

Succesfuld aldring – også for enlige mænd?

Fra forebyggelseskonsulenternes perspektiv kan man få indblik i enligtboende ældre mænds sårbarheder og udfordringer – og i forebyggelsesordningens muligheder.

Vi er i disse år vidne til en relativt stor stigning i antallet af enligtboende mænd over 65 år. I perioden 1990 til 2016 er deres antal øget med 41% mod en stigning i det samlede antal ældre i samme periode på 34% (Jacobsen, 2016). Denne trend er givetvis udtryk for flere ting. Dels har mænd over en årrække indhentet lidt af efterløbet i levealder (Danmarks Statistik, 2019), dels er nye familiemønstre blevet mere udbredt. Det skal desuden ses i lyset af en tendens i hele Europa, hvor flere og flere voksne bor alene (Klinenberg, 2013). Den længere levealder gør, at selv de, der bruger en stor del af deres liv i ægteskab, kan forvente en længere periode alene i den sidste del af deres liv; i gennemsnit 15 år på tværs af mænd og kvinder (Baes-Jørgensen, 2019).

De enlige mænd, særligt de kortuddannede, betragtes imidlertid som sårbare. Helbredsstatistikker viser, at disse mænd er mere syge, dør tidligere, lider af depression og ensomhed i højere grad og oftere begår selvmord end andre (se Frausing *et al.*, inddokument). Det har medført en bekymring for mændene i sundhedssystemet relateret til såvel deres trivsel som de økonomiske omkostninger, de afstedkommer for det offentlige (se fx Jacobsen, 2016). Samtidig er det vanskeligt at engagere i sociale og sundhedsmæssige tilbud (Milligan *et al.*, 2016). Den generelle opfattelse

af enlige ældre mænds liv synes at være i overensstemmelse med Eriksons (Erikson & Erikson, 1997) begreber for negative udfald af det senere livs udviklingskriser: præget af stagnation eller fortvivelse.

Det er dog småt med forskning, der går bag om statistikkerne. Der findes enkelte kvalitative studier, der giver anledning til mere nuancerede opfattelser af mændenes tilværelse (se fx Yetter, 2010; Bergland, Tveit & Gonzalez, 2016; Leontowitsch, Fookan & Oswald, 2019), men det er typisk ret få, relativt velstillede og velfungerende mænd, der er inkluderet i disse undersøgelser, og hvad der gør sig gældende for danske mænd er stadig underbelyst. En undtagelse er Mikkelsens (2016) diskussion af succesfuld aldring i Danmark med udgangspunkt i enlige, gamle mænd på Møn.

Når man forholder sig til succesfuld aldring – og implicit dømmes enlige, gamle mænd ude, som den dominerende definition af begrebet gør (Rowe & Kahn, 1997) – synes der at være en tendens til at betragte alderdommen og det gamle menneske som afgrænsede størrelser og glemme kontekstuelle forhold som livshistorie og aktuelle samfundsmæssige vilkår (Stowe & Cooney, 2016). Herved gøres aldringsprocessens forløb til et spørgsmål om livsstilsfaktorer og personligt ansvar (Katz & Calasanti, 2015) eller søges forklaret med henvisning til deskriptive mærkater

som 'traditionel maskulinitet' (Thompson & Langendoerfer, 2016), der i denne forståelse antager karakter af personlighedstræk. Men enlige, gamle mænd er et produkt af deres egen tid og bliver gamle under specifikke historiske vilkår.

Formålet med denne artikel er at undersøge mændenes udfordringer og ressourcer for at kunne diskutere relevante samfundsmæssige indsatser over for dem. Vi vil til dette formål analysere og diskutere resultaterne af en række fokusgruppeinterviews med kommunale forebyggelsesmedarbejdere, der er nogle af de sundhedsprofessionelle, der møder mændene i deres hjem og kan bidrage med såvel deres sundhedsprofessionelle syn på det spektrum af mænd, de besøger, som deres viden om de lokale kontekster, de besøger dem i.

