



JÖNKÖPING UNIVERSITY
School of Health and Welfare

Betydelser av att delta i projektet “Kulturella upplevelser”

- En kvalitativ analys

HUVUDOMRÅDE: *Arbetsterapi*

FÖRFATTARE: *Sofie Sjöberg & Sarah Mildaeus*

HANDLEDARE: *Johanna Johansson, Universitetsadjunkt. Doktorand*

EXAMINATOR: *Inger Jansson, Universitetslektor arbetsterapi*

JÖNKÖPING *2026 maj*

Förklaring till användning av artificiell intelligens (AI)

- Under arbetet med examensarbetet använde författarna inte någon AI-applikation eller tjänst. Författarna tar fullt ansvar för arbetet.

Betydelser av att delta i projektet “Kulturella upplevelser”: En kvalitativ analys

Abstrakt

Bakgrund: En variation av betydelsefulla aktiviteter i vardagen är en viktig faktor för hälsa. Projektet “Kulturella upplevelser” erbjöd kulturaktiviteter som annars inte var tillgängliga för äldre personer som bor i särskilt boende.

Syfte: Beskriva vilka betydelser projektet “Kulturella upplevelser” har haft för äldre personer som bor i särskilt boende.

Metod: Kvalitativ design med induktiv ansats och ändamålsenligt urval. Datainsamling gjordes i sex särskilda boenden genom semistrukturerade intervjuer, asynkrona intervjuer samt observationer. Som analysmetod tillämpades kvalitativ innehållsanalys.

Resultat: Tre kategorier identifierades: Aktiviteterna skapade festliga gemensamma upplevelser och en stärkt gemenskap i särskilda boenden, Aktiviteterna bidrog till möjlighet att utvecklas och få nya erfarenheter, Aktiviteterna blev en guldkant i vardagen och skapade en lugn känsla i kroppen som stannade kvar.

Slutsats: Äldre personer som bor i särskilt boende bör få möjlighet att engagera sig i olika aktiviteter tillsammans.

Implikationer: Arbetsterapeuter bör vara aktiva vid implementering av gruppaktiviteter i särskilt boende och kan med fördel samarbeta med till exempel studieförbund. Kulturaktiviteter kan bland annat användas för att främja social gemenskap.

Nyckelord

Arbetsterapi, Delaktighet, Gruppintervention, Kreativa aktiviteter, Kvalitativ design, Meningsfulla aktiviteter, Sociala aktiviteter, Särskilt boende, ValMo, Välbefinnande, Äldre personer.

Meanings of participating in the project “Cultural experiences”: A qualitative analysis

Abstract

Background: A variety of meaningful activities in everyday life is an important factor for health. The project “Kulturella upplevelser” offered cultural activities that were otherwise not available in elderly care homes.

Aim: To describe the meanings the project “Cultural experiences” has had for older people living in elderly care homes.

Method: Qualitative design with an inductive approach and purposeful sampling. Data collection was carried out in six elderly care homes facilities through semi-structured interviews, asynchronous interviews and observations. Qualitative content analysis was used as method of analysis.

Results: Three categories were identified: The activities created festive shared experiences and strengthened community in elderly care homes, The activities contributed to opportunities for development and gaining new experiences, The activities became a highlight in everyday life and created a calm feeling in the body that lingered.

Conclusion: People living in elderly care homes should have the opportunity to engage in various activities together.

Implications: Occupational therapists should be active in the implementation of group interventions in elderly care homes. For example, using cultural activities to promote social participation.

Keywords

Care homes for the elderly, Creative activities, Elderly people, Group intervention, Meaningful activities, Occupational therapy, Qualitative design, Social activities, ValMo, Wellbeing.

Innehållsförteckning

Bakgrund.....	1
Välbefinnande och hälsa för äldre personer som bor i särskilt boende.....	1
Kulturaktiviteters betydelse.....	2
Beskrivning av projektet ”Kulturella upplevelser”.....	2
Motivering till examensarbetet.....	3
Syfte.....	3
Metod.....	3
Metodbeskrivning.....	3
Folkuniversitetets genomförande.....	3
Datainsamling.....	4
Analys.....	5
Förförståelse.....	9
Etiska överväganden.....	9
Resultat.....	10
Aktivitetserna skapade festliga gemensamma upplevelser och en stärkt gemenskap i de särskilda boendena.....	12
Att göra saker tillsammans ökade samhörigheten och förbättrade relationer.....	12
Aktivitetserna bidrog med nya samtalsämnen och väckte minnen från förr.....	12
Aktivitetserna bidrog till möjligheter att utvecklas och få nya erfarenheter.....	12
Att bli sedd och få vara med efter sin förmåga.....	13
Att känna trygghet och göra framsteg från gång till gång.....	13
Aktivitetserna blev en guldkant i vardagen och skapade en lugn känsla i kroppen som stannade kvar.....	14
Aktivitetserna berikade vardagen och blev något att se fram emot.....	14
Aktivitetserna gav energi och glädje.....	15
Aktivitetserna möjliggjorde utlopp av känslor och bidrog till en förändrad sinnesstämning som var ihållande.....	15
Diskussion.....	16
Förslag på framtida studier.....	20
Metodologiska överväganden.....	20
Slutsats.....	22
Implikationer.....	22
Tack.....	23
Referenser.....	24

Bakgrund

Välbefinnande och hälsa för äldre personer som bor i särskilt boende

Möjliggörande av aktivitet för att främja hälsa och välbefinnande är grunden för arbetsterapi och en väsentlig princip för arbetsterapeuter i praktiken. Välbefinnande definieras som en subjektiv upplevelse när en person upplever sitt liv som önskvärt och behagligt. En viktig faktor för att utveckla hälsa och välbefinnande är att ha tillfredställande variation av meningsfulla aktiviteter i sin vardag och att uppleva balans mellan aktiviteter som ger olika meningsupplevelser. Inom arbetsterapi används begreppet aktivitetsbalans och definieras som en subjektiv upplevelse av att ha rätt variation och rätt mängd aktiviteter i sin vardag (Wilcock & Hooking, 2015; Erlandsson & Persson, 2020; Håkansson & Wagman, 2022). Att delta i för få eller för monotona aktiviteter kan leda till en obalanserad aktivitetsfördelning, vilket kan orsaka passivitet och minskad delaktighet (Eklund & Argentzell, 2016; Philipson et al., 2025). Studier visar att det är viktigt för äldre personer som bor i särskilt boende att ha något meningsfullt att göra, såsom att kunna fortsätta utföra aktiviteter som de tidigare ägnat sig åt (Gustavsson et al., 2015). Meningsfull aktivitet, social gemenskap, bra kostvanor och fysisk aktivitet lyfts fram som viktiga faktorer som främjar ett hälsosamt åldrande (Ernst Bravell, 2020).

En arbetsterapeutisk modell som kan ge ökad förståelse för aktivitetens värde är Value of Meaning of Occupations (ValMO). I ValMO beskrivs tre värddimensioner; konkret, sociosymboliskt och självbelönande värde (Erlandsson & Persson, 2020). Meningsfulla aktiviteter benämns i examensarbetet som betydelsefulla aktiviteter och definieras som något som ger värde och mening.

Särskilt boende är i Sverige en behovsprövad boendeform för personer som bedöms ha behov av stöd och omsorg dygnet runt (Socialstyrelsen, 2020). Det är ca 84 000 äldre personer som bor permanent i särskilt boende i Sverige och närmare 80 % av dem är över 80 år (Socialstyrelsen, 2025). Äldre personer som bor i särskilt boende i Sverige har ofta ett begränsat inflytande över sin vardag och vilka aktiviteter de kan engagera sig i. De flesta är helt beroende av boendets fysiska och sociala förutsättningar för att kunna utföra sina aktiviteter samt beroende av hjälp för att hitta nya aktiviteter (Mondaca et al., 2019).

I undersökningen ”Vad tycker de äldre om äldreomsorgen?” visades att endast 58 % av de äldre personer som bor i särskilt boende i Sverige är ganska eller mycket nöjda med de aktiviteter som erbjuds. Antal nöjda hade blivit färre jämfört med undersökningar 2013 och 2019. I undersökningen uppgav också 19 % att de ofta besvärades av ensamhet (Socialstyrelsen, 2023). Trots att sociala aktiviteter kan underlättas för äldre personer som bor i särskilt boende (Mondaca et al., 2019). Ofrivillig ensamhet definieras som en skillnad mellan önskad och faktisk nivå av sociala relationer. Det handlar både om antalet relationer och om kvaliteten i relationerna (Folkhälsomyndigheten, 2025). Ofrivillig ensamhet kan leda

till såväl fysisk som psykisk ohälsa (Socialstyrelsen, 2022). Enligt rapporten Culture for health (2022) kan kulturaktiviteter minska ensamhet och isolering.

Kulturaktiviteters betydelse

Det finns studier som visar att gruppaktiviteter inom musik, dans och konst har verkat hälsofrämjande för äldre personer som bor i särskilda boenden (Dunphy et al., 2019; Ray & Götell, 2018; Fälth & Brorsson, 2022; Fancourt & Finn, 2019). I examensarbetet används begreppet kulturaktiviteter för att beskriva dessa.

I en rapport skriven av Fancourt och Finn (2019) baserad på över 3000 studier beskrivs att kulturaktiviteter kunde förbättra fysisk såväl som psykisk hälsa genom hela livet.

Kulturaktiviteter visade sig kunna stärka social gemenskap samt minska ensamhet, stress och ångest. En litteraturöversikt skriven av Dunphy et al. (2019) visade att kulturaktiviteterna kunde skapa samtalsämnen, ge utrymme för bearbetning av minnen och uttryck för känslor. Aktiviteterna visade sig även ha existentiell betydelse då de skapade mening, självkänsla och identitet. Andra författare menar att kulturaktiviteter kan ge glädje och mening och användas som en lindrande och rehabiliterande kraft inom arbetsterapi (Winther Hansen & Morville, 2016). Även om forskning visar att kulturaktiviteter kan främja hälsa och välbefinnande finns det viss kritik riktad mot den befintliga forskningen. Exempelvis konstaterar Kaasgaard et al. (2024) att många av studierna som rapporten Culture for health (2022) baseras på har en svag metodik och små deltagargrupper. Författarna menar därmed att resultaten kan vara svåra att generalisera i större utsträckning. Även Skov et al. (2025) lyfter kritik mot den befintliga forskningen då det kan vara svårt att veta om det är kulturaktiviteterna, eller sociala aktiviteter generellt, som ger den positiva effekten.

