

# «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

Av Idun Fjeldberg & Anne Lund



*Idun Fjeldberg har mastergrad i ergoterapi fra OsloMet. Hun jobber i Oslo kommune i skolehelsetjenesten i bydel Gamle Oslo.*



*Anne Lund er førsteamanuensis ved OsloMet, Institutt for ergoterapi og ortopediingeniørutdanning.*

### «Dette å føle at du er med, med i det som skjer, og det de unge gjør»

#### Abstract

**Background:** The use of tablet computers can improve the quality of life for older adults by reducing loneliness and depression, and contribute to increased self-esteem and personal growth. Further knowledge is needed to understand how older adults use tablet computers in everyday life.

**Aim:** To explore how some residents in an assisted living use tablet computers in everyday life.

**Method:** Individual semi-structured interviews with six residents living in an assisted living were performed. Content analysis was used.

**Results:** Five categories were revealed: «A safe context with instructions and social support», «Tablet as a social tool», «An activity change in everyday life», «Tablet to keep up with trends» and «Tablets can also be experienced as hassle».

**Conclusion:** The study shows that the residents used the tablet computers as a tool to maintain and develop social relationships with family and friends in their everyday lives. They also demonstrated new ways of performing activities with the tablet computers. Some residents used the tablet computers to be updated on «everything that is going on». The daily support from the housekeeper seemed to be of importance to incorporate the tablet computers in meaningful activities. However, some also perceived the tablet computer as a hassle.

**Keywords:** older adults, tablet computers, everyday life, assisted living, activity theory

*Manuset ble mottatt 04.01 2019 og godkjent 31.07. 2019.*

*Det eksisterer ingen interessekonflikter vedrørende dette manuskriptet.*

## Introduksjon

Samfunnet står i dag overfor demografiske, samfunnsmessige og helsemessige utfordringer med en sterkt voksende andel eldre (1). Dette er forventet å legge et stort press på helse- og omsorgstjenestene, og velferdsteknologi er et av tiltakene som er iverksatt for å bidra til en bærekraftig omsorgstjeneste i framtiden.

Velferdsteknologi ser ut til å være et av flere viktige tiltak både på tjenestenivå og på individnivå for at de som ønsker, skal kunne bo lenger hjemme (2, 3). I Meld.St. 15 (2017-2018) Leve hele livet og Meld.St. 19 (2018-2019) Folkehelsemeldingen vektlegges målet om at velferdsteknologi skal etableres som et ordinært tilbud i alle kommuner i Norge (3, 4). Velferdsteknologi beskrives som teknologisk assistanse som kan bidra til økt trygghet, sikkerhet, sosial deltakelse, mobilitet og fysisk og kulturell aktivitet og styrker den enkeltes evne til å klare seg selv i hverdagen til tross for sykdom og sosial, psykisk eller fysisk nedsatt funksjonsevne (2). Ut ifra denne beskrivelsen kan nettbrett forstås som velferdsteknologi.

Woll (5) skiller mellom passiv og aktiv teknologi, ut ifra hva teknologien krever av brukeren. Sensorteknologi kan sees som passiv ved at den for eksempel registrerer bevegelse uten at brukeren har en aktiv rolle inn i teknologien. Motsatt vil nettbrett anses som aktiv teknologi, da det krever at brukeren samhandler med teknologien med hensikt om å oppnå noe (5). Nettbrett er kompleks teknologi med mange muligheter og blir stadig mer brukt blant eldre. I noen omsorgsboliger, også omtalt som Omsorg+, blir nettbrett utdelt gratis til alle beboerne som flytter inn. Omsorg+

er tilrettelagt for dem over 67 år med nedsatt funksjonsevne, og er samlokalisert med aktivitetscenter og kantine og døgnbemannet med husverter (6). Dette er i tråd med regjeringens fokus på å bygge boliger som kan fungere gjennom hele livsløpet (1). Slike boliger sammen med bruk av velferdsteknologi kan gi mennesker mulighet til å mestre eget liv, bidra til at flere kan bo i eget hjem lenger, og bidra til å forebygge eller utsette innleggelse på sykehjem (1). Studier viser at bruk av nettbrett kan forbedre Eldres livskvalitet ved å redusere ensomhet og depresjon (7, 8) og bidra til økt selvstendighet og personlig vekst (9, 10).

Denne artikkelen presenterer en studie som ser på hvordan noen beboere i en Omsorg+-bolig bruker nettbrett i hverdagslivet.

### TIDLIGERE FORSKNING

Det er gjort en del studier om Eldres tilgang til og bruk av internett og digitale verktøy. En spørreundersøkelse i Norge studerte utviklingen til Eldres digitale hverdag fra 2014 til 2018 (11). Den viser at blant dem med internetttilgang er det 67 prosent daglige brukere av nettbrett. Nettjenestene de bruker mest, er nyheter, informasjonssøk, e-post/chat og sosiale medier (11). Slettemeås, Mainsah (11) viser at eldre bruker internett for å holde seg informert, kunne utføre tjenester hjemmefra og holde kontakt med familie og venner. Woll (5) fant at flertallet i en omsorgsbolig hadde latt nettbrettet bli liggende ubrukt i en skuff, samtidig som det var noen såkalte superbrukere som brukte det aktivt og så på det som nyttig, spesielt til å lese nettaviser.

