

# Basisprojekt 1.

1. semester - vinter 2020

Forsiden skal indgå som den første side i det afleverede oplæg.

**HUSK** at anføre gruppens eksamensgruppenr. på alle sider i dokumentet samt at sidenummerere alle siderne i dokumentet.

<b>Eksamensgruppenr.:</b> V2024788362
<b>Projekt(arbejds)titel:</b> “Besøgsordninger på plejehjem.”
<b>Gruppens medlemmer:</b> Damian Kruse Jugdeo, Rumeysa Bostanci, Sofia Ferra, Theis Aggerholm Bernhart Baasch og Tracy Osei Akoto.
<b>Vejleder:</b> Henning Christiansen
<b>Hold:</b> Hold C
<b>Dato:</b> 21/12-20

Deadline for aflevering i digital eksamen og thirdroom er

**Mandag, den 21. December 2020 kl. 10.00**

## *Besøgsordninger på plejehjem*



**Navn: Damian Kruse Jugdeo, Sofia Ferra, Tracy O. Akoto, Theis Aggerholm  
Bernhart Baasch & Rumeysa Bostanci**

Roskilde universitet (RUC), Humanistisk teknologisk bachelor. 1 semester - vinter 2020.

**Vejleder: Henning Christiansen.**

## 2.0 Abstrakt

Den følgende opgave består af en undersøgelse af, hvilke forskellige metoder der kan afhjælpe ensomhed blandt ældre på plejehjem.

Man hører typisk i dag, at ældre uden familie og ægtefæller på plejehjem, oplever ensomhed mere ofte. Denne situation er problematisk, blandt andet fordi ældres psykiske helbred kan have en effekt på deres fysiske helbred.

Denne opgave vil bestå af en redegørelse for, hvad ensomhed er, samt flere forskellige former for ensomhed. Og hvilke årsager for ensomhed der er sandsynlige. Herefter kommer en analyse, hvor vi vil benytte videnskabelige teorier, blandt andet designteori og psykologiske metoder. Dette bidrager til en undersøgelse, af hvordan man ved hjælp af en hjemmeside kan formidle kontakten mellem skoler, plejehjem og ensomheden blandt ældre på plejehjemmet. I vores diskussion kommer vi endvidere ind på fordele og ulemper, ved at bruge IT som problemløsning. Og hvordan Corona-situationen har påvirket vores generelle emnefelt. Opgaven slutter med gruppens personlige perspektivering, og en konklusion, der svarer på problemformuleringen.

## Indhold

2.0 Abstrakt.....	3
3.0 Indledning .....	6
Dimensionskrav .....	8
Introduktion til rapportens opbygning.....	8
4.0 Hvad er ensomhed, og hvad vil det sige at være ensom? .....	9
5.0 Redegørelse for hjemmeside samt besøgsordningen. ....	10
5.1 Aktiviteterne.....	11
5.2 Hvorfor skal en besøgsordning være en del af vores løsning?.....	13
6.0 Metode og teori .....	13
6.1 Designteori – forståelse af den artificielle og naturlige verden .....	13
6.2 Artefakt i form af ”interface” .....	14
6.3 Vilje og viden .....	15
6.4 Kognitiv psykologi.....	16
6.4.1 Nudging.....	17
7.0. Rollinger på plejehjem.....	22
7.1 Hjemmesidens design .....	25
7.2 Motivet for at få generationerne sammen.....	26
7.3 Hvordan vi skal bevare kontrollen under besøgsordninger .....	27
8.0 Diskussion.....	28
8.1 Er IT den rigtige løsning?.....	28
8.2 Mulige fordele og ulemper ved besøgsordninger .....	30
8.2.1 Fordele .....	30
8.2.2 Der er en række af ulemper, blandt andet:.....	31
8.3 Corona-diskussion.....	34
8.3.1 Konsekvenser på institutionsniveau.....	34
8.3.2 Konsekvenser i hverdagen .....	35
8.3.3 Konsekvenser for de ældres mentale helbred.....	35
8.3.4 Kan Corona-problematikken løses med IT? .....	37
8.3.5 Men hvad nu hvis Corona ikke fandt sted? .....	37
8.4 Vurdering.....	38
9. Perspektivering .....	39
10. Konklusion .....	41
11. Litteraturliste: .....	43
11.1 Links.....	43
11.2 Bøger .....	50

11.3 Undervisning .....	52
11.4 Bilag .....	53

### 3.0 Indledning

Ensomhed har igennem mange år været i skiftende fokus, og er i 2020 blevet meget aktuelt. Vi har i gruppen, gennem vores første semester, diskuteret vores egne oplevelser vedrørende, hvilken rolle ensomhed spiller i vores privatliv, samt i samfundet. Vi har i forskellige grader oplevet flere former for ensomhed på egen krop. Vi endte med at blive enige om, at der i nogle generationer er hårdere ramt af ensomhed end andre. Blandt nogle af de tekster vi læste, var der nogen der gav udtryk for samme overvejelser og har lavet undersøgelser af ensomhed blandt ældre. En af teksterne var: “Ældre og ensomhed: En oversigt over teori og forskning” af Holger Højlund (2001). Det var derfor klart for os fra start at det bestemt ikke er nogen ny observation, som vi har gjort os, tværtimod. Spørgsmålet er så, hvorfor der ikke findes en løsning på problemet, når man nu har kendt til det så længe, er forundrende. Det er der hvor vi kommer ind med vores potentielle løsning.

Vores motivation er bygget på vores viden og observationer, og på denne baggrund tager vi derfor udgangspunkt i følgende problemformulering:

"Hvilke udfordringer er der for at få besøgsordninger til at blive implementeret og hvordan kan vi lave en IT løsning, der kan afhjælpe ensomhed blandt ældre på plejehjem?"

Som man kan se i vores problemformulering, så er vores løsning en besøgsordning. Det er gennem denne ordning, at vi ville prøve at formindske tendensen af ensomhed hos ældre på plejehjem. Den løsning vi foreslår, er allerede er blevet eksperimenteret med i andre sammenhænge. Der er blandt andet produceret en dokumentar, som har været en stor inspiration for os i vores proces. DR1 udsendte i 2019 serien “Rollinger på plejehjem”, hvor en gruppe børn kom på besøg på et plejehjem, og fik lov til at interagere med de ældre. Det var en underholdende måde at illustrere et møde mellem den ældre og den yngste generation. Vores idé med en besøgsordning er derfor ikke ny. Det er den måde som det eksekveres på, som gør vores design unikt. Og her er vi fremme ved vores centrale design-idé. Det er en hjemmeside som spiller en essentiel rolle i processen.

Det er denne del af vores løsning som adskiller sig fra de andre idéer og tidligere løsninger.

I takt med at vi har udarbejdet denne problemformulering, så har vi dannet disse arbejdsspørgsmål, som skal hjælpe os med at udarbejde og svare på vores problemformulering.

- Hvad er ensomhed?
  - hvordan opstår det?
  - hvordan påvirker det individet både fysisk og psykisk?
  - hvilke udfordringer kan det medføre individet?
- Hvordan man gøre det attraktivt for skolerne at deltage i besøgsordningerne?
  - Hvordan kan man udnytte årstiderne og deres højtider til at lave arrangementer med temaer?
- Hvad er uddannelsesværdien for de deltagende skoleklasser? Hvordan kan man arrangere aktiviteter, så det grundlæggende formål med ordningen forbliver lærerigt?
- Hvilke kompetencer har personalet, hvad har de brug for, og hvilke behov har de?
- Kunne IT være en mulig løsning for at opretholde besøgsordningen (uden fysisk kontakt), hvis corona forbliver et aktuelt problem?

Disse arbejdsspørgsmål vil blive besvaret i forskellige dele af opgaven. Det første spørgsmål, som omhandler hvad ensomhed er, vil blive besvaret i en del af vores redegørelse. Her vil der vil blive redegjort om ensomhed og de forskellige typer af ensomhed, der eksisterer.

I analysen vil det fremgå, hvordan vi kan gøre det attraktivt for skolerne og klasserne at deltage i vores besøgsordning. Ydermere, vil vi anvende begrebsapparatet fra designteori og elementer fra psykologi i analysen.

Diskussionen vil blandt andet berøre fordele og ulemper ved vores besøgsordning, og til sidst vil der blive afklaret, hvorvidt det er muligt at opretholde en besøgsordning, nu når Corona er aktuelt. Der vil blive overvejet en IT-løsning og om det kan være med til at overkomme de komplikationer, som Corona har forårsaget.

## Dimensionskrav

Dimensionskravene består af at vi, som gruppe, skal opfylde en aktiv og tilfredsstillende deltagelse i henholdsvis problemformuleringsseminar samt midtvejsevalueringen. I de to førnævnte seminarer var der krav om et skriftligt oplæg, som så skulle afleveres til hver af de to individuelle seminarer. Ydermere skal vi så i denne rapport have opfyldt et omfangskrav, altså tegn som vi skriver som gruppe. Til sidst afslutter vi med en mundtlig eksamen, af en varighed på én times tid.

## Introduktion til rapportens opbygning

Denne rapport består først og fremmest af en redegørelse. Redegørelsen er delt i to, hvor den første del handler om vores problemstilling, hvor vi beskriver vores motivation og generelt beskriver ensomhed og dens relevans i vores samtid. Derefter kommer der en redegørelse for vores besøgsordning samt for vores hjemmeside. Denne anden del består af en basal redegørelse af, hvordan besøgsordning kommer til at foregå og hvordan hjemmesiden spiller en rolle i det færdige produkt. Efter redegørelsen, har vi skrevet en analyse, som blandt andet går i dybden med eksisterende besøgsordninger, og teknologien; samt hjemmesidens betydning for vores overordnede produkt. Analysen indeholder yderligere en analyserende beskrivelse af de aktiviteter som hjemmesiden indeholder. Vi begrundet, hvorfor vi har valgt en hjemmeside som vores design, ud fra designteori.

Efter analysen, kommer der en diskussion, hvor der blandt andet bliver diskuteret, hvordan vores besøgsordning kunne finde sted under Corona, hvis det stadig er aktuelt i den nærmeste fremtid. Herunder kommer der overvejelser om der overhovedet kan være en besøgsordning uden for meget besvær mht. Corona. Vi diskuterer endvidere fordele og ulemper ved en IT-båret løsning.

Som det næstsidste vil vi perspektivere til hvad vi har oplevet og lært, på vejen igennem kurset, både de positive og negative elementer.

Hele opgaven bliver rundet af med en konklusion, som på baggrund af vores analyse og redegørelse, svarer på vores problemformulering. Der vil til sidst komme nogle afrundende overvejelser omkring vores endelige produkt og overvejelser til fremtidige ændringer eller ting vi ville have gjort anderledes.



#### 4.0 Hvad er ensomhed, og hvad vil det sige at være ensom?

Selvom ensomhed er et kompliceret emne at diskutere, tager vi udgangspunkt i en opfattelse af at ensomhed blandt ældre er et udbredt problem.

Ensomhed er en uønsket følelse, der dukker op hos de mennesker, hvis relationer ikke overensstemmer med deres sociale behov. For eksempel, kan man føle sig ensom, selvom man kan være omgivet af andre. I forbindelse med ensomhed kategoriseres det i tre dele ifølge den videnskabelige artikel, “*de tre typer ensomhed, når alt kollapse*”. (Udforsk sindet, 2018)

Ifølge denne artikel, så definerer man den første type af ensomhed, således at det kan opleves selvom man er omringet af mennesker. Her ville årsagen til ensomheden så være, at man ikke ville kunne mærke en forbindelse mellem en selv og de personer man er sammen med. Denne type ensomhed vil typisk forsvinde, når man er i selskab med de personer, der betyder mest for individet og omvendt.

En anden type ensomhed er, når følelsen udvikles til en sygdom. En diagnose, der ofte vil opstå ud af kraftig ensomhed, kan være depression. Andre karakteristika ved depression kan være at man oplever mangel på livsglæde og et ønske om at forlade denne verden. Ensomheden forstærkes ofte af, at der ikke er familiemedlemmer eller venner omkring denne person, der er ramt af ensomheden. Her er der også tale om, at rigtig mange ældre der er ramt af denne type ensomhed, tit oplever, at deres psykiske helbred har påvirket det fysiske helbred, i en mere usund retning. Dette sker i forbindelse med, at man ved at være ensom, ubevidst kan udelukke sig selv fra resten af verden og andre mennesker. Herefter ville man typisk ende med et fysisk dårligere helbred, da man ikke får bevæget sig nok, spist sundt, og lignende. I forbindelse med dette er der mange mulige løsninger til, at man kan undgå ensomhed blandt ældre, og et af dem omhandler primært, at fastlægge besøgsdage for ældre med børn som besøgsvenner.

Den sidste kategori af ensomhed, fremkommer når de fysiske rammer udgør en hindring for social samvær. Dette ses ofte hos ældre der er bosat på plejehjem. Det kan være fordi, at man undervejs i livet har mistet sin ægtefælle, ikke har nogen familiemedlemmer, der kommer på besøg og derudover ingen venner har. Det er en stor risiko for at man mister håbet om, at livet nogensinde kan blive bedre. Denne

følelse af håbløshed vil være udbredt hos mennesker, der lider af den tredje kategori af ensomhed.

Ensomhed kan derudover karakteriseres ved dens varighed. Der skelnes mellem den *forbigående* og den *langvarige ensomhed* (Psykiatrifonden, 2020).

Psykiatrifonden fremhæver, at den langvarige har en tendens til oftere at vise sig hos ældre, hvor yngre individer tit har en forbigående ensomhed. Langvarig ensomhed omhandler primært, når man er diagnosticeret deprimeret og føler ensomhed over en længere periode, hvor den forbigående kan være alt fra få dage til for eksempel flere uger. Altså, her vil der være tale om at føle ensomhed der vil forsvinde igen efter kort tid.

I forbindelse med depression, så kan årsagssammenhængen også gå den anden vej. Ensomhed kan således opstå hos de individer, der bevidst vælger at isolere sig fra det sociale samvær. Her ville der så være tale om en social isolation (No Isolation, 2020) der har sammenhæng med ensomhed.

At være socialt isoleret handler om, at man frivilligt - eller ufrivilligt - har holdt afstand fra andre mennesker og verden. Her vil der være stor mangel på social kontakt mellem det pågældende individ og samfundet, hvilket kan være en direkte vej til ufrivillig ensomhed.

Samlet set kan ensomhed have mange årsager og variere i både alvorlighed og varighed. Eller begge dele. Det er vigtigt at vide, hvilken ensomhed man har med at gøre, når man skal udtænke løsninger, der skal afhjælpe den.

## **5.0 Redegørelse for hjemmeside samt besøgsordningen.**

Den løsning som vores gruppe foreslår er en hjemmeside, der skal facilitere en besøgsordning, hvor børnehaveklasser besøger ældre på forskellige plejehjem.

Denne løsning er primært rettet imod den tredje type ensomhed som er længerevarende. Vores produkt, som er en hjemmeside, ses i dokumentet “Minbesøgsven.dk” (2020). En besøgsordning skal kunne organiseres, hvilket kræver en platform for kommunikation mellem personalet og klasselærerne.

Skolelærerne er et vigtigt element i denne kommunikation, da de er en katalyserende faktor for projektets interaktion. Hjemmesiden har til formål at styrke kommunikationsmidlet mellem en skoleklasse og et plejehjem. Derfor har vi designet

hjemmesiden, så det bliver hurtigt og nemt for brugeren at booke/reservere et besøg af vedkommendes skoleklasse på nærmeste plejehjem.