En av slutsatserna i en rapport från Folkhälsomyndigheten (2024) är dock att kulturaktiviteter spelar en viktig roll för en god och jämlik hälsa och att dans, skapande konst och musik främjat välbefinnande och ökat livskvaliteten hos äldre personer. Med detta som bakgrund startade studieförbundet Folkuniversitetet projektet "Kulturella upplevelser" som ämnade att erbjuda äldre personer möjlighet att engagera sig i kulturaktiviteter som vanligtvis inte erbjöds i det särskilda boendet.

Beskrivning av projektet "Kulturella upplevelser"

Idén bakom projektet "Kulturella upplevelser" var att erbjuda kvalitativa kulturaktiviteter i särskilda boenden och samtidigt undersöka vilka upplevelser och känslor som dessa aktiviteter eventuellt skapade hos de äldre personerna. Studieförbundet Folkuniversitetet bildade en styrgrupp för projektet och under året 2025 fick sex särskilda boenden i Jönköpings län ta del av projektet. Varje särskilt boende fick under en 12-veckorsperiod en session/vecka med kulturaktiviteter inklusive fikagemenskap under 90 minuter. De särskilda boenden som deltog i projektet fick fyra tillfällen med musikunderhållning av professionell

musiker, fyra tillfällen med sittande dans under ledning av danspedagog samt fyra tillfällen skapande konst med vägledning av yrkesverksam konstnär. Kulturaktiviteterna var även öppna för närstående, äldre personer i närliggande serviceboenden och daglig verksamhet (A. Johansson, personlig kommunikation, 26 nov, 2025).

Motivering till examensarbetet

Kunskapen som examensarbetet bidrar med kan ge en ökad insikt om, och i så fall hur, kulturaktiviteterna inom projektets ramar har varit betydelsefulla för de äldre personerna som deltagit. Resultatet kan ha betydelse på såväl grupp- som individnivå då det kan inspirera till användning av, samt vidare studier om hur kulturaktiviteter kan användas för att främja hälsa och välbefinnande hos äldre personer som bor i särskilda boenden nu och i framtiden. Detta kan ha ett värde inom området arbetsterapi och arbetsterapeutiska interventioner i särskilda boenden.

Syfte

Syftet med examensarbetet var att beskriva vilka betydelser projektet “Kulturella upplevelser” har haft för äldre personer som bor i särskilt boende.

Metod

Metodbeskrivning

Examensarbetet har en kvalitativ design och för att svara på syftet valdes en induktiv ansats (Priebe & Landström, 2023). Med en induktiv ansats kunde kunskapen växa fram ur det empiriska materialet snarare än att bestämmas utifrån förutbestämda teorier (Capelán & Göransson, 2021; Hällgren Graneheim et al., 2023). För att analysera transkriberade data tillämpades en kvalitativ innehållsanalys. Metoden är lämplig för att systematiskt analysera olika typer av intervjuer och observationsprotokoll (Lindgren et al., 2020). En kvalitativ innehållsanalys resulterar i beskrivningar av det manifesta textnära innehållet såväl som tolkningar av det latent innehåll, alltså den underliggande betydelsen (Graneheim & Lundman, 2004). Examensarbetet baseras på data som samlats in av Folkuniversitetet.

Folkuniversitetets genomförande

Folkhälsoutvecklare från styrgruppen skickade information till chefer och aktivitetssamordnare i särskilda boenden i alla kommuner i Jönköpings län. Cheferna eller aktivitetssamordnarna anmälde sitt intresse. Urvalet gjordes med fokus på jämlik spridning över länet. I datainsamlingen tillämpades ett ändamålsenligt urval. Avsikten med ett ändamålsenligt urval är att få innehållsrika data genom variationsrika berättelser och syftar till att välja personer som har erfarenhet av en viss händelse och därtill kan berätta (Engström & Juuso, 2023). Personalen som intervjuades var undersköterskor, aktivitetssamordnare,

terapibiträde och verksamhetsledare som alla varit delaktiga i projektets aktiviteter. De närstående som intervjuades hade återkommande deltagit i musikaktiviteten. De äldre personerna som deltog i projektets aktiviteter observerades, och de som sedan kunde och ville berätta blev intervjuade.

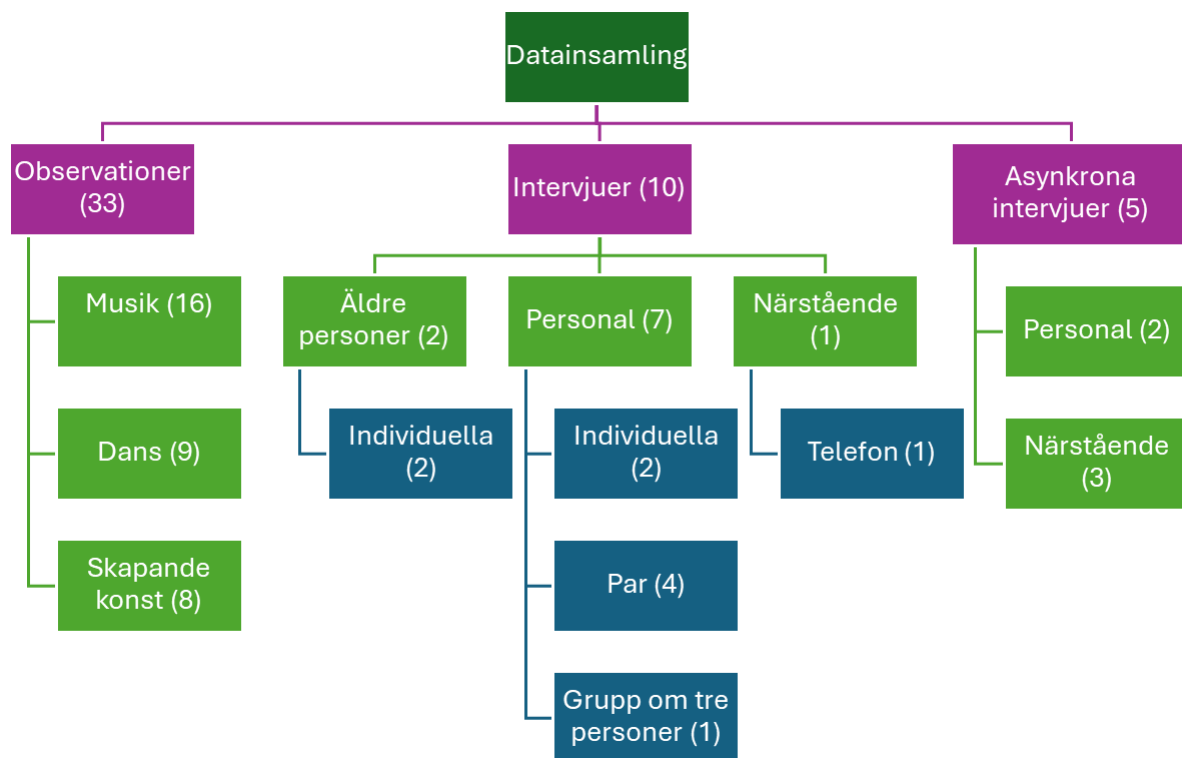
Av de sex särskilda boenden som inkluderades i projektet var det ett renodlat demensboende. I de övriga särskilda boendena deltog äldre personer med varierande funktionsnivå, många hade demens, andra hade somatiska och/eller kognitiva nedsättningar. Engagemanget från personalen varierade, i de flesta särskilda boenden var personalen närvarande i aktiviteterna, i andra kom och gick personalen och deltog inte på samma sätt.

Metod för datainsamlingen var i huvudsak semistrukturerade intervjuer samt observationer (Henricson & Billhult, 2023). Intervjuer genomfördes av projektledare för projektet. Sju personalintervjuer samt två deltagarintervjuer genomfördes i det särskilda boendet i samband med det sista aktivitetstillfället. Några närstående samt personal kunde inte delta i intervju på plats, därför genomfördes en telefonintervju samt fem asynkrona intervjuer. Asynkrona intervjuer är frågor med fritextsvar som skickades via mail och som informanten fick svara på inom en utsatt tid (Ali, 2023). En intervjuguide användes och intervjuerna spelades in och transkriberades ordagrant av intervjuaren. Intervjuerna med personal på plats varierade mellan 10-27 minuter och pågick i sammanlagt 1 h 49 minuter. Observationsanteckningarna fördes av en arbetsterapeut som samtidigt deltog i aktiviteten. Datamaterialet innehöll sammanfattade fältanteckningar från 33 aktivitetstillfällen. Dessa beskrev, som Carlsson och Stenberg (2023) rekommenderar, vad som hände, de äldre personernas reaktioner, vad de äldre personerna sa samt observatörens egna reflektioner. Dock var innehållet i fältanteckningarna varierande gällande hur detaljerad information som beskrevs om kontexten, de äldre personerna och deltagarantal. I slutet av datainsamlingen uppstod mättnad (A. Johansson, personlig kommunikation, 23 december, 2025) då beteende, språkliga yttringar och förklaringar återkom och få nya aspekter tillkom (Henricson & Billhult, 2023; Carlsson & Stenberg, 2023). Datainsamlingen pågick under januari-december 2025, transkriberades och avidentifierades innan det delades med författarna efter insamlingens slut.

Datainsamling

Examensarbetet urval baserades på den datainsamling som gjorts på uppdrag av projektets styrgrupp. För att besvara examensarbetets syfte inkluderades transkriberade data från intervjuer och observationer från samtliga särskilda boenden (figur 1).