Tsai, Shillair (10) viser at det

som gjør at eldre velger å ta i bruk nettbrett er å se at andre bruker det, at familie eller nære venner har anbefalt dem å ta det i bruk, eller at de får nettbrettet i gave. En annen studie belyser at det å tørre og prøve nye ting er avgjørende for at nettbrettet blir tatt i bruk (12). Det kan se ut til at de som har tidligere erfaring med PC, lettere tar i bruk og lærer seg nettbrett (10). En nylig studie gjort av Vaportzis, Clausen (13) fant at de eldre deltakerne brukte nettbrettet som en motivasjon for å bidra i samfunnet og for å holde kontakt med familie og venner.

Flere studier konkluderer med at sosial støtte er noe av det viktigste for at eldre tar i bruk nettbrett (10, 12, 13). Sosial støtte har betydning i startfasen, for å få eldre til å ville og tørre å ta i bruk nettbrettet (14). Videre er tilstrekkelig sosial støtte viktig i læringsprosessen og vil kunne bidra til bruk (12, 15). I læringsprosessen påpeker Barnard og Bradley (15) at tilgjengeligheten til både teknisk og emosjonell støtte er avgjørende. For dem som er engstelige for å ødelegge eller oppleve ikke å mestre bruk av teknologien, er det av stor betydning å ha støttepersoner tilgjengelig som kan hjelpe til hvis noe går galt (15). Vi ser både i nasjonale og internasjonale studier at det er tydelige forskjeller i hvordan eldre bruker nettbrett, og det antas at det er mange faktorer som spiller inn på om det blir tatt i bruk eller ikke (5, 16).

### NETTBRETT SOM AKTIVITET I HVERDAGSLIVET

For å forstå nettbrett som aktivitet har vi valgt aktivitetsvitenskap som et teoretisk perspektiv. I aktivitetsvitenskap, som er en tverrfaglig disiplin, studerer vi

interaksjon mellom mennesket, aktivitet og omgivelser (17). «Activity theory» er oversatt til norsk som «virksomhetsteorien» og kan forstås som et teoretisk perspektiv innen aktivitetsvitenskap. Virksomhetsteorien har utspring i en læringstradisjon som bygger på Vygotskys arbeid i en kulturhistorisk tradisjon (18), og er beskrevet av flere norske forfattere (19-21). Vygotsky fokuserte på relasjonene mellom mennesker innbyrdes, og mellom mennesker og kontekst, for å forstå den dynamisk gjensidige avhengigheten mellom sosiale og individuelle prosesser (18). Han mente det var viktig å forstå sosialt utviklede, kulturelle redskaper som medierer prosesser mellom individene og konteksten (18, 22). Nettbrett kan i denne forståelsen beskrives som en artefakt, som er en gjenstand eller et produkt skapt av mennesker (23).

Virksomhetsteorien har som formål å forstå individer, så vel som de sosiale enhetene de danner i sitt hverdagsliv, gjennom en analyse av hvordan aktiviteter oppstår, struktureres og utvikles (22). Dette gjøres ved å søke og forstå relasjonene mellom menneskelig handling, og de kulturelle, institusjonelle og historiske kontekster den oppstår i (18). Engeström (24) knytter virksomhetsteorien til å utforske menneske-maskin-interaksjon, som er aktuelt for å forstå noen beboeres bruk av nettbrett i en Omsorg+-bolig, som vi gjør i denne artikkelen.

## HENSIKT OG PROBLEMSTILLING

Hensikten med denne studien var å undersøke beboere i en Omsorg+ og deres erfaringer med bruk av nettbrett, og hvordan de inkluderer nettbrettet i hverda-

Tema	Spørsmål
Implementering av nettbrettet	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kan du fortelle meg litt om hvorfor du fikk dette nettbrettet? <ul style="list-style-type: none"> <li>• Får alle det her i Omsorg+, eller er det noen utvalgte?</li> <li>• Hvor lenge har du hatt det?</li> </ul> </li> <li>2. Fikk du opplæring i hvordan du skal bruke nettbrettet? <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hvordan fikk du opplæring, og av hvem?</li> </ul> </li> <li>3. Hvordan synes du det var å lære seg å bruke nettbrettet?</li> </ol>
Sosial kontakt	<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Hvis du ser for deg en helt vanlig dag, hvem har du kontakt med i løpet av dagen? <ul style="list-style-type: none"> <li>• Familie, venner, andre beboere, husverten</li> <li>• Besøk, telefon, skype, butikken</li> </ul> </li> <li>5. Har du kontakt med noen via nettbrettet?</li> <li>6. Har din sosiale kontakt med andre mennesker endret seg etter at du tok i bruk nettbrettet?</li> </ol>

Tabell 1: Utdrag fra intervjuguiden.

gen: *Hvordan bruker noen beboere i en Omsorg+-bolig nettbrett i hverdagslivet?*

## Metode

En kvalitativ metode med innholdsanalyse er valgt som metodisk fremgangsmåte for å undersøke beboernes erfaringer og opplevelser med bruk av nettbrett (25, 26).