Fra plejehjemmets side foregår hjemmesiden ved at man opretter sig som bruger, som plejehjems personale. Fra skolens side, er det lærerne der tilbyder besøget, og skolen får efterfølgende besked om hvilke elever der har fået tilladelse fra forældre/værge om at komme på besøg på plejehjemmet. Det er derfor umuligt for et barn selv at oprette bruger, uden deres forældres tilladelse. Det giver mening for os, da børnene stadig er under atten, og hermed styrer forældrene stadig deres valg og beslutninger. Vi havde tænkt os at inkorporere AULA (2020) som et værktøj, hvis det var muligt og hvis vores hjemmeside blev aktuel. Det er i øjeblikket samtlige folkeskoler som bruger dette værktøj til at administrere det meste, af hvad der foregår på skolen. Det kan for eksempel være skemaer eller beskeder til elever og lærere samt bogudlevering. Det ville derfor være ideelt, hvis vi kunne skabe en forbindelse mellem denne platform og vores hjemmeside. Det ville gøre det lettere for lærerne, som allerede kender AULA, og derfor vil det ikke være kompliceret for dem at bruge vores hjemmeside. Konceptet i vores hjemmeside er at de to parter (skolen og plejehjemmet) bliver matchet i forhold til lokation. Når det sker, får man automatisk kontaktinformation på sit match. Der vil selvfølgelig også være en mulighed for at sende direkte mail, ved brug af hjemmesidens kontaktinformationer.

## 5.1 Aktiviteterne

En brugbar metode vi har gjort brug af for at få motivationsniveauet op hos skolerne, er at foretage en masse arrangementer. Arrangementerne kan f.eks. indebære de store højtider/sæsoner hvor der følger en masse aktiviteter med. Det overordnede formål med disse aktiviteter er, at få skabt en bedre kontakt mellem generationerne. Der kommer til at opstå flere aktiviteter, jo mere vellykket besøgsordningen resulterer i at være.

Nedenstående er de overordnede aktiviteter vi har tænkt os at få inddraget i besøgsordningen. Gennem disse specifikke aktiviteter er chancen større for at få skabt en bedre kontakt mellem de ældre og de besøgende børn. Grunden i dette, er at man gennem disse aktiviteter får muligheden for at få hørt hinanden, samt få udarbejdet sjove aktiviteter sammen.

-Udveksling af viden: Her får de besøgende børn muligheden for, at videregive den viden de har erfaret fra skolens undervisning, til de ældre på plejehjemmet. Dette kunne være gennem et vendespil eller andet.

-Musikforløb: Her vil børnene møde op med de ældre på plejehjemmet, hvor dagen vil bestå af sang og kor. Dette vil skabe harmoni og glæde, både blandt børnene og de ældre på plejehjemmet. Man kan sige at dette kunne betragtes som en musiktime. Et godt lærerigt element ved dette er, at de ældre eksempelvis har kendskab til klassiske (danske) sange, som børnene kunne lære. På den måde kommer skoleklassebørnene tættere på den danske kultur, historisk set. En anden sjov og spændende aktivitet kunne være en konkurrence hvor hvert hold består af en beboer og en elev. Her skal de samarbejde om at skrive en sang om et bestemt emne. Herefter synges deres sange foran hinanden. Det resterende hold af beboer og børn skal lære den bedste sang (vindesangen) og derefter potentielt synge den til et nyt arrangement.

-Påske: I denne højtid ville planen være at afholde en konkurrence om en æggejagt. Personalet kunne - før jagten starter - gemme masser af små æg, rundt omkring plejehjemmet. Herefter vil børnene og de ældre blive delt op i små grupper (men både ældre og børn på hvert hold), og lede efter æggene. Til sidst kunne de slutte dagens besøg af med en hyggelig påskefrokost. Dette kan finde sted ved påskearrangementet.

-Allehelgensaften: Allehelgensaften, også kendt som Halloween, er der mulighed for udklædning for både børnene og de ældre. Her kommer der til at være oppyntning på plejehjemmet, og fælles-udskæring af græskar sammen. Det relevante ved dette arrangement for elevernes overordnet skolegang, er at de ubevidst opnår en del af pensum i fag som religion herunder; læring om Jesus Kristus tid, med flere.

-Juledage: Juledagene fra 1. frem til 21 december, kommer der til at være en masse hygge. Man kan blandt andet klippe klister hvor både de ældre på plejehjemmet, og de besøgende vil pynte op sammen, og bage kager sammen. Her kunne julesange, pakkeleg og dansen rundt om juletræet være en højtidelig idé.

## 5.2 Hvorfor skal en besøgsordning være en del af vores løsning?

Ensomhed hos ældre kan sandsynligvis reduceres hvis man sørger for at de ældre omgives af mennesker uden for plejehjemmet. Ofte vil det dog være sådan, at ældre har brug for en hjælpende hånd, i forhold til organisering af sådanne besøg. Det kan jo være svært for at de ældre, selv at tage initiativ til besøg. Derfor kunne det være nødvendigt at hjælpe med at skabe en ramme, for et socialt rigere liv hos de ældre. En sådan ramme kan f.eks. være en besøgsordning, hvor skoleklasser (og lignende) kan mødes og derved lindre den tredje kategori af ensomhed. En besøgsordning er et tilbud, der indebærer en mulighed for, at de ældre kan reducere følelsen af ensomhed. Ved selve besøget - det vil sige, at skoleklassen besøger plejehjemmet - kan de ældre interagere med børnene, hvilket forhåbentligt vil give et positivt input i deres hverdag. Det er denne gruppes præmis, at et sådant besøg ville mindske ensomhedsfølelsen.

## 6.0 Metode og teori

### 6.1 Designteori – forståelse af den artificielle og naturlige verden

Vores projektløsning fokuserer på en artificiel løsning, nemlig værktøjet, der skal forbinde vores to målgrupper. Der er utallige eksempler på hverdagsproblemer som er blevet fjernet eller løst ved hjælp af teknologi. Man kan for eksempel kigge på “*smart hjem*” (Zuboff, 2019), som har overtaget mange husholdninger. Antallet af smart hjem vil formentligt stige i fremtiden. Der er for eksempel apparater, som styrer temperaturen og lyset i dit hjem. Du kan ovenikøbet få en dørklokke, som viser dig et billede af hvem der ringer på (avXperten, 2018). Dette er et eksempel på to verdener der kolliderer, nemlig vores naturlige og artificielle verden. Ifølge Simon (1996), består vores samfund af forskellige artefakter, også kendt som “symboler” der bliver hældt ud i samfundet og bliver inkorporeret i vores hverdag.

Et artefakt er en teknologi, men i den bredeste definition, det vil sige en genstand der hjælper mennesket på vej. Vi introducerer et artefakt som en måde at koble folk sammen på: en hjemmeside, der skaber kontakt. Artefakterne bidrager til den artificielle virkelighed. Artificiel oversættes til dansk med ordet kunstig, hvilket har en smule negativ klang, men sådan behøver det ikke at være, jævnfør Simon (1996).

- *Our language seems to reflect man's deep distrust of his own products. I shall not try to assess the validity of that evaluation or explore its possible psychological roots. But you will have to understand me as using "artificial" in as neutral a sense as possible, as meaning man-made as opposed to natural. (Science of The Artificial, s. 4, l.5)*

Forskellen på den artificielle virkelighed og den naturlige virkelighed ligger mest i at der kommer kunst, eller håndværk, (“art”), ind imellem produktionen og anvendelsen af den artificielle virkelighed. Hvorimod den naturlige virkelighed kommer direkte fra naturen, uden indblanding af artefakter (Simon, 1996). Vi kan videre bruge terminologien i forhold til at gøre det klart, hvordan funktionen, målet og implementeringen af vores artefakt (altså hjemmesiden) fremstår. Det at vi introducerer en elektronisk eller teknologisk artefakt i hverdagen hos nogle grupper, der ikke er vant til at bruge dem, indebærer en række overvejelser om især implementering og tilpasning af artefaktet. Selvom hjemmesidens funktion er simpel, kan det være svært at opnå det ønskede mål, på grund af udfordringer ved brugen af den (vi kommer mere ind på dette under diskussionen af fordele og ulemper). Ligeså bliver man nødt til at tænke omgivelserne ind, i forhold til hjemmesidens funktion.

## 6.2 Artefakt i form af ”interface”

Teknologi kan også forstås som et mødested eller et ”interface”, dette kan for eksempel være i form af en hjemmeside. Det er et sted, hvor information samles og kan formidles til den specifikke bruger. Interface bliver defineret som ”A connection between two places of electronic equipment, or between a person and a computer” (Cambridge dictionary, 2020). Det er som sagt vores formål med denne hjemmeside, hvor vi kombinerer to målgrupper ved hjælp af vores ”interface”.

Som Simon (1996) skriver, er der to elementer i dette ”interface”, et indre og et ydre element, som eksisterer i forhold til hinanden. Det vil sige, at det ydre element er

hvad brugeren ser og består af de kompetencer, som hans/hendes målgruppe kunne have. Det indre element er selve indholdet i hjemmesiden og det der sørger for at den kan fungere. Det indre system/element skal kunne fungere på et naturligt niveau, for at det ydre kan opnå sit mål. Dette artefakt, hvis de to elementer er opsat korrekt, er sikret i at være succesfuldt, idet det opfylder det ønskede formål. Med henblik på at opnå den bedst mulige funktion, skal vi kunne forstå de forskellige teoretiske formål for et interface. Igen vil vi bruge Simons metafor (1996), med en flyvemaskine; for at forstå hvordan en flyvemaskine fungerer, skal vi regne ud hvordan den møder naturen. I vores tilfælde er naturen de mennesker (primært de ældre og skoleklasser) der skal bruge vores hjemmeside som hjælp til social samvær. Man skal kunne forstå processen i, at mennesker bruger specifikke hjemmesider til at opnå et givent mål. Udfordringerne ved denne forståelse af mødet mellem mennesket og hjemmesiden, vender vi tilbage til i diskussionen om den praktiske implementering af vores teknologi. Vi er godt hjulpet af at nogen har trådt stien før os. Som illustration, er det noget lettere nu at producere en Covid 19-vaccine, når man allerede har en influenzavaccine; man skal ikke opfinde vacciner imod smitsomme sygdomme først. På samme måde, har vi ladet os inspirere af andre hjemmesider til ældre. Derfor inddrager vi også andre hjemmesider i vores designproces. De artificielle systemer kan få hjemmesiden til at lykkes, uanset hvad de ydre omgivelser (ydre element) indebærer.

Man kan ikke opnå målet, uden at inddrage slutbrugerne. Simon (1996) illustrerer dette ved princippet af en bilmotor. En bil skal kunne fungerer uanset hvem der kører den, en ældre elitebilist eller en ung der lige har fået kørekort. Men for en hjemmeside, specifikt målrettet to særlige grupper, er det dog vigtigt at det ikke bliver *alt* for generisk, idet vi risikerer at ramme forbi målet. Det er derfor vigtigt for vores hjemmeside, at disse to elementer (de ydre og indre omgivelser) fungerer for at opfylde det ønskede formål.

### 6.3 Vilje og viden

I Morten Münsters bog "Jytte fra marketing er desværre gået for i dag" (2017) skriver han om vilje, viden og deres indbyrdes sammenspil. Det er de to ting, vi i gruppen mener man skal have for at få et succesfuldt produkt. Viden i denne sammenhæng skal forstås som information om, hvordan produktet vil gavne brugeren. Viljen

handler derefter om overbevisningen, om at modtageren har lyst og viljen til at ændre sin situation. Et universelt succeskriterium, er at få folk til at bruge produktet regelmæssigt. Og det optimale ville være, at man opfyldte begge elementer i sit design, og inddrager sammenspil med de to. Der er et kendt citat, som Münster bruger, det lyder

- *“If more information was the answer, we would all be billionaires with perfect abs.” (Sivers, 2016)*

Med andre ord, hvis vi vil have at folk bruger vores produkt, er det derfor ikke nok at informere om produktet. Hvis man skulle illustrere det med et aktuelt eksempel, kunne dette være de utallige hjemmesider med sunde kostplaner og alle deres fordele. Vi ved godt, at når vi spiser sundt, så har vi mere energi, vi er mentalt friskere, og vi styrker immunforsvaret (Pedersen, 2011). På trods af denne viden, er der stadig mange der lever usundt, med bevidstheden om at det er usundt.

Vigtigheden af vilje + viden, det kan formuleres som ”De ved det + de vil det = de gør det” (Münster, 2017). Det er essentielt at have i baghovedet, også for os, når vi skal designe vores hjemmeside. Vi informerer om ensomhed og vi har dokumentation om hvordan hjemmesiden kan afhjælpe på ensomheden. Men det er nu centralt at undersøge, hvorfor problemet ikke allerede er løst. Vores problem er nemlig kendt af mange i samfundet og vi har en mulig løsning. Derudover er der sandsynligvis en bred interesse for at de ældre i samfundet har det godt. Det er derfor op til os at få skabt en løsning, og at denne løsning er fremtidssikret. Her har vi den fordel, at kernen i vores idé er blevet skabt og undersøgt af andre. Vi kan derfor kigge nærmere på de eksisterende eksempler og se hvad der eventuelt gik galt og hvorfor. Var det mangel på vilje eller mangel på viden som var den manglende faktorer

## 6.4 Kognitiv psykologi

Meget psykologisk forskning peger på at vi mennesker ikke handler rationelt for at optimere vores hverdag, men derimod handler irrationelt (Münster 2020) (Kahneman, 2013). Det er en ting som er vigtig at have in mente, når man designer alverdens produkter.

Det er her, hvor adfærdsdesign spiller en rolle. Det er teorien om, hvordan vi mennesker handler.



- *“Adfærdsdesign er meget kort fortalt kunsten at kunne ændre menneskers adfærd baseret på evidensbaserede indsigter om menneskers måde at træffe beslutninger på.” (Münster 2020).*

Grunden til at adfærdsdesign er relevant for os, er at det er med til at sørge for, at vi har en langtidsholdbar løsning. Vi skal så vidt som muligt ændre vores målgruppers adfærd uden at ændre deres synspunkter. Vi ved at der er en vis form for interesse, i at de ældre har det godt i vores samfund. Det kan vi se på de udsendelser der er produceret som for eksempel “Rollinger på plejehjem”. Vores eget interview peger også hen imod, at tilbud som disse har været en succes hos dem. Vi er derfor engageret i at bringe vores målgrupper sammen og sørge for at ændre skolernes adgang og adfærd i forhold til vores besøgsordning. Det er en vigtig skelnen for os, at vi ikke er her for at ændre folks synspunkt men mere for at sikre os at de fælles interesser har en platform at mødes på.

### 6.4.1 Nudging

I vores produkt (hjemmesiden) har vi støttet os til den del af adfærdsteorien der hedder “Nudging”. Nudging er et engelsk ord som betyder et blidt puf, det bedst kendte eksempel er små hvide fodspor hen imod offentlige skraldespande - så folk smider deres skrald ud der, i stedet for på gaden.

Som tidligere nævnt er det vigtigt, at kunne ændre adfærden hos sin kunde eller den ønskede målgruppe til dens egen og design fordel. Med det sagt vil vi altså bruge nudging teori, med fokus på vores primære målgruppe; personalet på plejehjem og personalet på skolerne. Hensigten med nudging er at simplificere et design. Altså at gøre et design mere brugervenligt at navigere rundt i, eller styrke validiteten af designet. På en anden måde kan man definere nudges som en metode, der dæmper kompleksiteten af nogle designs, især de designs der optræder som nye hos målgruppen. Dette vil også medføre at målgruppen ikke oplever konflikter eller komplikationer, når de forsøger at komme i kontakt med designets skabere eller forstå hensigten med designet.