Figur 1. Översikt av datainsamling och analysenheter



(Översikt av datainsamling och analysenheter)

Analys

För att få en helhetsbild av datamaterialet lästes inledningsvis samtliga analysenheter och därefter började dekontextualiseringen. Meningsbärande enheter identifierades individuellt. I nästa steg lästes meningsbärande enheter gemensamt, kopierades och lades i ett nytt gemensamt dokument. Vid denna tidpunkt var syftet att beskriva vilka betydelser projektet “Kulturella upplevelser” har haft för äldre personer, deras närstående och personal. Meningsbärande enheter tilldelades olika färg- och sifferkoder för att fortsatt veta vad som kom från vem och från vilken aktivitet. För att säkerställa att inget meningsbärande innehåll gick förlorat lästes gemensamt de textavsnitt som inte valts ut som meningsbärande enheter. Exempel på textinnehåll som inte togs med vidare i analysen var text som beskrev uttryck som inte ansågs spegla betydelse, praktiska utvärderingsfrågor som kulturaktivitetens upplägg, vilka motiv som målades eller vilka sånger som sjöngs. Generellt valdes långa meningsbärande enheter då det enligt Lindgren et al. (2020) minskar risken för att förlora kontext och betydelse.

Samtliga meningsbärande enheter kodades gemensamt. Koder bör enligt Lindgren et al. (2020) formuleras på en låg abstraktions- och tolkningsnivå och därav var ordvalen i de beskrivande koderna nära originaltexten. Texten kondenserades sparsamt vilket Lindgren et al. (2020) menar minimerar risken att förlora innehåll som skulle kunna påverka tolkningen

och abstraktionen i ett senare skede. Meningsbärande enheter som ansågs innehålla flera betydelser och kunde delas utan att förlora innehåll, delades upp. Detta gjordes för att varje meningsbärande enhet skulle omfattas av en kod vilket rekommenderas av Lindgren et al. (2020).

När samtliga meningsbärande enheter var kodade började processen med rekontextualisering. Först sorterades koderna efter likheter och skillnader till olika kodgrupper. Inledningsvis ledde det till många kodgrupper. I tolkningen av vilka koder samt kodgrupper som skiljde sig från varandra och vilka som skulle sammanlänkas, diskuterades olika perspektiv och tolkningar. Det fördes reflektion över egen förförståelse och tolkning och ofta lästes den meningsbärande enheten i originaltexten för att påminna om sammanhanget och tolka betydelsen. Flera forskare menar att det är viktigt att reflektera över sin egen förförståelse i analysen (Carlsson & Stenberg, 2023; Graneheim et al., 2017). Ibland passade en kod in i mer än en kodgrupp och utifrån Lindgren et al. (2020) fick den inledningsvis finnas med i båda. Några koder ansågs inte relatera till syftet och togs bort, några andra koder svarade inte direkt på syftet men ansågs innehålla värdefulla insikter som kunde påverka betydelsen och blev därför kvar i analysen. Kodgrupperna abstraherades sedan till 20 subkategorier. Dessa subkategorier formulerades på en manifest nivå utifrån kodgrupperna och dess innehåll.

Nästa steg var att tolka vilka subkategorier som skulle sammanföras till gemensamma kategorier (Lindgren et al., 2020). Fem kategorier identifierades och formulerades på en något mer abstraherad tolkande nivå än subkategorierna. Graneheim et al. (2017) betonar vikten av att upprätthålla samma abstraktionsnivå och tolkningsgrad i formulering av kategorierna vilket eftersträvades. En beskrivande text skrevs, med belysande citat som sammanfattade innehållet och betydelsen i subkategorierna. Vid resultatredovisningen upplevdes resultatet spretigt vilket medförde en ny formulering av syftet och en omsortering av kodgrupper. Syftet blev nu att beskriva vilka betydelser projektet "Kulturella upplevelser" har haft för äldre personer som bor i särskilt boende, och därav togs betydelse för närstående och personal bort. Sju nya subkategorier bildades. Dessa subkategorier sammanfördes till tre nya kategorier (tabell 1).

Tabell 1. Schematisk bild över analysprocessen

Meningsbärande enhet	Kondenserad meningsbärande enhet	Kod	Subkategori	Kategori
Han har själv berättat om aktiviteterna, och jag har frågat	-	Något nytt att prata om	Aktiviteterna bidrog med nya samtalsämnen och väckte minnen från förr	Aktiviteterna skapade festliga gemensamma upplevelser och en stärkt gemenskap i särskilda boenden
Påminner mig om min sambo och när vi var och dansade på logdans	Påminner mig om min sambo och när vi dansade	Minnen och samtal		
Man upplever tillsammans...det är jätteviktigt...man får en gemensam upplevelse som är glädjefyll	Man upplever tillsammans, får en gemensam upplevelse som är glädjefyll	Gemenskap	Att göra saker tillsammans ökade samhörigheten och förbättrade relationer	
Men visst ökar det samhörigheten, ”vi som tycker samma...vi gillar detta”	Visst ökar det samhörigheten	Ökar samhörighet	Att bli sedd och att få vara med efter sin förmåga	Aktiviteterna gav möjlighet att få utvecklas och skapa nya erfarenheter
Det märks tydligt att det betyder mycket för deltagarna att vi kan deras namn och att de känner igen oss	Betyder mycket för deltagarna att vi kan deras namn och att de känner igen oss	Betydelsefullt att vara igenkänd och känna igen		
Vakenheten varierar från full närvaro till att någon sitter och sover	-	Full närvaro till någon som sover		
Även om du inte sjunger eller pratar eller kan röra dig så kanske du bara gör så här (rör lite på handen)	-	Får vara med efter sin förmåga	Att få känna trygghet och göra framsteg från gång till gång	
Min närstående och jag tycker att hon har gjort framsteg för varje gång	Hon har gjort framsteg varje gång	Gjort framsteg		
Alla har verkligen varit SÅ positiva! Även de som var lite skeptiska till en början och där det krävdes en del övertalning	Alla SÅ positiva! Även de som var lite skeptiska till en början och där det krävdes en del övertalning	Ökat engagemang		
En man som först satt innesluten i sig själv, utan att röra sig, började så småningom röra på händerna och stampa lite i takt med foten	En man som först satt innesluten i sig själv, började så småningom röra på händerna och stampa lite i takt med foten.	Ökat engagemang	Aktiviteterna berikade vardagen och blev något att se fram emot	Aktiviteterna blev en guldkant i vardagen och skapade en lugn känsla i kroppen som stannade kvar
Jag kommer definitivt nästa vecka igen	-	Något att se fram emot		
Det var en härlig stämning...det var fest.. det var inte som en vanlig dag	Härlig stämning, fest, inte som en vanlig dag	Inte som en vanlig dag		
Sedan har vi ju en dam som gillar konst och hon ser alltid framemot konst dagarna för hon själv gillar att rita och så	Ser fram emot konstaktiviteten för hon gillar att rita	Något att se fram emot	Aktiviteterna gav energi och glädje	
Många av deltagarna såg glada och nöjda ut	Deltagare såg nöjda och glada ut	Glada		
Det var roligt att röra sig	Roligt att röra på sig	Roligt		
Dansen var så spännande för det var de som man kanske minst anade som helt plötsligt hade ett stort leende på läpparna och sken som en sol. Väldigt otippat. Man kan ju aldrig veta vad det väcker	De man minst anade som plötsligt hade ett stort leende på läpparna och sken som en sol.	Leenden		

och vad man har gjort förr. Man kanske inte har pratat så mycket om det				
Jag mår ju bra, men jag kommer hit för att må ännu bättre	Jag kommer hit för att må ännu bättre	Mår bättre efteråt		
Flera av de boende här är bundna till hemmet och den verksamhet vi bedriver. En del kommer inte ut och träffar så mycket andra. Det är uppfriskande när nya personer kommer till oss och pratar om andra saker.	Uppfriskande när nya personer kommer till boendet	Uppfriskande		
Musiken livar upp	-	Livar upp		
De blir glada och upplyfta och det händer något roligt Det (kulturaktiviteter) får man INTE dra in på	Boende glada och upplyfta när det händer något roligt	Glada och upplyfta		
Kvinna som inte visat så mycket engagemang under spelningarna sa efteråt: "Pärleporten, det var det bästa. Den var så bra. Då blir jag rörd..."	Boende inte visat mycket engagemang under musikaktiviteten sa efteråt: Pärleporten, det var det bästa. Den var så bra. Då blir jag rörd	Rörd	Aktivitetserna möjliggjorde utlopp av känslor och bidrog till en förändrad sinnestämning som var ihållande	
Konkret när man ser dem så ser man att de har påverkats positivt. Alltså lite gladare....det är ju inte så att de sprudlar...men eftersom vi känner dom så väl...så känner man det...	-	Positiv känsla som blev kvar		
Även om de inte mår bra när de sitter hemma så mår de bra när de kommer till sådana här aktiviteter. Och det sitter kvar	-	Mår bättre efteråt		
Och jag tror att den här känslan sitter i för kan man sluta ropa och börjar sjunga då har man väl en annan känsla i kroppen	Jag tror att den här känslan sitter i för kan man sluta ropa och börjar sjunga då har man väl en annan känsla i kroppen	Annan känsla i kroppen		
Det väcker ju upp något...speciellt med musiken.... dom här som sa: Jag kan inte sjunga, jag har sjungit i kör förut men jag kan inte sjunga nu....och helt plötsligt så kan man...det väcker upp något och sedan sjunger man hela tiden.	Dom som sa: jag har sjungit i kör förut men jag kan inte sjunga nu....och helt plötsligt så kan man...det väcker upp något och sedan sjunger man hela tiden.	Förändrar beteende		

(Schematisk bild över analysprocessen. Meningsbärande enheter, kondensering, kod, subkategori och kategori)

Förförståelse

Författarna har egna upplevelser av att musik, dans och skapande aktiviteter har haft personlig betydelse för välbefinnande. Författarna har tidigare arbetat inom äldreomsorgen och har därmed egna erfarenheter av miljön och att den kan innebära både ökad passivitet och en möjlighet för en äldre person att vara mer aktiv än tidigare. Författarna har fått möjlighet att hälsa på i projektet och deltagit vid några av aktivitetstillfällena. En av författarna är under år 2026 anställd som körledare i projektet. Därutöver har författarna kunskap som tillägnats under arbetsterapeututbildningen som har gett en förförståelse för hur aktiviteter kan ha betydelse för hälsa och välbefinnande.

För att inte en enskild persons förförståelse ska färga analysen kan triangulering tillämpas i analysprocessen (Mårtensson & Fridlund, 2023). Analysen genomfördes därför gemensamt och ett reflexivt förhållningssätt tillämpades. Kjellström (2023b) menar att en kontinuerlig och medveten reflektion över hur tänkande, värderingsmönster och antaganden påverkar tolkning i analysprocessen är nödvändig i empirisk forskning.

