

"Jeg vil ikke leve på en ø!"

Et indblik i ældre menneskers bestræbelser på at opretholde et socialt liv under coronapandemien.

I begyndelsen af 2020 stiftede verden første gang bekendtskab med COVID-19, som siden hen spredte og udviklede sig til en verdensomspændende pandemi. Som befolkningsgruppe har de ældste været genstand for særlig opmærksomhed, idet COVID-19 viste sig særligt at ramme og få fatal udgang for mennesker med et svækket immunforsvar og andre underliggende sygdomme. Derfor betragtede myndighederne tidligt ældre borgere over 70 år som en risikogruppe, der i særlig grad skulle skærmes (Sundhedsstyrelsen, 2020). Det har betydet, at ældre mennesker generelt, og de med et svækket helbred i særdeleshed, blev mødt med opfordringer til og forventninger om at isolere sig fra omverdenen og have begrænset fysisk kontakt med andre mennesker. På plejehjem blev der indført forbud eller reducerede muligheder for besøg udefra, og en lang række kommunale dag- og aktivitetscentre, lokale frivilligaktiviteter og fritidsklubber har været lukket ned i lange perioder.

På baggrund af en interviewundersøgelse blandt 22 danske ældre mennesker undersøger artiklen, hvordan restriktioner og nedlukninger har spillet ind i hverdagen for disse mennesker under coronapandemien. Med udgangspunkt i en hverdagslivsteoretisk tilgang undersøges bestræbelser på at opretholde et meningsfuldt og kontinuert socialt liv, når betingelserne for dette ændrer sig radikalt. Artiklen viser, at det lykkes i stor udstrækning, men at det også kan indebære afsavn og hårde fravalg. Som pandemien skred frem, var det



over tid svært for nogle at opretholde et tilfredsstillende socialt liv på trods af bestræbelser på at holde gang i sociale relationer og bibeholde en meningsfuld hverdag.

Blandt de interviewede findes også eksempler på, at dagligdagen ikke påvirkedes stort af coronapandemien. Det kan fx dreje sig om, at de i forvejen levede tilbagetrukne liv, der primært udfolder sig inden for hjemmet. Det kan både handle om livsstil og sociale præferencer såvel som et svækket helbred, der hindrede, at de kunne komme på gaden i samme omfang som tidligere.

Undersøgelsens materiale og tilgang

Studiet baserer sig på interviews med 22 ældre mennesker mellem 69 og 100 år, der modtager hjemmehjælp. Blandt de 22 er 16 kvinder og seks mænd, heraf bor 19 alene og tre er samboende. Deltagerne er rekrutteret gennem fire kommuner, der repræsenterer både by- og landområder, og interviewene er gennemført i perioden oktober 2020 – februar 2021.

Der blev gennemført et hovedinterview og et til to opfølgende interviews, som alle blev optaget og efterfølgende transkriberet. Med undtagelse af en



del af de opfølgende interviews foregik interviewene over telefonen, da det pga. corona-situationen ikke var muligt at besøge og interviewe deltagerne i deres hjem. Telefoninterviews er ikke nogen ny metode inden for kvalitativ forskning (Irvine, 2011), men der har generelt i forskningen under pandemien været øget fokus på brugen af alternative kvalitative metoder til det klassiske ansigt-til-ansigt interview (Lupton, 2020).

I artiklen anlægges en *hverdagslivsteoretisk* tilgang med udgangspunkt i Birthe Bech-Jørgensens hverdagslivsteori (1994). Hermed anskues hverdagsliv som noget, der bliver til i en konstant proces, og som skabes ud fra de livsbetingelser og livserfaringer, man har.

Analytisk tages der udgangspunkt i Bech-Jørgensens begreb *selvfølgelighedens symbolske orden*, der består af de selvfølgeligheder og upåagtede aktiviteter, hverdagslivet defineres af – og som forstyrres under coronapandemien. Når det velkendte forandres pludseligt og radikalt, blotlægges de selvfølgeligheder, man normalt går til verden med. Betydninger af støtte og omsorg, sociale relationer og fællesskaber, tydeliggøres og sættes i perspektiv, når hverdagslivets selvfølgelighed brydes. En hverdagslivstilgang skaber også indsigt i, hvordan mening og orden (gen)etableres i hverdagen med nye rutiner, samt hvordan der alligevel over tid kan opstå *brud* og *skred* i de dele af hverdagslivets selvfølgelighed, der vedrører sociale relationer.