Nogle nudges kan fra et andet perspektiv opleves som værende lettere dikterende. En mindre grad af paternalisme, da de fortæller hvad der skal gøres, hvordan det skal gøres og hvornår det skal ske. Nudges eksisterer på den måde i

underbevidstheden som vejviser for målgruppens handlinger, da den dirigerer målgruppen i en bestemt retning. Selvom dette perspektiv udgør meget af sandheden, så er nudges alligevel helt uforpligtende, hvilket gør at den enkelte stadig kan bevare friheden til selv at vælge hvad man vil gøre. Derudover spiller den enkeltes sociale miljø også en væsentlig rolle, når det handler om at ændre folks adfærd. Mest på grund af at et individs adfærd oftest i mere eller mindre grad er påvirket af individets sociale miljø. Endvidere skal det understreges, at der ikke etableres nye nudges på områder hvor der ikke har været det før, men de oprettes eller erstattes på områder hvor de tidligere har været.

Det er væsentligt at enhver form for nudging ikke er utydeligt, tilsløret eller gemt, men at de er transparente. Anskuelighed bør være det grundlæggende, eller i hvert fald højt prioriteret, når man arbejder med nudging, idet nudges spiller på appelformen etos; Etos er en appelform, i hvilken afsenderen kan fremføre sine argumenter ved at vise troværdighed (Petersen, 2018). I vores tilfælde skal argumentet for troværdigheden ligge i ærlighed og gennemsigtighed. Dermed vil modtageren føle sig inkluderet under ændringer eller opdateringer. Det medfører at vores design vil optræde mere troværdigt og mere attraktivt i dets anvendelse. Målet med vores projekt giver ingen pengemæssig profit, men et styrket fællesskab i det lokale samfund, og et styrket bånd på tværs af generationerne. På baggrund af at målet med vores projekt ikke giver økonomisk profit må vi benytte os af så budgetvenlige metoder så muligt. Her er det at nudges forbliver tiltrækkende for vores projekt, da de har lave omkostninger som ydermere giver øjeblikkelige resultater, ret tit. Dette gør dem også yderst effektive at arbejde med.

Det er vigtigt når man arbejder med nudges eller andre strategier for den sags skyld, at man er opmærksom på beviserne for virkning. Dels over for designets funktion, og dels overfor målgruppen. Idemæssigt virker nogle nudges appellerende, hvor de så senere hen viser sig at være upraktiske i praksis. For at øge effektiviteten for de kærlige puf, nudges, er det vigtigt at vi udnytter adfærdsteoriens mest værdifulde træk. Data for erfaring, og viden der er tilegnet via sanser og oplevelser, er derfor en central del af nudging, som kan indsamles ved at lave kontrollerede forsøg med tilfældige individer inden for målgrupperne (Cass, 2014).

Alt i alt så spænder nudges over en lang række af forskellige metoder, muligheder og strategier med stor indbyrdes variation. I den korte guide af Harvard Community opsummerer de både hvad nudges er, også derefter en liste på ti af de vigtigste nudges man kan gøre brug af. Vi har udvalgt de otte der er mest relevante for vores projekt og vil uddybe hvorfor eller hvordan vi vil gøre brug af netop disse. Listen følger herunder:

### 1. Default rules. (standardregler)

Standardregler er muligvis et af de mest effektive nudges, da de kan fungere tidsbesparende. En typisk form for standardregel er automatisk tilmelding til programmer, som vi også kender fra vores egen hverdag. Her ville vi udnytte automatisk tilmelding til blandt andet højtidsrelaterede arrangementer, som for eksempel deltagelse i Gudstjeneste i juletiden. Forskellige former for standardregler kan fremme brugervenligheden da man ikke behøver at foretage sig noget, udover at notere tidspunktet for arrangementet. Det skal selvfølgelig understreges, at man nemt kan framelde sig disse aktiviteter igen. Udnyttelsen af automatisk tilmelding, vil også tiltrække de ubeslutsomme brugere, da det, til en vis grad, fjerner deres mulighed for at vælge. Derfor gør en standardregel det mindre tidskrævende for brugeren, i vores tilfælde det pressede personale i uddannelses- og sundhedssystemet. Så medmindre at det aktivt kræver at beslutte noget, så er en standardregel set fra et større perspektiv en rigtig god idé (Harvard community (Cass, 2014)).

### 2. Simplification (forenkling)

Virningen af forenkling af diverse programmer bliver oftest overset og undervurderet. Komplexitet ødelægger oftest oplevelsen af noget. Det er et stort problem blandt alle grupper i samfundet, da det øger forvirring, hvilket vil føre til en ukorrekt måde at handle på, og dermed et ubrugeligt design. Derudover vil et alt for komplekst design være mere tidskrævende for brugerne, hvilket enten kan intimidere målgrupperne eller øge udgifterne da det vil kræve ekstra tid for at få kendskab til designet. Så jo mere komplekst et design er, desto flere negative konsekvenser kan følge med det. Unødigt kompleksitet kan derfor ses som kernen til et mislykket eller mindre vellykket design. Vores hovedmål med vores besøgsordning er at gøre hjemmesiden

brugervenlig. Vi vil sørge for at kommunikationen er let og tilgængelig, og at hjemmesiden er håndterlig og navigerbar. Her vil vi for eksempel gøre brug af figurer (som ‘klik her’-knapper) for at brugerne kan navigere rundt på hjemmesiden. (Cass, 2014)

### 3. Increase in ease and convenience (Øget lethed og bekvemmelighed)

I forbindelse med forenkling, ved vi at mennesker altid vil tage det nemme valg, frem for det svære. Vores mål er at prøve at ændre den primære målgruppes adfærd, ved at gøre vores projekt mere attraktivt at deltage i. Her er det vigtigt for at mindske de barrierer der kan stå i vejen for lysten til at deltage. Det kan i sammenhæng med punkt nr.2 være, at reducere den tid det kræver at bruge på oplæring, eller den tid der skal bruges af personalet til at forstå, hvad der skal gøres under disse besøg.

Skepsis overfor nye innovationer opstår ofte i forbindelse med vanskeligheder med brugen af et af dem. (Cass, 2014)

### 4. Disclosure (oplysning)

Deltagernes tilfredshed kan forøges ved at inkludere brugeren, når det gælder nye informationer, opdatering eller generelle oplysninger. Deling af oplysninger kan hjælpe effektiviteten af designet, især hvis de er enkle og lette at forstå. I vores tilfælde vil åbenhed over for deltagerne, og videregivelsespolitik, bedre ruste deltagerne til de planlagte besøg. Vi vil forsøge at informere om mulige økonomiske omkostninger, tidsforbrug og hvad det de enkelte besøg fysisk kræver. Ved at oprette en funktion der videregiver informationer, kan man også lettere kontrollere misforståelser og forvirring. (Cass, 2014)

### 5. Warnings, graphic or otherwise (Advarsler, grafiske eller på anden måde)

Denne form for nudging kendes bedre som skræmmekampagne. Selvom vi ønsker at opnå et styrket fællesskab i de lokale samfund, med kærlige og harmoniske input, så må vi desværre indse at der ofte skal mere til. For at ændre på folks adfærd må man også fremvise en form for bevis som skal oplyse og skubbe til en ændring i adfærden. I sådanne tilfælde må man benytte mere alvorlige strategier. Derfor vil vi med advarsler, statistik og viden

om konsekvenser som ensomhed kan medfølge, vække det følelsesmæssige hos især den sekundære målgruppe (de ældre på plejehjem). Dette vil skræmme de involverede og muligvis motivere dem til at skabe nogle ændringer. Advarsler kan bidrage til opmærksomhed på længere sigt. Vi har dog også overvejet muligheden for at folk også reagerer på advarslerne ved at afvise dem. I disse tilfælde kunne man eventuelt vende den om, ved at gøre brug af positive, men stadig alvorlige budskaber (for eksempel gevinsten ved at ændre adfærden, eller deltage i projektet). Man har yderligere opdaget at sandsynligheden for at folk afviser budskabet i skræmmekampagner, er meget mindre når de er efterfulgt af beskrivelser, som fortæller hvad der kan gøres for at forbedre situationen. (Cass, 2014)

#### 6. Precommitment strategies (Forudgående forpligtelsesstrategier)

Når man bliver ældre sker der ofte det, at fysikken svækkes. Motivationen for at opbygge fysikken og nå visse mål, falder også i takt med motorikken. Når et individ forpligter sig til at engagere sig i bestemte aktiviteter (f.eks. klippe klistre), så bliver viljen og motivationen til at opnå et mål også styrket. Da beslutningen om deltagelse allerede er taget, og et fremtidigt tidspunkt allerede er sat, er der ikke mere at foretage sig (medmindre man absolut ikke ønsker at deltage). Denne form for nudging reducerer tilfælde af overspringshandlinger og bedre motivation for deltagelse. (Cass, 2014)

#### 7. Reminders (påmindelser)

For travle sundhedsmedarbejdere, skolelærere, glemsomme ældre, og børn med ingen bekymringer, eller forældre med sus i hverdagen, kan besøgsaftaler af denne form - som i øvrigt fylder så lidt i hverdagen - hurtigt gå i glemmebogen. De planlagte besøg vil typisk have flere dage eller uger imellem sig. For at vores ønskede mål ville kunne opnås, og for at vores design kan forblive relevant, er det meget vigtigt at alle de involverede påmindes om kommende besøgsaftaler. E-mails, SMS'er og digitaliseret post ville være oplagt at bruge. Men for de ældre beboere som i de fleste tilfælde er mindre skarpe på det teknologiske område, kunne man eventuelt nå ud til dem med breve, eller flyers hvor de påmindes om kommende aktiviteter. En

påmindelse kan derfor have en betydningsfuld indvirkning, i de ellers travle arbejdstimer. (Cass, 2014)

#### 8. Informing people of the nature and consequences of their own past choices (Information om konsekvenser af tidligere valg)

Under denne strategi vil vi forsøge at opspore informationer om individers nuværende eller tidligere interesser. Dette vil appellere mest til de ældre. Hvis de ældre selv skulle have glemt det, er det muligt at plejehjemmene kan hjælpe med at afdække nuværende og tidligere interesser og vaner. Hvis man eksempelvis har haft særinteresse for at strikke, bage eller noget helt tredje, hvorfor så ikke gøre det nu i fællesskab med andre der også interesserer sig for det samme eller måske bare ønsker at være med?

Disse informationer ville muligvis kunne hjælpe på et positivt adfærd skift. (Cass, 2014)

### **7.0. Rollinger på plejehjem.**

På trods af vores primære emne "ensomhed", kan man vurdere for, hvor effektivt denne metode ville være at tage i brug. Man oplever til dagligt, at ældre på plejehjem generelt ender med at være mere ensomme, end dem der er omringet familie, venner og måske en ægtefælle. Heraf kan vi, på baggrund af forskellige artikler og eventuelt dokumentarer, dokumentere for de ældres rejse under besøgsdagene. Vi har fulgt hele udsendelsen af dokumentaren "Rollinger på plejehjem" på DR1 (2019). En vurdering af vores rapport, er at det ikke ville være en udelukkende mulighed at tage besøgsdagene i brug permanent, da man oplever en del fremgange både for de ældres fysiske og psykiske helbred. Man oplever eksempelvis i episode tre, at en læge reagerer overraskende godt på, når en ældre der har haft besøg kan rejse sig selv op fra en stol, uden hjælp. Dette er et eksempel på, at det psykiske helbred faktisk understøtter det fysiske helbred, og i dette tilfælde har det haft en god virkning på rigtig mange af de ældre, der har haft besøg.

Intergenerationality eller tvær-generationalitet er i vores projekt et af de helt centrale ord, og danner rammen for hele emnefeltet, i vores projekt. Intergenerationality eller tvær-generationalitet er et adjektiv, som beskriver en forbindelse på tværs af

generationerne. Forbindelser mellem generationerne har typisk centreret sig om at dele viden, kulturelle normer og traditioner såvel som gensidig pleje, støtte og udveksling af ressourcer. De samme værdier ser man i udsendelsen Rollinger På Plejehjem, som blev sendt i efteråret 2019 på DR1 (2019). Den korte dokumentarserie var et eksperiment, som skulle undersøge om børn mellem fire og fem år kunne ændre på ældres fysiske og psykiske helbred. Udsendelsen, som blev sendt på nationalt TV, er baseret på den australske prisbelønnede dokumentarserie "Old Peoples Home For Four Year Olds". Denne dokumentar undersøgte om samlingen af de to generationer kunne mindske den sociale distance der er blandt generationerne. Samtidigt undersøgte den om, forholdene på institutionerne kunne forbedres med et tvær-generationelt projekt.

I udsendelsen Rollinger på plejehjem, skulle børnene tilbringe tre af ugens dage med beboerne på Sjælsø plejehjem oppe i Nordsjælland, hvor de fik tiden til at gå med fælles aktiviteter og leg. I slutningen af udsendelsen kunne man se en gevinst hos begge parter. Efter et fire ugers forløb, var det gået i en positiv retning for de ældre. Både deres fysiske og psykiske helbred havde ændret sig markant i en positiv retning. Griffith University i Australien forsøger på et større plan med projektet *Intergenerational Care* (Radford, 2019), at genforene samfundet gennem udvikling, implementering og evaluering af programmer. I dette projekt har man set fremgang, hos både ældre og børn. De skriver på deres hjemmeside at det langsigtede mål er at normalisere tvær-generationelle interaktioner og programmer, ved at gøre det til en del af vores hverdag i både formelle og uformelle omgivelser (Radford, 2019). Med udgangspunkt i disse og andre lignende eksperimenter og forsøg, kan man konstatere, at ældre og børn trives godt i hinandens selskab. Derudover lærer de to generationer også meget af hinanden under sådanne samvær.

Det alment menneskelige fænomen *ensomhed*, ses ofte i forbindelse med alderdom (DR1, 2019). Når man bliver ældre er det naturligt, at man mister mange omkring sig. Dette kan være en ægtefælle, søskende, venner med mere. Derfor er det naturligvis også en selvfølge, at man ofte kan føle sig ensom under disse omstændigheder. Ensomhed er udbredt blandt mange ældre mennesker og desværre er det ikke en diagnose som kun påvirker humøret, men det påvirker også levealderen. Det mener læge Charlotte Lysén Føhn, som deltager i programmet for at teste de ældres fysiske og psykiske helbred, både før og efter eksperimentet

(DR1, 2019). Dette gør hun for at se eksperimentets effekt og virkning. Hun fortsætter i interviewet med at udtrykke hvordan hun forventer, at børnehavebørnene vil give de ældre et skub, både i humøret og med fysikken;

- *“Denne her daglige kontakt med børnehavebørnene, forventer jeg vil give dem et humør-boost og det samme med fysikken. At de bliver udfordret og måske får mod på at turde noget mere i forhold til det fysikken.” (DR1, 2019)*

Hun understreger dog også, at ændringen i fysikken hos de ældre vil blive en udfordring, da det tager længere end den givne tid, at styrke kroppen. Derfor er hun også lidt skeptisk overfor det pågældende projekts formål;

- *“Jeg er spændt på at se om det er muligt at rykke på de ældres fysiske formåen, da vi kun har fire uger og det tager rigtig lang tid at rykke på sådan noget som muskelkraft og muskelstyrke” (DR1, 2019).*

Projektet indeholder, som tidligere nævnt, en masse fælles aktiviteter og leg. Disse arrangementer er ikke bare tilfældigt udvalgt, men er bestemt så de appellerer til begge parter og alle kan følge med. En ting er at sidde hver for sig og lave hvert sit, men der sker altså også noget når man sidder sammen, og danner en erfaring (DR1,2019) - dette gælder både for børnene og de ældre . Det er derfor meget væsentligt at man arrangerer noget som rækker ud til begge parter, for at danne en god relation mellem børnene og beboerne.

