

«Det var en jo en voldsom åpenbaring»

- En studie av nettbrettbruk i hverdagslivet til Omsorg+-beboere

Av Anne Myhre Sølvsberg & Anne Lund



Anne Myhre Sølvsberg har mastergrad i ergoterapi fra OsloMet. Hun er universitetslektor ved NTNU, Institutt for helsevitenskap, Gjøvik. E-post: anne.solvsberg@ntnu.no



Anne Lund er professor i ergoterapi ved OsloMet, Institutt for ergoterapi og ortopediingeniørfag.

Abstract

«Det var en jo en voldsom åpenbaring» – En studie av nettbrettbruk i hverdagslivet til Omsorg+-beboere

Background: Assistive technology is increasingly promoted to provide older adults the opportunity to live independently, to preserve quality of life and coping in everyday life. There is a further need to understand how computer tablets are used in everyday life.

Aim: To explore how four residents (67+) living in an assisted living facility experienced using computer tablets and its user interface.

Methods: Observation combined with a think-aloud approach were used to investigate the participants' thoughts, feelings and decisions while performing self-chosen occupations on their own computer tablets.

Analysis: The audio and video recordings were analyzed using systematic text condensation and videography. The concept «transition» was used to interpret the findings related to the participants' use of computer tablets.

Results: The use of computer tablets can be understood as transition, as the participants started to perform familiar occupations in new ways by using technology and maintained belonging to family and friends. Through developing coping strategies toward experienced barriers, the participants created successful transition.

Conclusion: Older adults can gain successful transitions through using computer tablets and developing strategies to meet barriers for use in everyday life. Occupational therapists should address these aspects in assistive technology interventions with older adults.

Keywords: older adults, computer tablet, successful transition

Manuset ble mottatt 05.08.2020
og godkjent 15.02.2021.

Forfatterne har ingen interessekonflikter.

Introduksjon

De kommende tiårene vil andelen eldre i befolkningen øke (1). Norske helse- og sosialpolitiske føringer vektlegger tilrettelegging for at eldre som ønsker det, kan bo i eget hjem og mestre hverdagslivet (2). Omsorg+ er kommunale omsorgsboliger for personer over 67 år med langvarig nedsatt funksjonsevne som kan bo selvstendig i en tilrettelagt leilighet (3). Tjenesten er samlokalisert med kafeteria og aktivitetssenter som er åpen for alle, døgnbemannet resepsjon med husvert og tilbud om gratis langtidslån av nettbrett. Nettbrett er en bærbar datamaskin, større enn en mobiltelefon, utstyrt med berørings-skjerm, kameraer og mikrofoner (4). Nettbrett kan ses på som velferdsteknologi, også omtalt som «hverdagsteknologi», hvor hensikten er å bidra til deltakelse i hverdagsaktiviteter og til å kunne bo lenger hjemme (5, 6). Ergoterapeuter har kompetanse om bruk av velferdsteknologi for å fremme aktivitet og deltakelse for alle (7).

Samfunnets infrastruktur digitaliseres i stadig større grad og setter krav til at befolkningen skal tilegne seg informasjon og tjenester via teknologiske løsninger, som eksempelvis velferdsteknologi (8). Norske myndigheter ønsker at eldre tar i bruk ny teknologi som kan bidra til mestring, aktivitet og deltakelse (9). Mange eldre opplever imidlertid at de av ulike grunner ikke klarer å henge med i den teknologiske utviklingen, og det skapes derfor et skille mellom dem som tar i bruk ny teknologi og dem som ikke gjør det (10). Skillet, som på engelsk kalles «digital divide», kan hindre deltakelse på viktige samfunnsarenaer (10, 11), noe som kan gi negative konsekvenser for helse, trivsel og aktivitet (12). Det er derfor viktig å forsøke å redusere dette digitale skillet (13, 14).

OVERGANGER I LIVET

Overganger i livet kan være hendelser som skaper et skille i menneskers liv ved at de gir endringer i blant annet hverdagsaktiviteter og sosiale relasjoner (15-17). Overganger kan både være positive eller negative, ventede eller uventede, og kan skape emosjonelle reaksjoner (16, 18). Overganger kan forstås som prosesser som kan endre betydningen av kjente aktiviteter, hvordan de gjøres, og hvordan vi oppfatter oss selv (16), og kan skape en diskontinuitet i livsløpet (17). I denne studien forstår vi det å få tildelt nettbrett som en uventet overgang, og vi ønsker å undersøke noen beboere i Omsorg+ og deres bruk av nettbrett.

Ergoterapeuter oppfordres til å fokusere på

hvordan brukere anvender teknologi i hverdagslivets aktiviteter (19, 20). Det viser seg at eldre, både med og uten kognitiv svikt, kan ha nytte og glede av nettbrett i hverdagen (4). Det er behov for mer kunnskap om hva som kan bidra til at aleneboende eldre tar i bruk nettbrett i hverdagen (21), samt hvordan nettbrett kan brukes som støtte for at eldre skal kunne delta i meningsfulle aktiviteter (20). Det finnes kun begrenset kunnskap om eldre i Omsorg+ og bruk av nettbrett, foruten studiene til Woll (22) og Fjeldberg og Lund (23).

Hensikten med denne studien er å undersøke hvordan noen beboere i én Omsorg+ bruker nettbrett i hverdagen. Forskningsspørsmålene er: *Hvilke erfaringer har fire beboere med bruk av nettbrett i hverdagslivet? Hvordan kan brukergrensesnittet hemme eller fremme bruken av nettbrett?*

Metode

OBSERVASJON MED «TENKE-HØYT-TILNÆRMING»

Observasjon (24) ble brukt for å undersøke hvordan beboerne, heretter kalt deltakerne, brukte nettbrett. Ifølge Hocking gir observasjon mulighet til å få innsikt i ulike sider ved meningsfulle aktiviteter, som hvor og hvordan aktiviteter gjøres og hvilke krav de stiller til personen og omgivelsene (24). For å få innsikt i hva deltakerne erfarte og hvordan de reflekterte mens de brukte nettbrettet, ble observasjon kombinert med «tenke høyt-tilnærming» (på engelsk kalt «think-aloud»).

«Tenke høyt-tilnærming» beskrives som en unik måte å få innblikk i menneskers tankeprosesser på, og deltakerne ble bedt om å fortelle høyt hva de tenkte mens de utførte aktiviteter på nettbrettet (25). Deltakerne ble bedt om å velge et par aktiviteter de gjorde regelmessig, eller som de synes var utfordrende, eksempelvis lese nettavis eller ringe et familiemedlem via en kommunikasjonsplattform på nett.

