kontakt», og forteller:

Nettverk, det som man er avhengig av, bør ikke nødvendigvis være familie eller det man først tenker på. Men at nettverk er også på butikken der du handler, de du treffer på veien og veksler noen ord med... Veksler en del sånne ord og fleiper litt og sånn også drar du igjen. De kjenner meg og jeg kjenner dem. Det er sånt som betyr noe... Dette er utrolig viktig.

Knuts ønsker om kontakt med andre kan komme av at han opplever fravær av et sosialt fellesskap. Dette kan forstås som sosial ensomhet (Halvorsen, 2005, s. 60). De relasjonene som ikke er nærest besøksvertene beskrives av dem som betydningsfulle, men flere av besøksvertene legger til utsagt som «det er ikke mer enn det». Dette kan tolkes som et uttrykk for misnøye med nettverkets kvalitative aspekt, ved at relasjonene ikke er nærere. Gerd og Hilde forteller om naboer som de snakker en del med og som tar initiativ ved å invitere dem til seg. Disse trekkes frem som hyggelige, men som fjerne relasjoner. Hvorfor det er slik kan handle om ulike forhold som ikke trekkes frem av besøksvertene, som hvor ofte de treffes, hva de snakker om og hvilke signaler som sendes i kommunikasjonen. Knut og Gerd beskriver hjemmesykepleie som et sosialt innhold i hverdagen. Det kan ikke defineres ved én relasjon og forholdet blir ikke særlig nært fordi det er mange ulike personer som kommer. Naboer og profesjonelle hjelpere kan forstås som sekundære relasjoner, som kjennetegnes av at de ikke er særlig personlige og mer saksorienterte (Bø & Schiefloe, 2007, s. 25). Gerds initiativ til samtale med hjemmesykepleien kan også tolkes som at slike saksorienterte relasjoner blir viktigere når man opplever mangel på nære relasjoner.

I forskningen finnes ikke entydige svar på hva som er viktigst for å beskytte eldre mot ensomhet, nære relasjoner eller mange relasjoner. Betydningen av hyppighet av kontakt med andre kan ha en beskyttende effekt, men disse funnene handler om kontakt med venner, barn og barnebarn. Noe overraskende er trolig at kontakt med naboer har en stor betydning (Bondevik & Skogstad, 1998; Drageset, 2002). For Knut har vi sett hvordan naboer er viktige relasjoner. På en annen side kan hovedvekten av forskningen tolkes som å vektlegge de nære relasjonene mest betydning mot ensomhet hos eldre. God kvalitet på relasjonene identifiseres i flere undersøkelser som forebyggende for ensomhet (Drageset, 2002; Kirchhoff et al., 2015; Victor & Bowling, 2012; Zebhauser et al., 2015). Å ha en fortrolig person i livet trekkes frem

som spesielt viktig (Holmén et al., 1992; Nicolaisen & Thorsen, 2012). Ved sammenlikning av kvantitativt og kvalitativt nettverk tyder mye på at den opplevde kvaliteten beskytter eldre mot ensomhet, ikke kvantitet (Pinquart & Sorensen, 2001; Victor & Yang, 2012). Viktigheten av det kvalitative aspektet ved nettverket kommer også frem i studien av besøksvertenes nettverk. Flere av dem trekker frem savnet av en nær relasjon. Gerd forteller at hun mangler er «sånn ordentlig god kontakt». Hun sier videre: «Det er liksom ikke noen her som står meg sånn veldig nær, som jeg kan være meg selv med.» Hilde hadde ønsket seg en venninne eller venn, og gjerne en kjæreste om hun hadde vært yngre. Dette kan tolkes som det Weiss beskriver som emosjonell ensomhet, og omhandler savnet etter nære relasjoner (hentet fra Bondevik, 2000, s. 96). Nære relasjoner har stor betydning for hvorvidt eldre opplever ensomhet når vi ser til forskning gjort på dette. Kvalitativt nære relasjoner trekkes også frem som viktige av informantene i denne studien. I tillegg trekker de også frem betydningen av mer sporadisk kontakt med fjernere relasjoner.

Besøksvertenes opplevelse av manglene i nettverket sitt fremstår noe ulikt, men flere beskriver behovet for nære relasjoner. Den tyske sosialfilosofen Axel Honneth har utarbeidet en teori om anerkjennelse som kan være hensiktsmessig for å belyse hvorfor nære relasjoner kan ha stor betydning. I tillegg til andre teorier om individets identitetsskapelse gjennom opplevelse av anerkjennelse, inkluderer Honneth konsekvenser av mangel på anerkjennelse i sin teori. Han ser anerkjennelse som motsatt til krenkelse, ved at anerkjennelse blir holdt tilbake når en person krenkes. Anerkjennelse bekrefter den vi er og dette får vi gjennom våre relasjoner til andre. Anerkjennelse gis på tre nivåer i ulike former; kjærlighet, rettigheter og solidaritet (Honneth, 2008). Anerkjennelse gjennom kjærlighet gis gjerne av relasjoner i den private sfære, familie og nære venner (Ellingsen & Skjefstad, 2015, s. 99). Det kan virke som besøksvertene har noen relasjoner som er nære dem og disse er trolig viktige kilder for anerkjennelse. Allikevel er besøksvertenes nære relasjoner i hovedsak familie, og forventningene som noen av besøksvertene beskriver til familie kan tolkes som at besøksvertene opplever ikke å bli tilstrekkelig anerkjent. Oppsummert blir nettverkene til alle besøksvertene jeg intervjuet beskrevet som små i form av få relasjoner og manglende hyppig kontakt, samt med noen få, nære relasjoner. Det kan virke som nettverkene ikke er tilfredsstillende i form av hverken kvalitativ eller kvantitativ kontakt, og at ulike tapsopplevelser påvirker dette. At de nære relasjonene er få blir trolig også påvirket av at primære relasjoner er vanskelig å erstatte (Fyrand, 2016, s. 29).

### 5.2.8 Lite nettverk= ensomhet?

Så hvilke konsekvenser fører et lite nettverk med seg? I forbindelse med dette er det aktuelt å først se på hvordan forståelsen av ensomhet kan ha betydning for funnene i denne undersøkelsen. Begrepet ensomhet fører med seg noen utfordringer når det skal snakkes om slik besøksvertene og jeg gjør når deres nettverk tegnes og reflekteres rundt. Ensomhet sees ofte som noe negativt og knyttes til følelser som å være sviktet, avvist, utstøtt, glemt, uønsket, ignorert eller utenfor fellesskapet (Halvorsen, 2005, s. 42). Det er her viktig å huske at dette er et subjektivt begrep (Andersson, 2010, s. 265). Samfunnsvitenskapen omfatter subjektive beskrivelser, ikke objektive sannheter (Risjord, 2014). Det kan derfor være ulikt hva som legges i begrepet ensomhet. Det er også nødvendig å bemerke at samtaler knyttet til ensomhet kan være vanskelige, og særlig i kvalitativ forskning bør underrapportering regnes med. Ensomhet oppleves for mange som et tabubelagt tema og forbindes gjerne med sosialt nederlag eller å ikke bli likt (Halvorsen, 2005). Det kan være at besøksvertene opplever det som vanskelig å sette ord på de negative følelsene knyttet til manglende sosial kontakt.

Å ha et lite nettverk eller være alene er ikke ensbetydende med å oppleve seg som ensom (Halvorsen, 2005, s. 42). Blant besøksvertene i denne studien kan Ingrid illustrere dette. Hun forteller at hun tilbringer mye tid alene og beskriver dette som kjedelig, men hun omtaler seg ikke som ensom. Våre forventninger kan også påvirke hvordan nettverket oppleves. Forventninger til sosiale fellesskap kan justeres med alderdommen og dermed er ikke ensomhet en selvfølge (Halvorsen, 2005, s. 130). Tidligere forskning har funnet at forventninger og hvor fornøyd man er med kontakten er viktigere for ensomhet enn hvor ofte man har kontakt (Routasalo et al., 2006). Flere av besøksvertene i denne studien forteller om forventninger til sitt nettverk. Gerd er opptatt av at kontakt med andre reduseres som en naturlig del av alderdommen, noe som kan tolkes som at hun ikke forventer det samme av sosial kontakt som tidligere. Forventninger til kontakt med familie blir tematisert av flere. Hilde forteller om barna sine: «De er jo nærme meg nok, altså de som er mine. Familien da. De er jo nærme og sånt, men jeg kan ikke vente mer.» Det kan være at Hilde har justert sine forventninger til familien. Knut uttrykker derimot forventninger til sin familie som ikke blir innfridd. Han sier:

Hvis jeg ber om noe så er de der øyeblikkelig. Så det er ikke noe problem, det er ikke det at de ikke vil hjelpe, men de tenker ikke over at det kanskje kunne vært hyggelig at de ringte en gang til meg og spør hvordan har du det? Kan vi gjøre noe for deg?



Det er noe variasjon i forventningene til nettverket, noe som kan bidra til forståelse av at opplevelsen av lite nettverk ikke nødvendigvis er negativ.

På en annen side forteller flere av besøksvertene at deres nettverk ikke er tilfredsstillende. Tar man utgangspunkt i definisjonen av ensomhet fra Perlman og Peplau er den som opplever seg som ensom utilfreds med sine sosiale relasjoner (Halvorsen, 2005, s. 46). Slik jeg forstår det kan magert nettverk gi ensomhet, men det avhenger av den enkeltes ønsker. At besøksvertenes magre nettverk er en uønsket situasjon settes ord på på ulike måter. Knut sier at han har «sørgelig lite kontakt». Hilde kaller seg som ensom flere ganger gjennom samtalene. Gerd forteller at hennes sosiale liv har endret seg ved at hun er mer alene, blant annet ved avvikling av to «klubber» de senere årene. En følelse av å være «einstøing» har blitt sterkere med tiden og hun kjenner en «fremmedfølelse» overfor de andre beboerne. Hun er usikker på hvorfor hun føler det slik. Om ensomhetsfølelsen sier hun: «Ja, men det er fordi alle i min familie er død og. Alle mine venner og nære familie og sånn er borte. Da blir jeg jo ensom. Så det føler jeg jo mange ganger at jeg er.» Desolasjon er en opplevelse som gjerne knyttes til Eldres ensomhetsfølelse, og Townsend knytter dette til tap av nære relasjoner (Bondevik, 2000, s. 95). Tap av nære relasjoner kan få konsekvenser for den eldre og for enker og enkemenn kan en «tomhetsfølelse» ofte forekomme (Halvorsen, 2005, s. 78). Gerds beskrivelser av seg selv som ensom og «utenfor» det sosiale fellesskapet kan på bakgrunn av dette forstås som en konsekvens av at hun har mistet mange nære.

Oppsummert kan det virke som besøkstjenesten, til tross for intensjonen om å forebygge ensomhet, ikke forhindrer at besøksvertene opplever mangler i sine sosiale nettverk og kan oppleve ensomhet. Nettverket til besøksvertene er magert kvalitativt og kvantitativt. Spesielt helse, men også tap av nære og utfordringer knyttet til å inngå nye relasjoner påvirker dette. De fleste besøksvertene vektlegger betydningen av nære relasjoner, men dette gjelder ikke alle. Nå skal vi se nærmere på hvordan besøksvertene opplever å ha besøksvenn. Tidligere så vi at det finnes ulike typer av liknende tilbud og at variasjonen er stor når disse evalueres. Det er dermed interessant å få utdypende beskrivelser av besøksvertene om hva de legger i relasjonen til besøksvennen og hvordan de opplever at besøksvennen virker inn på deres liv. Hvilke muligheter ligger i dette tilbudet? Hvilken betydning kan en besøksvenn ha? Og hvordan kan den eventuelt få en økt betydning for besøksvertene? Kanskje kan tilbudet bli enda mer effektivt i forhold til å redusere ensomhet og bidra til økt sosial kontakt. Det vil være fokuset i oppgavens neste del, der hovedfunnene i denne studien drøftes.

## 6.0 Analyse og drøft av sentrale funn

Gjennom tegning av nettverkskartene og vurderingen av endringer mellom nettverkskart 1 og nettverkskart 2 kom det frem interessante aspekter ved besøksvertens sosiale nettverk og besøksvennens posisjon i nettverket. Dette lå til grunn for det påfølgende intervjuet der besøksvertene fortalte om sine erfaringer med å ha besøksvenn. På bakgrunn av all informasjonen har jeg valgt å løfte frem seks funn som jeg finner spesielt interessante for å belyse hvilken betydning besøksvennen har for besøksvertene. Funnene er delt inn to utfordringer og fire behov. Første utfordring som presenteres er gitt navnet besøksvennens rolle mellom profesjonell og venn, og andre utfordring er kalt en forhåndsvalgt relasjon. Deretter dreies fokuset over på de fire behovene, som er kalt praktisk hjelp og støtte, kontinuitet i kontakt, aktivitet og den gode samtalen.