Etiska överväganden

Styrgruppen för projektet har ansvarat för att ge ut information till samt samla in samtycke från alla som deltagit i datainsamlingen. De äldre personerna, närstående och personalen garanterades konfidentialitet (A. Johansson, personlig kommunikation, 8 januari, 2026). Det vill säga att inga enskilda personer skulle kunna identifieras (Kjellström, 2023a). Insamlat avkodat datamaterial mailades till författarna till examensarbetet som bifogade filer och har sedan förvarats i författarnas egna lösenordskyddade privata datorer. Datamaterialet raderas efter att examensarbetet har godkänts.

Många av de äldre personerna hade kognitiv svikt eller hörselnedsättning vilket försvårade informationsdelning samt samtyckesinhämtning (A. Johansson, personlig kommunikation, 8 januari, 2026). Personer med kognitiv svikt kan ses som en utsatt grupp och enligt etiska principer ska de som har begränsad autonomi skyddas (Kjellström, 2023a). Erbjudandet att delta i datainsamlingen var frivilligt och kunde närsomhelst avbrytas men på grund av kognitiv svikt kan det ha hänt att somliga av de äldre personerna, trots att de fått information och gett samtycke, inte fullt ut varit medvetna om att de blivit observerade och komma att bli citerade i ett examensarbete. Arbetsterapeuten som observerade deltog i aktiviteterna. Denna metod kan uppfattas som mer etisk än att observatören skulle stått och tittat på (Carlsson & Stenberg, 2023). Enligt Kjellström (2023a) skulle det kunna ske kränkningar av den personliga integriteten när det sprids information om uppfattningar som en person har grund att uppfatta som känsliga. Författarna till examensarbetet förde resonemang kring eventuella risker för de äldre personerna om insamlat datamaterial användes i examensarbetets analys.

Examensarbetet ansågs inte riskera att skada, kränka eller utsätta någon äldre person för risk. Intervjuer med äldre personer samt observationsanteckningar inkluderades därmed i

examensarbetet. Utifrån rutiner på Hälsohögskolan i Jönköping genomfördes en etisk egengranskning som godkändes av handledare. Enligt Engström och Juuso (2023) bör intervjuaren säkerställa att personer som deltar fått information om hur data ska hanteras och förvaras, hur studien ska redovisas och hur informanten kunde få tillgång till den information hen lämnat. Författarna till examensarbetet kan inte garantera att information och samtyckesinhämtning utförts helt enligt forskningsetiska principer då syftet med datainsamlingen inte från början var en studie, eller ett examensarbete, samt att denna information gavs muntligt till informanterna.

Tillförlitlighet, ärlighet, respekt och ansvar är fyra etiska grundprinciper för god forskningsed som presenteras av Vetenskapsrådet (Åkerman, 2024). Att sammanställa datamaterialet från projektet skapade ett etiskt ansvar gentemot informanterna. Författarna till examensarbetet hanterade datamaterialet på ett respektfullt och ansvarsfullt sätt och ämnade göra resultatet tillförlitligt. Författarna till examensarbetet ansåg att syftet med examensarbetet kunde vara till nytta för individen, samhället och professionen. Enligt Kjellström (2023a) var därmed examensarbetets syfte etiskt försvarbart.

Resultat

Nedan visas den kvalitativa innehållsanalysens resultat av vilka betydelser projektet "Kulturella upplevelser" har haft för äldre personer som bor i särskilt boende. Inledningsvis presenteras en tabell över sju subkategorier som abstraherats till tre kategorier (tabell 2) och en tabell med förtydligande över citathänvisning (tabell 3). Därefter redovisas resultatet genom beskrivning av respektive kategori med belysande citat och spontana uttryck från intervjuer och observationer.

Tabell 2. Tolkning av vilka betydelser projektet “Kulturella Upplevelser” har haft för äldre personer som bor i särskilt boende. Tabellen visar en översikt av tre kategorier samt sju subkategorier.

Aktivitetserna skapade festliga gemensamma upplevelser och en stärkt gemenskap i särskilda boenden	Aktivitetserna bidrog till möjlighet att utvecklas och få nya erfarenheter	Aktivitetserna blev en guldkant i vardagen och skapade en lugn känsla i kroppen som stannade kvar
<p>Att göra saker tillsammans ökade samhörigheten och förbättrade relationer</p> <p>Aktiviteterna bidrog med nya samtalsämnen och väckte minnen från förr</p>	<p>Att bli sedd och att få vara med efter sin förmåga</p> <p>Att känna trygghet och göra framsteg från gång till gång</p>	<p>Aktiviteterna berikade vardagen och blev något att se fram emot</p> <p>Aktiviteterna gav energi och glädje</p> <p>Aktiviteterna möjliggjorde utlopp av känslor och bidrog till en förändrad sinnesstämning som var ihållande</p>

(Översikt av kategorier och subkategorier.)

Tabell 3. Citathänvisning

Kod i text	Represterar	Analysenhet
(0)	Citat från äldre personer	Observationsanteckningar, flera olika äldre personer som observerats i olika aktiviteter
(1)	Citat från äldre personer	Individuella intervjuer, två äldre personer
(2)	Citat från närstående	Olika intervjuformat, fyra närstående
(3)	Citat från personal	Olika intervjuformat, nio personal

(Citathänvisning.)

Aktiviteterna skapade festliga gemensamma upplevelser och en stärkt gemenskap i de särskilda boendena

Kategorin handlar om att aktiviteterna skapade gemenskap och känsla av samhörighet. Äldre personer, deras närstående samt personal fick glädjefyllda upplevelser tillsammans och kom varandra närmare. Aktiviteterna väckte minnen och möjliggjorde samtal som stärkte relationer. Många av de äldre personerna uttryckte att det var roligt att träffa och lära känna varandra. *“De pratar inte så mycket på min avdelning så det är roligt att träffa andra”* (O).

Att göra saker tillsammans ökade samhörigheten och förbättrade relationer

Personal beskrev hur det blivit en helt annan gemenskap i det särskilda boendet under projektet och att flera av de äldre personerna mötte personalens blick på ett annat sätt. De hade fått mer kontakt mellan avdelningarna och fått tid att lära känna varandra. *“Jag tror att den här gemenskapen att få sitta tillsammans och göra något aktivt för att sedan få avsluta med fika har stärkt relationen mellan de boende”* (3). Personal beskrev att aktiviteterna bidragit till att de känt en samhörighet allihop och blivit som en stor familj. *“Dansen var väldigt mycket att man gjorde saker tillsammans. Att man gör samma rörelser. Det gav någon gemenskap på något vis”* (3). Även de som inte deltagit aktivt i aktiviteterna hade suttit med för att vara en del i den sociala gemenskapen.

Aktiviteterna bidrog med nya samtalsämnen och väckte minnen från förr

Aktiviteterna väckte minnen från förr och möjliggjorde samtal om både nutid och dåtid. En äldre person sa: *“Jag gillar gemenskapen och samtalen efteråt. Och att få träffa nya människor”* (O). Många av de äldre personerna som uppskattade aktiviteterna pratade om dem mellan aktivitetstillfällena och efteråt. Närstående och personal berättade att aktiviteterna blev ett viktigt samtalsämne och något de kunde ta upp och prata om. Exempelvis när någon av de äldre personerna hade det jobbigt kunde personalen påminna om aktiviteterna och då blev personen gladare igen. *“Ibland när vi inte har nåt att prata om frågar vi ”kommer du ihåg” och då ser man hur det glittrar i ögonen”* (3). Personal förklarade även att de plockat upp det de hört att det pratats om under aktiviteterna för att prata vidare om det senare. Ett exempel var en äldre kvinna som nämnt att hon hade fotat i sin ungdom. Personalen bad henne sedan vid ett annat tillfälle ta med sitt fotoalbum och hon fick berätta om bilderna för andra äldre personer i det särskilda boendet.

Aktiviteterna bidrog till möjlighet att utvecklas och få nya erfarenheter

Kategorin handlar om betydelsen av att bli sedd, inkluderad och att få delta på sina villkor. Aktiviteterna gav möjlighet för äldre personer att öka sitt engagemang, uppleva ökad kompetens och genom det få nya erfarenheter.

Att bli sedd och att få vara med efter sin förmåga

Personal beskrev att aktiviteterna var anpassade för de äldre personerna och även om de äldre inte hade hängt med i allt som hänt hade alla fångat upp någon del av det som gjorts.

En av de bästa sakerna som hon gjorde på dansen var, att hon hade ett rep som vi fick hålla i allihop. Då skulle vi hålla takten i det här repet. Alla tyckte det var fantastiskt roligt. Vi var ju med. Ja, vi var med. Och de flesta uppfattade som, nu är jag med. Antingen jag gör något eller inte. (1)

På många av de särskilda boendena var personalen engagerad, de motiverade de äldre personerna att våga vara med. Satt bredvid, höll en hand, tittade i ögonen, gungade i takt, klappade händer och sjöng. Det uppskattades när personalen deltog och när personalen själva dansade med och uppmuntrade de äldre personerna höjdes engagemanget tydligt bland de äldre och många vågade delta. I de särskilda boenden där personalen inte var lika engagerad observerades ett lägre engagemang hos de äldre personerna. En personal berättade om sin erfarenhet under dansaktiviteten när hon var tillgänglig för att stötta en äldre dement kvinna:

Plötsligt spärrar hon upp ögonen och försöker förmedla något till mig med läten, hon håller ögonkontakt och håller mig hårt i handen. Detta fortsätter hela stunden, och hon försöker även att lyfta sina armar och hitta takten till musiken. Jag kan också se försök till leende från henne. (3)

I slutet av varje dansaktivitet tackade de äldre personerna och personalen varandra för deltagandet. De tog varandra i hand, såg varandra i ögonen.