For å forstå komplekse sider ved aktivitet oppfordres det til bruk av video i forskning (26). Da studien både søkte deltakernes beskrivelser, å forstå hvordan de brukte nettbrettet, og hvordan de erfarte brukergrensesnittet, ble deltakernes hender mot nettbrettet filmet, samtidig som videoopptaket registrerte det de sa. Brukergrensesnittet er den delen av teknologien brukeren interagerer med (27).

REKRUTTERING AV DELTAKERE

Deltakerne i studien ble rekruttert gjennom et større prosjekt, Assisted Living Project (28). Inklusjonskri-

Navn	Alder	Hvor lenge hatt nettbrett	Utdanning	Tidligere erfaringer med teknologi	Hvor ofte nettbrettet brukes
Agate	80-årene	1,5 år	Høgskole /universitet	Noe erfaring med PC fra jobben, mobil	Daglig
Bodil	80-årene	7 år	Realskole/grunnskole	Mobil	Månedlig
Clara	80-årene	4 år	Realskole/grunnskole	Smarttelefon	Daglig
David	70-årene	5 år	Høgskole/universitet	PC privat og i jobben, mobil	Daglig

Tabell 1: Beskrivelse av deltakerne.

teriene var at de måtte være over 67 år, beboere i en Omsorg+ i en kommune i Norge, samtykkekompetente og brukere av nettbrett. Andreforfatter kontaktet husverten i Omsorg+, som hadde god kjennskap til beboerne, og som forespurte og formidlet et informasjonsskriv om studien til aktuelle deltakere ut ifra inklusjonskriteriene. De beboerne som samtykket til å delta, ble kontaktet direkte av førsteforfatter. Alle beboerne hadde enten nedsatt fysisk, psykisk eller sosial funksjonsevne. I tillegg bor de i Omsorg+ over mange år hvor funksjonsevnen er i fare for å endres. Vi rekrutterte derfor gjennom husvert, som er fagperson og i stand til å vurdere samtykkekompetanse.

Fem deltakere ønsket å være med, men én trakk seg av personlige årsaker før datainnsamlingen ble gjennomført. Fire deltakere ble inkludert i studien (tabell 1). Fysisk og kognitiv funksjon ble ikke kartlagt, men flere av deltakerne brukte rullator ved forflytning. Alle deltakerne bodde alene i selvstendige boenheter.

DATAINNSAMLING

Førsteforfatter gjennomførte datainnsamlingen i deltakernes eget hjem eller annet sted deltakerne valgte. To av deltakerne ønsket å gjennomføre aktiviteten i kaféområdet tilknyttet Omsorg+. Det ble gitt mulighet for at deltakerne kunne ha pårørende til stede under datainnsamlingen, noe ingen av dem ønsket. Aktivitetene som ble observert, varte mellom 14 og 77 minutter og ble strukturert av et observasjonsnotat med blant annet spørsmål for å bli kjent, samt instruksjoner som:

- i) Jeg ønsker at du nå setter deg der du pleier å sitte når du bruker nettbrettet.
- ii) Kan du velge ut et par aktiviteter du pleier å bruke nettbrettet til, som du kan gjøre mens jeg ser på?
- iii) Mens du bruker nettbrettet nå, ønsker jeg at du hele tiden forteller høyt hva du gjør, tenker, føler og forklarer hvorfor du velger å gjøre slik du gjør. Ettersom dette var uvant for mange, ble deltakerne

gitt mulighet til å prøve ut metoden før observasjonen startet (25). Ingen av deltakerne benyttet seg av dette. Datainnsamlingen bidro til både visuelle og auditive data. Videokameraet ble plassert bak eller ved siden av deltakerne.

ETIKK

Studien er tilknyttet Assisted Living-prosjektet (ALP) ved OsloMet – storbyuniversitetet. ALP er vurdert av Norsk senter for samfunnsdata (NSD) med prosjektnummer 47996. En endringsmelding ble sendt NSD høsten 2018 for å opplyse om at masterstudien ville omfatte innsamling av deltakernes erfaringer ved bruk av nettbrett og filming av deltakernes hender. Endringsmeldingen ble godkjent av NSD 12.11.18.

For å gi deltakerne tid til å vurdere om de ønsket å delta, fikk de i forkant av datainnsamlingen muntlig og skriftlig informasjon om studiens formål, hva deltakelsen ville innebære, og at de når som helst kunne trekke seg fra studien uten begrunnelse. Informert skriftlig samtykke ble innhentet før datainnsamlingen startet av førsteforfatter. Personer og steder ble gitt fiktive navn for anonymisering. For å ivareta personvern ble deltakernes bruk av nettbank ikke inkludert i observasjonen.

ANALYSEPROSESS

Både det auditive og det visuelle datamaterialet i videoopptakene ble transkribert av førsteforfatter. Deltakernes uttalelser ble skrevet ned ordrett, med hørbare nonverbale uttrykk som eksempelvis latter og sukking (29). Deretter ble deltakernes handlinger på nettbrettet beskrevet så detaljert som mulig, slik at hver handling ble beskrevet i den rekkefølgen de ble utført (30). Første- og andreforfatter diskuterte kontinuerlig gjennom hele analyseprosessen.

Videre i analyseprosessen ble en induktiv tilnærming til det transkriberte *auditive materialet* benyttet med utgangspunkt i systematisk tekstkon-

Deltaker	Foreløpig tema	Kode	Kondensert meningsenhet	Endret navn på kode	Rekontekstualisering
Bodil	Hva bruker de nettbrettet til?	Aktivitet	Det som er viktig for meg, er at jeg får betalt regningene mine. Det har jo blitt helt annerledes nå enn det var før. Før kunne en betale regninger med brevgiro, men nå er alt på data, og da må en lære seg det.	Endringer i hvordan de utfører aktiviteter	Flere av deltakerne beskriver aktivitetene de gjør nå som en fortsettelse av det de har gjort tidligere i livet

Tabell 2: Utdrag fra analysen av det auditive materialet.