### 6.1 Utfordring 1: Besøksvennens rolle mellom profesjonell og venn

Sosiale nettverk består av mennesker med ulike roller (Bø & Schiefloe, 2007, s. 61). Funnene fra samtale med besøksvertene tyder på usikkerhet knyttet til hvordan besøksvennen skal defineres, både når besøksvertene plasserer besøksvennen i nettverkskartet og når relasjonen beskrives. Besøksvertene vurderer å plassere besøksvennen i feltene «venner» i nettverkskartet, men de fleste velger å plassere den besøksvennen i feltet profesjonelle hjelpere. Flere beskriver at de ikke tenker på besøksvennen som en frivillig, eller at besøksvennen har en kobling til Røde Kors. Knut sier at han heller tenker på besøksvennen som et medmenneske. Han beskriver også besøksvennen som en nær venn og plasserer den i feltet venner i nettverkskartet. Gerd forteller at hun opplever relasjonen til besøksvennen som noe annet enn et privat vennskap. Samtidig beskriver hun forholdet slik: «Plutselig så ringer hun. Du, vi er invitert i julelunsj. Akkurat som det kunne vært hvem som helst venninde som ringte. Sânt forhold har vi.» De fleste besøksvertene beskriver besøksvennen som en av sine næreste relasjoner og at den betyr mye for dem. Hilde forteller at hun har et veldig behov for en ny besøksvenn etter at kontakten med den tidligere besøksvennen ble avsluttet. Hun trekker frem savnet etter tidligere venninner, og at hun ønsker en å ha en nær relasjon, egentlig en venninne eller kjæreste. Hun forteller: «Drømmesituasjonen hadde vært å hatt en å være sammen med annenhver dag, men det vet jeg ikke skjer. Eller noen ganger i uka. Og at man kunne fått et nært forhold fordi man passer sammen.»

I følge Goffman inntar mennesker ulike roller i sosiale situasjoner. Med det mener han at vi viser sider av oss som er i tråd med rollen vi inntar og som forventes, og at den andre

personen får økt forståelse for hvem den samhandler med (Goffman et al., 2004, s. 194-198). Besøksvennen inntar i møte med besøksverten en rolle som besøksvenn. Besøksvennen opptrer slik den tenker at en besøksvenn skal være og besøksverten har forventninger knyttet til den andres rolle. Hvordan besøksvertene opplever besøksvennens rolle er interessant for å forstå besøksvennens innvirkning på besøksvertenes liv. Funnene fra mine samtaler med besøksvertene kan tolkes som at besøksvennens rolle plasseres på midten av en dimensjon der rollen som profesjonell hjelper representerer den ene siden, og privat venn representerer den andre siden. På en side er besøksvennen, som beskrevet over, en av besøksvertenes nærmeste i nettverket og en nær venn. For noen blir besøksvennen da en primær relasjon (Bø & Schiefloe, 2007, s. 25). Karakteristikk som kameratskap, likemenn og en nær relasjon trekkes frem som sentralt ved undersøkelse av liknende tilbud (Bokeli, 2016; Butler, 2006; Kvaal, 2009; Lester et al., 2012). I nære relasjoner er varighet, stabilitet og gjensidighet viktig (Fyrand, 2016, s. 28-29). Dette beskriver flere av besøksvertene i sin relasjon til besøksvennen. At relasjonen mellom besøksvert og besøksvenn innebærer mange faktorer som forventes i et vennskap kan bidra til å forstå hvordan besøksvennen kan beskrives som en nær relasjon.

Fravær av nære relasjoner hos besøksverten kan også være av betydning for besøksvennens rolle som en venn. Ser man til forskningen tyder mye på at venner er viktig for å beskytte mot ensomhet og med alderdommen går venner bort (Holmén et al., 1992; Nicolaisen & Thorsen, 2017; Pinguart & Sorensen, 2001; Tiikkainen et al., 2008). Besøksvertene har som vist tidligere få venner igjen i sine nettverk. Det kan tenkes at dette fører til at besøksvertene har et behov for en nær relasjon som kan likne på et vennskap. Hvis det er tilfelle, er det kanskje besøksvennen som er deres nærmeste «venn» og dermed oppfattes og beskrives slik? Primære relasjoner er viktige personer som er vanskelig å erstatte (Fyrand, 2016, s. 29). Samtidig har man oppdaget funn som tilsier at en viss kompensasjon for tidligere tap i nettverket kan gis av et tilbud som besøkstjenesten (Lester et al., 2012). I så fall kan besøksvennen som en nær relasjon ha stor betydning for besøksvertene.

Dersom forventningene til rollen ikke er lik for besøksvenn og besøksvert, kan relasjonen by på noen utfordringer. Besøksvennens rolle var et sentralt funn i en masteroppgave som undersøkte opplevelser og utfordringer knyttet til å være besøksvenn. Besøksvennene kunne oppleve det som problematisk å skulle skille det å være «bare» besøksvenn fra å bli en nær venn. Enkelte trakk frem grensesetting som nødvendig (Kvaal, 2009). Goffmans oppfatning

av rolledistanse er nyttig i denne sammenheng. Ved å ha rolledistanse er ikke personen en besøksvenn, den føler seg derimot adskilt fra rollen. Det kan forstås som at personen «gjør» rollen (Goffman et al., 2004, s. 208). Gjennom grensesetting virker besøksvennene å ha et slikt refleksivt forhold til rollen sin, ettersom de forsøker å justere relasjonen etter hva de tenker er passende for rollen som besøksvenn. Når Hilde forteller om sine ønsker om en nær relasjon er hun tydelig på at hennes behov for en venn ikke kan dekkes gjennom en besøksvenn. Man kan tolke det som at hun har distanse til sin rolle som besøksvert. Det kan allikevel trolig oppleves vanskelig å knytte seg til en relasjon som skilles fra å være en venn, dersom en nær venn er ens egentlige behov.

På en annen side er det noen forhold med relasjonen som tyder på at besøksvennen oppleves mer som en profesjonell hjelper. Denne rollen innebærer andre forpliktelser og forventninger enn et vennskap. Den kan da kalles en sekundær relasjon, som er mer saksorientert og ikke like nær (Bø & Schiefloe, 2007, s. 25). Besøksvertene trekker frem mangel på tid som en viktig faktor for å skille relasjonen til besøksvennen fra et vennskap. Gerd forteller: «Hun er jo her en time eller halvannen hver fjortende dag. Så du kan jo tenke deg, det kan ikke bli så voldsomt ut av det. Jeg ser jo familien min oftere.» En annen faktor som kan synes viktig for besøksvennens rolle er gjensidighet. Gjensidighet er et sentralt aspekt av våre sosiale liv. Forskning tyder på at relasjoner med gjensidighet gir grobunn for tillitt, å vise følelser og forpliktelse (Holm, 2010). Flere besøksverter trekker frem at de sjeldent er på besøk hos besøksvennen sin, men at besøksvennen heller kommer til dem. Knut virker derimot som å oppleve gjensidighet i sin relasjon til besøksvennen. Han og besøksvennen gir hverandre julegaver og bursdagsgaver. I gjensidige forhold gjengjeldes gjerne gaver (Mauss & Eriksen, 1995). Dette kan markere et gjensidig vennskapsforhold mellom Knut og hans besøksvenn.

Det virker som besøksvennens rolle er noe uklar for besøksvertene, og at den kan være utfordrende å forholde seg til både for besøksvert og besøksvenn. Rollen har mange premisser som likner på et vennskap, som besøksvertene er i behov av. Samtidig har den andre rammer enn hva som er tilfelle ved et vennskap. Tiden er regulert og for de fleste besøksvertene er ikke forholdet preget av gjensidighet på lik linje med et vennskapsforhold. I tillegg er ikke relasjonen opprettet ved at de har valgt hverandre slik venner gjør. I lys av dette kan det virke som besøksvennens rolle blir noe annet enn en venn for de fleste av besøksvertene, nærmere en profesjonell hjelper. Det kan trolig føre til at besøksvennen ikke beskrives som en helt nær

relasjon av flere av besøksvertene. Det faktum at andre som har valgt personen som blir besøksvertens besøksvenn, skal undersøkes nærmere i neste kapittel.

## 6.2 Utfordring 2: Forhåndsvalgt relasjon

Å oppleve kjemi med menneskene i nettverket vårt er sentralt og en av de viktigste bakgrunnene for at vi velger å etablere relasjoner. Opplevelse av like holdninger, gjensidig tillit, felles interesser og forpliktelse er viktig for at relasjonen blir varig (Bø & Schiefloe, 2007, s. 79). Funnene gjort i denne studien tyder på at besøksvertene har få venner og opplever utfordringer med å finne personer de opplever kjemi med. Hilde forteller om tre ulike naboer som hun småprater med, men at de er for ulike henne til å bli nære relasjoner. Hun sier: «Men det skal litt til å finne noen man passer med personlighetsmessig når man er i 80-årene (latter).» Som nevnt tidligere opplever Gerd at hun ikke har noen hun føler seg helt nær i boligen, og kontakten med andre i nettverket sitt reduseres. Utfordringene med å finne noen å klaffe med kan trolig delvis forklares med mangelen på arenaer å treffe andre. Det kan også handle om tidligere erfaringer med tap av nære relasjoner. Kanskje er det vanskelig å knytte seg til andre når du har mistet viktige personer i livet ditt? Vi har allerede sett at funn fra forskning antyder at kvalitativt gode relasjoner kan være viktig for å beskytte eldre mot ensomhet. I nettverkene til besøksvertene i denne studien finnes et fåtall av slike relasjoner, og flere av besøksvertene savner dette. Dermed kan det være viktig for besøksvertene at relasjonen til besøksvennen blir nær. Ved at relasjonen til besøksvennen er forhåndsvalg av besøkstjenesten kan virke inn på hvordan relasjonen blir.

I følge Bø og Schiefloe (2007, s. 81) er førsteinntrykk av stor betydning når nye relasjoner skal inngås. For besøksvertene står det mye på spill når de skal bli kjent med besøksvennen sin, ved at de ønsker en relasjon. Ingrid forteller om hvordan det opplevdes når hennes nye besøksvenn skulle komme for første gang: «Enda jeg var veldig betenkt. Før han kom.... Å få en fremmed mann inn i huset, det er jo litt usikkert, da.» Relasjonen til besøksvennen etableres på en annerledes måte enn de fleste relasjoner. Vanligvis velges relasjoner basert på to dimensjoner; utbytte målt mot kostander og hvorvidt man opplever kjemi (Bø & Schiefloe, 2007, s. 79-82). Besøksverten velger ikke å inngå i relasjonen til besøksvenn basert på at den opplever kjemi slik andre relasjoner velges. Besøkstjenesten kartlegger besøksvenn og besøksvert og kobler de som vurderes til å passe sammen. Dermed får besøksverten først tatt stiling til om den opplever kjemi etter at den andre har blitt besøksvertens besøksvenn. Samtidig fremstår opplevd kjemi med besøksvennen som å være viktig for besøksvertene,

basert på deres fortellinger. Alle besøksvertene i studien forteller at de har det hyggelig i besøksvennens selskap. De fleste legger vekt på at de opplever god kjemi med besøksvennen sin. For eksempel beskriver Knut det slik: «Vi kjente hverandre nesten før hun hadde kommet inn døra. Liksom stemmen og måten å være på. Så merker du hva slags folk du passer sammen med.» Han trekker frem at besøkstjenesten lykkes i å finne en han «matchet» med. Hilde opplevde derimot ikke den samme kjemien med sin besøksvenn. Hun forteller at hun og besøksvennen hadde det fint sammen, men at de var veldig ulike. Hun tegnet også sin besøksvenn fjernere seg i nettverkskartet enn de andre besøksvertene. At relasjonen velges av noen andre fører til risikoen for at dette kan skje, og det kan også påvirke hvordan relasjonen blir.