Bara känna att nu var jag med på någonting. Det känns i hela kroppen. Och det syns på alla. Syns i ögonen. De ler. Det är otroligt värdefullt. För deras välbefinnande. Så det vill vi gärna göra mer. Vi vill gärna ha mer. (1)

Att känna trygghet och göra framsteg från gång till gång

En återkommande observation i aktiviteterna var att de äldre personerna blev mer aktiva under projektets gång. Ett exempel på detta är en man som suttit innesluten i sig själv, utan att röra sig, som så småningom började röra på händerna och stampa lite i takt med foten. En del som var skeptiska till en början blev för varje aktivitetstillfälle mer positiva. En äldre person uttryckte: "Tänk så roligt att dansa fast jag sitter i rullstol med bara ett ben, det trodde jag aldrig" (O). Under konstaktiviteten uttrycktes prestationskrav och osäkerhet. En personal reflekterar: "Konsten är det som har varit svårast, det är som man har lite krav på sig, lite prestation" (3). Det verkade som att de som haft tidigare erfarenhet och intresse av måleri fick ut mest av aktiviteten. "Och nu ser man det här lugnet och hur hon går in i sitt målande, det har varit jättebra för henne" (3). De som vågade testa utvecklades och blev mer trygga för varje gång. En kvinna som tidigare suttit och halvsovit på konstaktiviteten blommade vid fjärde tillfället ut och målade för fullt. En man som under musikaktiviteten oftast suttit still med stängda ögon började sjunga med och klappa händerna. Många blev positivt överraskade. "Vad bra vi är" (O), "Vi blir ju bara bättre och bättre" (O), "Tänk att jag kan dansa fast jag inte kan röra mig ordentligt längre" (O).

En personal berättade att det varit en ögonöppnare för henne, hur stor betydelse det hade att aktiviteterna varit tätt återkommande. Hon beskrev att det först var lite försiktigt men att det blev bättre för var gång. En annan personal sa:

Då det var fyra veckor i rad med musik såg man att även om man är dement så sitter det där inne någonstans. Fast man är dement så kan de lättare plocka fram. Det har man sett på flera stycken. Det tycker jag har varit väldigt härligt att se. (3)

Aktiviteterna blev en guldkant i vardagen och skapade en lugn känsla i kroppen som stannade kvar

Kategorin handlar om att aktiviteterna bidrog till en efterlängtd variation i vardagen. Det blev en guldkant och något att se fram emot. Aktiviteterna gav glädje både i stunden och efteråt och personal berättade att projektet varit ett lyft och en energikick för de äldre personerna och även för personalen. Många av de äldre personerna upplevde aktiviteterna som välgörande för deras mående och att de mådde bättre efter aktiviteterna.

Aktiviteterna berikade vardagen och blev något att se fram emot

Personal upplevde att aktiviteterna berikade vardagen för de äldre personerna. Aktiviteterna var efterfrågade och efterlängtdade av många och skapade en positiv och förväntansfull stämning i det särskilda boendet. En del nynnade under veckorna på de spelade låtarna. Personal förklarade att behov av kultur inte upphör när man blir äldre utan att det tvärtom behövs ännu mer då. *”Kultur mår man bra av och det har man behov av hela livet, det upphör ju inte för att man har flyttat hit” (3)*. Personalen beskrev också dilemmat att de äldre personerna har svårt att ta sig till kulturen och att kulturen därför behöver komma dit. De berättade att de äldre personerna behöver aktiveras i vardagen och att en del har det fattigt beträffande intryck och möten. En äldre person berättade att han tyckte det var långsamt på boendet och att det var roligt att ha något att se fram emot. En närstående berättade att hennes väninna beskrivit aktiviteterna som veckans höjdpunkt. Flera äldre personer uttryckte: *”Det här var roligt, kultur är viktigt” (O)*. Personal upplevde att aktiviteterna hade främjat psykisk hälsa och stimulerat de äldre personernas sinnen. En äldre person sa: *”Kulturaktiviteter är viktigt för oss, det är en del av vår existens, vi måste ha kultur också” (1)*.

Personalen beskrev att aktiviteterna ökat de äldre personernas motivation att ta sig ut och göra andra saker än de brukar. *”Det känns som en del, dom kommer bara för att det är en aktivitet, men en del kommer för att det är för dem en rolig aktivitet” (3)*. Efter dansen beskrev många av de äldre personerna att de blivit fysiskt trötta och att fått kontakt med sin kropp. Många av de boende uttryckte: *”Det är så skönt att använda kroppen och känna att man blir varm” (O)*. *”Det är nyttigt för oss allihop som bor här att komma ut från det vanliga. Det slentrianmässiga. Det kan vara en halvtimme, en timme, två timmar. Det spelar ingen roll, bara det är någonting” (1)*.

Aktiviteterna gav energi och glädje

Personal beskrev att de äldre personerna hade blivit glada och upplyfta av aktiviteterna. Många av de äldre personerna uttryckte att aktiviteterna var roliga, det skrattades och spreds mycket glädje, var glada miner undertiden och efteråt: *“Jag blir så glad, det här var roligt”* (O). Den omedelbara glädjen smittade av sig till personalen som beskrev att de också blev gladare av att se de äldre glada, att de hade haft det extra roligt, tjoat och stimmat tillsammans. En äldre person uttryckte det såhär: *“Härlig musik och skönt att ge sig hän en stund tillsammans med de andra som bor här”* (O). Närstående som deltog i aktiviteterna berättade liknande erfarenheter och att det varit viktigt och härligt att få dela en rolig upplevelse tillsammans.

Många av de äldre personerna visade känslor under aktiviteten medan andra var neutrala. Kanske saknade aktiviteten betydelse för några. Närstående och personal berättade dock att flera av de som varit neutrala hade upplevt glädje trots att de inte uttryckt det synligt i stunden. En äldre person som satt tyst under aktiviteten hade ett stort leende på läpparna när hon gick tillbaka sitt rum och hade berättat glatt för sina anhöriga om aktiviteten. En närståendes uppfattning var: *“Även om personen själv inte kan uttrycka sig eller sjunga med, vet man att det uppskattas och betyder mycket”* (2). Personal berättade att även om de äldre personerna är tysta kan aktiviteten ge mer än vad man anar. Personalen hade sett de äldre personerna lysa upp på ett annat sätt, att de hade haft mysigt och roligt. Personalen beskrev ett glitter i ögonen hos de äldre personerna när de pratat om aktiviteten efteråt. *“När man ser dem så ser man att de har påverkats positivt. Alltså lite gladare. Det är ju inte så att de sprudlar, men eftersom vi känner dom så väl, så känner man det”* (3).

Personalen beskrev att de äldre personerna ofta blir klarare när de kommer ut på något. De äldre uttryckte själva att musiken livar upp, att de är friskare efteråt, någon kände sig som 50 år yngre. *“Det var så bra, något speciellt, väldigt uppiggande”* (O). Många av de äldre personerna uppskattade även att skapa och sa att det var roligt att måla. Några målade och målade och ville inte sluta. En kvinna med stora kognitiva utmaningar och minnesbortfall hittade glädjen i måleriet när hon kom ihåg hur hon brukade måla olika former. Många fann glädje i att dansa, även de som var skeptiska till en början. Personal berättade:

Med dansen så var det uppenbart med några som annars är väldigt neutrala (i ansiktsuttryck) som under dansen hade ett stort leende. Det tycker jag var jättehärligt att se. Det är inte ofta man ser det. Det var väl något som tilltalade där, fast man inte sa det. Men man ser det i ansiktet. (3)

Aktiviteterna möjliggjorde utlopp av känslor och bidrog till en förändrad sinnesstämning som var ihållande

Aktiviteterna gav möjlighet att uttrycka och bearbeta känslor samt skapade en positiv känsla i kroppen som stannade kvar. Flera av de äldre personerna berättade att de blivit berörda av

sångerna under musikaktiviteten. En närstående berättade att hennes pappa hade uppskattat musikaktiviteterna där han tillsammans med andra fått utlopp för känslor. Personalen upplevde generellt att de äldre personerna blev lugnare den dagen de hade deltagit i aktiviteterna. Personal beskrev att det märktes att de äldre personerna hade haft roligt och att de hade en annan känsla i kroppen efteråt, de hade sträckt på sig lite mer och en del hade sovit bättre. Många hade blivit gladare. Någon som tidigare hade varit tyst började svara på en fråga. En annan äldre person som brukade vara nedstämd, negativ och förvirrad fick efter musikaktiviteten en annan sinnesstämning och blev förändrad till det bättre.

Personalen berättade flera exempel som talade för att aktiviteterna, och framförallt musiken hade fått stor betydelse för de boende, även flera veckor efter aktivitetstillfällena. På frågan om det fanns något som talade för att aktiviteterna gett något bestående intryck för de äldre personerna berättade personalen om en man som alltid brukade blunda: *“Idag tittade han och SKRATTADE... otroligt, har inte sett hans ögon på evigheter. Även om det bara är en kvart det handlar om så är det värt det”* (3).

Flera som tidigare varit oroliga hade blivit lugnare. Personal berättade om en äldre man som efter en stroke hade börjat skrika och visste inte själv varför han skrek. Personalen kände en oro över att han skulle störa musikaktiviteten. Det blev dock inte som de beförde, första gången han var där ropade han inte alls, han var helt tyst under aktiviteten. Andra gången började han klappa takten och började sjunga och prata som han inte gjort tidigare. Han blev rörd av situationen och när han fick ögonkontakt med personalen började han gråta:

Och så tredje gången när han kom så räckte det med att Karl (musikern) sjöng första stråfen så sjöng han med och så fortsatte han sjunga med. Sedan, efter några veckor kom undersköterskan från hans avdelning och sa: “Vet du, han har slutat att skrika, han sjunger bara nu istället”. (3)

Diskussion

Syftet med examensarbetet var att beskriva vilka betydelser projektet “Kulturella upplevelser” har haft för äldre personer som bor i särskilt boende. Resultatet indikerar på att projektet har haft flera betydelser. Kategorin *Aktiviteterna bidrog till möjlighet att utvecklas och få nya erfarenheter* förklarar att de återkommande aktivitetstillfällena och anpassningen av aktiviteterna möjliggjorde ett ökat engagemang och tro på den egna förmågan. I kategorin *Aktiviteterna skapade festliga gemensamma upplevelser och en stärkt gemenskap i särskilda boenden* beskrivs hur aktiviteterna hade väckt minnen, skapat gemensamma upplevelser och bidragit till en stärkt samhörighet. Kategorin *Aktiviteterna blev en guldkant i vardagen och skapade en lugn känsla i kroppen* visar att det var betydelsefullt för de äldre personerna att ha något att se fram emot. Det gav guldkant i vardagen och skapade härliga känslor som stannade kvar mellan aktivitetstillfällena.