Tema	Undertema
Fra skepsis til glede	Nettbrett til nytte og fornøyelse
Å gjøre kjente aktiviteter på nye måter	Et ønske om å lære mer
Nettbrett for å opprettholde tilhørighet	Tilhørighet til samfunnet Tilhørighet til venner og familie
Hva hemmer og fremmer bruk av nettbrett?	
Strategier for å fremme bruk av nettbrett	Berøring av skjermen Å tilpasse skjermen Betydningen av å få mulighet til å spørre om hjelp

Tabell 3: Oversikt over temaer og undertemaer framkommet i analysen av det transkriberte auditive og visuelle materialet.

densering (31). Hvert opptak ble lyttet til, og første-forfatter skrev ned førsteinntrykket før foreløpige temaer ble utviklet i en diskusjon mellom første- og andreforfatter. Eksempler på foreløpige temaer var «Hva bruker de nettbrettet til?» og «Å holde seg oppdatert» (tabell 2). Meningsenheter fra hver av deltakerne ble plassert inn i de foreløpige temaene. Arbeidet førte til sju ulike koder, eksempelvis «aktivitet», «læring» og «opplevelse av mestring». I neste steg ble meningsenhetene i hver kode kondensert. Deretter ble kondensatene sortert i undergrupper under hver av kodene som var identifisert tidligere. Flere av kodene endret navn og nye kom til, eksempelvis «strategi for å mestre» og «endringer i hvordan de utfører aktiviteter». Deretter ble dataene rekontekstualisert for å sikre at kondensatene reflekterte den opprinnelige sammenhengen. Dette arbeidet innebar å skrive om kondensatene under hver kode til en syntese, eller en fortelling, for å få fram innhold og mening (31).

Deretter ble det *visuelle materialet* analysert med utgangspunkt i videografi (30). Femten sekvenser som var interessante for forskningsspørsmålet, ble valgt ut og deretter kodet i en innholdslogg. Sekvenser er handlinger organisert i den rekkefølgen de ble gjennomført (30). Deretter ble det gjennomført sekvensanalyse av hver sekvens, som innebar en detaljert rekonstruksjon av handlingsrekkefølgen med beskrivelser av hva deltakerne gjorde. Handlingene ble så fortolket for å forstå konteksten og deltakernes

utførelse på nettbrettene. Etter sekvensanalysene ble sekvensene forsøkt sammenlignet med hverandre (30). Det ble vektlagt å gjøre kvalitative beskrivelser av det deltakerne sa og gjorde, ved bruk av hverdagslig språk, for å holde resultatene tett opp til det innsamlede datamaterialet (32).

På bakgrunn av analysen av *det auditive materialet* ble kodene bearbeidet til fire temaer, som videre dannet grunnlag for resultatenes inndeling (tabell 3). Et femte tema, «strategier for å fremme bruk av nettbrett», kom til i analysen av *det visuelle materialet*, i tillegg til sider ved brukergrensesnittet deltakerne erfarte som fremmede og hemmende for bruken.

Underveis i analyseprosessen ble det vurdert som hensiktsmessig å anvende deduktiv analyse, hvor funnene ble sett i lys av aktivitetsvitenskap, med fokus på overganger, som teoretisk rammeverk (33). Å kombinere induktive og deduktive analyser på denne måten kalles abduktiv tilnærming til analyse og brukes for å forstå hvordan brukerne brukte nettbrettet (33).

Resultat

Resultatene presenteres med eksempler ut fra temaene nevnt i tabell 3.

FRA SKEPSIS TIL GLEDE

Deltakerne fortalte at de først hadde vært skeptiske og avvisende til å prøve nettbrett, men at de etter

hvert erfarte glede og nytte. Clara fortalte at da husverten hadde informert om at hun kunne få låne nettbrett, hadde hun sagt: «du må ikke tenke på meg, ... for det klarer jeg overhodet ikke». Hun hadde ikke selv trodd hukommelsen var god nok, men husverten fikk likevel overtalt henne til å prøve. Etter å ha prøvd nettbrett endret hun mening: «i grunnen [pause] så synes jeg det var akkurat noe for meg», «Det var det som var rart, at det gikk så fint! [Jeg] lærte det jo veldig fort!». Agate hadde også hatt liten tro på at hun kom til å lære å bruke nettbrettet, men hadde likevel takket ja til å prøve, da både husverten og en bekjent hadde støttet henne i at hun ville få det til. Hun fortalte hva hun hadde tenkt da den bekjente viste henne hvordan hun kunne søke i Google: «jeg synes det [var] spennende... også synes jeg det [var] litt moro. Morø ja, for... jeg tenkte: i all verden, har jeg greid dette!». Hun uttrykte videre: «...det var jo en voldsom åpenbaring».

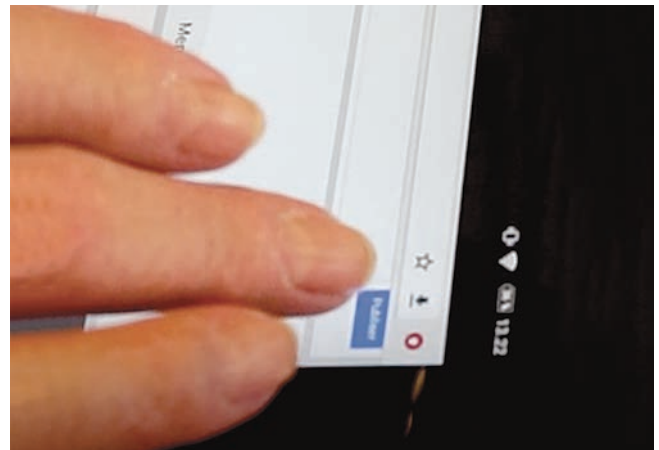
Selv om deltakerne var positive til bruk av nettbrett, oppga enkelte at de var usikre på hvilke konsekvenser bruken kunne få. Agate uttrykte usikkerhet rundt hvilke opplysninger hun ville få om andre og andre ville få om henne. Clara fortalte at hun var engstelig for å gjøre feil i nettbanken, og at sønnen derfor så over regelmessig. Observasjonene viste også at det var mye deltakerne ikke kunne eller behøvde hjelp til, men at de til tross for dette uttrykte glede over å bruke nettbrettet.

Nettbrett til nytte og fornøyelse

Deltakerne beskrev mange aktiviteter de brukte nettbrettet til i hverdagen, eksempelvis å bestille matvarer, holde seg oppdatert på moter og lytte til musikk. David søkte opp biler og hytter på internett og la til: «det er mest for moro». Clara brukte nettbrettet før hun skulle kjøpe noe, ved å gå inn på butikkens nettside og se på utvalget før hun dro i butikken. Hun la til: «Jeg bruker'n til veldig mye da».