Goffmans definering av situasjonen kan belyse hvordan besøksverten og besøksvennen kan bli kjent og skape grunnlaget for en varig relasjon. I følge han skapes meningsfulle og ordnede situasjoner, samhandlingsorden, ved at mennesker som samhandler i sosiale situasjoner kommer frem til en felles definisjon. Han kaller dette definering av situasjonen, noe som gir menneskene et felles utgangspunkt for samhandlingen (Goffman et al., 1992; Aakvaag, 2008, s. 73). Når besøksverten og besøksvennen møtes for første gang er en slik definisjon delvis gjort, ved at de er besøksvenn og besøksvert. Dette har vi sett kan være uklare roller. For at samhandlingen videre skal bli ordnet er det hensiktsmessig med en tydeligere definering av situasjonen. Besøksvert og besøksvenn skal finne ut hvordan de skal forholde seg til hverandre. Det bør være enighet om hvilke plikter, forventninger, rettigheter og annet innhold som skal gjelde for relasjonen (Fyrand, 2016, s. 29). Hvis besøksvenn og besøksvert ikke har en felles definisjon av situasjonen når de oppretter et forhold kan videre forventninger bli uklare. Hvor ofte snakkes de? Hvor sterkt involvert skal de bli i hverandres liv? Hvordan skal de definere hverandre når de treffer andre mennesker? Her er rammene fra besøkstjeneste åpne og hva besøksvennen blir for besøksverten skal de finne ut sammen. Hvis besøksvert og besøksvenn strever med å finne en felles definisjon av situasjonen skapes mindre grad av samhandlingsorden. Dette kan ha konsekvenser for hvor varig eller nær relasjonen blir, ved at forpliktelsene blir uklare og eller partene opplever lite tillit.

Som ved Hildes tilfelle kommer man ikke alltid frem til at kjemien er der. Det kan oppstå situasjoner der kun én av personene opplever kjemi. Ettersom kjemi er sentralt for at relasjoner opprettholdes kan mangel på dette gjøre definisjon av situasjonen vanskelig og gi mindre grad av samhandlingsorden. Andre mulige konsekvenser er at besøksverten blir en

fjernere relasjon, som for Hilde, eller at relasjonen oppheves. Ved at besøksverten er valgt av andre kan med andre ord både gi gode forutsetninger for at man «klaffer», men det kan også gi noen utfordringer.

Det har nå blitt påpekt to utfordringer som trer frem av beskrivelsene, besøksvennen har en rolle mellom profesjonell og venn, og besøksvennen er valgt av besøkstjenesten. Nå skal vi over på behovene som besøksvertene beskriver. Dette er av betydning fordi det skaper et tydeligere bilde av hva besøksvertene opplever er viktig å ha i sine nettverk, og dermed hvordan det å ha besøksvenn påvirker livene deres.

### 6.3 Behov 1: Praktisk hjelp og støtte

Sosial støtte fås gjennom våre relasjoner i nettverket (Fyrand, 2016, s. 131). Det er viktig for oss å ha hjelp til å takle utfordringer i livet, særlig for eldre som med alderen opplever sykdom og funksjonsnedsettelse (Fyrand, 2016, s. 75). Besøksvertene jeg intervjuet forteller at de har behov for sosial støtte, særlig til praktiske utfordringer i hverdagen, og at de mottar dette i ulik grad. Noen har familie og naboer som stiller opp, mens andre ikke har så mange å spørre. Dette samsvarer med det vi vet om menneskers tilgang på sosial støtte, den er varierende (Bø & Schiefloe, 2007, s. 158-159). Utviklingen i helse- og omsorgstjenestene er at praktisk hjelp i større grad overlates til den eldre selv og deres familie (Veenstra et al., 2012, s. kap.4). Besøksvennen trekkes frem som en viktig bidragsyter til sosial støtte av nesten alle besøksvertene. De omtaler det som at besøksvennen gjør noe «ekstra» for dem, gjennom ulike praktiske utfordringer som besøksvennen har løst. Ingrid er spesielt fornøyd med dette og trekker frem den praktiske hjelpen som en av de viktigste bidragene fra besøksvennen. Hun forteller: «Ja, han har hjulpet meg med mange ting altså. Han hjalp meg med en historie med en svensk bank.... Så han er meget allsidig. Han er ivrig på å hjelpe meg.» Ingrid er for tiden forhindret i å gå ut på egen hånd på grunn av en ny utgangsdør som hun ikke håndterer og hun forteller at besøksvennen hjelper henne å trene på å mestre denne. På den måten er besøksvennen en viktig bidragsyter til at hun på sikt kan bli mer mobil, som kanskje fører dette til økt livskvalitet for Ingrid og at hun bor hjemme lenger.

Slik bistand er ikke hensikten med besøkstjenesten, og man kan dermed undre seg over hvorfor det virker sentralt i relasjonen mellom besøksvert og besøksvenn. Besøksvertenes opplevelse av å ikke mestre hverdagens utfordringer kan sees i lys av eksternal kontroll, som er et sentralt begrep i ressursmodellen. Dette beskriver følelsen av at hendelser er resultat av

ytre krefter, ikke konsekvens av egne handlinger. De utfordringene besøksvertene beskriver virker å være forhold som de i lite grad kan påvirke selv. Ved å oppleve det vanskelig å påvirke de problemene de opplever i hverdagen kan besøksvertene i ytterste konsekvens bli passive til egen situasjon. Dersom besøksvertene får bistand fra besøksverten med praktiske forhold kan de i større grad oppleve at de har en påvirkning på omgivelsene, som kalles internal kontroll (Daatland & Solem, 2011, s. 102-103). Ved en evaluering av et sammenliknbart tilbud i USA, Senior Companion Program (SCP), fant man at engstelse rundt dagligdagse gjøremål ble redusert. Praktisk hjelp fra den frivillige var viktig og gjorde hverdagen enklere for de som mottar tilbudet (Butler, 2006). Det kan tyde på at slike oppgaver oppleves overveldende for besøksvertene, og at besøksvennen kan være et viktig bidrag for å endre dette. Fra besøksvennens side oppleves ansvar for å hjelpe den personen de får en relasjon til når denne opplever utfordringer i hverdagen (Kvaal, 2009).

Beskrivelsene av besøksvennen som en praktisk hjelper kan med fordel sees i sammenheng med betraktningene gjort om besøksvennens rolle. Som påpekt i det aktuelle avsnittet kan gjensidighet i relasjonen være viktig for hvordan besøksvennens rolle oppfattes av besøksvertene. Den praktiske hjelpen som besøksvennen beskrives å gi er noe som vanligvis ikke kjennetegner en vennerelasjon, uten at det samme forventes tilbake av den andre. Relasjonen kan beskrives som en mer hjelper- mottaker-relasjon i lys av dette. I tillegg kan besøksvennen som en praktisk hjelper bidra til å forklare hvordan besøksvennen blir et tilskudd i nettverket og ikke en relasjon som kobles til andre i besøksvertenes nettverk. I lys av at de praktiske utfordringene er sentrale i besøksvertenes hverdag, og at besøksvennen bruker sin begrensede tid på å løse disse, kan relasjonen trolig bli holdt for seg selv og føre til lite endringer i nettverket.

#### 6.4 Behov 2: Aktivitet

Tanken om at sosial deltakelse er viktig også for eldre er sentralt i aktivitetsteorien og fortsatt gjeldende i dag (Daatland & Solem, 2011, s. 146). Gjennom undersøkelse av besøksvertenes nettverk kom det frem beskrivelser av besøksvennen som et viktig bidrag til aktivitet.

Samværet med besøksvennen er i seg selv en avtale den dagen og bidrar til at besøksvertene er mindre alene, noe flere trekker frem som positivt. I tillegg kan det virke som besøksvennens bidrag legger til rette for aktivitet og opprettholdelse av interesser for besøksvertene. Dette vil beskrives gjennom to undertemaer som jeg har kalt fleksibilitet og å gjøre noe sammen.



#### 6.4.1 Flexibilitet

Sosiale treffpunkter er et viktig utgangspunkt for å bli kjent med andre mennesker (Bø & Schiefloe, 2007, s. 79). Noen av besøksvertene forteller om dagtilbud i nærheten som tilrettelegger for sosial deltakelse for eldre, slik som eldresenter og dagsenter. Besøksvertene benytter ikke disse tilbudene fordi tilbudene ikke passer dem. Det kan være mange grunner for dette, men besøksvertene vektlegger i særlig grad helsen som en vesentlig barriere. Knut trekker frem at han er avhengig av måltider til andre tidspunkt enn det et av dagtilbudene har. I følge tilbaketrekningsteorien preges alderdommen av en prosess der den eldre trekker seg tilbake fra samfunnet og samfunnet løsner båndene til den eldre. Utviklingen innebærer at den eldre blir mindre aktiv i sine sosiale roller og relasjoner. Denne utviklingen kommer innenfra, fra den eldre (Daatland & Solem, 2011, s. 145). Skal man forstå besøksvertenes fortellinger i lys av denne teorien er valgene om å ikke oppsøke aktuelle sosiale arenaer tegn på en tilbaketrekningsprosess som kommer fra besøksvertene. I noen tilfeller kan dette være en hensiktsmessig forståelsesramme. Både Ingrid og Gerd beskriver seg som mindre aktive i forhold til steder der de treffer andre. Gerd sier:

Nei, det sosiale har jo for mitt vedkommende alltid vært veldig fin da, før. Og det hadde det kanskje vært her og hvis jeg hadde. Ja. Bedt inn folk og vært mer interessert og.... Hadde jeg hatt lyst til å bli bedt, jeg hadde ikke behøvd å vært alene jeg, hvis jeg hadde gått inn for å ikke være det.

Dette kan tolkes som en slags tilbaketrekning. På en annen side er det fare for å skape en forståelse av alderdommen som ensbetydende med passivitet dersom tilbaketrekning legitimeres i for stor grad (Daatland & Solem, 2011, s. 145). Alternativt kan det å være mindre aktiv sosialt handle om at man justerer forventningene. Halvorsen (2005, s. 130) påpeker at justering av forventningene til å være sosial i alderdommen kan forekomme, fra den eldre selv og omgivelsene rundt. Videre poengterer han at dersom dette er tilfelle trenger ikke lite sosial kontakt å bety ensomhet. Det betyr at besøksvertene ikke nødvendigvis trenger å oppleve seg som ensomme til tross for at de er mer alene enn de har vært tidligere i livet.

Samtidig som noen av besøksvertene kan tolkes som mindre opptatt av å være sosiale, forteller de fleste av dem at de ønsker mer kontakt med andre. Knut forteller om positive opplevelser knyttet til et dagtilbud han benyttet seg av en periode:

Det er liksom oppholdet i seg selv. Der hentes man til frokost og bringes hjem igjen etter man har spist middag. Så snakker man litt og. Og spiller litt og. Og leser litt og. Quizer litt og.. Så treffer du igjen de faste som kommer der disse dagene, så har du litt kontakt der.

Besøksvertenes ønske om kontakt med andre er i tråd med aktivitetsteorien. I dette perspektivet er løsningen for en god alderdom aktivitet og engasjement (Daatland & Solem, 2011, s. 145-146). En positiv konsekvens av dette perspektivet er at eldre sees på som fullverdige samfunnsmedlemmer, og tilrettelegging for sosial kontakt prioriteres. Dagtilbudene som enkelte av besøksvertene forteller om er i tråd med en slik tankegang, og for en del eldre kan dette være viktige arenaer for kontakt med andre.

Ulempen med aktivitet for eldre som et ideal er at svakhet avvises (Daatland & Solem, 2011, s. 146). Forventninger til aktivitet er tilnærmet lik forventningene til middelaldrende i aktivitetsteorien (Bondevik, 2000, s. 34). Dersom man ikke er i stand til å etterleve forventningene kan samfunnet vårt bli utfordrende å eldes i. Et viktig poeng i aktivitetsteorien er at ytre forhold sees som grunn til tilbaketrekning, ikke indre krefter (Daatland & Solem, 2011, s. 145-146). Tilbud som tilrettelegger for sosial kontakt og aktivitet passer gjerne ikke for alle, og dette kan forstås som slike ytre forhold. For dem det ikke passer for, som noen av deltakerne i denne undersøkelsen, virker det viktig med fleksibilitet for å treffe andre. Hvis ikke dette tas hensyn til kan en passiv alderdom for de skrøpeligste bli resultatet.

Besøktjenesten er også i tråd med aktivitetsteoretisk tankegang, men kan i større grad enn mange andre treffpunkter for eldre tilpasses den enkeltes ønsker og behov. Rammene i besøktjenesten er satt til at det er besøksvenn og besøksvert som bestemmer hva tiden sammen skal inneholde, og tidspunktene avtales mellom disse. Dette gir stor grad av fleksibilitet, og besøktjenesten kan virke som et viktig bidrag for sosialt samvær for besøksvertene. I et samfunn hvor aktivitet står høyt kan dermed de eldre bli inkludert. Ut i fra en undersøkelse av «befriending» i Storbritannia kan det faktisk også virke som tjenesten kan koble den eldre sterke til samfunnet og føre til at tidligere roller gjenopptas (Lester et al., 2012). Besøksvennen kan på den måten forstås som en viktig sosial tilrettelegger for de eldste eldre.