For at opnå en bredere forståelse af mændenes ressourcer og udfordringer har vi vendt os mod den økologiske udviklingspsykologi (Bronfenbrenner, 1979). Økologien skal her forstås som mændenes kontekst, og 'udvikling' bliver i dette perspektiv uløseligt forbundet med livsvilkår, forstået både som det umiddelbare miljø og den samfundsmæssige indretning. Dette står i modsætning til den klassiske faseforståelse af menneskets psykologiske udvikling, som vi ser hos bl.a. Erikson, hvor udvikling betragtes som en overvejende

“

Gennem deres beskrivelser af arbejdet med mændene blev det klart, at det forebyggende hjemmebesøg kan udmønte sig som en langt bredere socialfaglig indsats, end vi forventede, og der fremtræder en ihærdighed og kreativitet for først at finde mændene og siden komme ind på livet af dem

SUCCESSFUL ALDRING
– OGSÅ FOR ENLIGE MÆND?
KRISTIAN PARK FRAUSING,
MICHAEL SMÆRUP,
KIRSTEN MAIBOM
KAREN PALLESGAARD MUNK



biologisk drevet proces med et universelt gældende forløb. Bronfenbrenner gør opmærksom på, at vi må kigge på de nære omgivelser, de såkaldte mikrosystemer, og hvilke relationer, aktiviteter og roller, den enkelte indgår i her, samt ikke mindst relationerne mellem mikrosystemerne, hvilket han betegner mesosystemer. Derudover må vi studere de makrosystemer (fx kulturen og hele den statslige indretning) og exosystemer (systemer, den enkelte ikke selv indgår i, fx teamet af forebyggelsesmedarbejdere i den enkelte kommune), der påvirker indholdet af mikrosystemerne.

I vores interviewmateriale blev det klart, at et gentaget tema drejede sig om forandringer i mændenes liv. Til at forstå dette kan vi trække på Bronfenbrenners transitionsbegreb. En økologisk transition sker, når en persons position i omgivelserne forandres som følge af en forandring i personens rolle, i selve omgivelserne eller i begge dele (Bronfenbrenner, 1979, s. 26). Transitioner foregår som gensidige tilpasninger mellem person og omgivelser, og det er her udvikling kan forekomme. Transitionen til nye roller er med andre ord noget af det, der forandrer os, og flere og mere differentierede roller øger vores erkendelse af livet og samfundet. I alderdommen kan en række mikrosystemer være under afvikling, fx som følge af venners eller families dødsfald eller svigtende helbred. Selve transitionsperioden er en sårbar fase, som man ikke kender resultatet af på forhånd, hvor man skal finde sin rolle eller afstemme sine relationer i et nyt eller forandret mikrosystem.

Med dette afsæt kan vi nu vende os mod et nærmere studie af de enlige, gamle mænds tilværelse.

Metode

Denne artikel baserer sig på fem fokus-

gruppeinterviews med kommunernes forebyggende hjemmebesøgere foretaget i 2016. Interviewene indgår i et større forskningsprojekt, hvor vi også interviewer mændene selv, men i denne artikel er vi interesserede i det sundhedsprofessionelle syn på dem.

Deltagerne blev hvervet via et oplæg om projektet på et netværksmøde for forebyggende medarbejdere. Grupperne kom fra kommuner i Region Midtjylland og havde 3-5 deltagere, alle kvinder med mellem-lange videregående uddannelser inden for sundhedsvæsenet.

Kommunale forebyggende hjemmebesøg var på interviewtidspunktet netop overgået fra at være en service, der blev tilbudt én gang årligt fra man fylder 75 år, til at blive tilbudt ved 75 år og dernæst igen ved 80 år, medmindre man vurderes som særligt sårbar. I så tilfælde kan besøget tilbydes allerede ved 65 år.

Fokusgruppeformatet har den styrke, at den sociale interaktion under interviewet kan øge indblikket i den komplekse virkelighed, vi prøver at afdække. Deltagerne kan kommentere hinandens erfaringer ud fra en kontekstuel for forståelse, vi som udefrakommende ikke har (Halkier, 2015).

Interviewguiden bestod af spørgsmål, der havde til hensigt at afdække forebyggelsesmedarbejdernes erfaringer med enlige, ældre mænd. Det drejede sig blandt andet om, hvordan medarbejderne selv agerede, hvilke mænd der klarede sig godt hhv. dårligt, hvilke problemer de oplevede mændene have, og hvilke løsninger og tilbud, de mente, der var brug for.