Å GJØRE KJENTE AKTIVITETER PÅ NYE MÅTER

Deltakerne beskrev at aktivitetene som var meningsfulle å gjøre på nettbrettet, ofte hadde vært meningsfulle tidligere også, uten bruk av nettbrett. Eksempelvis fortalte de at avislesing var viktig for å holde seg oppdatert, og at de før leste papirutgavene, men at de nå leste på nettbrettet. Betaling av regninger var viktig for flere av dem. Tidligere måtte de oppsøke en bankfilial eller bruke brevgiro, men nå ytes banktjenester nesten utelukkende gjennom nettbank. Bodil beskrev overgangen til nettbank slik:



Figur 1. Den blå knappen ble erfart som liten og vanskelig å treffe.

«Det har jo blitt helt annerledes nå enn det det var før vet du, da du bare kunne sende det inn. Nå er alt på data, så jeg måtte lære meg det».

Et ønske om å lære mer

Flere av deltakerne erfarte at de ikke kunne nok om bruk av nettbrett, for som Bodil sa: «Jeg er ikke så flink». Flere av deltakerne ønsket derfor å lære mer, noe som kom til uttrykk i utsagn som: «Men det får jeg vel lære meg etter hvert». Agate ønsket å lære mer fordi hun synes nettbrettet var morsomt å bruke.

Ønsket om å lære ble også knyttet til aktiviteter deltakerne håpet de kunne gjøre på nettbrettet. Bodil fortalte at hun ønsket å kunne skrive meldinger og kommentarer til bekjente på Facebook, ikke bare se bilder og lese det andre la ut.

Flere av deltakerne hadde yngre familiemedlemmer de lærte av, og både Agate og Clara fortalte at de lærte nye funksjoner på nettbrettet av sønnene sine. Begge hadde også barnebarn som villig lærte bort. Clara fortalte at om det var noe hun ikke forsto, sa barnebarna: «Vi kan lære deg det vi bestemor».

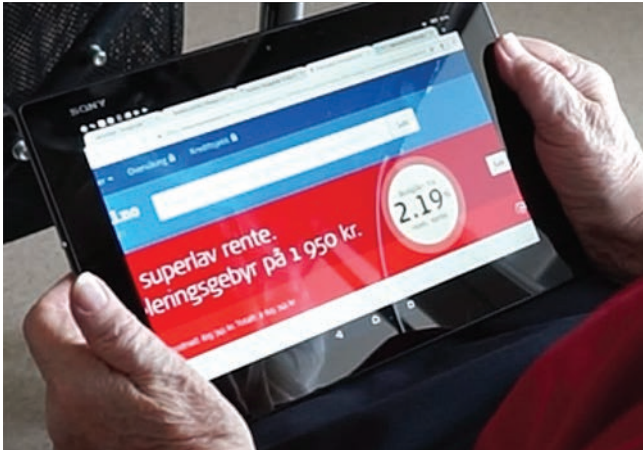
NETTBRETT FOR Å OPPRETTHOLDE TILHØRIGHET

Tilhørighet til samfunnet

Deltakerne erfarte at nettbrettet ga dem mulighet til å følge med på det som skjedde i samfunnet. Flere av dem fulgte med på nyhetene nasjonalt og internasjonalt gjennom å lese aviser på nett. Clara fulgte med på lokalavisen fra tidligere bosted på nett. Slik fikk hun med seg om bekjente skulle selge huset eller hadde gått bort, for som David sa: «Det er jo kommunikasjonen med omverdenen».

Tilhørighet til venner og familie

Sosiale medier ga deltakerne blant annet mulighet



Figur 2. Mye reklame fylte skjermen ved søk på internett.

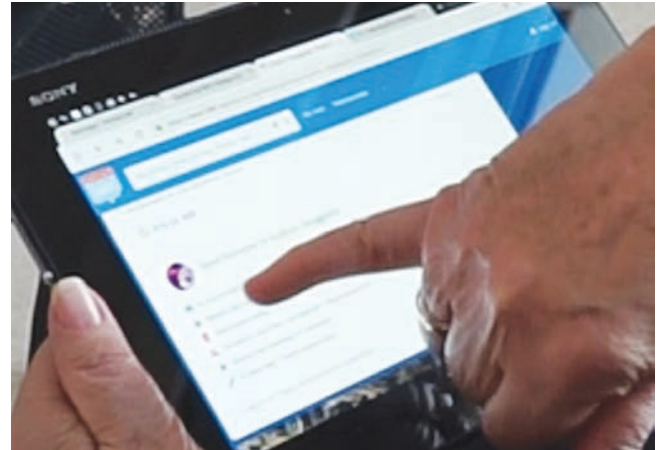
til å kunne følge med på hva venner og familie la ut av bilder og kommentarer. Bodil fortalte at hun hadde mange venner på Facebook. Mens hun viste hvordan hun brukte Facebook, så hun stadig bilder av familie, venner og tidligere kollegaer og fortalte om tilhørigheten til dem: «Der er sønnen min...» og «Hun er datteren til min eldste bror». Hun fortalte at hun også fulgte med på bilder og kommentarer barnebarnet i Australia la ut.

HVA HEMMER OG FREMMER BRUK AV NETTBRETT?

Observasjonene viste at deltakerne ofte trykte utenfor når knapper eller lenker hadde liten størrelse, og de måtte da trykke flere ganger for å igangsette funksjonen (figur 1). Motsatt erfarte flere av dem at store knapper gjorde at de klarte å trykke der de ønsket. Observasjonene viste at deltakerne navigerte raskt mellom ulike funksjoner, og de fant fram i en app med få funksjoner og store knapper. Flere deltakere beskrev at de opplevde nettbrettet som enkelt å bruke, da de raskt fant fram til det de skulle bruke det til.

Internettider med mye informasjon kan gi utfordringer med å bruke dem. Agate demonstrerte dette mens hun søkte i Google og en nummeropplysnings-side. Hun hadde blant annet vanskeligheter med å forstå hvor hun skulle trykke for å skrive inn det hun skulle søke på, og ble lett avledet av ulik reklame på nettsidene (figur 2). David søkte også i Google. Han var nok bedre kjent med å søke, og søkte raskt opp det han ønsket.

Observasjonene viste også at det var mange ulike begreper innenfor teknologi som var vanskelige for deltakerne å forstå. Agate oppdaget at det sto «Les melding» på nettbrettet og fortalte at hun kalte SMS på mobilen for melding. Dette gjorde henne forvirret



Figur 3. Agate tilpasset lillefingrens posisjon mot skjermen for å treffe liten lenke.

med tanke på meldingsfunksjonen på nettbrettet. Det var flere begreper hun hadde hørt andre si, som hun ikke forsto, eksempelvis «.no». Hun fortalte at det på tv ofte blir henvist til at en kan lese eller se mer på nettsider som slutter med «.no», men at hun ikke hadde forstått betydningen.