#### 6.4.2 Å gjøre noe sammen

Noen av de viktigste funksjonene til menneskers sosiale nettverk, i følge Weiss, er at det gir følelsen av å ha allianser å stole på og hjelp til å løse utfordringer (hentet fra Fyrand, 2016, s. 133). Tidligere i oppgaven har besøksvennens betydning for praktiske utfordringer i hverdagen til besøksvertene blitt belyst. I tillegg kan besøksvertenes fortellinger tolkes som at besøksvennen gjennom praktisk tilrettelegging kan bidra til å opprettholde besøksvertenes aktivitet og interesser. Samtlige besøksverter forteller om interesser de har sluttet med fordi de ikke mestrer dette alene, som for eksempel å bruke PC, gå på restauranter og cafeer og gå turer. Besøksvertene beskriver særlig helse som en påvirkende faktor for at tidligere interesser ikke kan opprettholdes. Knuts beskrivelser kan illustrere dette. Han trekker frem at hans sosiale situasjon forandret seg etter at han ikke kunne opprettholde sine interesser, og at besøksvennen ble viktig. Han forteller om flere ulike aktiviteter som han gjør sammen med besøksvennen sin: «Altså, hun kommer hit også prater vi om litt løst og fast og quizer litt, og googler litt, og leser litt eller vi drar en tur ut og spiser. Og vi kjører en tur.» Hilde uttrykker håp om mer aktivitet enn hun hadde med den forrige besøksvennen sin. Hun sier: «Jeg kunne tenke meg å finne på mer... Vil ha en som vil gå tur og at jeg ikke vil ha en som bare skal sitte inne og skravle og drikke kaffe.»

Gjennom ressursmodellen kan besøksvennen forstås som en viktig ressurs i besøksvertenes nettverk, som bidrar til opprettholdelse av aktivitet og engasjement. I ressursmodellen er muligheter til å påvirke egen situasjon sentralt. Denne teorien fokuserer på at å lykkes med å påvirke sin egen situasjon gjennom tilgjengelige ressurser (Daatland & Solem, 2011, s. 102-103). I lys av dette kan man se for seg at besøksvennene ikke har lyktes med å opprettholde interessene sine, som de forteller har vært viktige for dem. Besøksvennen kan forstås som viktig, både gjennom fysisk støtte og kanskje materielle ressurser som tilgang på bil, eller sosiale ressurser som forventninger. Ved å få en besøksvenn i sitt nettverk har besøksverten fått tilgang på ressurser som kan gjøre det mulig for dem å endre tilværelsen. Besøksvertene får dermed erfaring med å opprettholde interesser, slik Knut får ved å være aktiv på internett sammen med besøksvennen sin. I tillegg kan situasjoner der besøksvertene opplever å mislykkes unngås. Dette fører til økt opplevelse av kontroll (Daatland & Solem, 2011, s. 102-103). Skal man følge ressursmodellens tankegang kan erfaring med å endre sin situasjon gi grobunn til engasjement og aktivitet, og kanskje kan besøksvertene få interesse for andre aktiviteter når de erfarer å gjenoppta tidligere interesser. Besøksvertene forteller at besøksvennen bidrar til å gjenoppta noen interesser, som i hovedsak er interesser som

besøksvennen og besøksverten gjør sammen. Dette bidrar trolig til at besøksvennen blir en nær relasjon. Det kan også være en av faktorene som gjør at besøksvennen blir en isolert relasjon i nettverket, som besøksverten ønsker å være sammen med alene.

Hvorvidt aktivitet med besøksvennen faktisk er et ønske virker å være varierende. Det blir belyst som viktig for noen av besøksvertene. Ingrid og Gerd er på en annen side tydelige på at det ikke er nødvendig eller ønskelig å finne på aktiviteter med besøksvennen sin, annet enn å prate sammen. Variasjon i ønskene om aktivitet er i tråd med oppsummeringen fra Oslo Røde Kors besøkstjeneste (Oslo Røde Kors besøkstjeneste, 2019). En måte å forstå denne variasjonen på er hvordan forventninger knyttes til ulike begreper. Innenfor symbolsk interaksjonisme er et sentralt poeng at vi navngir sosial objekter, og dette innebærer en klargjøring av mening og relasjonen til objektet. Når vi navngir hverandre får vi en posisjon i strukturen og vi navngir også oss selv og vår posisjon. Navngivningen fører med seg en forventning om atferd som passer til navngivningen (Levin & Trost, 2005, s. 126).

Besøkstjenesten har valgt å kalle de som mottar tilbudet «besøksvert» og de som utfører «besøksvenn». Hva tiden skal brukes til når disse er sammen er opptil dem, men det kan allikevel være at navngivningene fører med seg forventninger. Som vi så tidligere er det uklart for besøksvertene hvordan de skal definere besøksvennens rolle. Kanskje fører navnene med seg forventninger om at besøksvennen skal komme hjem til besøksverten, eller at relasjonen skal minne om et vennskap? Det kan virke som flere av besøksvertene er fornøyd med dette. Men hva hvis det ikke er behovet til besøksverten? Det kan være at noen av besøksvertene har andre ønsker om relasjonen, noe Hilde setter ord på. Det kan dermed være nyttig at forventninger til hva tiden skal brukes på tas opp når besøksvennen og besøksverten blir kjent, slik at besøksverten får formidlet sine ønsker om hva besøksvennen kan bety for deres sosiale liv. Kanskje er det muligheter for at tilbudet kan romme mer aktivitet for besøksvertene som ønsker det. Forventninger og ønsker kan også tematiseres regelmessig, ettersom behovene kan endre seg både knyttet til besøksvertens egne situasjon og etterhvert som relasjonen til besøksvennen blir nær. Å være mer aktiv med besøksvennens støtte er kanskje et ønske som kommer etterhvert som besøksverten opplever tillitt i relasjonen.

### 6.5 Behov 3: Den gode samtalen

Å ha god, tillitsfulle og varige relasjoner er et grunnleggende behov (Bø & Schiefloe, 2007, s. 158). Dette er egenskaper som besøksvertene i denne studien virker å ha eller ønsker, i sin relasjon til besøksvennen. Alle besøksvertene trekker frem at samtalen med besøksvennen er

viktig for dem. For flere er besøksvennen en av få personer i nettverket som de kan ha meningsfulle samtaler med. Nettopp dette setter Ingrid ord på når hun bli spurt om hva besøksvennen betyr for henne: «Det er veldig viktig. For da har jeg en å snakke med.»

Gerd forteller at det er positivt at både hun og besøksvennen prater mye. Hun sammenlikner med de andre beboerne, som hun mener ikke er så «pratete». Når Hilde forteller om ønskene om en ny besøksvenn uttrykker hun et håp om en samtalepartner. Hun forteller: «... snakke om alt. Dele erfaringer, kanskje har hun også opplevd noe av det jeg har opplevd.» Å ha samtaler som preges av åpenhet trekkes også frem av Knut og Gerd som positivt. Knut sier det slik: «Veldig godt kjent. Har hun problemer på jobben så snakker vi om det og. Hun er helt åpen.» Gerd forteller at hun setter pris på fortellingene til sin besøksvenn, for eksempel om reiser hun har vært på. Dette behovet kan med fordel sees i sammenheng med at betydningen av en partner, en fortrolig relasjon og opplevelsen av at relasjonene har god kvalitet er sentral i undersøkelser om beskyttelsesfaktorer mot ensomhet (Holmén et al., 1992; Nicolaisen & Thorsen, 2012; Pinquart & Sorensen, 2001; Victor & Yang, 2012).

Besøksvertenes nettverk inneholder få nære relasjoner og besøksvennen kan dermed bli et viktig bidrag som en fortrolig samtalepartner. Forskning på liknende tilbud som besøkstjenesten har gitt noe liknende funn. Gjennom tilbudet Senior Companion Program (SCP) i USA var relasjonen preget av å dele historier og lytte til hverandre (Butler, 2006). En evaluering av «befriending» i Storbritannia fant at besøkstjenesten bidro til en følelsesmessig tilknytning og emosjonell støtte. Felles interesser, empati og god kommunikasjon ble trukket frem som viktig (Lester et al., 2012). Dette betyr at samtalen har stor betydning for besøksverten og at dette kan være en viktig funksjon i lys av å forebygge ensomhet.

Et annet aspekt som kan belyse hvordan besøksvennen blir viktig som en samtalepartner i besøksvertenes nettverk er anerkjennelsesteorien til Honneth, som vi var innom tidligere. Som vi så kan besøksvertenes fortellinger om deres forventninger til familie som er nære relasjoner tolkes som at besøksvertene ikke opplever tilstrekkelig anerkjennelse i sine nettverk, som er viktig (Honneth, 2008). Det kan virke som samtaler med besøksvennen blir en situasjon der besøksverten blir anerkjent, og dette kan være en grunn for at samtalen vektlegges i så stor grad. Ingrid forteller at hun setter pris på at besøksvennen husker så godt det hun forteller. Hun sier det slik: «Og han husker veldig godt, så han husker hva barna mine heter og hva barnebarna heter og sånt. Jeg har fortalt alt om familien da.... Det er fantastisk.» Det kan være at meningsfulle samtaler er særlig betydningsfullt når relasjoner til andre i nettverket er preget

av nedsatt helse, slik som er beskrevet av besøksvertene tidligere. Besøksvennens åpenhet og at de deler av sitt liv kan føre til at besøksverten trolig vil oppleve å kunne gi noe tilbake ved å aktivt lytte til besøksvennens fortellinger. Da er det mulighet for at besøksvennen verdsetter besøksvertene som samtalepartner, og at besøksverten blir anerkjent som dette. Å motta anerkjennelse og selvaktelse blir trukket frem som viktig av besøksvennene når de blir spurt hva som er viktig for dem når engasjementet skal opprettholdes (Kvaal, 2009). Relasjonen kan altså virke å gi anerkjennelse og selvaktelse til både besøksvenn og besøksvert. Honneth (2008) beskriver betydningen av anerkjennelse gjennom kjærlighet slik:

I den gjensidige erfaringen av kjærlig hengivenhet innser begge subjektene at de er avhengige av hverandre med hensyn til deres behov. Behov og affekter kan i en viss forstand bare «bekreftes» gjennom å bli direkte tilfredsstilt eller gjengjeldt, og derfor må anerkjennelsen her ha karakter av affektiv tilslutning eller oppmuntring. (s. 104)

En slik gjensidig avhengighet i nære relasjoner kan overføres til relasjonen mellom besøksvert og besøksvenn. Mye tyder på at begge har behov som blir dekt gjennom relasjonen, ved at de begge mottar anerkjennelse.

Også andre faktorer i nettverkene til besøksvertenes i mitt utvalg kan belyse at anerkjennelse fra besøksvennen blir viktig. Besøksvertene forteller om tap av andre nære relasjoner som trolig har vært viktige kilder til anerkjennelse. De har mistet roller de har hatt knyttet til arbeid og fritidsaktiviteter. Dette er viktig for identiteten (Fyrand, 2016, s. 75). Knut forteller hvordan faglige diskusjoner med gamle kollegaer fortsatt interesserer han, men bli mindre sentralt i livet: «Ja men det kommer mer og mer i bakgrunnen naturligvis ettersom årene går. Men du glemmer det aldri.... Ja liksom, det man var borti og problemstillinger og hvordan ting har utviklet seg med nye samarbeid og organisasjonsformer.» Som vi har sett tidligere er aktivitetsteorien opptatt av deltakelse og engasjement (Daatland & Solem, 2011, s. 145), noe som kan sees i sammenheng med arbeidslinja som står sterkt i dagens samfunn. Det legges stor vekt på menneskers verdi som produktive. Dette er også Honneth (2008) opptatt av, ved at vi mottar anerkjennelse gjennom solidaritet. Han mener at vi i denne formen for anerkjennelse blir bekreftet som viktige for fellesskapet, med våre ressurser og egenskaper. Den totale situasjonen til besøksvertene med å ikke kunne bidra på arbeidsmarkedet og magert nettverk er forhold som kan bidra til manglende anerkjennelse. I ytterste konsekvens kan mangelen på anerkjennelse gir krenkelse. Dersom man opplever manglende anerkjennelse

over tid eller av nære relasjoner kan dette svekke selvtilliten, selvrespekten og selvaktelsen (Ellingsen & Skjefstad, 2015, s. 99-100). Eldre kan dermed trolig ha økt behov for anerkjennelse av sine nære relasjonen, for å ikke oppleve seg som mindre verdige borgere. Gjennom å være en samtalepartner kan besøksvennen gi dette. Oppsummert har besøksvennen, av flere grunner, en viktig funksjon i besøksvertenes nettverk gjennom å bli en samtalepartner. Kanskje kan også den store verdien av å ha meningsfulle samtaler med besøksvennen føre til at besøksverten holder relasjonen separat fra andre relasjoner i nettverket?