Tabell 4. Förkortningar av kategorier vid hänvisning till examensarbetets resultat

Kategori	Förkortning av kategori
Aktiviteterna skapade festliga gemensamma upplevelser och en stärkt gemenskap i särskilda boenden	<i>Stärkt gemenskap</i>
Aktiviteterna bidrog till möjlighet att utvecklas och få nya erfarenheter	<i>Möjlighet att utvecklas</i>
Aktiviteterna blev en guldkant i vardagen och skapade en lugn känsla i kroppen	<i>Guldkant och lugn känsla</i>

(Förkortningar av kategorier vid hänvisning till examensarbetets resultat.)

Kulturaktiviteter kan ha en positiv inverkan på självkänslan, upplevd handlingsförmåga och kompetens (Dunphy et al., 2019). I kategorin “*Möjlighet att utvecklas*” beskrivs att många av de äldre personerna fått känna att de har utvecklats och klarat av aktiviteter de kanske inte trodde att de kunde. Som exempel var det äldre personer som blev förvånade över att de kunde dansa fast de satt i rullstol. Fristedt (2020) förklarar att det för många äldre personer är betydelsefullt att få möjlighet att använda sin kapacitet, öka sitt engagemang och uppleva utveckling. I examensarbetets resultat framkommer det att en viktig faktor för detta var att aktiviteterna var återkommande. I kategorin “*Stärkt gemenskap*” uppmärksammas att de äldre personerna blev mer engagerade i kulturaktiviteten för varje vecka samt att de blev mer aktiva när personalen själva deltog aktivt och uppmuntrade de äldre personerna att delta. Personalens inverkan på de äldre personernas engagemang bekräftas av Mondaca et al. (2019) som betonar att miljön påverkar engagemanget hos de äldre personerna och att det är viktigt att engagemang uppmuntras och stöds av miljön. Examensarbetets resultat har därmed betydelse för arbetsterapi då det motiverar till implementering av återkommande aktiviteter i särskilda boenden där de äldre personerna får stöd och uppmuntran att vara med samt utvecklas efter sina förutsättningar.

I kategorin “*Möjlighet att utvecklas*” beskrivs att flera äldre personer fått göra något som förbättrat en förmåga, så som att skapa en tillfredsställande målning, sjunga med i en sång eller klarat av att göra en rörelse i dansen. Utifrån värdetriaden som beskrivs i ValMO (Erlandsson & Persson, 2020) tolkas således att aktiviteterna kan ha gett de äldre personerna konkreta värdeupplevelser. Kulturaktiviteterna kan för några också inneburit ett indirekt konkret värde. Det vill säga att deltagande i kulturaktiviteten var betydelsefullt för att inte behöva sitta ensam på rummet, eller för att få något annat att tänka på en stund. Erlandsson & Persson (2020) understryker att en persons värdeupplevelser i en aktivitet är unik och att olika värde dimensioner kan vara närvarande i olika grad i en och samma aktivitet.

Äldre personer som bor i särskilt boende och som får möjlighet att aktivt delta i meningsfulla aktiviteter kan känna sig som kompetenta och resursstarka individer, vilket kan stärka identitet och känsla av sammanhang (Mondaca et al, 2019). Projektet är ett exempel på detta då kategorin "*Stärkt gemenskap*" indikerar på förbättrade relationer, ökad gemenskap och känsla av samhörighet i de särskilda boendena. Tidigare forskning har visat liknande resultat. Curtis et al. (2018) menar att kulturaktiviteter i särskilda boenden hade en positiv inverkan på relationerna mellan de äldre personerna och personalen samt att aktiviteterna ökade den sociala interaktionen. Under kulturaktiviteterna har de äldre personerna visat olika grad av delaktighet och det var allt från fullt engagemang till neutrala uttryck. Leufstadius och Argentzell (2020) förklarar att social interaktion kan se olika ut och för en del individer räcker det med att befinna sig i samma rum som andra för att känna sig delaktig i det sociala sammanhanget. Fristedt (2020) skriver att åldrande ofta innebär sociala, personliga och kroppsliga förluster och att det kan vara betydelsefullt att uppleva delaktighet i ett större sammanhang. Detta framkommer i kategorin "*Stärkt gemenskap*" då några äldre personer som inte deltog aktivt i aktiviteten ändå uppskattade att vara med i den sociala gemenskapen.

Under projektet har äldre personer uttryckt olika grad av delaktighet och utifrån ValMO (Erlandsson & Persson, 2020) kan det antas att aktiviteterna har haft ett sociosymboliskt värde för många av de äldre personerna. I kategorierna "*Stärkt gemenskap*" och "*Guldkant och lugn känsla*" framkommer det att aktiviteterna skapade ett socialt sammanhang, en gemenskap kring sång, dans och målning och upplevelse av tillhörighet. Vår reflektion är att arbetsterapeuter bör möjliggöra aktivitetstillfällen för äldre personer som bor i särskilda boenden för att minska ensamhet och främja delaktighet. Eklund (2020) motiverar arbetsterapeuter att jobba med gruppinterventioner och till ett exempel använda sig av kulturaktiviteter. Dessa aktiviteter kan ha ett indirekt syfte och skapa möjlighet till social gemenskap, berättande och interaktion.

Att göra något med starkt sociosymboliskt värde kan även vara kanalisering, det vill säga ge möjlighet att uttrycka känslor som kan vara svåra att uttrycka i andra sammanhang (Erlandsson & Persson, 2020). Detta var något som var betydelsefullt för flera av de äldre personerna. I kategorin "*Guldkant och lugn känsla*" beskrivs hur kulturaktiviteterna gav möjlighet till utlopp av känslor tillsammans med andra vilket således kan tyda på ett starkt sociosymboliskt värde. Studier visar att kulturaktiviteter kan förbättra psykiskt mående likt de exempel som visats i projektet. Curtis et al. (2018) menar att kulturaktiviteter kan minska ångest, oro och depression samt ge ett förbättrat humör och mer positiva känslor.

Utifrån ValMO:s värdetriad (Erlandsson & Persson, 2020) är det också troligt att många av de äldre personerna har upplevt självbelönande värden när de har fått uppleva glädje i att delta, sjunga, lyssna, röra på sig eller att vara kreativa med färger. I resultatets kategori "*Guldkant och lugn känsla*" presenteras att positiva känslor och ett ökat välbefinnande upplevts av de äldre personerna både under och efter aktivitetstillfällena. Enligt Nilsson (2026) kan en

variation av aktiviteter som aktiverar kroppen mentalt och fysiskt och som bidrar till stimulans av sinnen bidra till ett ökat välbefinnande. Detta kan vara en förklaring till varför projektet blev en guldkant i vardagen, något att se fram emot och som lyfte de äldre personernas vardag. Som tidigare nämnts är en viktig faktor för att utveckla hälsa och välbefinnande att uppleva balans mellan aktiviteter som ger olika meningsupplevelser (Wilcock & Hooking, 2015; Erlandsson & Persson, 2020; Håkansson & Wagman, 2026). Kulturaktiviteterna och den efterföljande fikagemenskapen har bidragit till en variation av meningsupplevelser i vardagen. Den sociala, fysiska och kognitiva stimulans som aktiviteterna möjliggjort har bidragit till både konkreta, sociosymboliska och självbelönande värden. Utifrån resultatet tolkar vi att de äldre personerna under projektet har fått uppleva en förbättrad aktivitetsbalans. Resultatet indikerar också på att projektet har främjat ett hälsosamt åldrande då det möjliggjort både meningsfull aktivitet, social gemenskap och fysisk aktivitet (Ernst Bravell, 2020).

Vi anser att arbetsterapeuter kan ha en nyckelroll i att undersöka vilka värdeupplevelser äldre personer upplever i sin vardag samt om de upplever aktivitetsbalans. Arbetsterapeuten kan samarbeta med den äldre personen för att anpassa aktiviteter så att just den personen får möjlighet att uppleva värde i en aktivitet. Enligt Erlandsson & Persson (2020) kan till exempel ett självbelönande värde upplevas när en aktivitet innebär en utmaning utöver det normala, men ändå matchar personens förmåga.

Arbetsterapeuter arbetar ofta utifrån ett personcentrerat förhållningssätt med utgångspunkt från personens eller gruppens syn på sin situation, önskemål och behov (Sveriges arbetsterapeuter, 2025). I projektet har de äldre personerna inte varit delaktiga i planering. Däremot har de äldre personerna fått vara delaktiga och kunnat påverka innehållet under tiden. I kulturaktiviteterna i projektet fanns det till exempel utrymme för att påverka genom att önska sånger, anpassa rörelser eller välja motiv att måla. Resultatet visar i kategorin "*Möjlighet att utvecklas*" att en ny aktivitet som de äldre personerna inte var intresserade av från början kunde överraska. Flera äldre personer som till en början var skeptiska fick uppleva att aktiviteterna blev betydelsefulla på olika sätt. Det behöver därmed inte enbart vara de aktiviteter som den äldre personen tidigare ägnat sig åt eller som den äldre tror sig klara av som har möjlighet att bli betydelsefulla. Rosenberg et al. (2026) styrker detta resonemang genom att påtala att det är viktigt att inte endast se bakåt i tiden på tidigare intressen, utan att också tillämpa ett framtidsperspektiv för att kunna hitta nya intresseområden i de äldre personernas vardag. Leufstadius & Argentzell (2020) menar att aktiviteter som utmanar individen att använda sina färdigheter, men också aktiviteter där man lär sig nya färdigheter för att kunna utföra aktiviteten, ofta upplevs som betydelsefulla. Det kan vara färdigheter av intellektuell karaktär eller praktiska färdigheter i en ny situation. Vår uppfattning är att arbetsterapeuter bör möjliggöra för äldre personer som bor i särskilt boende att delta i en bredd av aktiviteter för att kunna tillägna sig en variation av värdeupplevelser, nya färdigheter eller nya intressen.