## DATAINNSAMLING

Semistrukturerte individuelle intervjuer ble gjennomført av førsteforfatter (25). En intervjuguide ble benyttet med spørsmål knyttet til temaene: erfaringer med teknologi, implementering, bruk av nettbrettet, utforming, sosial kontakt og holdninger til teknologi. Førsteforfatter utviste skjønn med tanke på rekkefølgen på spørsmålene og hvilke oppfølgings spørsmål som ble stilt, ut fra hvordan dialogen utviklet seg med deltakeren. Dette ble gjort for å få fram deltakernes opplevelser og erfaringer (25) knyttet til bruk av nettbrett. Se tabell 1.

Intervjuene foregikk i Omsorg+ sine lokaler, og deltakerne bestemte selv hvor de skulle gjennomføres. Tre av intervjuene foregikk i deltakernes leilighet, to inne på et lukket kontor og ett i boligens fellesareal. Intervjuene hadde en varighet på fra 16 til 105 minutter. Det ble gjennomført lydopptak av alle intervjuene med samtykke fra deltakerne. Førsteforfatter transkriberte intervjuene ordrett i etterkant.

## UTVALG

Deltakerne er rekruttert gjennom et større prosjekt, Assisted Living Project (27). Inklusjonskriteriene var at de måtte være over 67 år, beboere i en Omsorg+-bolig, samtykkekompetente, og brukere av nettbrett. Eksklusjonskriterier var å ha hatt nettbrettet i mindre enn tre måneder og å bruke nettbrettet sjeldnere enn ukentlig. Andreforfatter kontaktet husverten i Omsorg+, som forespurte aktuelle deltakere ut ifra inklusjonskriteriene. De beboerne som samtykket til å delta, ble da kontaktet direkte

Deltaker	Alder	Sivilstatus	Utdanning	Tidligere erfaring	Hatt nettbrettet i
Sverre	78	Aleneboende	Høyere utdanning	Smarttelefon, PC i jobben, nettbrett	2 år
Marit	83	Aleneboende	Høyere utdanning	Noe erfaring med PC i jobben	3 mnd
Per	73	Aleneboende	Høyere utdanning	Smarttelefon, PC privat og i jobben	1 år
Björg	77	Aleneboende	Grunnskole	Ingen	2,5 år
Hans	70	Aleneboende	Høyere utdanning	Smarttelefon, PC privat og i jobben	2,5 år
Astrid	88	Aleneboende	1-årig utdanning etter videregående	Smarttelefon, PC privat og i jobben, iPad	2,5 år

Tabell 2: Presentasjon av deltakerne med fiktive navn.

Deltaker	Meningsbærende enhet	Kondensert meningsbærende enhet	Kode	Delkategori	Kategori
Astrid	<i>Når det kommer vitser og sånn, så hender det jeg knipser dem av hvis det er litt lange vitser, for når det er kaffe her klokka 18 hver ettermiddag, så sitter vi jo her. Og da har jeg en del sånne vitser, og noen groviser og noen andre.</i>	Når jeg finner vitser så pleier jeg å ta skjermbilde, slik at jeg kan fortelle vit-sene høyt når det er kaffe her kl. 18.	Bruksområde	Bruk av nettbrett i sosiale settinger	«Nettbrett som et sosialt verktøy»

Tabell 3. Utdrag fra analysen fra meningsbærende enhet til kategori.

av førsteforfatter. Dette resulterte i seks deltakere (70-88 år), som presenteres i tabell 2.

### ANALYSEPROSESS

Analyseprosessen startet allerede ved utforming av tema og intervjuguide (25). Analysemetoden som er brukt videre, er inspirert av Graneheim og Lundmans (26) retningslinjer for innholdsanalyse. Førsteforfatter leste gjennom de transkriberte tekstene flere ganger og noterte ned refleksjoner underveis, og dannet på den måten et helhetsinntrykk av datamaterialet. Forfatterne diskuterte helhetsinntrykk, og deretter ble meningsbærende enheter knyttet til problemstillingen identifisert. Disse ble fortettet, og det ble utviklet kondenserte meningsbærende enheter. Videre ble

disse kodet, og det ble utarbeidet delkategorier og kategorier som fremstiller det synlige og åpenbare innholdet i materialet (26). Koder, delkategorier og kategorier ble diskutert mellom førsteforfatter og andreforfatter. Dette var en kontinuerlig prosess hvor forfatterne diskuterte og analyserte fram og tilbake mellom helheten og delene av teksten (26). Meningsbærende enheter, kondenserte meningsbærende enheter, koder, delkategorier og kategorier ble skrevet inn i Microsoft Excel for å systematisere og skape oversikt over datamaterialet. Se tabell 3.

### ETISKE VURDERINGER

Denne studien er tilknyttet Assisted Living-prosjektet og godkjent av Norsk samfunnsvi-

tenskapelig datatjeneste (NSD) (Nr. 47996/3/ASF). Regional etisk komité (REK) har vurdert Assisted Living-prosjektet og tilrådet at det ikke kreves godkjenning for å kunne gjennomføre prosjektet, da det ikke går under helseforskning (Nr. 2015/2413). Deltakerne ble informert både muntlig og skriftlig om studiens formål og metode, og alle skrev under på samtykkeskjema til deltakelse. Det var frivillig å delta, og deltakerne kunne trekke seg når som helst. Vi har vist aktsomhet for å ivareta personvern og anonymitet.