#### 6.6 Behov 4: Kontinuitet i kontakt

I våre forhold til andre mennesker som varer over tid utvikles empati, trofasthet, fortrolighet, toleranse, ærlighet og humor (Bø & Schiefloe, 2007, s. 81). Flere av besøksvertene vektlegger det at besøksvennen kommer på fast besøk som viktig. Gerd sier at hun har hatt besøksvennen sin i mange år og forteller om besøkene: «Jeg ser liksom frem til det. Og hun er jo den eneste som jeg gleder meg til skal komme til meg. Og kommer på et ordentlig besøk.... Det synes jeg er hyggelig.» Flere av besøksvertene forteller at de savner besøksvennen når den ikke er der eller er borte over en lengre periode. Knut forteller at han og besøksvennen også sender bilder og meldinger til hverandre når besøksvennen er bortreist.

Hvorfor besøksvennens faste besøk trekkes frem som sentralt kan forstås ut fra hvordan besøksvertenes sosiale nettverk ser ut ellers. Tidligere ble gjensidighet i relasjonen mellom besøksvertene og besøksvenn nevnt som betydningsfull for hvilken rolle besøksvennen har. Besøksvertene omtaler gjensidighet i andre relasjoner også, og mangel på initiativ fra andre preger noen relasjoner i besøksvertenes nettverk. Å vurdere hvorvidt en relasjon gir utbytte innebærer blant annet i hvilke grad den er stabil og gjensidig (Bø & Schiefloe, 2007, s. 79). Gerd ringer jevnlig en tidligere kollega, men opplever manglende initiativ tilbake fra henne. I følge Gerd er kontakten preget av at Gerd ringer og da bes på besøk og at hun andre sier «Jeg sitter her jeg og.» Gerd savner midlertid å få en telefon tilbake, og uttrykker usikkerhet til hvordan det skal tolkes. Hilde reflekterer også rundt dette. Hun forteller om et par venninner hun har mistet kontakten med og sier: «Og mye er kanskje min skyld, for jeg kan ikke vente at de skal ringe, jeg kan ringe jeg. Sånn tenker kanskje de og. Det er det som er så dumt.» Besøksvennen kan, i motsetning til de relasjonene som beskrives som mindre regelmessige, bidra til stabilitet og gjensidighet for besøksvertene. Som påpekt tidligere opplever eldre ofte tap som kan virke reduserende på deres nettverk (Halvorsen, 2005, s. 78). Besøksvertenes

sosiale nettverk viser at dette er tilfelle også for dem, ved at forandringene mellom de to nettverkskartene i hovedsak er mindre sosial kontakt. At kontinuitet i relasjonen med besøksvennen trekkes frem som viktig for besøksvertene kan komme av at deres nettverk ellers er lite eller at viktige personer faller bort. Det er trolig behov for relasjoner som holdes stabile når andre blir fjernere eller forsvinner. For de av besøksvertene som opplever utfordringer med å komme seg ut på egen hånd, blir besøk i egen bolig viktig for kontakt. Mulighet for at besøksvennen kommer hjem til besøksverten gjør også at kontinuitet kan opprettholdes dersom helsen gjør besøksvertene mindre mobile.

Hvorvidt kontinuitet i kontakt kan bidra til at besøksvennen blir nærere besøksverten er et interessant spørsmål. Knut påpeker at relasjonene i hans nettverk blir viktigere med tiden, og at dette er en forandring ved sammenlikning av sine nettverkskart: «Jeg har blitt bedre kjent med de som du da har som, som er på kartet. Blitt bedre kjent med dem og mer avhengig av det.... Det blir en vane. Avhengighetsforhold.» Man kunne sett for seg at relasjonen til besøksvennen, som varer over tid, også blir viktigere for besøksverten. En slik beskrivelse gis ikke av andre besøksverter. Det kunne vært en aktuell utvikling for Gerd sin relasjon til besøksvennen for eksempel, som hun har hatt i flere år. Vi har sett at flere beskriver åpne og personlige samtaler med besøksvennen som viktige, og de blir dermed godt kjent. Samtidig kan kanskje besøkstjenestens rammer, blant annet begrenset tid, påvirke hvor nær relasjonen blir. Å gå igjennom tap av nære relasjoner kan også være av betydning for hvorfor relasjonen for de fleste virker å ikke bli nærere. Opplevelsen av å miste personer som betyr mye kan gjøre at besøksvertene vegrer seg for å knytte seg til andre, og på den måten forsøke å avverge opplevelsen av store tap. Besøksvennen kan i lys av dette forstås som en kilde til kontinuitet i besøksvertenes nettverk, men få beskriver at den varige kontakten fører til et nærere forhold med tiden.

## 6.7 Avsluttende diskusjon

Røde Kors besøkstjeneste har en målsetting om å bekjempe ensomhet. Som nevnt innledningsvis var en antakelse som lå til grunn for dette forskningsprosjektet at besøksvennen kunne bidra til å endre besøksvertenes sosiale nettverk. Funnene viste at besøksvertene derimot opplever relasjonen til besøksvennen som separat og noe «helt eget» i sine sosiale nettverk. Noen av besøksvertene er bevisste på dette og har klare tanker om hvorfor det er slik eller hvordan det kunne vært annerledes, mens andre ikke har tenkt så mye på det. Ulike varianter som beskriver besøksvennen som noe ekstra i nettverket deres benyttes



av besøksvertene, slik som «en som kommer i tillegg», «en ekstra pilar», «noe helt for seg selv». Hilde sier det slik: «Nei, det påvirket ikke på noen måte. Ikke annet enn at jeg hadde en å prate med.» Hittil har vi sett at besøksvennen har ulike roller og funksjoner i nettverket til besøksvertene. Besøksvennens rolle forstås som noe mellom en privat venn og profesjonell hjelper, den er valgt for besøksverten av besøkstjenesten, den gir praktisk støtte til utfordringer som besøksvertene opplever, den bidrar til aktivitet, oppleves som en viktig samtalepartner, og gir kontinuitet i besøksvertenes nettverk. Ulike forhold ved disse funksjonene kan sees som forklarende faktorer for at besøksvennen blir en en-til-en relasjon med besøksverten og i liten grad fører til endringer i nettverket. Å treffe andre ble tematisert i samtale med besøksvertene, og noen avsluttende refleksjoner rundt dette sees som relevante.

Å treffe andre sammen med besøksvennen virker som en ny tanke for de fleste av besøksvertene, ved at de stopper opp og tenker en stund når de blir spurt om dette er en mulighet. Det er varierende hva besøksvertene tenker om å treffe flere sammen med besøksvennen sin. Ingrid vektlegger at det ville vært «uheldig» med flere tilstede fordi hun og besøksvennen snakker friere på tomannshånd. I Gerds situasjon kunne besøksverten fungert som et bindeledd slik at hun kom i kontakt med andre i boligen, der mennesker og aktiviteter er lett tilgjengelig. Om dette sier hun: «Å blande noen borti oss, det har jeg ikke tenkt på. Bortsett fra at jeg skulle ønske min datter kunne hilst på en dag, det kunne jeg ønske.» Flere forhold kan tolkes ut fra dette. Gerd er den eneste som nevner et ønske om å introdusere besøksvennen for andre i nettverket sitt. Det kan sees som en bekreftelse på at relasjonen til besøksvennen er nær. Samtidig illustrerer ordene «å blande noen borti oss» at å møtes flere sees som noe negativt. Kanskje er det praktisk å være to, og at dette sees som mest hensiktsmessig i lys av de hindringene besøksvertene opplever. Å skulle involvere flere kan sees som en risiko, da dynamikk og kjemi kan forandre seg. Det kan være at besøksvertene ikke vil ta den sjansen? Noen av besøksvertene trekker også frem at det er lite tid de har med besøksvennen, og at mulighetene for å møte flere dermed er begrenset.

Som nevnt tidligere trekker de fleste i denne studien frem behov for kvalitative gode kontakter. Det samsvarer med at relasjonen til besøksvennen ønskes å holdes på tomannshånd. Å ha en nær person kan virke som svært viktig for å forhindre ensomhetsopplevelse og kanskje er det dette som spiller inn på besøksvertenes ønsker. For enkelte, som Knut, kan det være aktuelt å få et kvantitativt sterkere nettverk. Han er mer opptatt av at kontakt med andre

er viktig, om så det er snakk om en prat på gata. Dette viser at variasjoner er sentralt for eldre som for alle andre. Knut forteller at han har snakket med besøksvennen om å treffe en tredje person. Her kan det virke som det ligger muligheter i besøkstjenesten som tilbud, ved at den kan være et viktig bindeledd. Antakelig kunne enkelte hatt glede av å møte besøksvennen sammen med en til, og på den måten kunne besøkstjenesten fått mulighet til å nå ut til flere eldre.

Å reflektere over hvordan ens nettverk ser ut og hva man selv kunne gjort for å endre det er utfordrende. Denne studien kan illustrere hvordan sosialt arbeid og nettverksarbeid kan være nyttig i arbeid med mennesker som ikke har tilstrekkelig sosial kontakt. Benyttelse av nettverkskart bidrar til bevisstgjøring og hvilke muligheter som finnes kan bli tydelig (Fyrand, 2016, s. 110). I en undersøkelse gjort om arbeidspraksis og kunnskap i gerontologisk sosialt arbeid, ble syv sosialarbeidere intervjuet om deres arbeid med eldre. Støtte var en av hovedfunnene, og innenfor dette ble aktiv lytting og samtale om den eldres situasjon trukket fram som viktig. Sosialarbeideren og den eldre har da en delt makt. Kunnskapen de har sammen gjør det nyttig å snakke om og evaluere den eldres situasjon (Rossi, Seppänen & Outila, 2018). Denne tilnærmingen kan være hensiktsmessig i forhold til nettverksarbeid med eldre som har begrensede nettverk. En sosionom kan gjennom kartlegging av eldres nettverk bidra til bevisstgjøring om hvilke muligheter som ligger i nettverket, foreslå og støtte opp rundt tiltak for å styrke eksisterende relasjoner eller knytte nye relasjoner. På den måten kan den eldre vært deltakende i sin endringsprosess.

## 7.0 Konklusjon

Funnene fra denne studien viser at besøksvertene har små nettverk. Deres opplevelser rundt dette støttes av kunnskap om eldres sosiale liv, ved at tapsopplevelser er gjeldende og fravær av relasjoner kan knyttes til ensomhet. Ulike betydninger av det å ha en besøksvenn er belyst. Dette har blitt gjort gjennom å se på noen utfordringer og behov beskrevet av besøksvertene. Disse kan med fordel sees opp mot hverandre. Besøksvennen beskrives som å ha rollen som både en venn og en profesjonell hjelper, og rammebetingelsene for ordningen er førende for den sistnevnte rollen. Fra besøksvertenes ståsted er det samtidig liknende behov som beskrives. De setter den praktiske bistanden høyt, noe som på den ene siden betyr at en person som likner en profesjonell hjelper er ønskelig. Slik hjelp beskrives imidlertid også fra familiemedlemmer, som viser at praktisk hjelp også kan inngå i nære relasjoner.

Besøksvertene beskriver videre et behov for en nær relasjon med gode samtaler, dette er kvaliteter som likner på et vennskap. For flere av besøksvertene inneholder relasjonen til besøksvennen slike aspekter. Ettersom et vennskap ikke helt er intensjonen blir det viktige balansegangere for både besøksvenn og besøksvert. Noen forhold påvirker at relasjonen ikke blir likt en nær venn, særlig rammebetingelsene og at relasjonen er valgt av andre. Det kan gi en reservasjon hos besøksvertene. Som vi har sett er det også få relasjoner ellers i besøksvertenes nettverk, noe som viser sårbarhet dersom relasjonen til besøksvennen blir svært nær og deretter forsvinner.