"Jeg vil ikke leve på en ø!"

Med de officielle anbefalinger om at holde fysisk afstand til andre mennesker og selvisolation blandt især ældre mennesker, blev vurderinger af risiko for smitte et element i sociale relationer. Hermed opstår et brud i den selvfølgelighed, der ellers er knyttet til vaner og rutiner omkring socialt samvær og relationer – at være sammen med andre mennesker er nu ikke blot noget, der bringer dig glæde og, for nogle, afgørende vigtig socialt samvær – relationer indebærer nu også potentielt en fare for dit helbred.

For Elisabeth, der har en stor omgangskreds og under normale omstændigheder ofte ser sin familie, betyder det nogle til tider hårde fravalg af samvær – og i sommeren 2020 også af en ellers stor begivenhed i familien, fejringen af barnebarnets studentereksamen. Barnebarnet omgås mange andre unge mennesker, og det anser Elisabeth som for stor en risiko. Hun ses dog stadig med flere andre i sin store omgangskreds; fx er hun ikke utryg ved at tage på café med et ældre vennepar. Adspurgt om, hvad der gjorde, at hun var tryk ved at se dem, svarer hun:

"Altså, jeg ved ikke, jeg tager det måske ikke så tungt. Jeg spritter af og sådan noget, og holder afstand. Men jeg kommer sammen med dem, jeg har lyst til. (...) Der er nogen, der jo afskærer fuldstændig familie og venner og bare sidder og kukkelurer selv. Det vil jeg altså ikke!"

Elisabeth, 89 år.

På baggrund af en interviewundersøgelse blandt 22 ældre mennesker i Danmark undersøger artiklen, hvordan restriktioner og nedlukninger har spillet ind i hverdagen for disse ældre under coronapandemien. Med en hverdagslivsteoretisk tilgang sættes fokus på ældre menneskers bestræbelser på at opretholde et meningsfuldt socialt liv, når betingelserne for dette ændrer sig radikalt. Sociale og helbredsmæssige hensyn balanceres, og ikke sjældent vejer de sociale tunge. Selvom det lykkedes for mange at opretholde en form for socialt liv under pandemien, kan oplevelsen af mening og kontinuitet også blive udfordret over tid, og der kan opstå skred i hverdagens selvfølgelighed.

Artiklen er skrevet på baggrund af et forskningsprojekt udført af forfatteren i regi af Avanti Consulting i samarbejde med Pernille Tufte, Tufte Research. Undersøgelsen er gennemført med midler fra Fonden Ensomme Gamles Værn.

Louise Scheel Thomsen, antropolog med fokus på analyse og udvikling af ældre- og sundhedsområdet, manager i Marselisborg Consulting og indehaver af Avanti Consulting. lsthomasen@gmail.com

På samme måde overvejer Elisabeth, om det nu er klogt at begynde til gymnastik, da det i en periode åbner op igen, da hun stadig er bekymret for smittefare ved at ses med en gruppe af mennesker. Hun beslutter, at det vil hun: "Men så tænkte jeg: 'Det kan ikke nytte noget, man må tage det, man kan, og så må man også leve lidt farligt!'"

Flere af undersøgelsens deltagere vælger som Elisabeth at leve inden for de officielt udstukne restriktioner under pandemien – men de afvejer samtidig, hvilke relationer, de alligevel ønsker at prioritere at mødes med ansigt til ansigt. Der er grænser for, hvor langt de vil gå i forhold til at afskære sig fra at ses med familie og venner. Opretholdelsen af kontinuitet i udvalgte sociale relationer er en måde, hvorpå deltagerne værner om og genetablerer en selvfølghed i hverdagen, der har at gøre med sociale relationer. Med disse bestræbelser er det altså ikke alene et spørgsmål om enten at vælge mellem at opretholde et socialt liv eller at beskytte sig selv mod smittefare, som ellers har været opridset som realiteten for ældre mennesker bredt set under pandemien (se fx Heidinger & Richter, 2020). Selvom der tages hensyn til smitte, og restriktionerne følges i mange situationer, vægtes sociale hensyn mindst lige så højt, og i nogle tilfælde højere. Dette sker på trods af, at nogle rent faktisk har et svækket helbred, der sætter dem i særlig risiko. En anden deltager, Rita, har fx fået at vide af sin læge, at hun ikke skal regne med at overleve en infektion med COVID-19. Hun fortæller:

"Jeg dør altså, hvis jeg får det! Altså, jeg synes jo sådan set, at der er mange, der kan få det og komme i respirator og komme ud af den igen. Det kan jeg ikke. Så jeg må altså være mere end truet, kan man sige. Og jeg har sagt hele tiden, at jeg vil hellere se de mennesker, jeg plejer, på samme måde, end jeg vil overholde de retningslinjer, de har udstukket. Og så må det briste eller bære, jeg vil ikke leve på en ø!"

Rita, 78 år.

Rita har levet med en kronisk sygdom hele livet, og hendes måde at håndtere helbredsrisici er således opbygget over mange års levet liv; en erfaring, hun naturligt trækker på i etableringen af en hverdag under pandemien, hvor hun kan blive ved med at holde fast i de værdier og sociale relationer, der giver mening for hende.

I samme tråd har en anden dansk undersøgelse vist, at selvom pandemien udgør en risiko mod det fysiske helbred og øger en potentiel stressfaktor pga. begrænset social kontakt og økonomisk usikkerhed, så har mange ældre mennesker mulighed for at trække på deres livserfaring i at håndtere svære følelsesmæssige oplevelser. Set med dette perspektiv har mange ældre mennesker vist sig at klare sig bedre under coronapandemien end yngre mennesker (Carstensen et al., 2020).

I det hele taget har der lydt en kritik af kategoriseringen af alle ældre mennesker som værende i særlig risiko under pandemien. Ikke alle ældre mennesker er helbredsmæssigt svækkede, og det er udtryk for alderisme, når ældre bredt set kategori-

seres som svækkede og i særlig risiko (Fletcher, 2020). Mange har desuden, som Rita, flere års erfaring med at håndtere kroniske sygdomme og vurdere helbredsrelaterede risici, som overses i en ensidet fremstilling af ældre mennesker som i særlig risiko (Clotworthy & Westendorp, 2020). Det er også en fremstilling, der risikerer at forenkle de tilgængelige valgmuligheder til en forsimplet dikotomi – enten at bevare et socialt liv og sætte sit helbred på spil, eller vælge at overholde restriktionerne om afstand og selvisolation og dermed overleve, men risikere negative sociale konsekvenser og oplevelser af ensomhed (se fx Heidinger & Richter, 2020).

"Jeg kan ikke udtrykke mig mere"

Om det lykkes at bibeholde et aktivt socialt liv under coronapandemien, er dog ikke kun et personligt valg. Det afhænger også af, om ens sociale kontakter er indstillede på at fastholde samværet, og af, om man (ikke) selv vurderer socialt samvær som værende farligt. For Karen på 83 år, som bor alene i en toværelses lejlighed, har kombinationen af et svigtende helbred og pandemiens restriktioner affødt, at hun i starten af 2021 har opholdt sig mange måneder alene i sin lejlighed med kun korte ture ud af huset. Hjemmeplejens ugentlige besøg og især hyppige telefonsamtaler med venner og bekendte er lyspunkter i de ensformige dage. Begge har længe været hendes sociale livliner. Derudover har hun gradvist fået etableret nye hverdagsrutiner ved at fylde tiden ud med TV og bøger.



En hverdagslivstilgang skaber også indsigt i, hvordan mening og orden (gen)etableres i hverdagen med nye rutiner, samt hvordan der alligevel over tid kan opstå *brud og skred* i de dele af hverdagslivets selvfølgelighed, der vedrører sociale relationer.