I analysen blev der udarbejdet en synopsis for hvert interview, som ad et par omgange blev læst igennem med henblik på at identificere temaer på tværs af interviewene. Disse temaer blev udfoldet yderligere gennem en teoretisk læsning

Enlige, gamle mænd er en voksende demografisk gruppe, som vækker samfundsmæssig bekymring på grund af deres fremtrædende placering i bunden af en række sundhedsstatistikker. Herudover ved man dog endnu ikke meget om deres tilværelse. Gennem analyser af fokusgruppeinterviews med de forebyggelsesmedarbejdere, der kommer i mange af mændenes hjem, fremhæver vi i denne artikel tre temaer, der øger indsigten i enlige, gamle mænd ved at 1) præsentere nuancer til sårbarhedsfortællingen, 2) fremstille overgange til nye roller som en særlig udfordring, og 3) undersøge forebyggelsesordningen som kompenserende foranstaltning i mændenes omgivelser. Analysen er forankret i begreber fra økologisk udviklingspsykologi.

Forskningsprojektet er støttet af Velux-fonden og Fonden Ensomme Gamles Værn.

Kristian Park Frausing

Cand.psych., lektor ved VIA University College og ph.d.-studerende ved Aarhus Universitet, krhf@via.dk

Michael Smærup

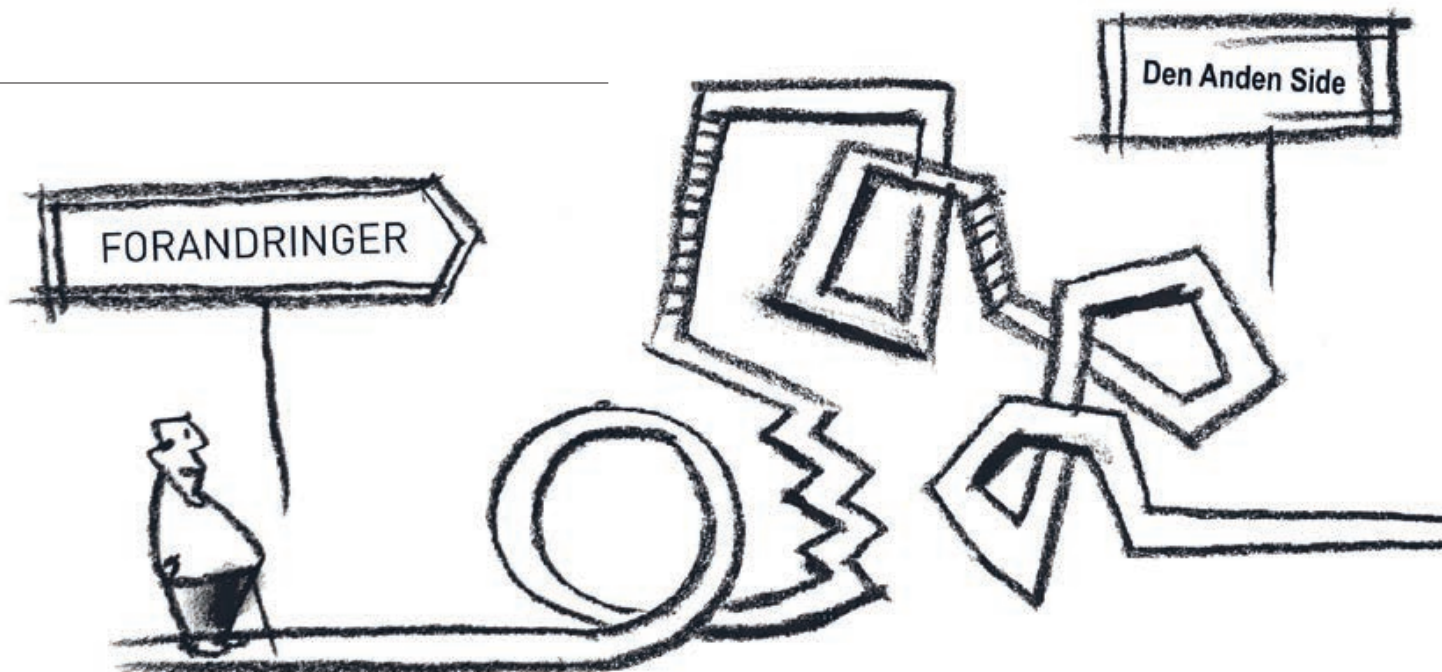
ph.d., lektor ved VIA University College, mism@via.dk