En viktig oppfatning som ble forandret i løpet av undersøkelsen var hvorvidt besøksvennen førte til endringer i besøksvertens sosiale nettverk. Som nevnt innledningsvis hadde jeg tenkt at studien ville vise at dette var tilfelle, men relasjonen til besøksverten viste seg å ikke føre til endringer i nettverket utover at den tilførte én relasjon. Det kan tenkes at besøksvennen blir en isolert relasjon på bakgrunn av de behovene besøksvertene har. For å forebygge ensomhet kan opplevd kvalitet på relasjoner virke som den viktigste beskyttelsesfaktoren (Pinquart & Sorensen, 2001; Victor & Yang, 2012). Besøksvennen er trolig et viktig bidrag for de som mangler dette. Ser man til forskningen kan det virke som gruppebaserte tilbud er mest effektive mot ensomhet, men her er resultatene noe sprikende (Cattan et al., 2005) (Poscia et al., 2018). For å forebygge ensomhet blant eldre som er en voksende gruppe kan nye måter å tenke på være aktuelt for å nå ut til flere. De fleste besøksvertene i denne studien har ikke vurdert å møte besøksvennen sin sammen med andre. Noen er åpne for en slik ordning, mens andre ønsker å holde relasjonens innhold for seg selv. Å belyse temaet ensomhet og frivillig arbeids betydning er trolig viktig, i lys av den pågangen Røde Kors besøkstjenesten opplevde etter Aud som stod frem på TV og fortalte at hun ventet på besøksvenn.

## 7.1 Forslag til videre forskning

Denne studien gir et bilde av besøksvennens betydning for besøksvertenes nettverk. I lys av de konsekvensene vi har sett at ensomhet kan gi er det behov for økt kunnskap om hvordan ensomhet kan forebygges for eldre, som er en stadig voksende befolkningsgruppe. En kvalitativ studie av en større gruppe eldres sosiale nettverk kunne vært interessant for å danne et bilde av nettverkets form og relasjonenes innhold. Det er behov flere for kvalitative studier som fokuserer på de eldres egne fortellinger. Hvordan opplever de sitt sosiale liv i alderdommen og hva er av betydning for å forhindre opplevelse av ensomhet?

For tilbud som besøkstjenesten ville et tydeligere bilde av hva besøksvertene er i behov av vært hensiktsmessig. Kvantitative undersøkelser som kartlegger hva besøksverten ønsker å bruke tiden med besøksvennen på kan gi et tydeligere bilde av hvilke muligheter som ligger i tilbudet. Hvorvidt noen besøksverter møter sin besøksvenn sammen med flere og opplevelser av dette er også interessant kunnskap. Funnene i denne studien viser at relasjonen mellom besøksvenn og besøksvert kan være nær og preget av gjensidighet, samtidig som besøksvennens rolle er underlagt noen rammer ved å være mer som en profesjonell. På bakgrunn av dette ville det vært av interesse å se på hvordan det påvirker besøksverten når relasjonen til besøksvennen blir avsluttet. Dette kan være viktig for å få et mer helhetlig av besøksvennens betydning for eldre.

## Litteraturliste

- Andersson, L. (2010). Loneliness research and interventions: A review of the literature. *Aging & Mental Health*, 2(4), 264-274. doi: <https://doi.org/10.1080/13607869856506>
- Bokeli, H. (2016). *Sosiale relasjoner: En kvalitativ studie av hvordan hjemmeboende eldre opplever sine sosiale nettverk og det å få besøk av Besøktjenesten* (Mastergradsavhandling). Høgskolen i Oslo og Akershus, Oslo.
- Bondevik, M. (2000). *De eldste eldre: erfaringer og refleksjoner*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Bondevik, M. (2001). De eldste gamle- hvordan har de det? I G. Fossan & K. Raaheim (Red.), *Eldreårenes psykologi* (s. 221-238). Bergen: Fagbokforlaget.
- Bondevik, M. & Skogstad, A. (1998). The oldest old, ADL, Social Network and Loneliness. *Western Journal of Nursing Research*, 20(3), 325-343. doi: <https://doi.org.ezproxy.hioa.no/10.1177/019394599802000305>
- Brittain, K., Kingston, A., Davies, K., Collerton, J., Robinson, L. A., Kirkwood, T. B. L., . . . Jagger, C. (2017). An investigation into the patterns of loneliness and loss in the oldest old - Newcastle 85+ Study. *Ageing & Society*, 37(1), 39-62. doi:<https://doi.org/10.1017/S0144686X15001142>
- Broese van Groenou, M., Hoogendijk, E. O. & van Tilburg, T. G. (2013). Continued and New Personal Relationships in Later Life: Differential Effects of Health. *Journal of Aging and Health*, 25(2), 274-295. doi:<https://doi.org/10.1177/0898264312468033>
- Butler, S. S. (2006). Evaluating the Senior Companion Program: A Mixed-Method Approach. *Journal of Gerontological Social Work*, 47(1-2), 45-70. doi:[https://doi.org.ezproxy.hioa.no/10.1300/J083v47n01\\_05](https://doi.org.ezproxy.hioa.no/10.1300/J083v47n01_05)
- Bø, I. (1993). *Folks sosiale landskaper. En innføring i sosiale nettverk*. Otta: TANO.
- Bø, I. & Schiefloe, P. M. (2007). *Sosiale landskap og sosial kapital. Innføring i nettverkstenkning*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Børstad, J., Kringstad, K. & Kvistad, O. N. (2018, 06. desember). Aud (87) husker ikke sist hun hadde besøk- nå får hun endelig en besøksvenn. Hentet fra [https://www.nrk.no/trondelag/aud-husker-ikke-sist-hun-hadde-besok\\_-lange-ventelister-for-a-fa-besoksvenn-fra-rode-kors-1.14324941](https://www.nrk.no/trondelag/aud-husker-ikke-sist-hun-hadde-besok_-lange-ventelister-for-a-fa-besoksvenn-fra-rode-kors-1.14324941)
- Cattan, M., White, M., Bond, J. & Learmouth, A. (2005). Preventing social isolation and loneliness among older people: A systematic review of health promotion

- interventions. *Ageing and Society*, 25(1), 41-67. doi: <https://doi.org/10.1017/S0144686X04002594>
- Dahlberg, L., Andersson, L., McKee, K. J. & Lennartsson, C. (2014). Predictors of loneliness among older women and men in Sweden: A national longitudinal study. *Aging & Mental Health*, 19(5), 409-417. doi: <https://doi.org/10.1080/13607863.2014.944091>
- Drageset, J. (2002). Ensomhet på sykehjem - har nettverkskontakt betydning for ensomhet blant sykehjembeboere? *Vård I Norden*, 22(2), 9-14. doi:<https://doi.org/10.1177/010740830202200202>
- Dury, R. (2014). Social isolation and loneliness in the elderly: An exploration of some of the issues. *British Journal of Community Nursing*, 19(3), 125-128. doi:<https://doi.org/10.12968/bjcn.2014.19.3.125>
- Dykstra, P. A. (2009). Older adult loneliness: Myths and realities. *European Journal of Ageing*, 6(2), 91-100. doi:<https://doi.org/10.1007/s10433-009-0110-3>
- Dykstra, P. A., van Tilburg, T. G. & Gierveld, J. d. J. (2005). Changes in Older Adult Loneliness: Results From a Seven-Year Longitudinal Study. *Research on Aging*, 27(6), 725-747. doi:<https://doi.org/10.1177/0164027505279712>
- Dürkheim, E. (2006). *Selv mordet - En sosiologisk undersøkelse* (H. Roll, Overs.). Trondheim: De norske bokklubbene AS.
- Daatland, S. O. & Solem, P. E. (2011). *Aldring og samfunn* (2. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Ellingsen, T. I. & Skjefstad, N. S. (2015). Anerkjennelse, myndiggjøring og brukervedvirkning. I L. C. Kleppe (Red.), *Sosialt arbeid: en grunnbok* (s. 97-111). Oslo: Universitetsforlaget.
- Fyrand, L. (2016). *Sosialt nettverk. Teori og praksis*. (3. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Gardiner, C., Geldenhuys, G. & Gott, M. (2018). Interventions to reduce social isolation and loneliness among older people: An integrative review. *Health & social care in the community*, 26(2), 147-157. doi: <https://doi.org/10.1111/hsc.12367>
- Goffman, E., Jacobsen, M. H. & Kristiansen, S. (2004). *Sosial samhandling og mikrososiologi : en tekstsamling*. København: Hans Reitzel Forlag.
- Goffman, E., Risvik, K. & Risvik, K. (1992). *Vårt rollespill til daglig: En studie i hverdagslivets dramatik*. Oslo: Pax.
- Halvorsen, K. (2005). *Ensomhet og sosial isolasjon i vår tid*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Halvorsen, K. (2008). Veier inn og ut av ensomhet. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 5(3), 258-267.

- Hansen, T. & Slagsvold, B. (2016). Late-Life Loneliness in 11 European Countries: Results from the Generations and Gender Survey. *Social Indicators Research*, 129(1), 445-464. doi: <https://doi.org/10.1007/s11205-015-1111-6>
- Hansen, T. & Slagsvold, B. (2018). Gender inequality in late-life loneliness and depression: A comparative European perspective. . I A. Gauthier, I. Kotowska & D. de Vilhena (Red.), *Gender (in)equality over the life course: Evidence from the Generations and Gender Programme* (s. 32-38): Population Europe Discussion Paper no. 10.
- Hansen, T., Aartsen, M., Slagsvold, B. & Deindl, C. (2018). Dynamics of Volunteering and Life Satisfaction in Midlife and Old Age: Findings from 12 European Countries. *Social Sciences*, 7(5), 78. doi: <https://doi.org/10.3390/socsci7050078>
- Helse- og omsorgsdepartementet. (2019). *Folkehelsemeldinga. Gode liv i eit trygt samfunn* (Meld. St. 19 2018-2019). Hentet fra <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-19-20182019/id2639770/sec1>
- Hofoss, E. (2012, 27. november). Reidun (88) fikk enorm respons på annonse. *Aftenposten*. Hentet fra <https://www.aftenposten.no>
- Hollis, F. & Woods, M. E. (2000). *Casework- a Psychosocial Therapy* (5. utg.). Boston: McGraw-Hill
- Holm, L. D. (2010). The Structure of Reciprocity. *Social Psychology Quarterly*, 73(2), 119-131.
- Holmén, K., Ericsson, K., Andersson, L. & Winblad, B. (1992). Loneliness among elderly people living in Stockholm: A population study. *Journal of Advanced Nursing*, 17(1), 43-51. doi:<https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.1992.tb01817.x>
- Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., Layton, J. B. & Brayne, C. (2010). Social Relationships and Mortality Risk: A Meta-analytic Review *PLoS Medicine*, 7(7). doi:<https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000316>
- Honneth, A. (2008). *Kamp om anerkjennelse: Om de sosiale konfliktenes moralske grammatikk*. Oslo: Pax.
- Hydén, L.-C. (1997). De otaliga berättelserna. I L.-C. Hydén & M. Hydén (Red.), *Att studera berättelser: Samhällsvetenskapliga och medicinska perspektiv* (s. 9-30). Stockholm: Liber.
- Johannesdóttir, H. (2003). Vi blir mange eldre om noen år. *Nordisk sosialt arbeid*, 28(1), 2-4.
- Johannessen, A., Christoffersen, L. & Tufte, P. A. (2016). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (5. utg.). Oslo: Abstrakt Forlag.