### Resultater

Resultatene presenteres i fem kategorier med eksempler som beskriver hvordan deltakerne bruker nettbrettet i hverdagslivet: «En trygg kontekst med opplæ-

ring og sosial støtte», «Nettbrett som et sosialt verktøy», «En aktivitetsendring i hverdagen», «Nettbrett for å være med i det som skjer» og «Nettbrett kan også være et styr».

### «EN TRYGG KONTEKST MED OPP- LÆRING OG SOSIAL STØTTE»

Ut i fra deltakernes beskrivelser er det tydelig at konteksten Om-  
sorg+ har betydning for hvordan de bruker nettbrettet. Deltakerne fortalte at nettbrettet er en del av tilbudet i Omsorg+-boligen og blir tildelt gratis når de flytter inn. De har ingen kostnader med selve nettbrettet eller for å få nettilgang, og deltakerne vektla dette som en viktig faktor for at de valgte å ta det i bruk. I tillegg fikk alle deltakerne tilbud om én-til-én-opplæring i bruk av nettbrettet. Et par av deltakerne ønsket ikke opplæring og ville finne ut av ting på egen hånd. Andre deltakere ønsket opplæring enten fordi de ikke var vant med Android-systemet fra tidligere, eller fordi de rett og slett ikke følte seg kyndige nok på en slik type teknologi. Opplæringen ble gitt av en av husvertene som jobber i Omsorg+. Flere fortalte at det var husverten som hadde lært dem det de kan, og at opplæringen derfor har vært viktig for å mestre bruken av nettbrettet. Samtidig virket det som opplæring var et stående tilbud hvis noen ønsket å lære seg mer, noe flere utyret at de ønsket.

*Det er husverten som har lært meg det jeg kan nå da. Snakke med forskjellige... ringe til sønnene mine for eksempel, og til venninner.. også se på aviser.*  
Björg, 77 år

Tilstedeværelsen til husvertene ble beskrevet som viktig og betryggende når det gjaldt bruk

av nettbrettet. Det er alltid en husvert til stede i boligen, tilgjengelig for spørsmål eller som kan bistå med hjelp. Deltakerne fikk spørsmål om hva de ville gjort hvis det var noe med nettbrettet de ikke fikk til, og da svarte de fleste at de ville spurt husverten om hjelp. Det ble fortalt om flere hendelser hvor de hadde gjort nettopp det, og hvor fint det var alltid å ha en de kunne ringe til hvis de trengte hjelp.

*Det er fint å ha en sånn husvert her på huset. Det er veldig bra, for de hjelper oss med alt egentlig. Sånn fra å skifte lyspærer og alle sånne ting, og ikke minst å kunne spørre om nettbrettet da.*

Sverre, 78 år

Det ble også nevnt at det var godt å ha andre støttepersoner, som familie og venner som var kyndige på nettbrett og kunne hjelpe til hvis det var noe. Deltakerne ga uttrykk for at sosial støtte fra dem rundt var viktig for hvordan de brukte nettbrettet i hverdagen.

### «NETTBRETT SOM ET SOSIALT VERKTØY»

Deltakerne fortalte om det sosiale miljøet i Omsorg+ og at hver ettermiddag var det felleskaffe for beboerne, noe flere av dem pleide å delta på. Det ble fortalt historier om hvordan nettbrettet ble brukt i slike sosiale settinger. En deltaker fortalte at hun pleide å ta skjerm-  
bilde av vitser hun kom over på Facebook, slik at hun kunne fortelle dem til felleskaffen. Det ble også nevnt at nettbrettet ble brukt til å søke opp og finne fasit hvis det oppsto diskusjoner og de var uenige om hvem som hadde rett. På den måten fikk de klarhet med en gang.

*Hvis vi sitter og diskuterer her, det gjorde jeg senest i går. Behøver ikke sitte å krangle og diskutere, så bare tar jeg opp nettbrettet også leter.. da ser vi jo hva som er riktig, og hva vi lur på og sånn. (...) Da kan dem bare si til meg "Ta opp den derre greia di da".*

Astrid, 88 år

For noen av deltakerne handlet nettbrettet i stor grad om å opprettholde sosiale relasjoner. Noen av deltakerne hadde familien langt unna og brukte derfor nettbrettet for å holde kontakt med dem. En annen deltaker brukte Facebook aktivt og brukte det som en offentlig dagbok, hvor hun hver kveld la ut bilder og oppdatering om hva hun hadde gjort den dagen. Slik opprettholdt hun kontakt med mange bekjente.

*Jeg legger inn på Facebook hver dag. Jeg har dagboken min der jeg... Daglig oppdatering og offentlig dagbok (ler)..*

Astrid, 88 år

### «EN AKTIVITETSENDRING I HVERDAGEN»

Deltakernes beskrivelser viser at nettbrettet gjør en forskjell i hverdagen, enten ved at det gjør noen aktiviteter lettere å utføre, eller ved at det muliggjør nye aktiviteter. De viktigste aktivitetene som hadde blitt enklere å utføre, var å betale regninger og handle matvarer. Ved å ta i bruk nettbank slapp de å bruke brevgiro eller gå i banken for å betale regninger. De fleste deltakerne hadde begynt å handle på Kolonial.no og var fornøyde med hvor lett og fint opplegg det var. Flere av deltakerne brukte rullator, noe som gjorde det tungt og vanskelig å få med seg matvarer hjem. Det ble fortalt om at de tidligere var



avhengige av familie til å hjelpe til med handlingen, men at de ikke trengte det lenger.