Flere av deltakerne viste også at lange negler hemmet bruken av nettbrettet. Agate erfarte at hun trykte på skjermen uten at noe skjedde, fordi hun kun hadde berørt skjermen med en negl, og ikke fingertuppen. Hun fortalte at hun måtte ha hjelp til å klippe neglene. Clara fortalte at hun hadde fått nettbanken sperret fordi hun hadde skrevet passordet feil tre ganger, da neglene gjorde at hun trykte feil.

STRATEGIER FOR Å FREMME BRUK AV NETTBRETT

Berøring av skjermen

Deltakerne hadde ulike strategier for å trykke på og berøre skjermen. Noen valgte kun å bruke én hånd og én finger, mens andre vekslet. Bodil hadde en nettbrettspenn som var laget for å trykke på berøringsskjermer, som hun brukte der feltet hun skulle trykke på, var lite. Agate valgte hvilken finger hun skulle bruke ut fra størrelsen på feltet hun skulle trykke på: På store felter ble pekefinger benyttet, på små lillefinger. Hun tilpasset også lillefingerens posisjon mot skjermen ved å løfte skulder og overarm, for å treffe en ekstra liten lenke i en lenkeliste (figur 3). Alle demonstrerte at de navigerte oppover og nedover på nettsider ved å scrolle. David viste også at han bladde i e-aviser ved sveiping.

Å tilpasse skjermen

Flere av deltakerne tilpasset skjermen på nettbrettet der dette var nødvendig. Bodil erfarte at lampene

i taket over der hun satt, lagde gjenskinns og skapte utfordringer med å se innholdet. For å redusere gjenskinnet forsøkte hun å legge brilleetui og nøkkelknippe under øvre del av skjermen. David snudde nettbrettet fra horisontalt til vertikalt for å tilpasse brukergrensesnittet på e-aviser slik at innholdet bedre ble tilpasset skjermen og han fikk en bedre leseopplevelse.

Betydningen av å få mulighet til å spørre om hjelp

For å tilegne seg ny kunnskap og løse utfordringer med nettbrettet fortalte flere av deltakerne at de spurte om hjelp fra andre. Bodil fortalte: «hvis det er noe jeg ikke forstår, så forsøker jeg å få dem til å forklare meg det». Husverten og nærmeste familie var dem som oftest ble nevnt, og som hadde betydning for å motta hjelp. Under observasjonene spurte flere av deltakerne førsteforfatteren om hjelp.

Diskusjon

Formålet med studien var å undersøke hvilke erfaringer fire beboere i en Omsorg+ hadde med bruk av nettbrett i hverdagslivet, og hvordan brukergrensesnittet kunne fremme eller hemme bruken av nettbrettet. Deltakerne erfarte glede og nytte ved å bruke nettbrettet og demonstrerte at de brukte det på ulike måter i aktiviteter de opplevde som meningsfulle. Samtidig ønsket de å lære mer. De opplevde tilhørighet til andre, erfarte ulike hemmere og fremmere for bruken og viste ulike strategier i bruken av teknologien.

Resultatet i vår studie demonstrerer at å begynne med nettbrett har medført en langvarig overgang, hvor deltakerne har redefinert hverdagsaktiviteter og egen identitet i samspill med omgivelsene (16, 17, 34), fra å gjøre aktiviteter uten nettbrett til å bruke nettbrett. Det er av betydning å forstå overganger i samspill med omgivelsene (17). For deltakerne er Omsorg+ en stor del av disse omgivelsene, sammen med et økende krav om digitalisering i samfunnet og tilbudet om lån av nettbrett.

Overganger kan være utfordrende og komplekse og innebærer en tilpasning hvor hva den enkelte gjør i overgangsprosessen, og hvordan vi skaper mening i konteksten, har betydning for hvordan overgangen blir (17). Deltakerne har valgt å ta imot tilbudet om nettbrett og gitt det mening ved å innlemme det i hverdagslivets aktiviteter og rutiner.

BRUK AV NETTBRETT I ULIKE AKTIVITETER

Da deltakerne ble introdusert for nettbrettet, hadde

de først uttrykt skepsis, da de ikke trodde de ville få til å bruke det. At eldre er tilbakeholdne til nettbrett i starten, er også funnet i andre studier (21). Skepsisen kan forstås som at å være nettbrettbruker ikke var en del av deltakernes aktivitetsidentitet. Aktivitetsidentitet er nært tilknyttet det vi gjør, og hvordan vi forstår det vi gjør i konteksten av våre relasjoner til andre (35). Overganger kan ha betydning for utvikling, opprettholdelse og endring av menneskers identitet (17, 36). Ut fra denne forståelsen kan det å ta i bruk nettbrettet ha bidratt til at deltakerne endret aktivitetsidentitet. At husverten, familie og andre fortalte at nettbrettet var enkelt å bruke, og at de hadde tro på at deltakerne ville få det til, førte til at de ønsket å prøve, og støttes av Larsen et al. (37). De støttende omgivelsene kan derfor forstås som mestringsstrategier i overgangen og i formingen av aktivitetsidentiteten.

Deltakerne har tatt i bruk nettbrettet i ulike meningsfulle aktiviteter i hverdagen, som eksempelvis til å lese aviser, betale regninger, høre musikk, se bilder og ha kontakt med familie og venner. Lignende funn er også gjort i andre studier (20, 38). «Å gjøre» er essensielt i overganger (36). Gjennom å gjøre, å ha tatt i bruk nettbrettet i meningsfulle aktiviteter, demonstrerte deltakerne at de tok kontroll over livene sine og overgangen (15, 39). De har skapt forandring og kontinuitet i aktiviteter som har vært og er viktige for dem (15, 17). Bodil beskrev at digitaliseringen av banktjenester har ført til at betaling av regninger nå må gjøres på en helt annen måte enn tidligere, og at hun derfor har måttet lære seg å utføre banktjenester ved bruk av nettbrettet. Deltakerne gjorde med andre ord kjente aktiviteter på nye måter i en ny kontekst, som også er beskrevet av andre (23, 40). Å kunne knytte bruken av nettbrettet til meningsfulle aktiviteter kan være en mestringsressurs i overgangen til bruken av den nye teknologien.