- Kirchhoff, J. W., Grøndahl, V. A. & Andersen, K. L. (2015). Betydningen av sosiale nettverk og kvalitet på pleien for opplevelse av ensomhet blant brukere av hjemmesykepleie. *Nordisk sygeplejeforskning*, 5(03), 266-282.
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2017). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Kvaal, J. M. N. (2009). *Frivillighet: Motivasjon og engasjement. En kvalitativ undersøkelse av besøksvenner i Røde Kors* (Mastergradsavhandling, Universitetet i Oslo). Hentet fra [https://bibsys-almaprimo.hosted.exlibrisgroup.com/primo-explore/fulldisplay?docid=BIBSYS\\_ILS71512835890002201&context=L&vid=HIOA&lang=no\\_NO&search\\_scope=default\\_scope&adaptor=Local%20Search%20Engine&isFrbr=true&tab=default\\_tab&query=any,contains,frivilligget,%20motivasjon%20og%20engasjement&sortby=rank&offset=0](https://bibsys-almaprimo.hosted.exlibrisgroup.com/primo-explore/fulldisplay?docid=BIBSYS_ILS71512835890002201&context=L&vid=HIOA&lang=no_NO&search_scope=default_scope&adaptor=Local%20Search%20Engine&isFrbr=true&tab=default_tab&query=any,contains,frivilligget,%20motivasjon%20og%20engasjement&sortby=rank&offset=0)
- Lasgaard, M., Friis, K. & Shevlin, M. (2016). "Where are all the lonely people?" A population-based study of high-risk groups across the life span. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 51(10), 1373-1384. doi:<https://doi.org/10.1007/s00127-016-1279-3>
- Lester, H., Mead, N., Graham, C. C., Gask, L. & Reilly, S. (2012). An exploration of the value and mechanisms of befriending for older adults in England. *Ageing and Society*, 32(2), 307-328. doi:<https://doi.org/10.1017/S0144686X11000353>
- Levin, I. (1993). Family as Mapped Realities. *Journal of family issues*, 14(1), 82-91.
- Levin, I. & Trost, J. (2005). *Hverdagsliv og samhandling: Med et symbolsk interaksjonistisk perspektiv*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Lunaigh, C. Ó. & Lawlor, B. A. (2008). Loneliness and the health of older people. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 23(12), 1213-1221. doi:<http://doi.org/10.1002/gps.2054>
- Mauss, M. & Eriksen, T. H. (1995). *Gaven: Utvekslingens form og årsak i arkaiske samfunn*. Oslo: Cappelen akademisk forlag.
- Nicolaisen, M. & Thorsen, K. (2012). Impairments, mastery, and loneliness. A prospective study of loneliness among older adults. *Norsk epidemiologi*, 22(2), 143-150. doi:<https://doi.org/10.5324/nje.v22i2.1560>
- Nicolaisen, M. & Thorsen, K. (2014). Who are Lonely? Loneliness in Different Age Groups (18-81 Years Old), Using Two Measures of Loneliness. *The International Journal of Aging and Human Development*, 78(3), 229-257. doi:<https://doi.org/10.2190/AG.78.3.b>



- Nicolaisen, M. & Thorsen, K. (2017). What Are Friends for? Friendships and Loneliness over the Lifespan - From 18 to 79 Years. *International Journal of Aging and Human Development*, 84(2), 126-158. doi:<https://doi.org/10.1177/0091415016655166>
- Noers, L. K. (Regissør). (2018). *Ensomhet* [Episode fra TV-serie], Innafor. Oslo: NRK.
- Normann, T. M. (2010). Svekket helse - mindre sosial kontakt: Sosial deltakelse. *Samfunnsspeilet (online)*. Statistisk sentralbyrå, 24(5-6), 88-97.
- NOU 2011:11. (2011). *Innovasjon i omsorg*. Hentet fra <https://www.regjeringen.no/contentassets/5fd24706b4474177bec0938582e3964a/no/pdfs/nou201120110011000dddpdfs.pdf>
- Oslo Røde Kors besøkstjeneste. (2019). *Besøkstjenestens Årsrapport 2018*. Oslo: Oslo Røde Kors besøkstjeneste.
- Pinquart, M. & Sorensen, S. (2001). Influences on Loneliness in Older Adults: A Meta-Analysis. *Basic and Applied Social Psychology*, 23(4), 245-266. doi:[https://doi.org/10.1207/S15324834BASP2304\\_2](https://doi.org/10.1207/S15324834BASP2304_2)
- Poscia, A., Stojanovic, J., La Milia, D. I., Duplaga, M., Grysztar, M., Moscato, U., . . . Magnavita, N. (2018). Interventions targeting loneliness and social isolation among the older people: An update systematic review. *Experimental Gerontology*, 102, 133-144. doi: <https://doi.org/10.1016/j.exger.2017.11.017>
- Richmond, M. E. (1922). *What is Social Case Work – An Introductory Description*. New York: Russel Sage Foundation.
- Risjord, M. (2014). *Philosophy of social science: A contemporary introduction*. London: Routledge.
- Rossi, E., Seppänen, M. & Outila, M. (2018). Assessment, support and care-taking: Gerontological social work practices and knowledge. *Nordic Social Work Research*, 8(2), 133-145. doi:<https://doi.org/10.1080/2156857X.2016.1269662>
- Routasalo, P. E., Savikko, N., Tilvis, R. S., Strandberg, T. E. & Pitkälä, K. H. (2006). Social Contacts and Their Relationship to Loneliness among Aged People ? A Population-Based Study. *Gerontology*, 52(3), 181-187. doi:<https://doi.org/10.1159/000091828>
- Røde Kors. (u.å.). Om Røde Kors. Hentet 21. mars 2019 fra <https://www.rodekors.no/om-rode-kors/>
- Savikko, N., Routasalo, P., Tilvis, R. S., Strandberg, T. E. & Pitkälä, K. H. (2005). Predictors and subjective causes of loneliness in an aged population. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 41(3), 223-233. doi:<https://doi.org/10.1016/j.archger.2005.03.002>
- Schjødt, B. & Egeland, T. A. (1989). *Fra systemteori til familieterapi*. Oslo: TANO.

- Statistisk sentralbyrå. (2017, 21. november). Eldre har svakere sosiale nettverk. Hentet fra <https://www.ssb.no/kultur-og-fritid/artikler-og-publikasjoner/eldre-har-svakere-sosiale-nettverk>
- Thomassen, M. (2006). *Vitenskap, kunnskap og praksis: Innføring i vitenskapsfilosofi for helse- og sosialfag*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Thorsen, K. & Clausen, S. E. (2009). Hvem er de ensomme?: Sosial kontakt og ensomhet. *Samfunnsspeilet*, 23(1), 74-78.
- Tiikkainen, P., Leskinen, E. & Heikkinen, R.-L. (2008). Predictors of perceived togetherness in very old men and women: A 5-year follow-up study. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 46(3), 387-399. doi:<https://doi.org/10.1016/j.archger.2007.05.012>
- Veenstra, M., Aksøy, H., Daatland, S. O., Kjellvik, J. & Otnes, B. (2012). *Bærekraftig omsorg? Familien, velferdsstaten og aldringen av befolkningen* (NOVA Rapport 2/12). Hentet fra <http://www.hioa.no/Om-HiOA/Senter-for-velferds-og-arbeidslivsforskning/NOVA/Publikasjoner/Rapporter/2012/Baerekraftig-omsorg>
- Victor, C. R. & Bowling, A. (2012). A Longitudinal Analysis of Loneliness Among Older People in Great Britain. *The Journal of Psychology*, 146(3), 313-331. doi: <https://doi.org/10.1080/00223980.2011.609572>
- Victor, C. R. & Yang, K. (2012). The Prevalence of Loneliness Among Adults: A Case Study of the United Kingdom. *The Journal of Psychology*, 146(1-2), 85-104. doi:<https://doi.org/10.1080/00223980.2011.613875>
- Widerberg, K. (2001). *Historien om et kvalitativt forskningsprosjekt*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Yang, K. & Victor, C. R. (2011). Age and loneliness in 25 European nations. *Ageing and Society*, 31(8), 1368-1388. doi:<https://doi.org/10.1017/S0144686X1000139X>
- Zebhauser, A., Baumert, J., Emeny, R. T., Ronel, J., Peters, A. & Ladwig, K. H. (2015). What prevents old people living alone from feeling lonely? Findings from the KORA-Age-study. *Ageing & Mental Health*, 19(9), 773-780. doi:<https://doi-org.ezproxy.hioa.no/10.1080/13607863.2014.977769>
- Aakvaag, C. G. (2008). *Moderne sosiologisk teori*. Oslo: Abstrakt forlag AS.
- Aartsen, M. & Jylhä, M. (2011). Onset of loneliness in older adults: Results of a 28 year prospective study. *European Journal of Ageing*, 8(1), 31-38. doi:<https://doi.org/10.1007/s10433-011-0175-7>
- Aase, T. H. & Fossåskaret, E. (2014). *Skapte virkeligheter. Om produksjon og tolkning av kvalitative data*. (2. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.

# Vedlegg

## Vedlegg 1

### Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjektet *”Besøktjenestens betydning for Eldres sosiale relasjoner»*

Hei!

#### **Bakgrunn og formål**

Mitt navn er Cecilie Mentzoni. Jeg er 28 år, og student ved Oslo Met (tidligere Høyskolen i Oslo og Akershus). Jeg tar studiet master i sosialt arbeid og i forbindelse med dette skal jeg utføre et forskningsprosjekt.

Formålet med forskningsprosjektet er å få et innblikk i den sosiale situasjonen til eldre. Jeg er veldig engasjert i dette temaet og tenker at mer kunnskap om dette er viktig. Prosjektet gjøres i samarbeid med Røde Kors besøktjenesten. På bakgrunn av at du har en besøksvenn gjennom Røde Kors ønsker jeg å spørre deg om du vil delta i forskningsprosjektet. Jeg vil gjerne snakke med deg om hvordan det å ha en besøksvenn har påvirket nettverket ditt og din kontakt med de som inngår i nettverket.

Problemstillingen jeg ønsker å besvare er:

«Hvordan beskriver besøksvertene besøktjenestens betydning for deres sosiale relasjoner?»

#### **Hva innebærer deltakelse i studien?**

Deltakelse i forskningsprosjektet innebærer 2 møter med meg, på ca en time hver. Du bestemmer tid og sted for møtene. Temaet for begge møtene vil være din sosiale situasjon og forholdene til menneskene i din omgangskrets. Ved første møte vil det bli brukt nettverkskart, som er et enkelt hjelpemiddel der man tegner opp menneskene rundt seg i en sirkel. Dette kan gjøre det enklere å huske på og snakke om personene i livet ditt. Etter noen dager møtes vi igjen og gjennom et intervju stiller jeg deg noen spørsmål med utgangspunkt i nettverkskartet.

Opplysningene fra møtene vil bli tatt opp på båndopptaker og jeg vil ta noen notater underveis.

#### **Hva skjer med informasjonen om deg?**

Alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt. Det er kun jeg og min veileder som vil ha tilgang til opplysningene om deg. Lyddopptaket og det som blir skrevet på bakgrunn av

dette vil lagres på min Pc som er sikret med brukernavn og passord. Opplysninger som navn og telefonnummer til deg lagres adskilt, i innelåst skap. Resultatet av studien publiseres som en masteroppgave, og det du har sagt vil ikke være gjenkjennbart. Data samlet inn i forskningsprosjektet vil ikke bli benyttet til annet enn denne masteroppgaven.

Prosjektet skal etter planen avsluttes 01. mai 2019. Lydopptak, tekst og skjemaer for samtykke oppbevares inntil masteroppgaven er godkjent. Deretter vil de slettes.

### **Frivillig deltakelse**

Det er frivillig å delta i studien, og du kan når som helst trekke ditt samtykke uten å oppgi noen grunn. Dersom du trekker deg, vil alle opplysninger om deg bli anonymisert. Dersom du trekker deg vil dette ikke få noen innvirkning på ditt forhold til besøksvennen din.

Dersom du ønsker å delta eller har spørsmål til studien, ta kontakt med meg på tlf.: 98844820. Min veileder i prosjektet er Siri Fjeldheim, tlf.: 67 23 80 97.

Studien er meldt til Personvernombudet for forskning, NSD - Norsk senter for forskningsdata AS.

### **Samtykke til deltakelse i studien**

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

-----  
(Signert av prosjektdeltaker, dato)

## Vedlegg 2

### Intervjuguide

#### Problemstillingen:

«Hvordan beskriver de eldste besøksvertene besøksvennens betydning for deres sosiale relasjoner/ nettverk?»

#### Møte 1:

##### Innledning:

Tusen takk for at du takket ja til å delta på dette forskningsprosjektet og at jeg får komme og snakke med deg i dag. Jeg setter stor pris på det, og ser frem til samtalene med deg.

Jeg kan begynne med å fortelle litt om meg selv. Jeg heter Cecilie og er 28 år gammel. Jeg er utdannet sosionom og trives veldig godt med å jobbe med mennesker. For tiden tar jeg en videreutdanning som kalles master i sosialt arbeid. Dette innebærer at man på slutten av studiet skriver en masteroppgave, som er en oppgave som er et forskningsprosjekt. Dette prosjektet er grunnen til at jeg kontaktet deg.

Hensikten med dette forskningsprosjektet er å få et innblikk i eldres forhold til menneskene i deres nettverk og hvordan det å ha en besøksvenn kan påvirke kontakten med menneskene i nettverket. Som ansatt i en psykiatrisk avdeling for eldre møter jeg ofte eldre som opplever at de ikke har nok kontakt med andre mennesker. Jeg er derfor veldig opptatt av eldres sosiale liv. Jeg tror at et tilfredsstillende sosialt liv har mye å si for livskvaliteten og derfor bør tas på alvor. Det er bakgrunnen for mitt valg av tema til masteroppgaven.