Förslag på framtida studier

Vi ser behov av forskning som leder till en hälsofrämjande aktivitetsmiljö i vardagen för äldre personer som bor i särskilt boende. Vi vill se studier som utvärderar nya metoder och arbetssätt som främjar aktivitet för äldre personer som bor i särskilt boende där arbetsterapeuters kompetens samt kunskapen om aktivitetens betydelse tas tillvara i planering och implementering. Vi ser även behov av framtida studier som fokuserar på vad äldre personer som bor i särskilt boende önskar för aktiviteter i sin vardag samt hur de upplever sin aktivitetsbalans. För att få ökad förståelse för äldre personers aktivitetsbalans och aktivitetens inverkan på äldre personers hälsa och välbefinnande behövs studier som undersöker äldre personers värdeupplevelser i olika vardagsaktiviteter.

Metodologiska överväganden

Att använda data från både intervjuer och observationer stärker resultatets tillförlitlighet (Carlsson & Stenberg, 2023; Engström & Juuso, 2023). Genom att inkludera datamaterial från olika särskilda boenden skapades ett innehållsrikt material med innehåll som kunde bekräftas från flera källor samt ge olika perspektiv. Spontana citat och uttryck från de äldre personerna kunde bekräfta de tolkningar och beskrivningar av de äldre personernas upplevelser som delgavs av observatör, närstående och personal. Intervjuerna var korta men innehållsrika och tillsammans med observationerna blev datamaterialet omfångsrikt. Då några personal och närstående inte kunde medverka i intervju på plats genomfördes asynkrona intervjuer via mail. Denna möjlighet var fördelaktig då informanten fick mer tid att reflektera över frågeställningarna och ge utförliga svar vid den tidpunkt som passade informanten bäst. Ali (2023) konstaterar dessa fördelar men också nackdelar då denna metod inte möjliggör direkta följdfrågor och dialog på samma sätt som semistrukturerade intervjuer.

Intervjufrågorna var främst utformade för utvärdering av projektet. Syftet med datainsamlingen var därför i ordval inte helt i linje med examensarbetets syfte vilket enligt Hällgren Graneheim et al. (2023) kan påverka resultatets giltighet. De flesta frågor samt innehåll i observationsanteckningarna hade dock relevans för examensarbetets syfte. I analysen valdes meningsbärande enheter, vilket enligt Lindgren et al. (2020) medför att data som inte är i linje med syftet exkluderas från resultatet. Om vi själva hade genomfört datainsamlingen hade vi exempelvis kunnat ställa följdfrågor som möjligen fördjupat förståelsen för aktiviteternas betydelse och vilka känslor de skapat. Kroppsspråk, ansiktsuttryck och tonfall hade kunnat inkluderas i analysen. Dock hade samma mängd data inte varit möjlig att införskaffa inom tidsramen för examensarbetet.

Datainsamlingen pågick under ett års tid och omfattade många aktivitetstillfällen vilket gav omfångsrika data som styrker tillförlitligheten. Den långa tiden skulle kunna medföra att frågeställningarna utvecklats och att alla inte har fått samma frågor. Detta motverkades av intervjuguiden som gjorde att all personal, närstående och äldre personer har fått liknande frågor trots att datainsamlingen höll på under lång tid. (Graneheim & Lundman, 2004). Enligt

författarna stärks resultatets giltighet genom att beskriva när i tiden datamaterialet samlades in, samt att använda en intervjuguide.

Utgångspunkten när meningsbärande enheter togs ut var att betydelse per definition var något positivt (Erlandsson & Persson, 2020). Därav har resultatet blivit vinklat då det fanns aspekter i datamaterialet som beskriver negativ eller neutral betydelse som har förlorats i analysen. Författarna till examensarbetet ifrågasätter ordvalet i examensarbetets syfte. Ett annat ordval eller definition av ordet betydelse i syftet kunde varit att föredra. Exempelvis äldre personers erfarenheter eller upplevelse. Det fanns dock inte mycket av negativ betydelse eller beskrivning av saknad betydelse i datamaterialet, vilket skulle kunna förklaras på flera sätt. En möjlig förklaring är att det gjordes ett ändamålsenligt urval att intervjua dem som återkommande deltagit i aktiviteterna. Dessa personer hade alla erfarenhet av projektet men var kanske också de som uppskattat det mest, vilket kan ha påverkat datamaterialet. Kanske skulle man utifrån examensarbetets undersökningsfråga strategiskt även valt att söka upp dem som endast deltagit ett fåtal gånger och ställt frågor om projektet haft någon, svag eller ingen betydelse för dem.

En annan möjlig förklaring till att datamaterialet var övervägande positivt är att det kan ha skett en intervjuareffekt som enligt Wide och Hakeberg (2021) innebär att de som blivit intervjuade kan ha valt att svara det som de tror att den som intervjuar vill höra. Författarna till examensarbetet anser att det finns en risk för en viss intervjuareffekt, särskilt eftersom intervjuerna genomfördes av projektledaren, en nyckelperson i projektet. Författarna till examensarbetet menar att om en helt utomstående person skulle gjort intervjuerna hade det blivit mer neutralt och informanterna hade svarat mer ärligt. Intervjuaren var dock välutbildad och erfaren vilket enligt Wide och Hakeberg (2021) gör att intervjuareffekten blir begränsad. Projektledaren som nu utfört intervjuerna var också välkänd för informanterna, väl insatt i ämnet och projektet vilket enligt Wide och Hakeberg (2021) är positivt. Genom att informanter med olika yrkesroller, bakgrund, kön och åldrar medverkade i intervjuer ökade möjligheten att belysa betydelser från olika perspektiv vilket styrker tillförlitligheten (Graneheim & Lundman, 2004).

En ytterligare möjlig förklaring till vår uppfattning att datamaterialet övervägande beskrev positiva reaktioner om projektet är att vi, samt de som gjort datainsamlingen fastnade för sådant som var önskat eller förväntat. Enligt Mårtensson och Fridlund (2023) finns en risk att tanke, minne och öga söker sig till sådant som redan är bekant. Det är därför inte enbart positivt att vara påläst på tidigare forskning innan datainsamling eller analys påbörjas.

En tydlig beskrivning av kontexten, urval, datainsamling och analysprocess underlättar för läsare att bedöma i vilken utsträckning resultatet är överförbart (Graneheim & Lundman, 2004). De äldre personerna som deltog i aktiviteterna samt miljön beskrivs inte konsekvent i observationsanteckningarna vilket har påverkat beskrivning av kontext och urval i

examensarbetet. Om vi själva hade deltagit i datainsamlingen hade vi kunnat beskriva dessa aspekter bättre. Till exempel tagit reda på mer information om de äldre personerna och de särskilda boendena.

Den kvalitativa innehållsanalysen har varit ett stöd för att låta datamaterialet tala. Datamaterialet finns väl presenterat i resultatet både i beskrivande text och med belysande citat vilket enligt Lindgren et al. (2020) stärker verifierbarheten. Verifierbarheten styrks även genom att intervjuerna var ordagrant transkriberade samt att triangulering tillämpades i analysprocessen.

Författarna till examensarbetet anser att det kunde varit lämpligt att genomföra en fallstudie på projektet. Enligt Leadley et al. (2024) kan fallstudiemetodologin ge värdefulla bidrag för att förstå sambandet mellan människors sociokulturella och fysiska kontext samt deras aktiviteter. Vidare förklaras att sådan evidens kan stödja utvecklingen av aktivitetsinriktade insatser för att främja delaktighet. I datamaterialet har författarna till examensarbetet identifierat aspekter som påverkat betydelsen för de äldre personerna och som kan vara viktiga lärdomar för framtida projekt. Några av dessa identifikationer ryms dock inte inom examensarbetets syfte och resultat.

Slutsats

Syftet med examensarbetet var att beskriva vilka betydelser projektet “Kulturella upplevelser” har haft för äldre personer som bor i särskilt boende. Projektet skapade gemenskap och tillhörighet och blev något att se fram emot. Det möjliggjorde även utlopp för känslor, ett ökat engagemang och möjlighet att få utvecklas. Examensarbetets resultat indikerar därmed på att projektet har haft flera betydelser som har gett konkreta, sociosymboliska och självbelönande värden samt bidragit till en förbättrad aktivitetsbalans. Sammanfattningsvis indikerar examensarbetets resultat på att kulturella gruppaktiviteter med efterföljande fikagemenskap kan ha betydelse för välbefinnande och hälsa hos äldre personer som bor i särskilt boende.

Implikationer

Arbetsterapeuter kan arbeta för att äldre personer som bor i särskilt boende ska ha möjlighet att delta i en bredd av aktiviteter som främjar deras välbefinnande och hälsa. Arbetsterapeuten kan ha en nyckelroll i att undersöka de äldre personernas värdeupplevelser i aktivitet samt ge äldre personer stöd och uppmuntran att delta i aktivitet efter sina förutsättningar. I gruppaktiviteter kan musik, dans och skapande konst användas med ett direkt eller indirekt syfte att skapa möjlighet till värdeupplevelser, berättande, variation i vardagen och social gemenskap. Nya aktiviteter i särskilda boenden behöver erbjudas med kontinuitet och arbetsterapeuter kan med fördel samverka med omsorgspersonalen och andra aktörer som exempelvis studieförbund för att kunna implementera nya aktiviteter samt ge stöd till de äldre personerna att vara med, våga delta och utvecklas.

Tack

Vi vill tacka alla som deltagit i kulturaktiviteterna och som samtyckt till att vara med i datainsamlingen. Tack till projektets styrgrupp och Ann Johansson för förtroendet och ett gott samarbete. Tack Johanna Johansson för handledning, Lena Rosenberg för vägledning inför analysen och Inger Jansson för värdefulla råd inför slutinlämning.