Da deltakerne prøvde nettbrettet, erfarte de brukergrensesnittet som enkelt å bruke og lett å lære, og dette er også funnet i lignende studier (13, 20, 21). Dette skapte glede, og sammen med nytteverdien og å kunne bruke det til meningsfulle aktiviteter førte det til at de ønsket å lære mer. Deltakerne uttrykte også at de syntes det var moro å bruke nettbrettet, noe Swan også beskriver (20). Det er imidlertid interessant hvordan de beskrev glede ved å bruke det til tross for at de også opplevde at det var mye de ikke kunne. At deltakerne så positive sider ved nettbrettbruk, var derfor viktig for overgangen (16) og for utviklingen av aktivitets-

identiteten (35). Positive erfaringer kan bidra som mestringsstrategier i overgangen.

Deltakerne har i løpet av de siste årene flyttet til Omsorg+, noe som medførte en endring i kontekst – endring av relasjoner til personer og steder de har bodd gjennom livsløpet. Bruk av nettbrett for å opprettholde tilhørighet og relasjoner og følge med på hva som skjedde lokalt, nasjonalt og internasjonalt var derfor viktige grunner til at deltakerne tok i bruk nettbrettet, og er funnet i lignende studier (20, 23, 37). Deltakernes bruk av nettbrett ble også motivert av et ønske om å skape tilhørighet til familie og bekjente. Hammell beskriver hvordan aktiviteter ofte er motivert av tilhørighet til andre (41) og har betydning i livsløpet (15). Samtidig som sosiale relasjoner er svært viktig for helse og livskvalitet (42), kan opprettholdelse av relasjoner til personer og samfunnet også betraktes som mestringsstrategier for overganger.

Sentralt i vellykkede overganger er mobilisering av mestringsstrategier, noe som også vises i andre studier (16, 17, 36).

ERFARINGER MED BRUKERGRENSESNITT

Da deltakerne brukte nettbrett, demonstrerte de ulike hemmere og fremmere for bruken i denne overgangen. Eksempler på hemmere deltakerne erfarte, og som støttes av annen forskning, er små knapper og liten skrift (21), reklame (43), mye informasjon (44), teknologibegreper (45) og frykt for negative konsekvenser eller for å gjøre feil (20). Lange negler som hemmet bruk av skjermen ble demonstrert av deltakerne, men er ikke funnet beskrevet i andre studier. Fremmere for bruk kan være store knapper, scrolling, nettsider og apper hvor det er lett å finne fram, og er beskrevet av andre (46).

Deltakerne har imidlertid funnet ulike strategier for å håndtere de hemmende faktorene, for eksempel ved å bruke nettbrettspenn, bytte finger ut fra størrelsen på det som skal trykkes på, snu skjermen og spørre om hjelp. Strategiene kan derfor forstås som mestringsstrategier de anvender i overgangen.

METODEKRITIKK

Kombinasjonen av observasjon, «tenke høyt-tilnærming» og videoopptak ble anvendt for å utforske deltakernes bruk av nettbrett, hvordan de erfarte å bruke det i hverdagslivet og hvordan brukergrensesnittet fremmet eller hemmet bruken.

Datainnsamlingen ga et rikt datamateriale og er en styrke ved studien (31). Samtidig er fire deltakere

få og kan ha begrenset bredden i datamaterialet. Bruk av få deltakere har støtte i kvalitativ metode-litteratur, hvor det å gå grundig i dybden på noen få deltakere kan gi nyttige bidrag til forskning (33).

Både første- og andreforfatter er utdannet som ergoterapeuter, noe som har innvirket på analyseprosessen og utvikling av temaer. Førsteforfatter var masterstudent og novise i forskningsmetoder, og andreforfatter professor med mye erfaring fra analyse av kvalitativt datamateriale. Første- og andreforfatter har hatt kontinuerlige diskusjoner gjennom analyseprosessen. Vi har tilstrebet transparens ved å beskrive detaljerte analyseprosesser av det auditive og visuelle materialet, og samtidig tilstrebet å holde oss nært opp til det deltakerne sa og gjorde. Videre har vi trukket ut noen eksempler for å presentere i resultater. Til sammen tenker vi dette bidrar til å demonstrere troverdighet og gyldighet i analyseprosessene (33).

Fire deltakere med ulike erfaringer og bakgrunn fra samme Omsorg+ ble inkludert. Ettersom deltakerne hadde tatt i bruk nettbrettet, var det ikke overraskende at de var positive til bruken av det. Det kunne derfor vært interessant å undersøke hvorfor andre beboere har valgt ikke å bruke det.

Konteksten har betydning for hvordan deltakerne utførte aktiviteten (39). Deltakerne ble observert samtidig som observatøren (førsteforfatter) tilstrebet en mest mulig tilbaketrukket rolle. Observatørrollen ble utfordret av deltakerne som tydelig ønsket å uttrykke sine refleksjoner gjennom «tenke høyt-tilnærmingen» i en dialog, samtidig som de også spurte om hjelp. Ved å hjelpe bidro observatøren til at enkelte fikk til mer enn de hadde fått til på egen hånd, samtidig som det gjorde at de kom seg videre i aktiviteten (47).

Studien er tilknyttet eldre i samme Omsorg+, og resultatene kan derfor ikke direkte overføres til andre Omsorg+ eller eldre generelt. Det er imidlertid trolig at resultatene i noen grad kan overføres til eldre i en likende bosituasjon, eksempelvis i omsorgsbolig og til liknende teknologier.

Konklusjon

Studien viser at deltakerne brukte nettbrettet til å gjøre ulike aktiviteter i hverdagslivet, aktiviteter som hadde vært meningsfulle for dem store deler av livet. De erfarte glede ved å bruke det, samtidig som de også opprettholdt tilhørighet til familie, venner og resten av samfunnet. Selv om deltakerne hadde funnet ulike mestringsstrategier, erfarte de likevel

hemmere i både brukergrensesnittets design, teknologibegreper og i forhold til lange negler, som er vanskelige eller umulige for dem selv å gjøre noe med.

Studien synliggjør at å ta i bruk nettbrett kan erfares som en overgang hvor deltakerne viser en vellykket bruk av nettbrett. Fem mestringsstrategier for overgangen ble identifisert: støttende omgivelser, meningsfulle aktiviteter, positive erfaringer, opprettholdelse av relasjoner til personer og samfunn og strategier for bruk. Gjennom kartlegging av hemmere og fremmere for bruken av nettbrettet og tilrettelegging for mestringsressursene hos hver enkelt aktuell nettbrettbruker, kan ergoterapeuter bidra til vellykkede overganger, aktivitet og deltakelse, helse og trivsel, og til å redusere det digitale skillet mellom dem som bruker teknologi og dem som ikke gjør det, slik at flere kan ta i bruk ny teknologi.