Kirsten Maibom

Forskningsleder for aldringsprogrammet ved VIA University College, kmail@via.dk

Karen Pallesgaard Munk

Cand.psych., ph.d., lektor ved Institut for Kultur og Samfund på Aarhus Universitet og forskningsleder på projektet *Enlige, gamle mænd*, filkpm@cas.au.dk



med den økologiske udviklingspsykologi som omdrejningspunkt. Resultatet blev tre overordnede temaer: Ét drejede sig om nuancer i sårbarhedsperspektivet; ét om livsforandringer som særlige udfordringer; og ét om de muligheder, omgivelserne stiller til rådighed for mændene.

Nuancer i sårbarhedsperspektivet

I interviewene giver forebyggelsesmedarbejderne indblik i en række undtagelser til sårbarhedsfortællingen og i forskelle mellem mændene.

Først og fremmest fremhæver de, at mændene, uagtet deres demografiske profil, har visse ressourcer. Selvom de møder mænd med økonomiske problemer, har de fleste et lavt forbrug, der gør deres folkepension tilstrækkelig, og nogle har aldrig haft så mange penge som nu.

Generelt opfattes det ikke som et problem for mændene at klare sig selv. Mange tilrettelægger en indkøbsrutine, så de kommer ud at se andre hver dag. De lærer at lave mad, nogle oplært af hustruen inden de blev enkemænd, andre af moderen

(særligt de såkaldte "hjemmesønner", der har boet hos forældrene indtil disses død), nogle lærer sig det i alderdommen. Andre trives med at udveksle tjenester med enlige kvinder, hvor de kan hjælpe med reparationer og praktiske ting til gengæld for madlavning. De, der opgiver, finder ud af at bestille via en madordning. Der kan godt være forskellige standarder for hushold og hygiejne, særligt hvis mændene har boet alene det meste af deres liv, men generelt fungerer de på deres egne vilkår.

Mændenes livshistorier præger på den måde deres forventninger til alderdommen og forebyggelsesmedarbejderne er optagede af mændenes tilpasningsevne. Har de altid boet alene, klarer de sig også alene som gamle, indtil de ikke kan fortsætte deres hidtidige livsstil. For nogle er friheden ved at være alene et centralt gode. Det kan også gælde mænd, der har været gift. Mange affinder sig med, at alderdommen bringer nogle udfordringer. Som en forebyggelsesmedarbejder formulerer det:

Jamen, jeg synes jo generelt, at mange klarer sig rigtigt godt. Det er jo imponerende.

Hvis jeg skal sige det sådan med en bred pensel, både hvad angår sygehusverdenen og den her verden, så er der godt nok mange mennesker, der klarer meget. Hvis man har en høj mestringssevne, klarer man sig på trods af mange ting. Hvis tingene er håndterbare for mig og giver mening, så kan jeg gøre meget på trods af, at jeg har en fuldstændigt nedslidt ryg og nok skulle finde mig en ny bolig.

Det er derfor også erfaringen, at mændene gerne vil slippe for alt for megen indblanding, herunder velmenende råd om sundhed.

De mænd, der vækker størst bekymring, er dels de nedslidte mænd, der er mærket af et hårdt arbejdsliv, ofte med dårligt fysisk arbejdsmiljø, nogle gange førtidspensioneret og uden nævneværdige økonomiske midler, samt de mænd, der ikke kan håndtere overgangen til at være alene, hvilket ofte, men ikke altid, er enkemænd. Endelig nævnes dem, der har "givet op", og måske er selvmordstruede. Det er særligt den sociale og emotionelle ensomhed, der bliver peget på som udfordring for mange mænd, herunder også manglen på berøring, når man bliver alene.

Der skelnes i interviewene mellem robuste og sårbare mænd ud fra personlige egenskaber som positivt livssyn og veludviklede sociale egenskaber, men der peges også på graden af integration i lokalmiljøet foruden veluddannede mænds større mulighedsrum (sidstnævnte fremhæves dog også som en potentielt overset målgruppe for nye tilbud).