Selvom der er et fælles ønske om at alt skal være hyggeligt, og at de to generationer skal danne en god relation med hinanden, så skal de besøgende også have et lærerigt formål. Gennem de udvalgte aktiviteter, lærer de ældre nye ting, men det gælder også for børnene. Ud fra nogle bestemte aktiviteter skal børnene også opnå en lærerig oplevelse, heraf meget centralt, er læringen om livet.

I den danske udsendelse havde børnene og de ældre dage, hvor de skulle plante, vande og pleje blomster, og dage hvor de skulle pleje høns og nyudklækkede kyllinger. Under og efter disse aktiviteter, døde nogle af nævnte organismer. Hvad end det var kyllinger, der døde på grund af naturlig selektion, eller blomstre der visnede/ikke vokset på grund af dårlig pleje, fik børnene lov til at reflektere over liv og død. Med de ovennævnte eksempler, fik børnene indsigt i hvordan livet er, og hvor vigtigt det er at passe og vedligeholde sig selv og ens daglige rutiner, uden at det blev alt for alvorligt. I forbindelse med dette, har de ældre også gavn af at være



der for de små, når det blev alt for alvorligt. Helt konkret blev Celine på 5 år i programmet ked af det, da hendes mor skulle rejse ud af landet i et par dage for at arbejde. De ældre, især kvinderne, lagde straks mærke til hendes forandret energi og hendes nedtrykte humør. De ældre kvinder var der straks til at trøste og berolige hende.

Det at føle sig nyttig og føle at man gør en forskel for andre mennesker giver en positiv oplevelse. I lignende situationer vil man ofte opleve at de ældre vil prøve at yde omsorg og nærvær. Det er fundamentalt for de ældre at få lov til at vise omsorg og det giver værdi at ens tilstedeværelse og nærvær kan smitte positivt af på andre.

Intergenerational playground project (Skropeta, 2014) er et lignende forsøg som skulle undersøge fordelene ved at deltage i et tvær-generationelt legegruppeprogram i et ældrecenter. Dette inkluderede ikke kun børn og voksne, men også mennesker med erhverv inden for omsorgs- og plejefaget. Programmet mandede ud i en række væsentlige karakteristika, der blev identificeret i det vellykkede møde mellem generationerne. Disse omfattede: gensidige fordele såsom at skabe forbindelser mellem mennesker; nye perspektiver for børn og deres omsorgspersoner, for eksempel pædagoger; involvering af flere generationer fra mere end to forskellige aldersgruppe; møde mellem generationer uden for den nærmeste familie; samt fremme af øget bevidsthed og forståelse mellem de yngre og ældre generationer.

Personlig vækst opstod hos mange af deltagerne, men vigtigst af alt mener forskerne, at programmet øgede værdigheden hos ældre og mennesker med demens i samfundet. Denne forbedrede værdighed omfattede større offentlig bevidsthed om ældre og om eksisterende pleje- og supporttjenester, der tilbydes dem.

## 7.1 Hjemmesidens design

Vores vision om den hjemmeside som vi har skabt, er at den skulle være let tilgængelig og med et minimalistisk design. Det var et meget simpelt udgangspunkt som vi blev enige om fra starten. Det var et udgangspunkt som skulle hjælpe vores brugere af hjemmesiden til at komme rundt på hjemmesiden. Hele hjemmesiden skal som sagt fremstå som en bro imellem brugerne af hjemmesiden. Derfor har vi fjernet

alle overflødige detaljer, som ikke gavner hjemmesidens funktion. Det er også en af vores succeskriterier, nemlig at vores produkt skal opfylde dens funktion

Hvis man tager udgangspunkt i vores afsnit omkring designteori, så beskrives der, at vores hjemmeside skal forstås som et interface. Derfor skal det være et samlingspunkt som skal forbinde de informationer vi har. Det første du ser på hjemmesiden er derfor et “login”. Det er lige til sagen og hjælper brugeren på vej til hjemmesidens ønskede formål. Derefter bliver hjemmesiden delt op, alt efter om du er forældre eller plejehjems personale. Der er nogle elementer som vi gerne ville have haft implementeret her, som for eksempel et samarbejde med skolernes nuværende platform til administrationen, så vi kunne implementere vores hjemmeside hos dem, i stedet for at skulle introducere en helt ny platform de skulle benytte (dette bliver blandt andet nævnt tidligere i redegørelsen).

Det har dog været en udfordring for os at formidle de kompetencer og krav, som personalet på plejehjemmene kunne have. Som der er forventet af os, så har Corona stået i vejen for os på det punkt. Vi har derfor ikke kunne få det store indblik i personalets hverdag. Der nævnes også i vores interview, at der simpelthen ikke er tid hos personalet til at bruge en hjemmeside i deres arbejdstid (Bierlich, 2020). Det er derfor at de kompetencer, som vi vil have taget højde for, ikke er til stede på den nuværende hjemmeside, men helt bestemt ville være den første forbedring af hjemmesiden, hvis man skulle videreudvikle den.

## 7.2 Motivet for at få generationerne sammen

Disse forsamlinger kan være en humoristisk og festlig måde, at få de to generationer tættere på hinanden. I og med at de kommer tættere på hinanden, bliver der skabt et bånd som gør, at ensomhed hos de ældre formindskes. Besøgsordningen er ikke kun et plus for de ældre, men også for børnene. En artikel skrevet af VPT “*Relationer mellem børn og ældre skaber ny læring og livsglæde*” (2018) har nemlig kommet med flere eksempler på den fordel besøgsordningen har hos børn, lige såvel som hos de ældre. Et eksempel som er beskrevet godt i artiklen, er når børnene videregiver deres viden til de ældre om bestemte emner, som de har haft forberedt på skolen. Vidensdeling og samskabelse bliver synligt. “*Innovativ tilgang*

*giver gensidig værdiskabelse”* (Andersen, 2018). Dette citat fra artiklen beskriver den gensidig fordel de ældre på plejehjemmet og de besøgende børn har, da man formår at få læring ind og samtidig skabe relationer mellem de to generationer. Artiklen understreger yderligere, at børnene får opmærksomhed fra de ældre, hvor de her kan få fri plads til at blive set og hørt, uden rigtigt at blive testet. Der bliver nævnt at det godt kan beskrives som værende en innovativ måde at tænke skolegang på, da de børn som især har det svært - både fagligt og socialt - får utrolig meget ud af besøget på de ældre. De ældre får også en følelse af at have byttet roller med de besøgende, da det nu er dem, der skal være de omsorgsgivende, som Andersen klart beskriver i artiklen (2018). Dette stimulerer også til livskvalitet hos de ældre. (Sundhedsstyrelsen For Patientsikkerhed, 2020)

### 7.3 Hvordan vi skal bevare kontrollen under besøgsordninger

En god metode for også at bevare aftalen mellem os og skolelærerne, ville være at give alt den information de nu behøver at vide, så de ved hvad det er vi har at byde på, hvad vores motivation er, og hvorfor det er et positivt manifestation. Et vigtigt element ville også kunne være at den som administrerer besøgsordningen/webportalen, (eventuelt os) tog ud og snakkede med lærerne. De skal vide at vi er til stede (mens vi har kontakt og holder øje med arrangementer), dette kan være over nettet via mail, sociale medier såsom Facebook eller lignende.

## 8.0 Diskussion

### 8.1 Er IT den rigtige løsning?

For at bidrage til en løsning med problemet med ældres ensomhed, har vi foreslået en IT-båret løsning, nemlig en hjemmeside. En hjemmeside forudsætter brug af en eller anden form for teknologi, for eksempel computer, tablet eller smartphone. Hvilket rummer en hel række muligheder, men også en hel del begrænsninger. En stor fordel ved en hjemmeside eller lignende, er at den er, ligesom Corona, meget nem at sprede ud til sine specielle målgrupper. Bare det at man har adgang til internettet, kan man tilgå hjemmesiden, og den kan designes så den er nem at bruge - selvom hvis man måske ikke ser så godt, eller har en stærk synssans. Der er dog nogle udfordringer, som så skal håndteres: hvis hjemmesiden skal bruges, skal brugerne først vide at den findes; der skal derfor iværksættes en kommunikationsorganisation for at øge det bredere kendskab til hjemmesiden. Denne udfordring er generel og gælder for alle kategorier af IT-bårne løsninger. Dertil kommer der flere (men mindre) udfordringer, der relaterer sig mere signifikant til vores målgruppe: dels er brugerne på skolerne; her er børnene alt for små og lærerne i for stor en travlhed til at kunne implementere hjemmesiden i undervisningen. I hvertfald på en let måde. Det er ukendt hvor IT-kyndige, lærerne i de yngre skoleklasser er. Det har ikke været muligt at finde flere kilder der dokumenterer et tilfredsstillende IT-kundskab hos folkeskolelærere. Men den største udfordring ligger så på selve plejehjemmet. Dette var en besked der gik ret klart igen i interviewet med Lone Bierlich:

- *Der er virkelig få af de ældre på plejehjemmet som kan finde ud af at bruge computer. Derudover er personalet allerede på overarbejde; der er nogle der kan sidde med en våd ble i timevis uden der bliver gjort noget fordi der er så travlt (Bierlich, 2020)*

Det er oplagt at denne reservation er et meget stort benspænd for implementering af vores hjemmeside. Man kan forestille sig forskellige scenarier der ville kunne omgå dette benspænd. Det kræver nogle flere undersøgelser, for eksempel en fokusgruppeundersøgelse blandt de ældre på plejehjemmet. En fokusgruppe som selv ville kunne komme med input til hvad der er smart og hvad der ikke er. Det er oplagt at udnævne en slags besøgsambassadør hos de ældre, som kan være den der tager kontakt til skoleklasser (ambassadøren bør være en person der har tid og IT-kundskaber til brug af hjemmesiden). De ældre selv, ville også være mere motiverede for at få besøg - og derfor bruge vores hjemmeside. Men det er mindre sandsynligt at plejehjemspersonalet ville have samme motivation til at bruge tid på hjemmesiden. Personalet er presset, tidsmæssigt, og mange blandt dem vil muligvis føle at de ikke har de rigtige kompetencer. Samlet set er der en del problemer der bør løses før IT-løsninger er mulige at implementere. Men den funktionalitet vi lægger op til at bruge på vores hjemmeside, kan sandsynligvis ikke opnås på en anden måde.

En anden teknologisk IT-løsning, kunne være en app. Vi startede faktisk med at ville designe en app, men gik væk fra det, af flere grunde: for det første, fordi der er utallige apps allerede, rettet imod samme adfærd. Og vores koncept havde alligevel ikke noget nyt at bidrage med i den sammenhæng. For det andet, en app kræver en smartphone eller tablet/iPad; mange ældre (specielt på plejehjem) har ikke nogen af delene, og endnu færre kan nødvendigvis finde ud af at bruge dem. Endelig for det tredje, vil en smartphone eller tablet på et plejehjem - eller skole - typisk være den ældres/den ansattes/skolelærerens private, hvorimod en hjemmeside kan tilgås fra en institutionscomputer. Og en sådan er meget mere til rådighed.

Ved at vinde på en front, taber man på en anden. Så selvom at vi åbner en brugervenlig hjemmeside med mange fordele (for eksempel er den meget let at udsprede), så går vi glip af andre fordele - såsom en lettere tilgængelig kommunikation (Winner, 1986). Alternativet er, at vi finder ud af at der er nogle ældre på et plejehjem som har lyst til et besøg (fordi vi, som RUC-studerende skulle ud på plejehjemmet og tale direkte med dem i stedet for over nettet), og så kunne vi designe plakater for dem; derefter skulle vi cykle rundt til forskellige skoler i nabolaget, for at hænge dem op. Ulempen ved denne analoge løsning er at den er tidskrævende, og kun kan udbredes i et mindre område, medmindre man bruger hele HumTek-årgangen til at cykle rundt på Sjælland. Til gengæld ville sådan en analog løsning være umiddelbart mere strukturelt tilgængelig; alle børnehaveklasseledere ville kunne se den, fra et direkte perspektiv. Og fordi vi tager ud på plejehjem, og designer plakater osv. ville vi være teknologien til at udsprede løsningen. Vi vurderer dog at analog-løsningen er alt for besværlig og ineffektiv, hvilket er en af grundene til at vi har skabt en hjemmeside.

## 8.2 Mulige fordele og ulemper ved besøgsordninger

Selvom at der er flere ulemper end fordele, fylder de, individuelt, ikke så meget som fordelene gør. Lad os opstille det.

### 8.2.1 Fordele

- Mindre ensomhed hos de ældre; altså når de ældre på plejehjemmet får selskab af optimistiske børn, der er interesseret i deres humør og historie, fejer det en del ensomhed væk fra de ældre. De ville føle sig hørt.
- Samtaleemner; flere samtaleemner ville opstå mellem de to grupper af mennesker.
- Mere aktivitet i dagligdagen; hvis de ældre ikke synes meget aktivitet om dagen, kan børnene/besøgsordningen ændre på det - i den positive ende. Når der aktivt sker mere for de ældres hverdag, bliver det nok generelt mindre kedeligt.
- Et friskt pust i hverdagen; siden at isolationen har gjort et negativt indtryk på de ældre, i dagligdagen, ville en besøgsordning kunne motivere et smil.

- Almen dannelse/læring; børnene ville kunne lære ret meget af den tidligere generation. Ikke nok med at læse om det, de får det af vide fra de ældre som en form for førstehåndskilder.

Og noget af det vigtigste; det ville være et fornyende skridt i at bringe to forskellige generationer tættere på hinanden. Det bidrager til at bygge bro over kløften mellem generationerne. Man vil måske mene at den ikke findes, men klimadiskussion er eksempel:

- *This is all wrong. I shouldn't be up here. I should be back in school on the other side of the ocean. Yet you all come to us young people for hope? How dare you! You have stolen my dreams and my childhood with your empty words. And yet I'm one of the lucky ones. People are suffering. People are dying. Entire ecosystems are collapsing. We are in the beginning of a mass extinction. And all you can talk about is money and fairytales of eternal economic growth. How dare you! [...] But the young people are starting to understand your betrayal. The eyes of all future generations are upon you. And if you choose to fail us, I say: We will never forgive you.* (Thunberg, 2019)

Når vi herved har etableret at der er en tydelig betydelig kløft mellem generationerne, er det væsentligt at man lærer hinanden at kende, ved forskellige former for samvær. Et eksempel på at sociale samvær nedbryder fordomme og menneske afstand mellem de grupper, kan findes i politikeren özlem Cekics initiativ om dialogkaffe (Jessen, 2018). Selvom at uenigheder og skænderier ikke forsvinder, mener Cekic at det er en nødvendig strategi i at læse perspektivet fra mennesker på den anden side af historien (Jessen, 2018). Der har været mental “krig” mellem generationer omkring mange forskellige meninger, men forståelse og kærlighed, samt glæde, ville hjælpe med at få dem til at tale samme sprog. Det ville koble ordningen med kløften, på en positiv måde.