*For det jeg måtte gjøre før var jo å ringe ekskona, så dro vi og handlet også hjalp hun meg å bære opp. Det slipper jeg nå.. (...) Så nå kan jeg jo utføre alle de tingene som jeg trenger, inklusivt å bestille varer fra kolonialen eller marked.no.*  
Hans, 70 år

Etter at deltakerne fikk nettbrettet, benytter de seg i mindre grad av aviser i papirform, da de nå leser nyheter digitalt. For noen har det også skjedd en endring i hvordan de kommuniserer med familie og venner. Et par av deltakerne har tatt i bruk Skype og har nå muligheten til å se familien til tross for at de bor langt unna.

*Jeg bruker Skype, for da har jeg følelsen av at dem er her.. for jeg ser dem vet du.*  
Björg, 77 år

Deltakerne fortalte at nettbrettet har blitt en del av hverdagen, og at de daglig er inne og har sine rutiner på hvordan de bruker nettbrettet. Deltakerne bruker nettbrettet i ulik grad, men de har til felles at de ser på nettbrettet som nyttig i hverdagen. Det ble brukt ord som vital, uunnværlig og nyttig når de beskrev hvordan de så på nettbrettet.

*Jeg kunne jo ikke unnvære det mer (...) Det er som jeg sier, jeg har hele arkivet mitt der jeg, av bilder og alt som er.*  
Astrid, 88 år

#### «NETTBRETT FOR Å VÆRE MED I DET SOM SKJER»

Samtlige av deltakerne vektla betydningen av å bruke nettbrettet til å lese aviser og holde

seg oppdatert på nyheter, både via nettaviser og NRK TV. En av deltakerne fortalte at hun pleide å diskutere nyhets saker med sønnen sin, og at hun ofte var mer oppdatert enn han.

*Jeg følger veldig med på nyheter, og da sier sønnen min "det er så fint mamma, at du følger med og holder deg orientert", for jeg forteller jo han da. Han har liksom blir eksaminatoren min. Da blir jeg veldig stolt da, når han sier det.*

Marit, 83 år

Det ble også trukket fram at det var nyttig å kunne søke oppdatert kunnskap på nettbrettet i stedet for å bruke leksikon, som ble omtalt som gammeldags og inneholdt utdatert kunnskap. Deltakerne gav generelt uttrykk for at de syntes det var viktig å holde seg oppdatert på nyheter og være med på det som skjer i verden, mye fordi de ønsket å henge med på hva barn og barnebarn gjør.

*Om dette å føle at du er med. Med i det som skjer, og det de unge gjør. For det er litt godt for oss gamle da, for å kalle det godt.*

Marit, 83 år

#### «NETTBRETTET KAN OGSÅ VÆRE ET STYR»

Det er tydelig at deltakerne forbinder nettbrettet med noe positivt med mange fordeler, men det ble også trukket fram at det hadde noen svakheter. Det ble til og med nevnt at nettbrettet til tider kunne oppleves som et styr. Flere nevnte at nettbrettet hadde et lite minne, som gjorde at nettbrettet hang seg opp. Da måtte applikasjoner og bilder slettes for å få nettbrettet til å fungere igjen.

*Men nå har det nettbrettet vi*

*fikk en svakhet, og det er at det har for lite minne. Så nå stopper avisen å fungere. Så nå må den rense og slette, og ja.. det er et styr det og.*

Hans, 70 år

Et par av deltakerne trakk fram at det noen ganger kunne bli litt for mye teknologi og nesten litt overveldende å skulle lære seg så mye nytt. De hadde ikke så mye erfaring fra tidligere og følte innimellom at det ble litt for mye for dem. En annen deltaker syntes det var litt godt å være gammel, for da slapp hun det å sette seg inn i nye ting hele tiden.

*Jeg er mest forundret jeg, også er jeg såpass gammel at dette å lære.. ja, det burde jo stå høyt.. ha den innstillingen enda, men jeg synes jo det er godt å være gammel på en måte da, og slippe å sette seg inn i for mye nytt.*  
Marit, 83 år

En annen deltaker syntes at nettbrettet var tungvint å bruke sammenlignet med iPhoneen hans. Han synes det var mye lettere å ta iPhoneen, for den kunne han putte i lomma. Det likte han spesielt godt fordi han var dårlig til beins og brukte rullator, og derfor ikke hadde noen hender fri når han gikk. Det opplevdes derfor som et styr å skulle frakte med seg nettbrettet.

*iPhoneen er kjekk for den kan jeg ha i lomma ikke sant.. det er så veldig mye enklere å ta mobilen i hånda når jeg sitter i stolen min, enn det er å ta det nettbrettet. Det må jeg ærlig innrømme.*

Per, 73 år

#### Diskusjon

Hensikten med studien var å

undersøke hvordan noen beboere i en Omsorg+ bruker nettbrett i hverdagslivet. Vi vil diskutere resultatene ut fra virksomhetsteorien og tidligere forskning.