Liv under forandring

Forebyggelsesmedarbejderne fremhæver forskellige problemer for mændene, men fælles for de mest gennemtrængende er, at de handler om forandringer, der gør, at livet ikke kan fortsætte som hidtil. De gennemgående problemer drejer sig på forskellig vis om indskrænkning af mikrosystemerne: gennem forringet helbred; tab af kørekort eller bil; og tabte relationer (nogle gange som følge af de to førstnævnte). Ensomhed fremhæves derfor også, men fokus forskydes fra ensomheden som en løserevet størrelse, der skal bekæmpes med det rette sociale tilbud, til ensomheden som del af nogle konkrete livsomstændigheder og en identitetsmæssig udfordring.

Mændenes ensomhed og sociale udfordringer bliver i forebyggelsesmedarbejderens fortælling knyttet til transitioner (Bronfenbrenner, 1979). Så længe tilværelsen kører nogenlunde fastlagt, klarer man sig, uanset om man er ungkarl eller gift. Når forandringen sætter ind, bliver tilværelsen imidlertid ustabil, mens man skal finde sig til rette på en ny måde og i en ny rolle, det være sig som enkemand, som "gammel" eller som en, der er ensom og har brug for nye relationer. Det er i denne fase, mændene er mest sårbare. At gå uden for døren bærer en social information om, hvem man er, og hvor man er i livet, som man pludselig kan blive meget bevidst om, her eksemplificeret med tab af kørekort:

Men de har det da godt, hvis man spørger dem. Du kan have hjerteproblemer og forhøjet det ene og det andet, men du har det godt.

Hverdagen går sin stille trummerum. Der er ikke noget, der griber forstyrrende ind. Der er ikke noget uforudset, og man har en vis struktur. Der gør jeg det, og der gør jeg det.

Men mister de kørekortet, så er næsten alt tabt, fordi friheden og værdigheden ryger. Altså, de er ekstra enlige, hvis man kan sige det. Der bliver taget noget af deres maskulinitet. Det gør noget ved dem. Rigtigt meget.

Det ses derfor også, at de forebyggende medarbejdere ikke mener, at tilbuddene fungerer, hvis ikke de er indrettet til at tage højde for netop dette. Som eksempler nævnes mænd, der oplever høretab, og som ikke deltager i de sociale tilbud, der ellers skal afhjælpe ensomhed, fordi de ikke vil stikke ud som mærkelige. Tilbuddet i sig selv og det at møde op til det kan derved ende med at forstærke ensomhedsfølelsen. Det samme kan konfrontationen med andres samhørighed: er man alene, kan det være vanskeligt at falde ind et sted, hvor der allerede er etablerede fællesskaber.

Det kan ligeledes være overvældende for mændene, når forebyggelsesmedarbejderne kommer ud til dem med alle deres tilbud. Den særlige opmærksomhed på fx nylige enkemænd skal således balanceres af en fornemmelse for den identitetsmæssige uafklarethed, der kan ligge i rolleovergangen.

Forebyggelsesmedarbejderne efterspørger derfor også flere individualiserede tilbud og gerne flere mænd, der kan komme ud i hjemmene.

Forebyggelsesordningen som økologisk udviklingskontekst

Den økologi, mændene er en del af, rummer allerede mange velfungerende tilbud. Det kan dreje sig om præster, der foruden at tage imod i kirkerne også kommer ud i folks hjem; telefonkæder, der giver trykthed; og forskellige former for samkørselsarrangementer, hvor mændene bliver samlet op ved døren og leveret tilbage igen.

Når vi anlægger et makrosystemisk blik

på interviewene, fremgår det, at samfundet træder til som en ressource for at kompensere, når mikrosystemer indskrænkes eller helt forsvinder. Forebyggelsesmedarbejderens egen rolle kan anskues som et sådant kompenserende mikrosystem. Gennem deres beskrivelser af arbejdet med mændene blev det klart, at det forebyggende hjemmebesøg kan udmønte sig som en langt bredere socialfaglig indsats, end vi forventede, og der fremtræder en ihærdighed og kreativitet for først at finde mændene og siden komme ind på livet af dem. Eksemplerne i interviewene drejer sig om breve, nogle steder formuleret, så man får besøg, hvis ikke man reagerer; mund til mund, hvor mænd, der allerede besøger, deler deres oplevelse af besøgene og siger god for dem; de taler med naboerne og engagerer lokalsamfundet til at være opmærksomme og opsøgende.