### 8.2.2 Der er en række af ulemper, blandt andet:

- Privatlivet bliver formindsket, specielt hos dem der måske elsker det lidt mere end andre; der er nogle ældre på plejehjem, som har det rigtig godt med isolation (mere om det senere, i konsekvenser for ældres mentale helbred), og deres frihed/privatliv kan blive afbrudt af at besøgsordningen finder sted.

- Afbrudt rutiner; siden der er mange ældre som elsker rutiner/traditioner i livet, bliver det fokus også kørt ud på et sidespor, hvis børn pludselig kommer på besøg og skal holde dem i selskab.
- Det kan blive dyrt; selve tiden og arbejdet kan koste rimelig mange penge.
- Ressourcer på organisationen; der skal være nogen i personalet som tager ansvar og bruger tid på at organisere det, så det ikke falder itu. Det kræver ekstra ressourcer, som er rigelig svært at finde.

*Der er bestemt en vis struktur i deres hverdag og det vil da kun være en fordel hvis man ikke rykkede for meget rundt i hverdagen, så der ikke sker for mange ting. Det er bestemt noget I skal stræbe efter, når I planlægger det. Det skal som vidt muligt ikke være en byrde for personalet, da de har meget at se til. (Bierlich, 2020)*

- Logistik for børnene; hvis en skoleklasse skal besøge et plejehjem, hyppigt, skal der være mindst to voksne, hvis de skal med bus skal buskort involveres + samt forældres viden, planlægning, og undervisningens løbetid.
- En potentiel trussel mod en succesfuld implementering af hjemmesiden, udgøres af plejehjemsbeboer og skolelæreres mangelfulde IT-kundskaber; som Lone Bierlich pointerer, er det ganske kun få ældre der kan bruge en computer, og personalet har ikke tid. Det er derfor oplagt at implementeringen skal tage højde for kundskaben. Det kan gøres på flere forskellige måder, blandt andet lade sig inspirere af world wide webs ældste stadig-eksisterende hjemmeside ([www.scaruffi.com](http://www.scaruffi.com)):

*Does not require the "latest version" of this or that browser or the latest version of this or that awful operating system or the latest version of this or that plug-in. It is coded in plain HTML. Maybe not the most elegant of graphical designs, but it works with every browser and every computer. I don't ask you to spend money on a new computer in order to read my pages. Last but not least, it is meant to download fast; even on old, cheap, slow machines with old slow modems. I do not assume that everybody has a superfast computer and a high-speed Internet connection. I avoid graphics and animation. I know that you are looking for information and not for a show of my graphic skills. I pack as much information as possible in a page that will be downloaded as fast as possible. (Scaruffi, 2020)*



Det er desuden enormt vigtigt at vi bruger fokusgrupper (og interview-guiden) og finder ud af, hvor målgrupperne er henne.

- Hvad hvis børnene laver ballade; noget af de sidste, som personalet og ikke mindst de ældre ønsker at have spaltepads for, er larm og ballade fra børnene rundt på gangene osv. De ville drive førnævnte til endnu mere vanvid end allerede.

En ret central ulempe ved besøgsordninger handler om implementering på plejehjem. Påstand (jævnfør Toulmins argumentationsmodel) (Petersen, 2020) er at der kan være en risiko for, at selve personalet får øget sit stressniveau, og får mangel på overskud. Det er der også en chance for at de gamle får. I forvejen er personalet ramt af ret stor travlhed:

- *En ulempe vil helt klart være tidsmangel hos personalet. De har simpelthen ikke meget tid i overskud, da de render rundt over det hele. Når en ældre sidder med en våd ble i længere tid, så er det ikke fordi de gør det med vilje men fordi deres dag er så proppet med ting at se til. Derfor ville det være uhyggeligt svært at kunne få deres opmærksomhed i travlheden.* (Bierlich, 2020)

Et travlt personale vil ikke have tid til at tage imod en besøgsordning/skoleklasse og organisere en forberedelse med de ældre. Udover det, kan det være svært at få personalet investeret i idéen, også selvom de synes den er god. Hjemmelen for hele besøgsordningens succes, er dermed at plejepersonalet tages i ed (gammel dansk sprog for at lave en aftale) og aktivt medvirker til organisationen af besøgene. Og som rygdækning, kunne man udtrykke det med respekt, for det travle plejepersonale/sundhedspersonale, at de bliver forstået og inddraget i et forsøg om respekt der omhandler deres arbejdsdag.

Sidst men ikke mindst, elefanten i rummet; Covid-19. Og de vinkler tager vi fat på nu...

## 8.3 Corona-diskussion

I foråret 2020 annoncerede *World Health Organization* Covid-19 (også kendt som Corona virussen), starten på en pandemi (SST, 2020). Vi er derfor havnet i en meget mere seriøs, og klodset situation vedrørende besøg hos de ældre mennesker på plejehjem. Derfor har vi et meget større ansvar for de ældre, og skal tage hensyn til dem omkring os. Den gennemsnitlige alder for død af Covid-19 er 82 år (SSI, 2020), og plejehjemsfolket deler sådan set den alder. På den måde, er det også de ældre der er hårdest ramt af isolationen, oveni. Derfor kan det resultere i forøgelse i ensomheden blandt dem (Usinger, 2019).

Problemet med corona er mangeartet. Den generelle lockdown, restriktioner for samvær, krav om afstand, samt den konkrete trussel mod helbredet, skaber et komplekst problem for plejehjem og deres beboere. I dette afsnit vil vi beskrive konsekvensen af corona på flere niveauer og slutte af med en beskrivelse af det kontrafaktiske, nemlig: hvordan ville situationen være uden corona?

### 8.3.1 Konsekvenser på institutionsniveau

Der er virkelig mange ting, der har ændret sig ved institutionen, se et lille udsnit af restriktionernes regler for besøg:

- Besøgende skal være uden symptomer på luftvejssygdom, herunder hoste og forkølelse eller andre symptomer, der kan give mistanke om COVID-19, i 48 timer før besøget.
- Besøget skal kunne gennemføres med 2 meters afstand ud fra et forsigtighedsprincip mellem de besøgende og borgeren eller patienten.
- De besøgende er på forhånd eller ved ankomst informeret om hvilke regler vedrørende smitteforebyggelse, herunder hygiejneregler og krav om ansigtsværnemidler, der skal overholdes under besøget.
- Fælles kontaktpunkter (genstande, der berøres hyppigt, for eksempel håndtag, gelændere, lyskontakter, trykknapper, tastaturer, mus, terminaler, armlæn, bordkanter, legetøj, redskaber, vandhaner, toiletter med flere.) identificeres, og der udarbejdes en plan for rengøring af disse. Hvis der i forvejen på den enkelte institution findes en mere omfattende plan for

rengøring, følges denne plan. Det kan for eksempel være på nogle sygehusafdelinger. (alle regler fra: Sundhedsstyrelsen, 2020)

Restriktionerne på institutioner som plejehjem og sygehuse, er blevet indført for at beskytte beboerne mod Covid-19. Det viser sig dog, i et hollandsk studie, at den beskyttelse ikke har den gigantiske betydning. Et par eksperimenter omkring besøgende (primært børn), skabte de ved at fjerne restriktioner på individuelle plejehjem - og for at se om der skete et udbrud af Coronasmitte. Eksperimentet varede tre uger. Der var ikke nogen infektioner omkring virussen, til gengæld var mange af de ældre ramt af begejstring, da de mødte deres familiemedlem efter lang tids isolation (Verbeek, Hilde; Gerritsen, Debby L. et.al. (2020)).

### 8.3.2 Konsekvenser i hverdagen

Hverdagen på plejehjem påvirkes på flere måder af Corona-restriktioner. Personlig pleje, fælles måltider, hygge, og store sociale aktiviteter foregår anderledes og begrænset, hvis ikke at de slet ikke foregår, i Corona-tiden. Ældre Sagen har problematiseret en del af dette f.eks.:

- *Det får negative konsekvenser, at ældre, der ikke selv kan gøre rent, mister praktisk hjemmehjælp; at plejehjemsbeboere ikke får besøg af deres familier; at ældre bliver ensomme og i værste fald dør af andre årsager end COVID-19 eller kan risikere at miste vitale funktioner. (Ældre Sagen, 2020)*

Der er også tydeligt noget som peger i retning af at plejehjemmets personale bliver påvirket og at for eksempel træning med demente ikke har muligheden for at foregå på samme måde. Et hollandsk studie viser en anderledes opførsel hos personalet:

- *Some staff worry about their own health, or the health of their spouse, when they are in a risk category. (Verbeek, Hilde; Gerritsen, Debby L. et.al. (2020)).*

### 8.3.3 Konsekvenser for de ældres mentale helbred

Situationen vedrørende Covid-19 kan påvirke de ældre på plejehjemmet, på mange forskellige måder. De fleste er rimelig negative. Eksempelvis, ingen besøg fra

børnebørn øger ensomhed: tanker om at blive smittet kan skabe uro og, i dette tilfælde, angst: begge som er ekstremt usundt for det mentale helbred. (Se blandt andet. Bilag VI: corona-model).

Et spansk studie fra foråret 2020, viste at de ældre (mennesker over 60 år) reagerede på Covid-19 med mindre stress end dem under 60 (Garcia-Fernandez, Lorena; Psy, Veronica R.F. *et.al.* (2020)). Et tilsvarende studie i Sverige forsøgte en lignende undersøgelse med svenske borgere over 70 år, og fandt omkring halvdelen af dem, med markant dårligere mentale helbred, som konsekvens af restriktioner:

- *When it came to how the respondents felt during isolation, about half of them felt bad, and there were significantly more women reporting negative feelings than men (55.4% and 37.2%, respectively ( $p < 0.000$ )). Similar gender patterns were further seen in having trouble sleeping, feeling depressed, having difficulties concentrating and worrying about economic downturns and consequences to society (Gustavsson, 2020).*

Men ligesom at de negative elementer eksisterer, er der også positive vinkler i spil. Eksempelvis, et par dementplejebeboer, der har udtrykt glæde og ros for den mere begrænset hverdag:

- *Det er faktisk forførdeligt. Det var slet ikke rart at komme ud og så sidde overfor hinanden med den afstand, for den måde vi kan kommunikere på, det er ved at tage hinanden i hånden, og det må man ikke, fortæller Karl Sigsgaard. (Højrup, 2020)*

I Andersens artikel står der også at selv alderdomssvækket med dement ville more sig med stor glæde.

- *Der er altid stor gensynsglæde, når børnene kommer – også blandt beboerne med demens, siger Aase Jonassen, der er demenskoordinator og gruppeleder på Lind Plejecenter. (Andersen, 2018)*

### 8.3.4 Kan Corona-problematikken løses med IT?

Kan man skabe en besøgsordning, uden at mødes fysisk? Når vi kan bruge en IT-løsning til at facilitere mødet mellem generationerne, kan vi naturligvis også bruge IT til selve mødet. På de fleste plejehjem, er der inkluderet en dagligstue med et TV. Man kunne arrangere mødet med, at så mange ældre som muligt sidder i dagligstuen, mens skoleklassebørnene er på den anden side af skærmen. Så teknisk set, ville det godt kunne lade sig gøre. Hyggen og det større generationsmøde ville slet ikke være på samme niveau. For det første; når det foregår over skærmen, skal alle lytte, det er ikke særlig nemt at tale i små grupper eller lave aktiviteter, der ikke er verbale (for eksempel klippe-klistre). Man kan mest af alt synge fællessang eller høre historie. For det andet; hvis man sad fysisk sammen, hænder det at man taler i munden på hinanden; hvis den slags sker i online-møde, er der ingen der kan få udbytte af mødet. Opsummerende, må det siges at gevinsterne ved vores besøgsordning (eller effekt ved at to generationer mødes) falmer betragteligt hvis man ikke møder fysisk.

### 8.3.5 Men hvad nu hvis Corona ikke fandt sted?

Lad os opstille et lille tankeeksperiment. Forestil, at restriktioner/lockdown slet ikke ville komme til at ske. Hvordan ville det påvirke projektet, produktet, og det overordnet emne? Det kommer vi kort ind på nu - i dette kontrafaktiske afsnit.

Selve projektet ville have færre løse ender, på grund af muligheder for problemformulering og metodiske løsninger ikke ville blive bremset i opløbet. På den måde, ville det have givet os større elementer på paletten (menes flere muligheder at vælge imellem), hvilket kunne have gjort det mere inspirerende. Så ville løsningen på besøgsordningen være meget nemmere og samtidig mere acceptabel. Alligevel ville der også komme frustrerende aspekter, hvis situationen var sådan; der ville være for mange muligheder at vælge imellem; den røde tråd ville knække i den meningsløse struktur.

Produktet ville ikke have så stor et fokus på det elektroniske, og mere trans-fysiske. Hjemmesiden gør ikke den store forskel, hvis Corona ikke var der. Men vi ved ikke om alle de ældre har deres egen teknologi (smartphone, computer osv), og når selv isolationen ikke er der, ville det store problem af deling heller ikke findes. Derudover kan man sige, at hvis produktet endte som en fællesskabsaktivitet (for eksempel et computerspil), som de ældre kunne spille med børnehavebørn, ville det heller ikke være et problem; produktet ville kunne bruges på mange flere måder.

Men en vigtig pointe at tage i mængde, er at ældres ensomhed stadig ville være en problematik (Hicks, 2000). Corona eller ej, så har de ældre på plejehjem følt sig en del ensomme i et stykke tid nu; Corona har simpelt gjort det værre (for de fleste), med isolation. Derfor er vores løsning/produkt også stadig relevant, uanset om Covid-19 fandt sted eller ej. Det er mest af alt udførelsen der påvirkes af virussen.

## 8.4 Vurdering

Dokumentaren har understøttet og bekræftet vores teorier på to forskellige måder; for det første, at ældre er ensomme og har brug for selskab. For det andet, at selskab fra børn er en god mulighed for at få bevæget sig mere dagligt. Eksempler på dette er, at de ældre på plejehjem har udtalt sig om eksperimentet således;

- *”man glemmer alt, når man sidder ned med de børn”*
- *”når man sidder der og leger med dem, så glemmer man alt det dårlige”*
- *”livet er bare dejligt, når man kan få lov til det man gerne vil”*
- *”Det er sjovt at der bliver knyttet nogle bånd mellem de små og os”* (Bilag II)

Ydermere er der også blevet snakket på tværs med skoleledere, lærere og studerende. Her bliver der blandt andet kommenteret;

- *”Vi har et plejehjem meget tæt på skolen, og jeg ved positivt, at der har været besøg af vores yngste børn. Det var en stor succes, at lade børnene læse historier for de ældre, tegne og spille spil”* siger Thomas Kielgast, skoleleder på Hastrupskolen i Køge. (Bilag III)

Heraf bliver der yderligere skrevet;

- *“Hvis det var muligt, at lave besøg på et plejehjem, så ville vi bestemt deltage i projektet” (Bilag IV).*

Dette er et af de store eksempler på, at eksperimentet/projektet ville være muligt at tage i brug i fremtiden.

I forbindelse med disse kommentarer fra skolelederen, læreren og den studerende kan man på bilag III og IV også læse, at Claus Mechlenborg, tidligere lærer på Hastrupskolen skriver

- *“Ældre har massere at give videre til børn i kraft af livserfaring og erindringer”(Bilag V),*

Dette er også et eksempel på, at besøgsdagene ville være en positiv tilgang for børn i undervisningen.