Referenser

- Ali, L. (2023). Att använda internet vid datainsamling. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom vård- och hälsovetenskap* (3. uppl., s. 225-240). Studentlitteratur.
- Capelán, A., & Göransson, K. (2021). Deltagande observationer. I G. Klingberg & U. Hallberg (Red.), *Kvalitativa metoder helt enkelt!* (1. uppl., s. 117-139). Studentlitteratur.
- Carlsson, E., & Stenberg, M. (2023). Etnografi och deltagande observationer. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom vård- och hälsovetenskap* (3. uppl., s. 197-212). Studentlitteratur.
- Culture For Health. (2022). *Culture for Health: Final Summary Report. 2023*.
https://www.cultureforhealth.eu/app/uploads/2023/02/Final_C4H_SummaryReport_small.pdf
- Curtis, A., Gibson, L., O'Brien, M., & Roe, B. (2018). Systematic review of the impact of arts for health activities on health, wellbeing and quality of life of older people living in care homes. *Dementia (London, England)*, 17(6), 645–669. <https://doi.org/10.1177/1471301217740960>
- Dunphy, K., Baker, F. A., Dumaresq, E., Carroll-Haskins, K., Eickholt, J., Ercole, M., Kaimal, G., Meyer, K., Sajnani, N., Shamir, O. Y., & Wosch, T. (2019). Creative Arts Interventions to Address Depression in Older Adults: A Systematic Review of Outcomes, Processes, and Mechanisms. *Frontiers in Psychology*, 9, Artikel 2655.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02655>
- Eklund, M. (2020). Grupper i arbetsterapi. I M. Eklund, J. Hultqvist & B. Gunnarsson (Red.), *Aktivitet & relation :mål och medel inom psykosocial rehabilitering* (2. uppl., s. 89-104). Studentlitteratur.
- Eklund, M., & Argentzell, E. (2016). Perception of occupational balance by people with mental illness: A new methodology. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 23(4), 304–313.
<https://doi-org.proxy.library.ju.se/10.3109/11038128.2016.1143529>

- Engström, Å., & Juuso, P. (2023). Kvalitativ forskningsintervju. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom vård- och hälsovetenskap* (3. uppl., s. 151-164). Studentlitteratur.
- Erlandsson, L.-K., & Persson, D. (2020). *ValMO-modellen: arbetsterapi för hälsa genom görande* (2 uppl.). Studentlitteratur.
- Ernst Bravell, M. (2020). Hälsa bland äldre. I M. Ernst Bravell, & L. Östlund (Red.), *Äldre och åldrande* (s. 95-107). Gleerups.
- Fancourt, D., & Finn, S. (2019). *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review*. World Health Organization. Regional Office for Europe.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK553773/>
- Folkhälsomyndigheten. (2024, 28 februari). *Kulturens betydelse för hälsa och välbefinnande – En sammanfattning av en kartläggande litteraturöversikt*.
<https://www.folkhalsomyndigheten.se/publikationer-och-material/publikationsarkiv/k/kulturens-betydelse-for-halsa-och-valbefinnande-/?pub=131830>
- Folkhälsomyndigheten. (2025, 28 februari). *Tillsammans för en god gemenskap i hela befolkningen. En strategi mot ensamhet*. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/publikationer-och-material/publikationsarkiv/t/tillsammans-for-god-gemenskap-i-hela-befolkningen/>
- Fristedt, S. (2020). Funktionellt åldrande. I M. Ernst Bravell, & L. Östlund (Red.), *Äldre och åldrande. Grundbok i gerontologi* (3. uppl., s. 183-205). Gleerups.
- Fälth, N., & Brorsson, A. (2022). Choral Singing Enriches Everyday Life for People With Mild to Moderate Dementia and Their Family Caregivers. *Journal of Psychosocial Nursing & Mental Health Services*, 60(5), 29-36. <https://doi.org/10.3928/02793695-20211015-01>
- Graneheim, U. H., Lindgren, B.-M., & Lundman, B. (2017). Methodological challenges in qualitative content analysis: A discussion paper. *Nurse Education Today*, 56, 29–34.
<https://doi.org/10.1016/j.nedt.2017.06.002>
- Graneheim, U. H., & Lundman, B. (2004). Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today*, 24(2), 105–112.
<https://doi.org/10.1016/j.nedt.2003.10.001>

- Gustavsson, M., Liedberg, G. M., & Larsson Ranada, Å. (2015). Everyday doings in a nursing home - described by residents and staff. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 22(6), 435–441. <https://doi.org/10.3109/11038128.2015.1044907>
- Henricson, M., & Billhult, A. (2023). Kvalitativ metod. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom vård- och hälsovetenskap* (3. uppl., s. 115-125). Studentlitteratur.
- Håkansson, C., & Wagman, P. (2026). Aktivitetsbalans i hälsofrämjande arbetsterapi. I P. Wagman (Red.), *Hälsa och aktivitet i vardagen – ur ett arbetsterapeutiskt perspektiv* (4. uppl., s. 203-214). Sveriges Arbetsterapeuter.
- Hällgren Graneheim, U., Lindgren, B-M., & Lundman, B. (2023). Kvalitativ innehållsanalys. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom vård- och hälsovetenskap* (3. uppl., s. 295-313). Studentlitteratur.
- Kaasgaard, M., Grebosz-Haring, K., Davies, C., Musgrave, G., Shiraam, J., McCrary, J. M., & Clift, S. (2024). Is it premature to formulate recommendations for policy and practice, based on culture and health research? A robust critique of the CultureForHealth (2022) report. *Frontiers in Public Health*, 12, Artikel 1414070. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1414070>
- Kjellström, S. (2023a). Forskningsetik. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom vård- och hälsovetenskap* (3. uppl., s. 61-83). Studentlitteratur.
- Kjellström, S. (2023b). Tematisk analys. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom vård- och hälsovetenskap* (3 uppl., s. 313-331). Studentlitteratur.
- Leadley, S., Jones, M., & Hocking, C. (2024). Case Study Methodology. I S. Nayar, & M. Stanley (Red.), *Qualitative Research Methodologies for Occupational Science and Occupational Therapy* (2 uppl., s. 105–126). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003456216-7>
- Leufstadius, C., & Argentzell, E. (2020). Meningsfull aktivitet. I M. Eklund, J. Hultqvist, & B. Gunnarsson (Red.), *Aktivitet & relation: mål och medel inom psykosocial rehabilitering* (2. uppl., s. 221-238). Studentlitteratur.

- Lindgren, B.-M., Lundman, B., & Graneheim, U. H. (2020). Abstraction and interpretation during the qualitative content analysis process. *International Journal of Nursing Studies*, 108, Artikel 103632. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2020.103632>
- Mondaca, M., Josephsson, S., Borell, L., Katz, A., & Rosenberg, L. (2019). Altering the boundaries of everyday life in a nursing home context. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 26(6), 441–451. <https://doi.org/10.1080/11038128.2018.1483426>
- Mårtensson, J., & Fridlund, B. (2023). Vetenskaplig kvalitet i examensarbete. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom vård- och hälsovetenskap* (3. uppl., s. 473-490). Studentlitteratur.
- Nilsson, I. (2026). Hälsöfrämjande insatser med fokus på seniorer. I P. Wagman (Red.), *Hälsa och aktivitet i vardagen – ur ett arbetsterapeutiskt perspektiv* (4. uppl., s. 152-164). Sveriges Arbetsterapeuter.
- Philipson, A., Lindvall, M. A., Pettersson, C., Strålman, L., & Holmqvist, K. L. (2025). Reablement in Residential Aged Care (Re-RAC): study protocol for a multi-center pragmatic randomized controlled open-label trial. *Current Controlled Trials in Cardiovascular Medicine*, 26(1), Artikel 294. <https://doi.org/10.1186/s13063-025-08999-0>
- Priebe, G., & Landström, C. (2023). Den vetenskapliga kunskapens möjligheter och begränsningar - grundläggande vetenskapsteori. I M. Henricson (Red.), *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom vård- och hälsovetenskap* (3. uppl., s. 27-44). Studentlitteratur.
- Ray, K. D., & Götell, E. (2018). The Use of Music and Music Therapy in Ameliorating Depression Symptoms and Improving Well-Being in Nursing Home Residents With Dementia. *Frontiers in Medicine*, 5, Artikel 287. <https://doi.org/10.3389/fmed.2018.00287>
- Rosenberg, L., Johansson, K., & Mondaca, M. (2026). Ett gott liv på äldreboende. I P. Wagman (Red.), *Hälsa och aktivitet i vardagen – ur ett arbetsterapeutiskt perspektiv* (4. uppl., s. 179-189). Sveriges Arbetsterapeuter.
- Skov, M., & Nadal, M. (2025). Can arts-based interventions improve health? A conceptual and methodological critique. *Physics of Life Reviews*, 53, 239–259. <https://doi.org/10.1016/j.plrev.2025.03.003>

- Sköldunger, A., Wimo, A., Sjögren, K., Björk, S., Backman, A., Sandman, P., & Edvardsson, D. (2019). Resource use and its association to cognitive impairment, ADL functions, and behavior in residents of Swedish nursing homes: Results from the U-Age program (SWENIS study). *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 34(1), 130–136.
<https://doi.org/10.1002/gps.5000>
- Socialstyrelsen. (2025, 11 juni). *Statistikdatabas*. Hämtad 8 december, 2025, från <https://www.socialstyrelsen.se/statistik-och-data/statistik/statistikdatabasen/>
- Socialstyrelsen. (2023, 4 oktober). *Öppna jämförelser 2023. Resultat från undersökningen "Vad tycker de äldre om äldreomsorgen?"* <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/ovrigt/2023-10-8759.pdf>
- Socialstyrelsen. (2022, 19 december). *Så kan äldres ensamhet brytas*.
<https://www.socialstyrelsen.se/om-socialstyrelsen/pressrum/press/socialstyrelsen-sa-kan-aldres-ensamhet-brytas/>
- Socialstyrelsen. (2020, 10 februari). *Boendeformer för äldre personer*. Kunskapsguiden.
<https://kunskapsguiden.se/omraden-och-teman/aldre/boende-for-aldre-personer/boendeform-for-aldre-personer/>
- Sveriges Arbetsterapeuter. (2024). *Etisk kod för arbetsterapeuter*. Sveriges Arbetsterapeuter.
- Wide, U., & Hakeberg, M. (2021). Individuella intervjuer. I G. Klingberg, & U. Hallberg (Red.), *Kvalitativa metoder helt enkelt!* (1. uppl., s. 77-93) Studentlitteratur.
- Wilcock, A. A., & Hocking, C. (2015). *An Occupational Perspective of Health* (3. Uppl.). Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9781003525233>
- Winther Hansen, B., & Morville, A-L. (2016). Kreativa aktiviteters rehabiliterande kraft. I G. Gamborg, J. Madsen, B. Winther Hansen (Red.), *Kreativitet i arbetsterapi* (s. 71-89). Studentlitteratur.
- Åkerman, J. (2024). *God forskningssed 2024*. Vetenskapsrådet.