Der er talrige beskrivelser af bestræbelser på at vinde mændenes tillid for at blive lukket ind. Typisk nærmer man sig gradvist, forsøger forskellige kontaktformer og får måske en fod i døren ved at løse en konkret opgave. Dette ses eksempelvis, når én forebyggelsesmedarbejder tager en mands vasketøj med hjem, og en anden hjælper med transport til dyrlægen. Én udtrykker det sådan, at de med deres position og individuelt tilpassede tilgang kan komme bagom både mændenes stolthed og deres frygt for kommunen:

Er det humor, man skal bruge for at få lukket op, er det en spørgeguide, handler det om at vente på, at de er klar eller at give lidt modspil, for det er faktisk mange gange dét, de mangler. Jeg var ude ved en, som havde en meget hård tone over for mig, hvilket jeg så gav tilbage på en mere humoristisk måde, og han sagde, at hvis jeg ikke havde taget imod ham på den måde, var jeg aldrig nogensinde kommet ind. Han så mig ikke som en kommunal medarbejder, men som én, der kom og besøgte ham. Jeg har ikke den der kommunale status som hjemmehjælperne i og med, at de selv må sige til og fra.

Når de forebyggende medarbejdere først kommer ind, er erfaringen, at mændene åbner sig og gerne ser dem komme tilbage. Her opstår et potentiale for udvikling. Den forebyggende medarbejder bliver en person, der lytter til mændenes problemer, og nogle gange et aktivt redskab til at komme videre, som det ses i de tilfælde, hvor de hjælper mændene til at engagere sig i deres omverden, hvad enten det er ved at koordinere transport, hjælpe med at udfærdige en kontaktannonce eller den mere almindelige oplysning om sociale tilbud i nærområdet.

Forebyggelsesmedarbejderne opererer også mere indirekte i mændenes omgivelser. Mesosystemer er forbundne mikrosystemer, og her kan vi se, at medarbejderne medvirker til at binde den økologiske kontekst sammen gennem deres kendskab til lokalmiljøet og kontakt med såvel mændene som nøglepersoner i mændenes omgivelser. Det kan fx være via kontakt til naboer eller viceværter, der nævnes som nogle, der kan "holde øje", eller – på exosystemniveau – ved samarbejde med kommunernes frivilligkoordinator.

Diskussion og konkluderende bemærkninger

Betydningen af transitionen til en ny rolle og den mentale forberedelse og tilpasning, den kræver, kan være undervurderet i systemet og overset som en faktor, der holder mændene fra at deltage i sociale aktiviteter, der ellers skal modvirke ensomhed eller hjælpe på deres sundhedstilstand. Det er ikke en ny erkendelse, at transitioner kan være udfordrende, hvilket den store opmærksomhed på fx enkemænd også viser (jf. fx Moore & Stratton, 2003). Det synes dog ikke at løse alle problemer at udarbejde nye, særligt manderettede tilbud. Andre har påpeget, at ét problem ved dette kan være, at tilbuddene i sig selv ekskluderer mænd, der ikke identificerer sig med stereotype mandebilleder (Nurmi *et al.*, 2018), og vi ser da også i interview-

materialet en pointering af mændenes forskellighed. Vores undersøgelse peger på, at et andet problem kan være, at man undervurderer selve vanskeligheden med at komme ud af hjemmet.

Men forebyggelsesmedarbejderne giver også indblik i en stor mobiliseringsparathed i kommunerne og det frivillige miljø – en ressource, der eksempelvis omsættes i de velfungerende ordninger med koordineret transport og opsøgende tilbud. Dette er i overensstemmelse med anden forskning i vanskelighederne med at få enlige, gamle mænd til at deltage i social- og sundheds-tilbud, hvor det bl.a. fremhæves, at lokal opbakning og let tilgængelighed er vigtige faktorer for en vellykket indsats (Milligan *et al.*, 2016). Betydningen af tilgængelighed ses også, når der blandt de fremhævede udfordringer peges på manglende bil, kørekort eller busforbindelser.