Socialt er Karen udsat under pandemien, dels fordi hun selv er varsom med at ses med andre pga. smitterisiko, dels fordi de mennesker, hun plejer at ses med, ikke ønsker at ses fysisk. Det gælder fx Karens nabo, Oda, som er særligt påpasselig, fordi hun er bekymret for at blive smittet af sine børne- og oldebørn. I stedet taler de i telefon sammen dagligt. Men en telefon erstatter ganske enkelt ikke et samvær, forklarer Karen. Tidligere kunne hun og Oda sidde sammen en hel eftermiddag og ”ordne verdenssituationen”. Det savner hun. En telefon er for hende kun til korte beskeder og ”goddag og farvel”. Så selvom Karen får etableret en ny form for hverdag, og også sætter pris på at kunne have kontakt med Oda i det hele taget, opstår der alligevel over tid gradvist et skred i hverdagens symbolske selvfølgelighed, der har at gøre med socialt samvær. Det er en stor og mærkbar forandring i mening og sammenhæng (Bech-Jørgensen, 1994). Som Karen udtrykker det:

”Jeg føler bare lidt, jeg sidder lige så stille her og bliver dum (griner). (...) Når man ikke rigtig laver noget og kun ser fjernsyn osv., så går ens intellekt død. Og det er coronaens skyld. (...) Man kører ind i et liv her, hvor der ingenting sker. Det gør man. Al initiativ tages fra en. Så bliver man underlig.”

I det hele taget begynder tiden i isolation at trække tænder ud, og alting synes noget trist for hende. Hun fortsætter: *”Jeg ender med, at jeg ikke kan tale med andre mennesker, for jeg kan*

ikke udtrykke mig mere, for jeg mister evnen!”

Uden at kunne se andre handlemuligheder føler Karen sig hensat til at vente på, at pandemien går over. Da vi forsøger at aftale et tredje og sidste interview med Karen, er det ikke muligt, da hun i foråret 2021 er blevet syg og bliver indlagt ad flere omgange.

Afsluttende perspektiver

Med fortællinger fra Elisabeth, Rita og Karens hverdage under coronapandemien har artiklen givet et kort indblik i forskellige måder at tilstræbe at opretholde et meningsfuldt socialt liv under de særlige vilkår for fysisk samvær, som har været gældende. Fortællingerne viser, at de ældre med udgangspunkt i egne erfaringer, normer og ønsker i vid udstrækning former et socialt liv på deres egne betingelser, og at sociale hensyn ofte kan veje tungere end de helbredsmæssige. Fortællingerne viser dog også, at på trods af bestræbelser på dette, kan det ikke altid lade sig gøre – ufrivillig social isolation og mangel på socialt samvær af en art, der er nærende og tilfredsstillende, kan medføre skred i hverdagslivets selvfølgelighed. Skred som disse rykker ved en grundlæggende oplevelse af meningsfuldhed og kontinuitet, som kan medføre langstrakte oplevelser af frustration og ensomhed for den enkelte.

REFERENCER

- Bech-Jørgensen, B. (1994). *Når hver dag bliver hverdag*. København: Akademisk Forlag.
- Carstensen, L. L., Shavit, Z. Y. & Barnes, J. T. (2020). Age Advantages in Emotional Experience Persist Even Under Threat From the COVID-19 Pandemic. *Psychological Science*, 31(11), s. 1374–1385.
- Clotworthy, A. & Westendorp, R. G. J. (2020). Risky business: How older ‘at risk’ people in Denmark evaluated their situated risk during the COVID-19 pandemic. *Anthropology & Aging*, 41(2), s. 167-176.
- Fletcher, J. R. (2020). Chronological quarantine and ageism: COVID-19 and gerontology’s relationship with age categorization. *Ageing & Society*, 41(3), s. 1-14.
- Heidinger, T. & Richter, L. (2020). Caught between two fronts: Successful aging in the time of COVID-19. *Working with older people*, 24(4), s. 273-280.
- Irvine, A. (2011). Duration, Dominance and Depth in Telephone and Face-to-Face Interviews: A Comparative Exploration. *International Journal of Qualitative Methods*, 10(3), s. 202-220.
- Lupton, D. (2020). *Doing fieldwork in a pandemic*. [online]. Tilgængelig på: <https://docs.google.com/document/d/1cGjGABB2h2qbdUtgfqrIBHmog9B6P0NvMgVuiHZCl8/edit?usp=sharing> [Tilgæet 8/8-2020].
- Reynolds, L. (2020). The COVID-19 pandemic exposes limited understanding of ageism. *Journal of Aging & Social Policy*, 32(4-5), s. 499-505.
- Sundhedsstyrelsen (2020): *Personer i øget risiko*. [online]. Tilgængelig på: <https://www.sst.dk/da/corona/saerlige-risikogrupper> [Tilgæet 5/5-2020].