Mitt håp er at dette forskningsprosjektet kan bidra til bedre innsikt i livet til et lite utvalg av eldre og denne kunnskapen er viktig for å kunne forstå eldres situasjon. Forskningsprosjektet kan forhåpentligvis gi nyttig informasjon til besøkstjenesten om hvilken betydning besøksvennen har. Forskningsprosjektet kan kanskje også bidra til et tydeligere bilde av hvilke behov eldre kan ha både i sitt nettverk og på samfunnsnivå. Dine opplevelser og erfaringer er derfor veldig verdifulle og jeg er takknemlig for at du ønsker å dele de med meg.

Jeg ønsker å høre om hvordan det ha besøksvenn har påvirket nettverket ditt og kontakten med de som inngår i nettverket. For å snakke om dette tenkte jeg å bruke nettverkskart. Det er en måte å gjøre menneskene man har i livet sitt synlige på, og kan gjøre det enklere å tenke over og snakke om dem. Jeg kan vise deg hvordan nettverkskart tegnes og eventuelt hjelpe deg.

Jeg kunne tenke meg å snakke ditt forhold til menneskene i nettverket ditt på to tidspunkt i livet ditt, og at du tegner nettverkskart for disse to tidspunktene.

Det første tidspunktet er tiden du bestemte deg for å kontakte besøkstjenesten og det andre tidspunktet er nåtiden.

I vår første samtale i dag tegner du nettverkskartene, og forteller om det du tegner hvis du ønsker det. Jeg kommer ikke til å spørre deg spørsmål i dag. Du beholder nettverkskartene og jeg tar et bilde av de, slik at vi har sett litt på de før vi møtes igjen om noen dager. Ved neste møte spør jeg deg noen spørsmål og vi snakker om det du har tegnet opp.

Noen kan oppleve å få mye å tenke på etter man har tegnet nettverkskart. Hvis du opplever det kan det være fint å ta kontakt med noen du kjenner godt i etterkant.

Båndopptakeren har jeg med for å sikre at jeg får med meg alt du sier. Opptakene vil bare jeg ha tilgang til. Når jeg har skrevet masteroppgaven min vil opptakene slettes.

Har du noen spørsmål før vi starter?

Sett på båndopptaker.

### Nettverkskart:

*Nettverkskartet tegnes slik:*

*(Tegner en sirkel og deler opp i feltene familie, familie og slekt, venner, naboer, arbeid/skole og profesjonelle hjelpere og plasserer meg i midten.)*

*De menneskene som er viktige for deg i livet ditt tegnes opp, sirkel for kvinne og trekant for mann. Jo mer de betyr for deg jo nærmere midten tegner du de. Det er du som bestemmer hvem som skal være med og hvor de skal tegnes. Det sentrale er at de er viktige for deg. (Jeg viser med et par eksempler.)*

1. Kan du tegne inn de personene som var viktige i livet ditt før du tok kontakt med besøkstjenesten i nettverkskartet?
2. Kan du tegne inn de personene som er viktige i livet ditt nå i nettverkskartet?

*Dersom informanten forteller og snakker underveis mens han/hun tegner så svarer jeg og holder samtalen i gang, men styrer ikke samtalen over på intervju spørsmålene.*

*Dersom det er vanskelig å huske så kan vi prate om den tiden:*

- *Hvor bodde du?*
- *Var du i jobb? Hvor?*
- *Andre aktiviteter?*
- *Hvem var nærmeste familie?*

## Møte 2:

Takk for sist. Jeg synes det var veldig hyggelig å treffe deg og har gledet meg til å få prate med deg igjen. Nettverkskartene du tegnet sist er et godt utgangspunkt for samtalen vår i dag. I dag tenker jeg vi ser på nettverkskartene sammen og snakker om dem, og jeg stiller deg noen spørsmål rundt dette.

Lurer du på noe før vi starter?

## Intervjuspørsmål:

### **Generelt om nettverkskartene**

**1. Sist vi møttes tegnet du to disse to nettverkskartene, et for tidspunktet du tok kontakt med besøkstjenesten og et for nåtiden. Hvordan var det for deg å tegne nettverkskartene?**

1. Hva tenkte du når du tegnet nettverkskartene?
2. Var det noe spesielt du ble bevisst på da du tegnet og så nettverkskartene?
3. Er det noe du har tenkt på i etterkant?

**2. Hva tenker du når du ser på begge nettverkskartene og sammenlikner dem?**

1. Noe som er likt eller forskjellig for dem?
2. Hva tenker du det kan handle om?
3. Er det noe spesielt du legger merke til?

### **Relasjoner**

**3. Kan du fortelle om forholdene til de ulike menneskene du har tegnet opp i nettverkskartene?**

1. Hvordan vil du beskrive de enkelte relasjonene du har tegnet opp?
2. Hva er det med de ulike relasjonene som er viktig for deg?
3. Er det forandringer i noen relasjoner på de to nettverkskartene? Hvordan? Hvorfor det tenker du?

**4. Hva tenker du om plassering av relasjonene på de to nettverkskartene? (må tilpasses det enkelte nettverkskart)**

1. Hvorfor er de ulike relasjonene tegnet opp der de er tegnet opp?
2. Jeg ser at du har endret plass på noen. Kan du fortelle mer om det?

### **Besøksvennen**

**5. Kan du fortelle om da du tok kontakt med besøkstjenesten?**

1. Tok du kontakt selv?
2. Hva var bakgrunnen for at du tok kontakt?

**6. Kan du fortelle om besøksvennen din?**

1. Hva pleier dere å gjøre sammen og snakke om?

**7. Hvilken betydning har besøksvennen din for deg?**

1. Hvordan vil du beskrive ditt forhold til besøksvennen din?
2. Hvordan vil du beskrive besøksvennens rolle i ditt liv?
3. Er forholdet ditt til besøksvennen annerledes enn andre forhold du har?
4. Hvis besøksvennen ikke er tegnet opp: Hva tenker du om at besøksvennen din ikke er tegnet med i nettverkskartet?

**8. Hvordan har det å få besøksvenn påvirket ditt sosiale liv?**

1. Har det å få besøksvenn bidratt til endringer i nettverkskartet? Hvordan da i såfall? Hva tror du er grunnen til det?
2. Har det å få besøksvenn påvirket hvordan du forholder deg til andre mennesker? På hvilken måte?
3. Kommer du i kontakt med andre gjennom besøksvennen?

**Hverdagen**

**9. Hvordan vil du beskrive en vanlig uke for deg på tidspunktene for de to nettverkskartene?**

1. Hva gjorde du i løpet av en uke? Jobb? Aktiviteter?
2. Hvem møtte du eller snakket du med (på telefonen)?
3. Er hverdagen din annerledes på tidspunktene for de to kartene? Hvordan? Hva tror du er grunnen til det?

**Opplevelse av sosial kontakt**

**10. Hvilke tilbud eller arenaer har du for kontakt med andre (f. eks eldresenter) på tidspunktene for de to kartene?**

**11. Hvordan opplevde du din sosiale situasjon på tidspunktene for de to kartene?**

1. Opplevde du å ha mennesker rundt deg å støtte deg på?
2. Hvordan er den eventuelt forandret?
3. Hva tenker du det kan handle om?

**12. Har ditt behov for kontakt med andre endret seg for de to tidspunktene?**

1. På hvilken måte da?
2. Hva handler det om tror du?
- 3.

**Avslutning**

**13. Er det andre ting du ønsker å fortelle knyttet til dette, som vi ikke har vært inne på?**

**14. Er det noen misforståelser som må avklares?**

**Avrundning:**

Jeg ønsker å takke deg igjen for at du ville snakke med meg og dele fra livet ditt. Det du har fortalt meg vil være veldig nyttig videre i forskningsprosjektet, og kan bidra til en økt forståelse av eldres sosiale liv. Dersom det skulle være noe du kommer på kan du ringe meg på telefon 98844820 i løpet av de 3 neste dagene. Tusen takk for at du stilte opp.



## Vedlegg 3



Sri Fjeldheim  
Pilestredet 35  
0130 OSLO

Vår dato: 14.05.2018

Vår ref: 60131 / 3 / PEG

Deres dato:

Deres ref:

### Tilråkning fra NSD Personvernombudet for forskning § 7-27

Personvernombudet for forskning viser til meldeskjema mottatt 31.03.2018 for prosjektet:

60131	<i>Besokstjenestens betydning for eldres sosiale relasjoner</i>
Behandlingsansvarlig	<i>OsloMet - Storbyuniversitetet, ved institusjonens øverste leder</i>
Daglig ansvarlig	<i>Sri Fjeldheim</i>
Student	<i>Cecilie Mentzoni</i>

#### Vurdering

Etter gjennomgang av opplysningene i meldeskjemaet og øvrig dokumentasjon finner vi at prosjektet er unntatt kosejensplikt og at personopplysningene som blir samlet inn i dette prosjektet er regulert av § 7-27 i personopplysningsforskriften. På den neste siden er vår vurdering av prosjektopplegget slik det er meldt til oss. Du kan nå gå i gang med å behandle personopplysninger.

#### Vilkår for vår anbefaling

Vår anbefaling forutsetter at du gjennomfører prosjektet i tråd med:

- opplysningene gitt i meldeskjemaet og øvrig dokumentasjon
- vår prosjektvurdering, se side 2
- eventuell korrespondanse med oss

#### Meld fra hvis du gjør vesentlige endringer i prosjektet

Dersom prosjektet endrer seg, kan det være nødvendig å sende inn endringsmelding. På våre nettsider finner du svar på hvilke [endringer](#) du må melde, samt endringsskjema.

#### Opplysninger om prosjektet blir lagt ut på våre nettsider og i Meldingsarkivet

Vi har lagt ut opplysninger om prosjektet på nettsidene våre. Alle våre institusjoner har også tilgang til egne prosjekter i [Meldingsarkivet](#).

#### Vi tar kontakt om status for behandling av personopplysninger ved prosjektslutt

Ved prosjektslutt 01.06.2019 vil vi ta kontakt for å avklare status for behandlingen av personopplysninger.

Se våre nettsider eller ta kontakt dersom du har spørsmål. Vi ønsker lykke til med prosjektet!

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

Vennlig hilsen

Dag Kiberg

Pernille Ekornrud Grøndal

Kontaktperson: Pernille Ekornrud Grøndal tlf: 55 58 36 41 / [pernille.grondal@nsd.no](mailto:pernille.grondal@nsd.no)

Vedlegg: Prosjektvurdering

Kopi: Cecilie Mentzoni, [s309026@stud.hioa.no](mailto:s309026@stud.hioa.no)



Formålet med prosjektet er å undersøke de eldste brukerne av besøkstjenestens (Røde Kors) sosiale situasjon, og hvordan besøkstjenesten har betydning for deres sosiale situasjon.

Du har opplyst i meldeskjema at utvalget vil motta skriftlig og muntlig informasjon om prosjektet, og samtykke skriftlig til å delta. Vår vurdering er at informasjonsskrivet til utvalget er godt utformet.

I meldeskjema har du ikke krysset av for behandling av sensitive personopplysninger. Etter å ha vurdert intervjuguiden, oppfatter personvernombudet at enkelte spørsmål legger opp til at informantene skal uttale seg om psykososiale forhold, noe som faller innunder vilkåret "sensitive personopplysninger om... helseforhold" i personopplysningsloven § 2(8) c). Vi har derfor endret meldeskjemaset til at du vil behandle sensitive personopplysninger.

Personvernombudet forutsetter at du behandler alle data i tråd med OsloMet sine retningslinjer for datahåndtering og informasjonssikkerhet. Vi vil ikke anbefale bruk av privat pc/mobiltelefon til opptak/behandling av sensitive personopplysninger. Vi anbefaler at studenten, i den grad det er mulig, låner opptaksutstyr fra OsloMet. Dersom personopplysninger likevel skal lagres på privat pc /mobiltelefon, må det avklares med OsloMet og opplysningene bør krypteres tilstrekkelig.

Prosjektslutt er oppgitt til 01.06.2019. Det fremgår av meldeskjema/informasjonsskriv at du vil anonymisere datamaterialet ved prosjektslutt. Anonymisering innebærer vanligvis å:

- slette direkte identifiserbare opplysninger som navn, fødselsnummer, koblingsnøkkel
- slette eller omskrive/gruppere indirekte identifiserbare opplysninger som bosted/arbeidssted, alder, kjønn
- slette lydopptak

For en utdypende beskrivelse av anonymisering av personopplysninger, se Datatilsynets veileder:

<https://www.datatilsynet.no/globalassets/global/regelverk-skjema/veiledere/anonymisering-veileder-041115.pdf>