Analysen giver et indblik i det, vi med et lån fra Antonovsky (1985) kan kalde mændenes generaliserede resistensressourcer, som man kan gøre brug af i konkrete belastende situationer, eksempelvis de transitioner, vi har omtalt ovenfor. Hvor nuancerne i sårbarhedsfortællingen peger på, hvordan den enkelte mand er stillet i form af personlige ressourcer som positivt livssyn, kropslige ressourcer som heldbred og funktionsevne, materielle ressourcer som økonomi og boligforhold, så gør den Bronfenbrenner-inspirerede analyse os opmærksomme på, at omverdenen har en intervenserende funktion i mændenes liv. Foruden folkepensionen, der sikrer mændene en beskedent men stabil økonomi, og de mange frivillige og lokale tilbud, findes den institutionaliserede forebyggelsesordning, der er med til at skabe en "bufferzone af generelle resistensressourcer" (Munk, 2012, s. 63), som kan hjælpe den enkelte. Modstandskraft ændres fra at være et rent individuelt anliggende til at være også socialt og samfundsmæssigt. Når vi tænker i enlige mænds sårbarhed, kan vi derfor have gavn af at kigge ud over

de individuelle ressourcer og se sårbarhed og resiliens som et transaktionelt forhold mellem person og omverden (Aldwin & Igarashi, 2016), hvor mændene vel at mærke også påvirker udformningen af de forebyggende besøg.

Forebyggelse handler fra et samfundsmæssigt perspektiv om at udvikle de ressourcer, der kan øge kontrollen over tilværelsen (Munk, 2012). Selv enlige mænd, hvis relationer ofte fremstilles som mangelfulde (jf. Leontowitsch, Fookan & Oswald, 2019), er indlejret i sociale og samfundsmæssige systemer. Der er en politisk villighed til at afsætte midler til tiltag særligt rettet mod enlige, gamle mænd (Sundhedsministeriet, 2018; 2019). Frem for kun at udvikle nye tilbud kunne det handle om at opruste forebyggelsesordningen, der foruden den direkte kontakt også demonstrerer den koordinerende funktion, der er væsentlig for vellykkede tilbud (Milligan *et al.*, 2016). Erfaringerne fra forebyggelsesmedarbejderne viser betydningen af det lokale kendskab, de tålmodigt opbyggede mellem menneskelige relationer, vedholdenhed og kreativitet. Traditionelt fremstilles gamle mænd som stoiske og stædige (Thompson & Langendoerfer, 2016), hvilket interviewene også bekræfter et stykke hen ad vejen, men samtidig viser de, at når tilliden er etableret, åbner mændene sig og snakker om deres problemer. Ved at betragte forebyggelsesmedarbejderne som dét, vi har kaldt et kompenserende mikrosystem, kan mændene støttes i at realisere transitionens udviklingspotentiale frem for at virkeliggøre elendighedsfortællingen om den stagnerede eller fortvivlede mand.

Det er afslutningsvist vigtigt at tage det forbehold, at de dårligst fungerende mænd ikke nødvendigvis er blandt modtagerne af de forebyggende hjemmebesøg, enten fordi de siger nej, eller fordi de allerede er visiteret til fx hjemmehjælp, hvilket de forebyggende medarbejdere selv er meget bevidste om. Der kan desuden være et niveau af selvseleksion blandt deltagerne i

fokusgrupperne, da man kan forestille sig, at de professionelle med størst engagement i de enlige mænd også har meldt sig til at deltage i interviewene. Det kan give resultaterne en mere optimistisk drejning, dels hvad angår deres syn på mændene, men måske især for indtrykket af den forebyggende indsats. Dette ændrer imidlertid ikke på, at vores undersøgelse peger på en potentiel ressource i mændenes omgivelser i form af de forebyggende hjemmebesøg.