Deltakerne vektla at opplæring og sosial støtte har betydning for bruk av nettbrettet. Det at Omsorg+ delte ut nettbrettet gratis, var en viktig og for noen avgjørende faktor for at nettbrettet ble tatt i bruk, noe en tidligere studie også har funnet (10). Konteksten med sosial støtte ser ut til å være sentral for hvordan deltakerne har begynt å bruke nettbrettet, og kan forstås ut fra virksomhetsteorien hvor relasjoner mellom mennesker og kontekst er av betydning for å utføre en meningsfull aktivitet (18). Wittek (28) mener at læring og utvikling må ses i sammenheng med de omgivelsene og ressursene som den lærende har tilgang på. Å etablere gode rutiner for opplæring og oppfølging av nye tjenestemottakere ses som en viktig forutsetning for å lykkes med velferdsteknologi (29). Deltakerne har til enhver tid en husvert i Omsorg+ de kan spørre om hjelp og få opplæring fra. Tidligere studier viser at oppmuntring og støtte vil kunne legge til rette for læring (15). Deltakerne vektla betydningen av husvertens tilstedeværelse, og de ga inntrykk av at terskelen var lav for å spørre husverten om hjelp. Lee og Coughlin (30) viser i sin litteraturstudie at adgang til teknisk støtte og støtte fra familie og nærmiljø er viktige faktorer for teknologibruk blant eldre. Tilgangen til støtte vil påvirke hvordan de opplever utfordringer med nettbrettet (15), og det kan oppleves som enklere å takle utfordringer når det er noen tilgjengelig til å hjelpe til (14). Ut ifra virksomhetsteorien kan deltakernes bruk

av nettbrett (artefakt) forstås som at de utfører bruken i sin nærmeste utviklingszone og med støtte fra den kompetente andre (21), som her er husverten.

Deltakerne uttrykker at nettbrettet har ført til en endring i valg av aktiviteter og hvordan de utfører disse selvstendig i hverdagslivet, som for eksempel å handle matvarer på Kolonial.no og betale regninger i nettbank. Å utføre aktiviteter selvstendig eller med mindre hjelp kan ha motivert til teknologibruk, noe som også er funnet i andre studier (10, 31). Deltakerne viser nye aktivitetsmuligheter ved at de kan snakke med familie og venner via ulike kommunikasjonskanaler, eller ved å få tilgang til et større utvalg av aviser og nyheter på nettsider gjennom nettbrettet. Denne måten å bruke nettbrettet på ser ut til å ha skapt en personlig mening og vektlegger betydningen av støttepersoner som familie og husvert, samt konteksten de er en del av ved å bo i Omsorg+. Denne endringen forstås som at deltakerne skaper en ny identitet ved å gjøre aktiviteter på nye måter innenfor den historiske, sosiale og kulturelle kontekst de lever i (32). Deltakerne i vår studie er alle aleneboende, som i en studie assosieres med ensomhet og økt risiko for redusert helse og død (33). At de er aleneboende, kan ha påvirket motivet for bruk av nettbrettet. Deltakerne viser betydningen av å utvikle og opprettholde sosiale relasjoner ved bruk av nettbrett, som kan bidra til å forebygge ensomhet og isolasjon (7, 8) og være med å fremme retten til aktivitet og deltakelse.

Etter å ha tatt i bruk nettbrettet fortalte flere av deltakerne at de har begynt å kommunisere med familie og venner via ulike

kommunikasjonskanaler som Facebook og Skype. Ravneberg og Söderström (35) påpeker at menneskers kommunikasjons- og samhandlingsmetoder har utviklet og forandret seg de siste tiårene i tråd med at teknologien har utviklet seg, og støttes av vår studie. Dette med å holde seg oppdatert og med i det som skjer, ble vektlagt av alle deltakerne og kan forstås som et motiv for at de velger å bruke nettbrettet. Luijkx og Peek (14) viser at eldre velger å bruke Skype eller sosiale medier for å snakke med og få innsikt i barn og barnebarns liv. Dette kan skape en følelse av å være mer knyttet til familien, være en del av fellesskapet og det som skjer i omverdenen (10, 36). Som en av deltakerne i denne studien sa, så har det betydning for mange eldre: «*Dette å føle at du er med, med i det som skjer, og det de unge gjør*», som også er et eksempel på motiv innen virksomhetsteorien. Virksomhet karakteriseres ved alltid å være motivert og målrettet, at det er sammenheng mellom motiv og mål, og at det i prosessen mellom motiv og mål oppleves en grad av meningsfullhet (20). En annen studie støtter også opp under at teknologien må oppleves som meningsfull for at den skal integreres i hverdagen og i tillegg være i tråd med deres behov (34).