Framtidig forskning bør søke kunnskap om hvordan ergoterapeuter kartlegger hemmere og fremmere for teknologibruk hos den enkelte og dens omgivelser, og tilrettelegger for mestringsstrategier til dem som skal ta i bruk ny teknologi.

En stor takk rettes til deltakerne i studien og husverten for hjelp til rekruttering av deltakere.

Referanser

1. European Commission. The 2018 ageing report: underlying assumptions and projection methodologies, Institutional Paper 065 Luxembourg: Publications Office of the European Union; 2017 [hentet 10. oktober 2019]. Tilgjengelig fra: https://ec.europa.eu/info/publications/economy-finance/2018-ageing-report-underlying-assumptions-and-projection-methodologies_en.
2. Meld. St. 29 (2012-2013). Morgendagens omsorg. Oslo: Helse- og omsorgsdepartementet; 2013 [hentet 22. februar 2017]. Tilgjengelig fra: <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld-st-29-20122013/id723252/>.
3. Forskrift om tildeling av bolig i Omsorg+. Forskrift om tildeling av bolig i Omsorg+, Oslo kommune, Oslo [Internett]; 2010 [hentet 3. april 2017]. Tilgjengelig fra: <https://lovdata.no/dokument/OV/forskrift/2010-12-15-1896>.
4. Ramprasad C, Tamariz L, Garcia-Barcena J, Nemeth Z, Palacio A. The Use of Tablet Technology by Older Adults in Health Care Settings-Is It Effective and Satisfying? A Systematic Review and Meta Analysis. *Clin Gerontol*. 2019;42(1):17-26. doi: <https://doi.org/10.1080/07317115.2017.1322162>.
5. NOU 2011: 11. Innovasjon i omsorg. Oslo: Helse- og omsorgsdepartementet; 2011 [hentet 5. februar 2017]. Tilgjengelig fra: <https://www.regjeringen.no/contentassets/5fd24706b4474177bec0938582e3964a/no/pdfs/nou201120110011000dddpdfs.pdf>.
6. Thygesen H. Velferdsteknologi og nye tjenesteløsninger. I: Moser I, red. Velferdsteknologi : en ressursbok. Oslo: Cappelen Damm akademisk; 2019. s. 25-32.
7. Ergoterapeutene. Ergoterapeuters kjernekompetanse; alle skal kunne delta [Internett]. Oslo: Norsk Ergoterapeutforbund; 2017 [hentet 28. mai 2018]. Tilgjengelig fra: https://ergoterapeutene.sharepoint.com/Arkiv/7-Kommunikasjon%20og%20markedsføring/75-Trykksaker/Kjernekompetanse%202017/Ergoterapeuters_kjernekompetanse_Web_enkeltside.pdf?&originalPath=aHR0cHM6Ly9lcmdvdGVyYXBldXRlbnUuc2hhcmVwb2ludC5jb20vOml6L2cvRVhTbnZwaVdPcmxBdTIHWIB6V0V4a3dCVWpubXd2ZjJjNFJlUdEdxLT-Fwc0VLZz9ydGltZTlZSkRGZGpscDEWZw
8. Meld. St. 27 (2015-2016). Digital agenda for Norge : IKT for vekst og verdiskaping. Oslo: Fornyings- administrasjons- og kirkedepartementet; 2016 [hentet 01. mai 2017]. Tilgjengelig fra: <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-27-20152016/id2483795/>.
9. Meld. St. 19 (2018-2019). Folkehelsemeldinga : gode liv i eit trygt samfunn. Oslo: Helse- og omsorgsdepartementet; 2019 [hentet 10. oktober 2019]. Tilgjengelig fra: <https://www.regjeringen.no/contentassets/84138eb559e94660bb-84158f2e62a77d/nno/pdfs/stm201820190019000dddpdfs.pdf>.
10. van Dijk JA. Digital divide research, achievements and shortcomings. *Poetics*. 2006;34(4-5):221-35. doi: <https://doi.org/10.1016/j.poetic.2006.05.004>.
11. Satariano WA, Scharlach AE, Lindeman D, Michael YL, Yen IH. Aging, Place, and Technology: Toward Improving Access and Wellness in Older Populations. *J Aging Health*. 2014;26(8):1373-89. doi: <https://doi.org/10.1177/0898264314543470>.
12. Wilcock AA, Hocking C. An occupational perspective of health. 3. utg. Thorofare, N.J: Slack Incorporated; 2015.
13. Tsai H-yS, Shillair R, Cotten SR, Winstead V, Yost E. Getting Grandma Online: Are Tablets the Answer for Increasing Digital Inclusion for Older Adults in the U.S.? *Educ Gerontol*. 2015;41(10):695-709. doi: <https://doi.org/10.1080/03601277.2015.1048165>.
14. Kottorp A, Nygård L, Hedman A, Öhman A, Malinowsky C, Rosenberg L, et al. Access to and use of everyday technology among older people: An occupational justice issue – but for whom? *J Occup Sci*. 2016;23(3):382-8. doi: <https://doi.org/10.1080/14427591.2016.1151457>.
15. Hammell KW. Dimensions of Meaning in the Occupations of Daily Life. *Can J Occup Ther*. 2004;71(5):296-305. doi: <https://doi.org/10.1177/000841740407100509>.
16. Anderson ML, Goodman J, Schlossberg NK. Counseling Adults in Transition: Linking Schlossberg's Theory With Practice in a Diverse World [Internett]. New York: Springer; 2012 [hentet 15. September 2019]. Tilgjengelig fra: <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=nlebk&AN=450166&site=ehost-live>.
17. Lund A, Sveen U, Asbjørnslett M, Raanaas RK. Livsfaser, overgange og brud i relation til aktivitet. I: Kaae Kristensen H, Schou ASB, Mærsk JL, red. Nordisk aktivitetsvidenskab. København: Ergo/Munksgaard; 2017. s. 149-70.
18. Crider C, Calder CR, Bunting KL, Forwell S. An Integrative Review of Occupational Science and Theoretical Literature