Referencer

- Aldwin, C. M. & Igarashi, H. (2016). Coping, optimal aging, and resilience in a sociocultural context. I: Bengtson, L. V. & Settersten, R. A., red., *Theories of aging (third edition)*. New York: Springer Publishing Company, s. 551-576.
- Antonovsky, A. (1985). *Health, stress and coping*. San Francisco, CA: Jossey Bass.
- Baes-Jørgensen, J. (2019). Enker og enkemænd lever i gennemsnit 15 år alene. *Momentum*, [online]. Tilgængelig på: [https://www.kl.dk/nyheder/momentum/2019/nr-7/enker-og-enkemaend-lever-i-gennemsnit-15-aar-alene/] [tilgået 25/11-2019].
- Bergland, A. M., Tveit, B. & Gonzalez, M. T. (2016). Experiences of older men living alone: A qualitative study. *Issues in Mental Health Nursing*, 37(2), s. 113-120.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Danmarks Statistik (2019). Middellevetiden er ikke steget det seneste år. *Nyt fra Danmarks Statistik*, nr. 50, 13. februar 2019.
- Erikson, E. & Erikson, J. (1997). *The life cycle completed*. New York: Norton.
- Frausing, K. P., Smærup, M., Larsen, P. L., Maibom, K., Juel, K. & Munk, K. P. (indsendt). Health and wellbeing in old age: The case of old men living alone.
- Halkier, B. (2015). Fokusgrupper. I: Brinkmann, S. & Tanggaard, L., red., *Kvalitative metoder: en grundbog* (2. udg.). København: Hans Reitzels Forlag, s. 137-151.
- Jacobsen, R. G. (2016). Antallet af enlige, ældre mænd er stærkt stigende. *Momentum*, [online]. Tilgængelig på: [https://www.kl.dk/nyhed/2016/september/antallet-af-enlige-aeldre-maend-er-staerkt-stigende/] [tilgået 25/11-2019].
- Katz, S. & Calasanti, T. (2015). Critical perspectives on successful aging: Does it appeal more than it illuminates? *The Gerontologist*, 55(1), s. 26-33.
- Klinenberg, E. (2013). *Going solo: The extraordinary rise and surprising appeal of living alone*. London: Duckworth Overlook.
- Leontowitsch, M., Fookien, I. & Oswald, F. (2019). The role of empowerment and agency in the lives of older men living alone. *European Journal for Research on the Education and Learning of Adults*, 10(3), s. 231-246.
- Mikkelsen, H. H. (2016). Unthinkable solitude: Successful aging in Denmark through the Lacanian real. *Ethos*, 44(4), s. 448-463.
- Milligan, C., Neary, D., Payne, S., Hanratty, B., Irwin, P. & Dowrick, C. (2016). Older men and social activity: a scoping review of Men's Sheds and other gendered interventions. *Ageing & Society*, 36(5), s. 895-923.
- Moore, A. J. & Stratton, D. C. (2003). *Resilient widowers*. New York: Prometheus Books.
- Munk, K. P. (2012). *Coping. Manual til kvalitativ mikroanalyse*. Aarhus Universitetsforlag.
- Nurmi, M. A., MacKenzie, C. S., Roger, K., Reynolds, K. & Urquhart, J. (2018). Older men's perceptions of the need for and access to male-focused community programmes such as Men's Sheds. *Ageing and Society*, 38(4), s. 794-816.
- Rowe, J. W. & Kahn, R. L. (1997). Successful aging. *The Gerontologist*, 37(4), s. 433-440.
- Stowe, J. D. & Cooney, T. M. (2015). Examining Rowe and Kahn's concept of successful aging: Importance of taking a life course perspective. *The Gerontologist*, 55(1), s. 43-50.
- Sundhedsministeriet (2018). Thyra Frank: Ambitiøs handlingsplan til 167 mio... [online]. Tilgængelig på: [https://www.sum.dk/Aktuelt/Nyheder/Aeldre/2018/Oktober/Thyra-Frank-Ambitioes-handlingsplan-til-167-mio-kr.aspx] [tilgået 30-11/2019].
- Sundhedsministeriet (2019). Nye initiativet skal hjælpe især ældre mænd ud af ensomhed. [online]. Tilgængelig på: [https://www.sum.dk/Aktuelt/Nyheder/Aeldre/2019/Marts/Nye-initiativer-skal-hjaelpe%20isaer-aeldre-maend-ud-af-ensomhed.aspx] [tilgået 30-11/2019].
- Thompson, E. H. & Langendoerfer, K. B. (2016). Older men's blueprint for "being a man". *Men and Masculinities*, 19(2), s. 119-147.
- Yetter, L. S. (2010). The experience of older men living alone. *Geriatric Nursing*, 31(6), s. 412-418.