Denne studien viser at nettbrett også kan oppleves som et styr ved at det er mye å sette seg inn i, lite minne, eller at nettbrettet stopper opp og ikke fungerer som det skal. Dette kan være en av de største barrierene for teknologibruk, da brukere kan bli skeptiske og miste tillit til teknologien (5). Nettbrettet forstått som en artefakt og som ikke møter deltakerens mål kan være en trussel for motivet for nettbrettbruk (23). En

norsk undersøkelse viser at en av tre eldre mener de faller av lasset i den teknologiske utviklingen, og seks av ti mener at mange eldre tvinges til å delta i dagens teknologiutvikling (11). Allikevel synes halvparten at utviklingen er spennende og gir dem flere muligheter til å delta i samfunnet (11), noe flere av deltakerne i denne studien uttrykte. Norges institusjon for menneskerettigheter (37) påpeker at det er en menneskerettslig utfordring å nå fram til alle eldre og tilrettelegge for at de får den informasjons-, kommunikasjons- og tjenestetilgangen de har krav på, der stadig flere tjenester kun er tilgjengelige digitalt. Vår studie inviterer til at ansatte i Omsorg+-boliger, helsepersonell og pårørende retter oppmerksomhet mot at vi lever i en stadig mer digitalisert verden som kan være en menneskerettslig utfordring og vil ha betydning for den enkeltes mulighet og rett til aktivitet og deltakelse i samfunnet.

### Styrker og svakheter ved studien

Bruk av individuelle intervjuer har gitt rike og utfyllende data. Intervjuguiden hadde både åpne og mer direkte spørsmål og kan ha vært styrende for hva deltakerne snakket om og dermed innvirket på resultatene. Vi har tilstrebet å være transparente gjennom hele forskningsprosessen og prøvd å holde oss nært opptil det deltakerne har fortalt. I analyseprosessen har det vært en kontinuerlig diskusjon mellom første- og andreforfatter (25). Deltakerne er beboere i samme Omsorg+, og har det samme tilbudet med støtte og opplæring fra husverten. Dette kan være faktorer som gjør at kunnskapen i denne studien ikke har direkte overføringsverdi

til andre Omsorg+-boliger eller til eldre generelt.

### Konklusjon

Studien viser betydningen av en kontekst med husvert tilgjengelig for opplæring og daglig støtte i beboernes bruk av nettbrettet. Flere bruker nettbrettet som et sosialt verktøy i Omsorg+ og med familie og venner, som kan bidra til å forebygge ensomhet og isolasjon. Nettbrettet bidrar til å kunne delta i det som skjer, og har kanskje særlig betydning for dem som bor alene. Deltakerne demonstrerer at nettbrettet har bidratt til en aktivitetsendring ved at de gjør aktiviteter på nye måter, og har for mange bidratt til selvstendighet i hverdagslivet. Dette er i tråd med regjeringens ønske om å styrke den enkeltes evne til å klare seg selv i hverdagen til tross for nedsatt funksjonsevne. Samtidig kan nettbrettbruk oppleves som et styr. Dette inviterer til oppmerksomhet om at det kan være en menneskerettslig utfordring å nå fram til alle eldre og tilrettelegge for at de får den informasjons-, kommunikasjons- og tjenestetilgangen de har krav på.

### TAKKSIGELSER

Takk til beboerne som stilte opp på intervju. Takk til Kjell Emil Granå og Kari Opsahl for verdifulle innspill i artikkelarbeidet.

### Referanser

1. Meld. St. 29 (2012–2013). Morgendagens omsorg. Oslo: Helse- og omsorgsdepartementet; 2013.
2. NOU 2011:11. Innovasjon i omsorg. Oslo: Helse- og omsorgsdepartementet; 2011
3. Meld. St. 15 (2017–2018). Leve hele livet - En kvalitetsreform for eldre. Oslo: Helse- og omsorgsdepartementet; 2018.

4. Meld. St. 19 (2018–2019). Folkehelsemeldinga - Gode liv i eit trygt samfunn. Oslo: Helse- og omsorgsdepartementet; 2019.
5. Woll A. Use of Welfare Technology in Elderly Care [doktoravhandling]. Oslo: Universitetet i Oslo; 2017.
6. Forskrift om tildeling av bolig i Omsorg+. FOR-2010-12-15-1896. Tilgjengelig fra: <https://lovdata.no/dokument/LF/forskrift/2010-12-15-1896>.
7. Cotten SR, Anderson WA, McCullough BM. Impact of internet use on loneliness and contact with others among older adults: cross-sectional analysis. *Journal of medical Internet research*. 2013;15(2).
8. Cotten SR, Ford G, Ford S, Hale TM. Internet use and depression among older adults. *Computers in Human Behavior*. 2012;28(2):496-9.
9. Czaja SJ, Charness N, Fisk AD, Hertzog C, Nair SN, Rogers WA, et al. Factors Predicting the Use of Technology: Findings From the Center for Research and Education on Aging and Technology Enhancement (CREATE). *Psychology and Aging*. 2006;21(2):333-52.
10. 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.? *Educational Gerontology*. 2015;41(10):1-15.
11. Slettebø D, Mainsah H, Berg L. Eldres digitale hverdag. En landsdekkende undersøkelse om tilgang, mestring og utfordringer i informasjonssamfunnet. Oslo: Forbruksforskningsinstituttet SIFO; 2018.
12. Tsai H-yS, Shillair R, Cotten SR. Social support and "playing around": an examination of how older adults acquire digital literacy with tablet computers. *Journal of Applied Gerontology*. 2017;36(1):29-7.
13. Vaportzis E, Clausen MG, Gow AJ. Older Adults Experiences of Learning to Use Tablet Computers: A Mixed Methods Study.(Report). *Frontiers in Psychology*. 2018;9.
14. Luijkx KG, Peek STM, Wouters EJM. "Grandma, you should do it—it's cool": Older adults and the role of family members in their acceptance of technology. *International Journal of Aging & Health*. 2018;30(1):1-15.