- Exploring Transition. *J Occup Sci.* 2015; 22(3):304-19. doi: 10.1080/14427591.2014.922913
19. Nygård L, Rosenberg L. How attention to everyday technology could contribute to modern occupational therapy: A focus group study. *Br J Occup Ther.* 2016;79(8):467-74. doi: <https://doi.org/10.1177/0308022615613354>.
 20. Swan J, Hitch D, Pattison R, Mazur A, Loi S, Westphal A, et al. Meaningful occupation with iPads: Experiences of residents and staff in an older person's mental health setting. *Br J Occup Ther.* 2018;81(11):649-56. doi: <https://doi.org/10.1177/0308022618767620>.
 21. Tsai H-yS, Shillair R, Cotten SR. Social Support and "Playing Around": An Examination of How Older Adults Acquire Digital Literacy With Tablet Computers. *J Appl Gerontol.* 2017;36(1):29-55. doi: <https://doi.org/10.1177/0733464815609440>.
 22. Woll A. Use of Welfare Technology in Elderly Care [Doktorgradsavhandling]. Oslo: Universitetet i Oslo; 2017 [hentet 6. juni 2018]. Tilgjengelig fra: <http://urn.nb.no/URN:NBN:no-58321>.
 23. Fjeldberg I, Lund A. "Dette å føle at du er med, med i det som skjer, og det de unge gjør". Beboere i omsorg+ og deres erfaringer med bruk av nettbrett. *Ergoterapeuten.* 2019;62(6):78-86.
 24. Hocking C. The challenge of occupation: Describing the things people do. *J Occup Sci.* 2009;16(3):140-50. doi: <https://doi.org/10.1080/14427591.2009.9686655>.
 25. Jaspers MWM. A comparison of usability methods for testing interactive health technologies: Methodological aspects and empirical evidence. *Int J Med Inform.* 2009;78(5):340-53. doi: <https://doi.org/10.1016/j.ijmedinf.2008.10.002>.
 26. Bailliard AL. Video methodologies in research: Unlocking the complexities of occupation: Les méthodologies de la vidéo dans la recherche : déverrouiller les complexités de l'occupation. *Can J Occup Ther.* 2015;82(1):35-43. doi: <https://doi.org/10.1177/0008417414556883>.
 27. Nordbø T. Introduksjon til interaksjonsdesign. Oslo: Universitetsforlaget; 2017.
 28. Forsberg E-M. Om Assisted Living-prosjektet [Internett]. Oslo: Wordpress.com; 2016 [hentet 29.03.19]. Tilgjengelig fra: <https://assistedlivingweb.wordpress.com/>.
 29. Kvale S. Doing Interviews [Internett]. London: SAGE Publications, Ltd; 2007 [hentet 6. mai 2019]. Tilgjengelig fra: <http://methods.sagepub.com/book/doing-interviews>.
 30. Knoblauch H, Tuma R, Schnettler B. Videography : introduction to interpretive videoanalysis of social situations. Frankfurt am Main: PL Academic Research; 2015.
 31. Malterud K. Systematic text condensation: A strategy for qualitative analysis. *Scand J Public Health.* 2012;40(8):795-805. doi: <https://doi.org/10.1177/1403494812465030>.
 32. Sandelowski M. Whatever happened to qualitative description? *Res Nurs Health.* 2000;23(4):334-40. doi: [https://doi.org/10.1002/1098-240X\(200008\)23:4<334::AID-NUR9>3.0.CO;2-G](https://doi.org/10.1002/1098-240X(200008)23:4<334::AID-NUR9>3.0.CO;2-G).
 33. Kvale S, Brinkmann S. Det kvalitative forskningsintervju. 3. utg. Oslo: Gyldendal akademisk; 2015.
 34. Bury M. Chronic illness as biographical disruption. *Sociol Health Illn.* 1982;4(2):167-82. doi: <https://doi.org/10.1111/1467-9566.ep11339939>.
 35. Christiansen CH. Defining lives: Occupation as identity: An essay on competence, coherence, and the creation of meaning - The 1999 Eleanor Clarke Slagle lecture. *Am J Occup Ther.* 1999;53(6):547-58. doi: <https://doi.org/10.5014/ajot.53.6.547>.
 36. Blair SEE. The Centrality of Occupation during Life Transitions. *Br J Occup Ther.* 2000;63(5):231-7. doi: <https://doi.org/10.1177/030802260006300508>.
 37. Larsen SM, Hounsgaard L, Brandt Å, Kristensen HK. "Becoming acquainted": The process of incorporating assistive technology into occupations. *J Occup Sci.* 2019;26(1):77-86. doi: <https://doi.org/10.1080/14427591.2018.1542337>.
 38. Neves BB, Franz R, Judges R, Beermann C, Baecker R. Can Digital Technology Enhance Social Connectedness Among Older Adults? A Feasibility Study. *J Appl Gerontol.* 2019;38(1):49-72. doi: <https://doi.org/10.1177/0733464817741369>.
 39. Yerxa EJ. An Introduction to Occupational Science, A Foundation for Occupational Therapy in the 21st Century. *Occup Ther Health Care.* 1990;6(4):1-17. doi: https://doi.org/10.1080/J003v06n04_04.
 40. Raanaas RK, Lund A, Sveen U, Asbjørnslett M. Re-creating self-identity and meaning through occupations during expected and unexpected transitions in life. *J Occup Sci.* 2019;26(2):211-8. doi: <https://doi.org/10.1080/14427591.2019.1592011>.
 41. Hammell KW. Self-Care, Productivity, and Leisure, or Dimensions of Occupational Experience? Rethinking Occupational "Categories". *Can J Occup Ther.* 2009;76(2):107-14. doi: <https://doi.org/10.1177/000841740907600208>.
 42. Holt-Lunstad J, Smith TB, Layton JB. Social Relationships and Mortality Risk: A Meta-analytic Review. *PLoS Med.* 2010;7(7):e1000316. doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000316>.
 43. Fischl C, Asaba E, Nilsson I. Exploring potential in participation mediated by digital technology among older adults. *J Occup Sci.* 2017;24(3):314-26. doi: <https://doi.org/10.1080/14427591.2017.1340905>.
 44. Mitzner TL, Boron JB, Fausset CB, Adams AE, Charness N, Czaja SJ, et al. Older adults talk technology: Technology usage and attitudes. *Comput Human Behav.* 2010;26(6):1710-21. doi: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.06.020>.
 45. Eisma R, Dickinson A, Goodman J, Syme A, Tiwari L, Newell A. Early user involvement in the development of information technology-related products for older people. *Universal Access Inf.* 2004;3(2):131-40. doi: <https://doi.org/10.1007/s10209-004-0092-z>.
 46. Zhou J, Rau P-LP, Salvendy G. Use and Design of Handheld Computers for Older Adults: A Review and Appraisal. *Int J Hum-Comput Int.* 2012;28(12):799-826. doi: <https://doi.org/10.1080/10447318.2012.668129>.
 47. Haahr A, Norlyk A, Hall EOC. Ethical challenges embedded in qualitative research interviews with close relatives. *Nurs. Ethics.* 2013;21(1):6-15 pp. doi: <https://doi.org/10.1177/0969733013486370>.