Derudover er der også snakket med forældre med forskellige baggrunde. Her kan man på baggrund af dette vurdere, at rigtig mange forældre har set disse besøgsdage som en mulighed for, at børn kan være med til at forstå den tilstand de ældre er i.

## **9. Perspektivering**

I processen gennem vores projektforsøg, har vi passeret mange ting som har været fordelagtigt for hele gruppen. Den første ting vi har haft anseelig gavn af, er læringen om de forskellige valg man foretager sig gennem sit projektforsøg. Vi erfarede at man, som det første, aldrig skal finde på sit design før man finder sit problem. Vi startede nemlig forkert ud i første omgang med allerede, at have en ide om en app, hvor målgruppen var ældre mennesker. App'en skulle kunne måle ældre menneskers skridt, hvor at hvis de opnåede 10.000 skridt, ville de have muligheden for at vinde noget til dem selv. Denne app havde til formål at få de ældre mennesker lidt mere op på benene, og mere ud i naturen i stedet for at sidde hjemme i sofaen hele dagen. Netop her begyndte vi at tænke mere logisk, og indså vores fejl om at vi burde tænke på hvad det større problem egentlig er. Vi begyndte derfor at snakke om hvilken gruppe ældre mennesker vi kunne sætte fokus på, i stedet for at tage helheden af ældre mennesker. En tilfældig dag kom vi på idéen, at hjælpe de ældre

på plejehjem, som tit kan føle sig ensomme, og dermed havde mistede livslysten. Herefter skulle vi komme på idéen om hvilken intervention som kunne forebygge, eller rent sagt, kurer ensomheden hos de ældre; idéen om en besøgsordning af børnehavebørn, som kunne komme og skabe en masse aktiviteter med de ældre på plejehjemmet. Vi kom på den mulige designløsning som var en hjemmeside, hvor man kunne tilmelde sig som besøgende på et plejehjem. Her begyndte vores overvejelse om den rette målgruppe at finde vej. Vi endte med at skolelærerne og børnenes forældre ville være den oplagte målgruppe til at gå ind og tilmelde sig på hjemmesiden.

En anden ting vi som gruppe lærte, var tidshåndteringen. Dette afhjalp vi ved, at opsætte en tidsplan hvor vi fik en evne til se overblik. Både for det vi skulle skrive og vores deadlines. Dette var fordelagtigt for gruppen, da vi ikke følte nogen form for stress, eller tidspres for at nå forskellige ting. Dette var især også en god metode for at sikre os, at vi havde fået alt med som vi skulle huske i opgaven.

En tredje metode som også var nyttebart for gruppen, var farvekoordinering af sætninger og afsnit i opgaven. Eksempelvis brugte vi farverne rød, grøn og sort. Rød symboliserede at man havde skrevet det hurtigt uden at rette igennem og derfor skulle det kigges grundigt på. Grøn havde betydning for at et afsnit var skrevet godt, og blå havde brug for at blive finpudset, og sort betød at det skulle blive stående som det var uden at blive rørt - altså at det var færdiggjort.

En ny strategi vi har brugt (eller måske ikke en ny, men én vi ikke har taget brug i), er at læse, grundigt, igennem bøger, for at nå frem til den viden, vi ikke vidste vi havde brug for. Før refererede vi kun bøger, eller for det meste, læste artikler om emnerne. Et godt eksempel er Herbert Simons *Science of The Artificial*, hvor selv efter man fandt hvad man ledte efter, blev man ved med at læse alligevel: man, samlede på viden. Det er praktisk implementering, som der bliver beskrevet i den del af litteraturen. Den videnskab, taget i betragtning af at skrive rapport, synes vel meget lærerig, og det har vores eksperimenterende metoder og resulterende statistikker vist. Den viden om litteratur retter sig hen som brugbart for fremtidige projekter, specielt på universitetet.

Den sidste og nok det allervigtigste punkt vi, hver især har lært og fundet fordelagtigt for dette kursus, var måden vi lærte at holde (og være) sammen på, selvom vi



gennem hele projektet fik ret store doser af modvind. Vi løftede hinanden op, både fysisk og psykisk, på motiverende vis, hver gang bare én individuel fra gruppen var ved at ramme bunden. Vi lærte at det, ikke altid helt, er det nemmeste at arbejde om én kæmpe opgave/rapport som en gruppe, som det ville være hvis man arbejdede på den selvstændigt. Både set person-mæssigt, men også når det gælder for et senere helstøbt resultat (tekst og information kan blive ret rodet). Udover det, har det været en svær opgave i sig selv, at ikke kunne møde fysisk det meste af tiden - specielt med studiestart og aflevering

Alle disse ovennævnte ting kan vi tage med os til fremtidige projektopgaver (på længere sigt end simpelt de resterende år på universitetet), og bruge dem som metoder til, at gøre et projektarbejde mere overskuelig, hyggelig og overkommelig.

## 10. Konklusion

Efter vores arbejde med denne besøgsordning, så har vi bestemt lært en masse. Vi har faldet over nogle komplikationer, og ting vi ikke havde tænkt over til at begynde med. Der er for eksempel aktiviteterne som kom til at fylde en del mere, end hvad vi troede det ville til at starte med. Det er mere end bare en aktivitet, det skal nemlig, som også er nævnt tidligere i opgaven, sørge for at tiltrække skolerne ind til vores besøgsordning. Det er denne del af ordningen som skal give skolerne en ekstra grund til at deltage. Udover et værktøj til at vække motivationen hos skolerne, så skal det også fungere som et fællespunkt som forbinder disse to generationer. Det var derfor en oplagt mulighed for os, at udnytte musik og sang som fælles aktivitet, da man kan synge og spille sange som de ældre også sang i deres barndom. Det kan skabe god stemning og nostalgi hos de ældre. I vores interview var der for eksempel også stor begejstring for musikrelateret aktiviteter. For at svare på en del af vores problemformulering som lyder:

“Hvilke udfordringer er der for at få besøgsordninger til at blive implementeret og hvordan kan vi lave en it løsning der kan afhjælpe ensomhed blandt ældre på plejehjem”,

så er der bestemt nogle udfordringer som vi stødte på i vores process. Den største var helt klart Corona, som gør, at hvis vi skulle opretholde vores besøgsordning, så

skulle vi ændre stort set alle elementer af vores ordning. Alle vores aktiviteter skulle derfor ændres og laves helt om.

Corona-situationen har haft stor betydning for ikke bare vores projekt, men også for vores emnefelt. Over en bred kamp, har den gjort ældres ensomhed værre, og ændrede hverdagen på plejehjemmene markant. Vi lægger op til en løsning, der bedst implementeres når den trussel om Corona har aftaget, om end det rent teknisk er muligt at mødes online.

Vi oplevede komplikationer med vores hjemmeside, og om hvordan vi skulle tilpasse den til vores målgrupper. Et problem som stadig er relevant er, at personalet simpelthen ikke har tid til at bruge vores hjemmeside, som skal organisere besøgene. Det er en af de problemer som vi her til sidst ikke har fået en endelig løsning på. Dog har vi her i gruppen snakket om hvad vi ville gøre anderledes, hvis vi havde mulighed for at komme ud på et plejehjem og snakke med dem noget mere. Vi ville gerne have været i et tættere arbejde med dem, så vi kunne få et bedre indblik i deres hverdag og hvilke IT-systemer, der findes i forvejen. Corona har, i dette tilfælde, været en komplikation som har minimeret den kontakt vi har kunnet have haft med personalet på plejehjem. Hvis vi fik et bedre indblik i deres hverdag mens vi besøgte dem, så kunne vi have implementeret hjemmesiden som en del af deres hverdag, mens den nok blev bedre og mere struktureret i processen.

For at svare på den anden del af vores problemformulering, som lyder “og hvordan kan vi lave en it løsning der kan afhjælpe ensomhed blandt ældre på plejehjem” er vores bud på en IT-løsning vores hjemmeside, der som sagt er den del af vores produkt, som adskiller sig fra de andre eksempler på besøgsordninger, som har fundet sted før. Det er for os, en form for bro som skal forbinde vores brugere af hjemmesiden. Det er et samlingspunkt for vores to generationer.

## 11. Litteraturliste:

### 11.1 Links

Andersen, Bettine Romme (2018) “Relationer mellem børn og ældre skaber ny læring og livsglæde” <https://vpt.dk/plejecenter/relationer-mellem-born-og-aeldre-skaber-ny-laering-og-livsglaede> V.P.T. (Viden På Tværs), 20. November 2018. Downloadet 18/12/2020 kl. 14:35, Mariehøj 138.

AULA (2020). <https://www.aulainfo.dk> Downloadet 23/11/2020

avXperten (2018) Smart home: <https://www.avxperten.dk/blog/hvad-er-smart-home/>  
avXperten, 2018. Downloadet 30/11/2020

Boss, Kicki & Nyborg, Juliane (2020) “Derfor holder vi halloween”  
<https://www.alt.dk/artikler/derfor-holder-vi-halloween> Alt, 22. Oktober 2020. Downloadet 13/12/2020

Cambridge dictionary (2020) “Interface”  
<https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/interface> Cambridge University Press, 2020. Downloadet 5/12/2020

Cass R. Sunstein (2014). “Nudging: A Very Short Guide, 37 J. Consumer Pol'y 583”, Harvard Community, 2014. Downloadet 18/12/2020

Chaeu, Sandy (2019), “Residents happier with kids around studies find”  
<https://www.australianageingagenda.com.au/clinical/social-wellbeing/residents-happier-with-kids-around-study-finds/> Australian Ageing Agenda, 23. August 2019. Downloadet 2/12/2020

Eksamensgruppe Nr. V2024788362. “Besøgsordninger på plejehjem”. Roskilde Universitet (RUC).

DR1 (2019) “Rollinger på plejehjem” Serie [https://www.dr.dk/drtv/se/rollinger-paa-plejehjem\\_147438](https://www.dr.dk/drtv/se/rollinger-paa-plejehjem_147438) DR1, 2019. Downloadet 19/11/2020

Garcia-Fernandez, Lorena; Psy, Veronica R.F. *et.al.* (2020) “Mental health in Elderly Spanish people in times of COVID-19 Outbreak”  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1064748120304061#!> Sciencedirect, Oktober 2020. Downloadet 21/11/2020

Graugaard, Mette (2018) “Nybagte mødre sender deres babyer på plejehjem visit - Det er fedt at glæde andre”: <https://stiften.dk/artikel/nybagte-m%C3%B8dre-sender-deres-babyer-p%C3%A5-plejehjemsvisit-det-er-fedt-at-gl%C3%A6de-andre-2018-5-3> Stiften, 3. Maj 2018. Downloadet 11/11/2020

Gustavsson, Johanna (2020) “Compliance to Recommendations and Mental Health Consequences among Elderly in Sweden during the Initial Phase of the COVID-19 Pandemic—A Cross Sectional Online Survey” <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/15/5380/htm> International Journal of Environmental Research and Public Health, 26. Juli 2020. Downloadet 21/11/2020

Hicks, T.J. (2020) “What Is Your Life Like Now?: Loneliness and Elderly Individuals Residing in Nursing Homes” <https://www.healio.com/nursing/journals/jgn/2000-8-26-8/%7B7e28a350-8367-4984-9b6b-0150d5808c42%7D/what-is-your-life-like-now-loneliness-and-elderly-individuals-residing-in-nursing-homes#divReadThis> Healio: Journal of Gerontological Nursing, 1. August 2000. Downloadet 21/11/2020

Højrup, Eva (2020) “Corona lukkede for besøg på plejehjem - nu har beboerne fået det bedre” <https://www.tv2east.dk/coronakrisen-hvad-har-vi-laert/corona-lukkede-besoeg-paa-plejehjem-nu-har-beboerne-faaet-det-bedre> TV2 Øst, 28. Juni 2020. Downloadet 20/11/2020

Eksamensgruppe Nr. V2024788362. “Besøgsordninger på plejehjem”. Roskilde Universitet (RUC).

Jessen, Bodil (2018). “Nu skal hele verden lære at drikke dialogkaffe med özlem Cekic” <https://www.berlingske.dk/politik/nu-skal-hele-verden-laere-at-drikke-dialogkaffe-med-ozlem-cekic> Berlingske, 3. Oktober 2018. Downloadet 28/11/2020

Kessinger, Lars Vedel (2018): “Depression, en oversigt” <https://www.sundhed.dk/borger/patienthaandbogen/psyke/sygdomme/depression/depression-en-oversigt/> Sundhed, 13. December 2018. Downloadet 11/11/2020

Lindgaard, Karen (2020): “Covid-19: Vores ældre lever mere isoleret, men kan de tåle det?” <https://www.welfaretech.dk/nyheder/2020/april/covid-19-vores-aeldre-lever-mere-isoleret-men-kan-de-taale-det> Welfare Tech, 22. April 2020. Downloadet 11/11/2020

Lorry (2016) “Besøgsbabyer spreder liv og glæde på københavnske plejehjem”: <https://www.tv2lorry.dk/artikel/besoegsbabyer-spreder-liv-og-glaede-paa-koebenhavnske-plejehjem> TV2 Lorry, 1. September 2016. Downloadet 10/11/2020

Marselisborg (2015): “Forebyggelse af ensomhed blandt ældre” <https://viden.sl.dk/artikler/voksne/psykiatri/forebyggelse-af-ensomhed-blandt-aeldre/> Socialpædagogerne, 2015. Downloadet 11/11/2020

Minbesøgsven.dk (2020) <https://sites.google.com/view/minbesogsvendk/start> Downloadet og designet November-December 2020

Eksamensgruppe Nr. V2024788362. “Besøgsordninger på plejehjem”. Roskilde Universitet (RUC).