- nal of Environmental Research and Public Health. 2015;12(12):15470-85.
15. Barnard Y, Bradley MD, Hodgson F, Lloyd AD. Learning to use new technologies by older adults: Perceived difficulties, experimentation behaviour and usability. *Computers in Human Behavior*. 2013;29(4):1715-24.
  16. Cimperman M, Brenčić MM, Trkman P. Analyzing older users' home telehealth services acceptance behavior—applying an Extended UTAUT model. *International Journal of Medical Informatics*. 2016;90:22-31.
  17. Asaba E, Josphsson S, Jonsson H. Videnskabsteoretisk, filosofisk og teoretisk grundlag for aktivitetsvidenskab. I: Kristensen HK, Schou ASB, red. *Nordisk aktivitetsvitenskap*. København: Ergo/Munksgaard; 2017.
  18. Vygotskij LS, Cole M, John-Steiner V, Scribner S, Souberman E. *Mind in society: the development of higher psychological processes*. Cambridge, Mass: Harvard University Press; 1978.
  19. Broch H, Enerstvedt RT, Fjell E, Hammerlin Y, Hope T, Huserbråten K et al. *Virksomhetsteorien: en innføring og eksempler*. Oslo: Falken; 1991.
  20. Opsahl K, Ravn G. Virksomhetsteorien - den kulturhistoriske skole. *Ergoterapeuten*. 2003;11:54-61.
  21. Granå KE, Opsahl K, Ravn G. Virksomhetsteorien og den nærmeste utviklingssonen - et lærestykke. *Ergoterapeuten*. 2018;2:26-34.
  22. Kaptelinin V, Nardi BA. *Acting with Technology: Activity Theory and Interaction Design*. Massachusetts: The MIT Press; 2006.
  23. Säljö R. *Læring i praksis: et sosiokulturelt perspektiv*. Oslo: Cappelen akademisk; 2001.
  24. Engeström Y. Activity theory as a framework for analyzing and redesigning work. *Ergonomics*. 2000;43(7):960-74.
  25. Kvale S, Brinkmann S. *Det kvalitative forskningsintervju*. 3. utg. Oslo: Gyldendal akademisk; 2015.
  26. Graneheim UH, Lundman B. Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today*. 2004;24(2):105-12.
  27. Assisted Living Project. Om Assisted Living-prosjektet 2016 [Hentet 2018.12.03] Tilgjengelig fra: <https://assistedlivingweb.wordpress.com/>.
  28. Wittek L. *Læring i og mellom mennesker: en innføring i sosiokulturelle perspektiver*. 2 utg. Oslo: Cappelen Damm akademisk; 2012.
  29. Melting JB. *Andre gevinstrealiseringsrapport med anbefalinger - Nasjonalt velferdsteknologiprogram*. Oslo: Helsedirektoratet; 2017.
  30. Lee C, Coughlin JF. PERSPECTIVE: Older Adults' Adoption of Technology: An Integrated Approach to Identifying Determinants and Barriers. *Journal of Product Innovation Management*. 2015;32(5):747-59.
  31. Gramstad A, Storli SL, Hamran T. Exploring the meaning of a new assistive technology device for older individuals. *Disability and Rehabilitation: Assistive Technology*. 2014;9(6):493-8.
  32. Lund A, Sveen U, Asbjørnslett M, Raanaas RK. Livsfaser, overgange og brud i relation til aktivitet. I: Kristensen HK, Schou ASB, Mærsk JL, red. *Nordisk aktivitetsvidenskab*. København: Forfatterne og Munksgaard; 2017. s. 149-70.
  33. Holt-Lunstad J, Smith TB, Layton JB, Brayne C. Social Relationships and Mortality Risk: A Meta-analytic Review (Social Relationships and Mortality). *PLoS Medicine*. 2010;7(7).
  34. Larsen SM, Hounsgaard L, Brandt Å, Kristensen HK. "Becoming acquainted": The process of incorporating assistive technology into occupations. *Journal of Occupational Science*. 2019;26(1):77-86.
  35. Ravneberg B, Söderström S. Disability, society and assistive technology. 1. utg. Abingdon: Routledge, Taylor & Francis Group; 2017.
  36. Winstead V, Anderson WA, Yost EA, Cotten SR, Warr A, Berkowsky RW. You Can Teach an Old Dog New Tricks: A Qualitative Analysis of How Residents of Senior Living Communities May Use the Web to Overcome Spatial and Social Barriers. *Journal of Applied Gerontology*. 2013;32(5):540-60.
  37. Norges institusjon for menneskerettigheter. *Eldres menneskerettigheter - Syv utfordringer* [Internett]. Oslo: Norges institusjon for menneskerettigheter (NIM); 2019 [Hentet 2019.07.08]. Temarapport 2019. Tilgjengelig fra: <https://www.nhri.no/2019/temarapport-2019-eldres-menneskerettigheter-syv-utfordringer/>.