No Isolation (2020) “What is social isolation” <https://www.noisolation.com/dk/research/what-is-social-isolation/> No Isolation, 5. Juni 2020. Downloadet 11/12/2020

Petersen, Jan Aasbjerg (2018) “Appelformer”  
<https://www.gymdansk.dk/appelformer.html>, Gymdansk, 5. December 2018. Downloadet 29/11/2020

Petersen, Jan Aasbjerg (2020) “Toulmins Argumentationsmodel”  
<https://www.gymdansk.dk/toulmins-argumentationsmodel.html> Gymdansk, 18. Maj 2020. Downloadet 13/11/2020

Psykiastrifonden (2020) “Hvad er ensomhed?” <https://www.psykiastrifonden.dk/det-mentale-motionscenter/ensomhed/2-forskeren-fortaeller-hvad-er-ensomhed.aspx> Psykiastrifonden, 2020. Downloadet 13/11/2020

Radford, Katrina; Professor Fitzgerald Anneke et. al. [ingen forfatter, men individer der har været med til at få projektet til at køre] (2019) “The Intergenerational Care Project”  
<https://www.intergenerationalcare.org/about-us/background-and-overview/>, Intergenerational Care, Griffith University, 2019. Downloadet 10/12/2020

Rasmussen, Liv Østerstrand (2019) “Efterårsuhygge og højt humør: Børn og gamle har glæde af fælles aktiviteter”  
<https://www.tv2fyn.dk/kerteminde/eftersuhygge-og-hojt-humor-born-og-gamle-har-glaede-af-faelles-aktiviteter> TV2 Fyn, 24. Oktober 2019. Downloadet 21/11/2020

Rygenduke, Louise (2019) “Old People's Home For 4 Year Olds is raw and real but necessary TV”  
<https://www.smh.com.au/entertainment/tv-and-radio/old-people-s-home-for-four-year-olds-is-raw-and-real-but-necessary-tv-20190819-p52ii6.html> The Sydney Morning Herald, 22. August 2019. Downloadet 4/12/2020

Ritzau (2016) “Babyer på visit hitter på plejehjemmene”:

<https://nordjyske.dk/nyheder/babyer-paa-visit-hitter-paa-plejehjemmene/3933c13d-9e4f-4ef4-a03a-8bec92431bed> Nordjyske, 23. Januar 2016. Downloadet 11/11/2020

Røde Kors [ukendt forfatter] (2020) “Bliv besøgsven” [https://www.rodekors.dk/bliv-](https://www.rodekors.dk/bliv-frivillig/bliv-)

[besoegsven?qclid=CjwKCAiAtK79BRAIEiwA4OskBIM0Ct9sR9DZNIoLAVITPknbJRxBehFv\\_bUY-u0hKdpFdCAY58LArRoCWC8QAvD\\_BwE](https://www.rodekors.dk/bliv-frivillig/bliv-besoegsven?qclid=CjwKCAiAtK79BRAIEiwA4OskBIM0Ct9sR9DZNIoLAVITPknbJRxBehFv_bUY-u0hKdpFdCAY58LArRoCWC8QAvD_BwE) Røde Kors, 2020. Downloadet 11/11/2020

Scaruffi, Piero (2020) “What is unique about this database”

<https://www.scaruffi.com/music/unique.html> Scaruffi, 2020. Downloadet 17/12/2020

Sivers, Derek (2016) “Tools of Titans: Derek Sivers Distilled #202”

<https://tim.blog/2016/11/21/tools-of-titans-derek-sivers-distilled/>, Tim Ferriss, 21. November 2016. Downloadet 8/12/2020

Skropeta, C Margaret; Colvin Alf; , Sladen, Shannon (2014) “An evaluative study of the benefits of participating in intergenerational playgroups in aged care for older people”

<https://bmcgeriatr.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2318-14-109#Sec21> BMC Geriatrics, 2014. Downloadet 30/11/2020

SSI (2020): “9.500 danske COVID-19 patienter kortlagt for første gang”

<https://www.ssi.dk/aktuelt/nyheder/2020/9500-danske-covid-19-patienter-kortlagt-for-forste-gang> SSI, 25. Maj 2020. Downloadet 20/11/2020

Storgaard, Karin (2016) “Besøgsbabyer vil skabe glæde hos de ældre”

<https://politiken.dk/debat/debatindlaeg/art5620377/Bes%C3%B8gsbabyer-vil-skabe-gl%C3%A6de-hos-de-%C3%A6ldre>, Politiken, 28. April 2016. Downloadet 26/11/2020

Styrelsen For Patientsikkerhed (2020) “Inspirationskatalog om forsøg udendørs på plejecentre: Planlægninger og løsninger” <https://stps.dk/da/sundhedsfare-og-beredskab/inspiration-til-besoeg-udendoers-paa-plejehjem/~-/media/6EDEE039B9914A1EBF0908E3F0B468C9.ashx>, Styrelsen For

Patientsikkerhed, Juni 2020. Downloadet 17/12/2020

Sundhedsstyrelsen (2020) “Corona / Covid-19” <https://www.sst.dk/da/corona>

Sundhedsstyrelsen, 2020. Downloadet 10/12/2020

Sundhedsstyrelsen (2020) “Covid-19: Smitteforebyggelse ved besøg på plejehjem og plejeboliger, aflastningspladser, sygehuse, klinikker mv.” [https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2020/Corona/Plejehjem-sygehuse/COVID19--Smitteforebyggelse-besoeg-plejehjem-](https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2020/Corona/Plejehjem-sygehuse/COVID19--Smitteforebyggelse-besoeg-plejehjem-sygehuse.ashx?la=da&hash=3621F7E4C3CCEDD645E26086D4BE7F0A822ED41B)

[/media/Udgivelser/2020/Corona/Plejehjem-sygehuse/COVID19--Smitteforebyggelse-besoeg-plejehjem-](https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2020/Corona/Plejehjem-sygehuse/COVID19--Smitteforebyggelse-besoeg-plejehjem-sygehuse.ashx?la=da&hash=3621F7E4C3CCEDD645E26086D4BE7F0A822ED41B)

[sygehuse.ashx?la=da&hash=3621F7E4C3CCEDD645E26086D4BE7F0A822ED41B](https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2020/Corona/Plejehjem-sygehuse/COVID19--Smitteforebyggelse-besoeg-plejehjem-sygehuse.ashx?la=da&hash=3621F7E4C3CCEDD645E26086D4BE7F0A822ED41B)

Sundhedsstyrelsen, 1. Juli 2020. Downloadet 11/11/2020

Sundhedsstyrelsen (2020), “Ensomhed, Forebyggelse blandt ældre”

<https://www.sst.dk/da/viden/aeldre/forebyggelse-blandt-aeldre/ensomhed>. Downloadet

11/11/2020



Thunberg, Greta (2019). “United Nations Climate Action Summit”, NY. 23. September 2019.  
Downloadet 10/12/2020

TV2 play (2019) “Børne chock på plejehjem” Serie  
<https://play.tv2.dk/programmer/dokumentar/serier/boernechok-paa-plejehjemmet/del-1-gnavpotten-moeder-gavtyvene-186102>, TV2 Play, 2019. Downloadet 9/12/2020

Udforsk sindet (2020). “Det tre typer ensomhed når alt kollapser”  
<https://udforsksindet.dk/ensomhed-alt-kollapser/> Udforsk sindet, 25. Marts 2018, Downloadet  
11/12/2020

Usinger, Lotte (2019): “Depression hos ældre”  
<https://www.sundhed.dk/borger/patienthaandbogen/aeldre/sygdomme/ovrigt-sygdomme/depression-hos-aeldre/> Sundhed, 13. Februar 2019. Downloadet 11/11/2020

Verbeek, Hilde; Gerritsen, Debby L. *et.al.* (2020) “Allowing Visitors Back in the Nursing Home During the COVID-19 Crisis: A Dutch National Study Into First Experiences and Impact on Well-Being” [https://www.jamda.com/article/S1525-8610\(20\)30526-0/fulltext](https://www.jamda.com/article/S1525-8610(20)30526-0/fulltext)  
Jamda, Juli 2020. Downloadet 21/11/2020

Eksamensgruppe Nr. V2024788362. “Besøgsordninger på plejehjem”. Roskilde Universitet (RUC).

Ældre Sagen (2020): “Besøg på plejehjem i Corona-tid” <https://www.aeldresagen.dk/om-aeldresagen/lige-nu/corona/faa-gode-raad/gode-raad-om-plejehjem-i-corona-tid> Ældre Sagen, 28. Oktober 2020. Downloadet 11/11/2020

Ældre Sagen (2020) “Corona: Det mener Ældre Sagen” <https://www.aeldresagen.dk/om-aeldresagen/lige-nu/corona/synspunkt/corona-det-mener-aeldre-sagen> Ældre Sagen, 9. Juni 2020. Downloadet 20/11/2020

Ældre Sagen (2020) “Ensomhed, Ingen skal føle sig ensomme: 55.000 ældre I Danmark over 65 år føler sig ensomme. Ensomhed kan være livstruende for det enkelte menneske og dyrt for samfundet. Ingen skal rammes af alvorlig ensomhed” <https://www.aeldresagen.dk/presse/maerkesager/ensomhed>, Ældre Sagen, 7. December 2020. Downloadet 7/12/2020

Ældre Sagen (2020) “Ensomhed, Ingen skal føle sig ensomme: Der bliver vi ensomme” <https://www.aeldresagen.dk/presse/maerkesager/ensomhed/fakta/derfor-bliver-vi-ensomme>, Ældre Sagen, 16. November 2020. Downloadet 21/11/2020

## 11.2 Bøger

Højlund, Holger (2001) “Ældre og ensomhed: en oversigt over teori og forskning” Hellerup, 2001. Downloadet 2/12/2020

Eksamensgruppe Nr. V2024788362. “Besøgsordninger på plejehjem”. Roskilde Universitet (RUC).

Kahneman, Daniel (2013) “At tænke - hurtigt og langsomt” Lindhardt Og Ringhof, 2011.  
Downloadet 16/11/2020

Münster, Morten (2017) “Jytte fra Markering er desværre gået af i dag” Gyldendal Business,  
18. September 2017. Downloadet 30/11/2020

Olesen, Mia Saskia & Wahl-Brink, Dorit (2015): “Ensomhed blandt ældre: Myter og fakta”  
[https://www.egv.dk/images/OmEnsomhed/Ensomhed-blandt-aeldre\\_2015.pdf](https://www.egv.dk/images/OmEnsomhed/Ensomhed-blandt-aeldre_2015.pdf) Aktivt  
Ældrelev, Januar 2015. Downloadet 11/11/2020

Pedersen, Bente Klarlund (2011) “Hva’ nu, hvis jeg hader sport” Bianco Luno, 2011.  
Downloadet 13/12/2020

Platz, Merete (2005): “Et Ældrelev I Ensomhed” Gerontologisk Institut, 2005. Downloadet  
7/11/2020

Rasmussen, J. D. (2012). [Steder at være for socialt udsatte ældre: Antropologisk studie af Multihuset på Nørrebro](http://www.egv.dk/media/61432/stederatvaere_trapport_72dpi.pdf). Ensomme Gamles Værn.  
[http://www.egv.dk/media/61432/stederatvaere\\_trapport\\_72dpi.pdf](http://www.egv.dk/media/61432/stederatvaere_trapport_72dpi.pdf). Downloadet 7/11/2020

Simon, Herbert (1996) “Sciences of The Artificial”  
[https://monoskop.org/images/9/9c/Simon\\_Herbert\\_A\\_The\\_Sciences\\_of\\_the\\_Artificial\\_3rd\\_edition.pdf](https://monoskop.org/images/9/9c/Simon_Herbert_A_The_Sciences_of_the_Artificial_3rd_edition.pdf) MIT Press, 1996. Downloadet 29/11/2020

Eksamensgruppe Nr. V2024788362. “Besøgsordninger på plejehjem”. Roskilde Universitet (RUC).

Winner, Langdon. (1986). *The whale and the reactor: A search for limits in an age of high technology*, University of Chicago Press, Chicago. Downloaded 16/12/2020

Zuboff, Shoshana. *The Age of Surveillance Capitalism: The Fight for a Human Future at the New Frontier of Power: Barack Obama's Books of 2019*. Profile Books, 2019. Downloadet 18/12/2020

## 11.3 Undervisning

Nye, David E. (2006) *Technology Matters: Question To Live With*

Pries-Heje, Jan. 7 september 2020 - Designbegrebet og designvidenskab slides

Pries-Heje, Jan. 14 september 2020 - Analytisk design slides

Pries-Heje, Jan. 5 oktober 2020 - adfærdsdesign slides

Sommer, Finn M. 16 oktober 2020 - grundlæggende forståelse af teknologi og subjekt slides

### **Interview:**

Bierlich, Lone (4/12/2020) - personale på plejehjem.

## 11.4 Bilag

### Bilag I

Interview:

- Giver du samtykke til at vi optager dette interview, så vi kan kigge tilbage på det. Det er vigtigt at sige at optagelsen ikke bliver vist til andre end os her i gruppen. (Opdatering: vi kom til at slette optagelsen, men vi har gjort vores bedste for at huske svarene).
- Vi vil også høre om du vil blive anonym i vores henvisninger til dette interview eller om vi må bruge dit rigtige navn? Nej det er fint.

Interview med Lone Bierlich, aktivitetsmedarbejder på et plejehjem i København (Fredag d. 4 December 2020, kl 14:00-14:23)

- *Hvor ofte oplever i ensomhed blandt de ældre på plejehjem*

Meget ofte. Der er mange tegn på ensomhed på det plejehjem hvor jeg er. Jeg er dog ikke på plejehjemmet men på aktivitetsdelen. Det er derfor vigtigt at skelne mellem plejehjemsbeboere og folk som bor alene i ældre boliger. Dem som er med til aktiviteter hos mig har ikke det store behov for besøg, da de er fysisk aktive og stadig laver aktiviteter regelmæssigt.

*Er det blevet værre under corona?*

Ja, helt bestemt. Der er tydelige tegn på at dem som plejer at få familie og venner på besøg er blevet mere ensomme, da det ikke er muligt her for tiden. Der er også nogle beboere som har været vidne til deres egne børns begravelse, som nu er mere ensomme end før.

- *Synes du selv, at man kunne gøre noget bedre, der kunne sørge for noget socialt blandt de ældre?*
  - Jeg har selv set de dokumentarer, hvor mindre børn kommer på besøg og stiller undrende spørgsmål til de ældre. Det er en ting som kun ville gavne til situationen, hvis arbejdet bag det er på plads. Det ville dog ikke være muligt på nogen måde nu med corona. Men om et halvt års tid hvis ting er bedre, ville det helt klart være en mulighed at

undersøge. Vi har selv haft kontakt med en børnehave som ligger tæt på, hvor de var her kort og de har intet imod et lille barn som spørger om de er fra stenalderen fx.

*Hvad er det ved børn der gør det en god interaktion mellem de to generationer?*

- Den uskyldighed og uvished hos børnene er helt klart en faktor. De er nysgerrige og nogle af dem vil spørge en sur gnavpot om han/hun er sur. Og hvad vil de sige igen? Jeg tror det er en sund interaktion.
- Jeg har selv prøvet at spille og synge musik med de ældre. Det er en smuk ting, da nogle ældre som normalt er demente pludselig kan huske sange fra deres egen barndom, når de synger med børnene. Det er en ting som ikke er bevist hvordan virker i den videnskabelige verden, men det er i sandhed en smuk ting. Lige så snart sangen er slut, så returnere de til deres normale væremåde og glemmer det er sket.
- *Kan i forestille jer, at det ville være en god ide, at få besøgs af besøgsvenner på plejehjemme?*
  - Helt bestemt vi har som sagt prøvet det før og jeg er overbevist om at det ville hjælpe en del på nogle af vores beboere. Men under corona, er det ikke muligt, og derfor bliver svært hvis det er det større formål.
- *Er der nogle ulemper som vil kunne forekomme eller noget man skal være bevidst om på forhånd?*
  - En ulempe vil helt klart være tidsmangel hos personalet. De har simpelthen ikke meget tid i overskud, da de render rundt over det hele. Når en ældre sidder med en våd ble i længere tid, så er det ikke fordi de gør det med vilje men fordi deres dag er så proppet med ting at se til. Derfor ville det være uhyggeligt svært at kunne få deres opmærksomhed i travlheden.
- *Oplever man at ældres fysiske helbred, bliver påvirket af det psykiske helbred? eks. oplever i at man grundet ensomhed ikke gider at bevæge sig, og hvordan håndterer selv situationerne når de ældre føler sig ensom og oplever ensomhed?*
- Det korte svar er ja. De bliver påvirket på samme måde som du og jeg gør. Hvis en af os har en tandpine eller en skade som påvirker os fysisk, så bliver

vi automatisk påvirket mentalt og ændre vores adfærd og humør. De er ikke meget anderledes. Hvis de har smerte i kroppen, så bliver det mentale automatisk påvirket.

- *Vil du fortælle lidt om hvordan de ældres mentale trivsel er der hvor du arbejder? Er det blevet bedre/værre under corona?*
- Det er blevet meget værre. Der er mange der ikke må se hinanden. Der er nogle beboere som stort set kun har lidt kontakt med hjemmehjælpere og det er det. Jeg må for eksempel ikke tage kontakt med dem eller hjælpe dem med noget som helst. Det er en ting som skærer i hjertet, når jeg hører at nogle ældre ikke har været oppe af deres rullestol siden corona startede, pga. manglende kontakt og opmærksomhed. Det er bestemt en ting der skal laves om på, men corona står meget i vejen for tiden og vi skal alle tilpasse os.
- *Vi vil gerne lave en hjemmeside der kobler børn og gamle sammen. Tror du der er et behov hos personalet og hvilke udfordringer kan du få øje på?*
- Der er virkelig få af de ældre på plejehjemmet som kan finde ud af at bruge computer. Derudover er personalet allerede på overarbejde; der er nogle der kan sidde med en våd ble i timevis uden der bliver gjort noget fordi der er så travlt. Personalet har simpelthen ikke tid til at booke tider og besøg i deres travle dag.
- *Har du et godt råd til os inden vi skal vise vores ideer til nogle gamle?*
- Børnene og specielt musik/sang og dans, er altid en kæmpe success. Selv dem der har været diagnosticeret med Parkinson begynder at kunne svinge med hustruerne og vrikke med hofterne. Det er en magisk ting når det sker og er et hit hos alle.
- *Er der en vis struktur på plejehjemmet i de ældres hverdag? Hvis ja, er det så vigtigt at deres hverdag ikke ændres for meget når der kommer besøg?*
- Det er et godt spørgsmål. Der er bestemt en vis struktur i deres hverdag og det vil da kun være en fordel hvis man ikke rykkede for meget rundt i hverdagen, så der ikke sker for mange ting. Det er bestemt noget I skal stræbe efter, når I planlægger det. Det skal som vidt muligt ikke være en byrde for personalet, da de har meget at se til.







NB - I må godt citere mig i jeres opgave

Bilag II:

Hej Rumeysa

*Tak for din mail - jeg håber, at du har det godt og at studielivet er noget for dig.*

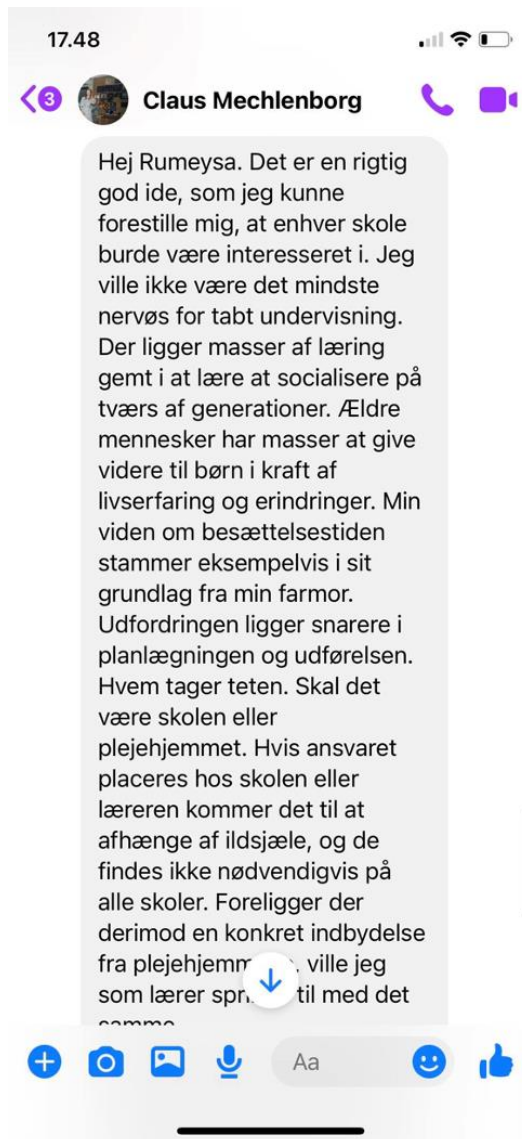
*Jeg synes, at det er en super god idé, at lade de yngste elever på skolen være en slags besøgsvenner. Vi har et plejehjem meget tæt på skolen og jeg ved positivt, at der har været besøg af vores yngste børn. Det var en stor succes, at lade børne[ne] læse historier for de ældre, tegne og spille spil.*

*Jeg er sikker på, at de yngste børn vil få meget ud af at besøge et plejehjem på samme måde som at ældre vil elske at få besøg af børn. Sidste jul havde vi en aftale med vores naboplejehjem om at komme med vores kor for at synge julesange samt at lave et luciaoptog for plejehjemmet.*

*Hvis det var muligt, at lave besøg på et plejehjem, så ville vi bestemt deltage i projektet.*

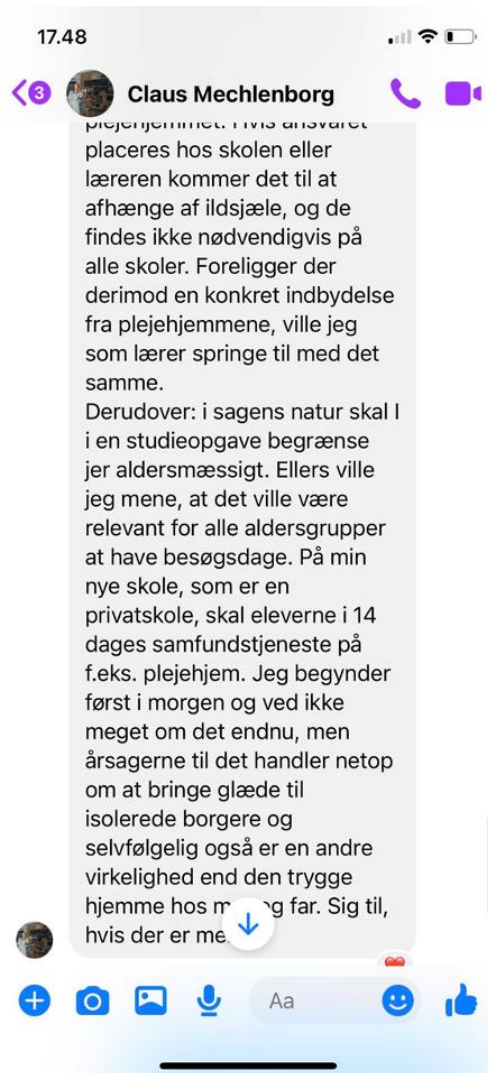
Hilsen  
Thomas Kielgast  
Skoleleder

Bilag III:



*Hej Rumeysa. Det er en rigtig god ide, som jeg kunne forestille mig, at enhver skole burde være interesseret i. Jeg ville ikke være det mindste nervøs for tabt undervisning. Der ligger masser af læring gemt i at lære at socialisere på tværs af generationer. Ældre mennesker har masser af give videre til børn i kraft af livserfaring og erindringer. Min viden om besættelsestiden stammer eksempelvis i sit grundlag fra min farmor. Udfordringen ligger snarere i planlægningen og udførelsen. Hvem tager teten[?]. Skal det være skolen eller plejehjemmet[?]. Hvis ansvaret placeres hos skolen eller læreren kommer det til at afhænge af ildsjæle, og de findes ikke nødvendigvis på alle skoler. Foreligger der derimod en konkret indbydelse... (fortsættes...)*

Bilag IV:



... fra plejehjemmene, ville jeg som lærer springe til med det samme.

Derudover: i sagens natur skal I i en studieopgave begrænse jer aldersmæssigt. Ellers ville jeg mene, at det ville være relevant for alle aldersgrupper at have besøgsdage. På min nye skole, som er en privatskole, skal eleverne i 14 dages samfundstjeneste på f.eks. plejehjem. Jeg begynder først i morgen og ved ikke meget om det endnu, men årsagerne til det handler netop om at bringe glæde til isolerede borgere og selvfølgelig også er en anden virkelighed end den trygge hjemme hos mor og far. Sig til, hvis der er mere.

Bilag V:

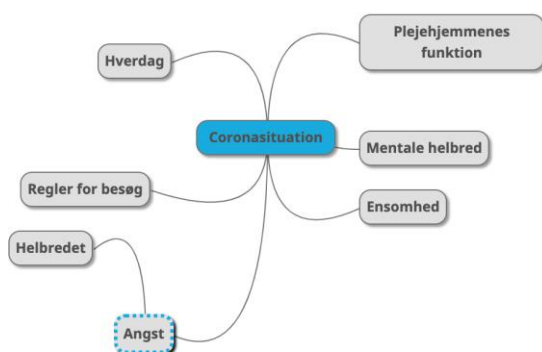
Ideen omkring at lade børn besøge ældre mennesker på plejehjem, er super god. Børnene får muligheden for at få kulturforståelsen samt at "øve" at blive dannet som borgere i et samfund. Samt kan disse "ældre besøg" have flere didaktiske fordele, elever med udfordringer såsom socialisering, inklusion og stress kan udvikle sig på hver deres front. Didaktisk ser jeg det som en kæmpe mulighed for elever, store som små at besøge et plejehjem. Men jeg vil dog passe på med at det skulle være for ofte, eleverne er i forvejen på baggrund af heldagsskolen presset utrolig meget. Men i det store billede er det et super godt tiltag, som blot mangler lidt redidaktisering og konkretisering.

*Ideen omkring at lade børn besøge ældre mennesker på plejehjem, er super god.*

*Børnene får muligheden for at få kulturforståelsen samt at "øve" at blive dannet som borgere i et samfund. Samt kan disse "ældre besøg" have flere didaktiske fordele, elever med udfordringer såsom socialisering, inklusion og stress kan udvikle sig på hver deres front. Didaktisk ser jeg det som en kæmpe mulighed for elever, store som små at besøge et plejehjem. Men jeg vil dog passe på med at det skulle være for ofte, eleverne er i forvejen på baggrund af heldagsskolen presset utrolig meget. Men i det store billede er det et super godt*

*tiltag, som blot mangler lidt redidaktisering og konkretisering.*

**Bilag VI: corona-model** (hjemmelavet model, tegnet af Damian, 2020)



## Indledning

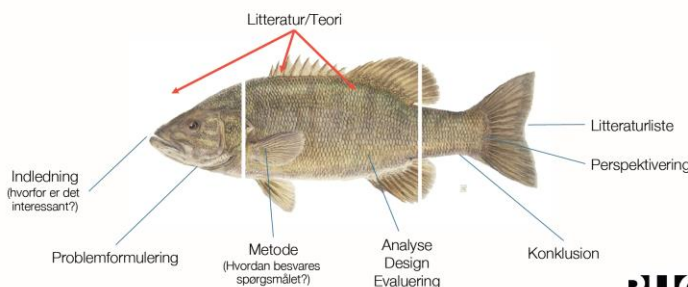
- Emne/problemfelt, motivation
  - leder til PF: "På denne baggrund har tager vi udgangspunkt i følgende problemformulering ..."
- Problemformulering
- Arbejdsspørgsmål
  - forklar evt. kort hvordan I vil besvare hvert arbejdsspørgsmål
- Opfyldelse af dimensionskrav
- Introducer rapportens opbygning
  - hvordan skal rapporten læses?



## Bilag VII: Indledning

- Emne/problemfelt, motivation (leder til PF: "På denne baggrund tager vi udgangspunkt i følgende problemformulering...")
- Problemformulering
- Arbejdsspørgsmål (forklar evt. hvordan I vil besvare hvert arbejdsspørgsmål)
- Opfyldelse af dimensionskrav
- Introducer rapportens opbygning (hvordan skal rapporten læses?)

## "Fiskemodellen" som disposition



## Bilag VIII: "Fiskemodellen"

Indledning, Problemformulering, Metode, Analyse, Konklusion, Perspektivering, Litteraturliste

## Teori

- Teorier skal forstås som analyseredskaber – dvs. redskaber til analysere de fænomener, I undersøger
- Teorier om byrum, adfærd i forhold til affaldshåndtering, biodiversitet, etik på sociale medier, etc.
- Vigtigst: Redegørelse for teori, og hvordan I anvender den
- 'Nice to do': Diskussion af forskellige teorier over for hinanden



## Bilag IX: Teori:

- Teorier skal forstås som analyseredskaber - dvs. redskaber til analysere de fænomener, i undersøger
- Teorier om byrum, adfærd i forhold til affaldshåndtering, biodiversitet, etik på sociale medier, etc
- Vigtigst: Redegørelse for teori, og hvordan I anvender den
- 'Nice to do': Diskussion af forskellige teorier over for hinanden

## Metode

- Redegør for jeres metode ud fra litteraturen, fx - Hvad siger litteraturen om dette, forklar de vigtigste begreber og modeller mv.
- Designprocessen
- Undersøgelsesmetoder: Spørgeskema, interview, observation, dokumentanalyse
- Programmeringssprog
- Prototyper og prototypeafprøvning
- Etc.



## Bilag X: Metode

- Redegør for jeres metode ud fra litteraturen, fx - Hvordan siger litteraturen om dette, forklar de vigtigste begreber og modeller mv.
- Designprocessen
- Undersøgelsesmetoder: spørgeskema, interview, observation, dokumentanalyse
- Programmeringssprog
- Prototyper og prototypeafprøvning
- Etc.

## Konklusion (og perspektivering)

- Svar på problemformuleringen
- Tilføj evt. perspektivering
  - Fx. hvad lærte projektet os - hvordan står vi nu ift. vores næste projekt

## Bilag XI:

### Konklusion

- Svar på problemformuleringen
- Tilføj evt. perspektivering (fx hvad lærte projektet os - og hvordan står vi nu ift. vores næste projekt)

## Plagiat

- Når en idé, en tekst, et produkt eller lignende er
  - identisk eller næsten identisk gengivelse af andres formuleringer eller værker, uden at det gengivne er markeret med anførselstegn, kursivering, indrykning eller anden tydelig markering med angivelse af kilden, herunder evt. sidetal eller lignende (afskrift)
  - passager med et ordvalg, der ligger så tæt på et andet værk eller lignendes formuleringer m.v., at man ved sammenligning kan se, at passagerne ikke kunne være skrevet uden anvendelse af det andet værk (parafrasering m.v.),
  - brug af andres ord eller idéer, uden at dette er angivet (anden plagiering)

-brug af andres ord eller idéer, uden at dette er angivet (anden plagiering)

## Bilag XII: Plagiat: Når en idé, en

tekst, et produkt eller lignende er

- identisk eller næsten identisk gengivelse af andres formuleringer eller værker, uden at det gengivne er markeret med anførselstegn, kursivering, indrykning eller anden tydelig markering med angivelse af kilden, herunder evt. sidetal eller lignende (afskrift)
- passager med et ordvalg, der ligger så tæt på et andet værk eller lignendes formuleringer m.v., at man ved sammenligning kan se, at passagerne ikke kunne være skrevet uden anvendelse af det andet værk (parafrasering m.v.)

## Analyse

- Analyse vil sige anvendelse af teorier i behandling af jeres empiri (primær og sekundær)
- Analyse af interviews, spørgeskemaer, observationer, etc.
- Eksisterende designløsninger
- Analyse skaber sammen med teorien vidensgrundlaget for jeres design



## Bilag XIII: Analyse

- Analyse vil sige anvendelse af teorier i behandling af jeres empiri (primær og sekundær)
- Analyse af interviews, spørgeskemaer, observationer, etc
- Eksisterende designløsninger
- Analyse skaber sammen med teorien vidensgrundlaget for jeres design