

Teologiska institutionen, Uppsala Universitet
Tros- och livsåskådningsvetenskap C, 15hp
Vårterminen 2018
Handledare: Christiane Werner
Examinator: Per Sundman

”Jag lägger ut en liten del av mig själv i händerna”
En kvalitativ intervjustudie av upplevd meningsfullhet vid handarbete

Marie Ramsell
marie.ramsell@hotmail.com

Abstract

Studiens syfte är att inom ramen för livsåskådningsvetenskapen undersöka om handarbete upplevs som en meningsfull aktivitet. Detta har undersökts via kvalitativa intervjuer baserade på fenomenologisk grund. Fem personer deltog som informanter och intervjuerna var semistrukturerade. Resultatet delades upp tematiskt utifrån innehållet i deltagarnas svar och visade att handarbete upplevs som meningsfullt av samtliga deltagare, men att vad som utgjorde meningsfullhet skiljer sig åt mellan deltagarna. De teman som resultatet delats upp i fick rubrikerna ”Den skapande processen och slutprodukten”, ”Att ge till sig själv och andra” samt ”Avslappning”. Deltagarnas svar kopplades i studiens analys samman med välbefinnande som en viktig aspekt i upplevelsen av meningsfullhet vid handarbete, vilket också är studiens slutsats.

Nyckelord: meningsfullhet, handarbete, livsåskådningsvetenskap

Innehåll

Abstract.....	2
Inledning.....	4
Syfte & frågeställning.....	5
Avgränsning	6
Disposition	6
Forskningsöversikt.....	7
Teori.....	8
Teoretisk och fenomenologisk mening.....	8
Att hitta en egen mening.....	10
Metod och genomförande.....	11
Fenomenologi	11
Kvalitativ intervjumetod	12
Urval.....	14
Inför intervjuerna	14
Etiska överväganden.....	15
Insamling av data.....	15
Analys av data	16
Resultat	16
Kluster 1: Den skapande processen och slutprodukten	17
Kluster 2: Att ge till sig själv och andra	19
<i>Handarbete som terapi</i>	19
<i>Ett eget utrymme</i>	21
<i>Gåvor till andra</i>	22
Kluster 3: Avslappning.....	22
Välstånd som en aspekt av meningsfullhet.....	23
Fenomenologisk och teoretisk mening	25
Slutsats	26
Vidare forskning	27
Referenser.....	28
Bilaga A. Intervjuguide	30

Inledning

Handarbete har genom historien varit en naturlig del i samhällen och kulturer.¹ Det har funnits i samhällets olika socioekonomiska skikt med olika syften, från pigan som spinner ull till kläder, hantverkaren som bedriver handel med sina skapade objekt, till en högre ståndsdam som broderar dukar eller gobelänger. Handarbete har varit både en nödvändighet och ett estetiskt tilltalande tidsfördriv.

Med industrialiseringen så förändrades dock detta. Delar av handarbetet kunde nu utföras av maskiner, till exempel att karda, spinna och väva.² Detsamma gällde utföranden som trä- och metallarbeten. Med globaliseringen under 1900-talets andra hälft förändrades handarbetens förekomst och människors konsumtion ytterligare. Mer avancerad teknik skapar vävda och stickade plagg och fler material utvecklas. I Sverige och västerländska samhällen syr vi generellt inte våra egna kläder längre, och inte heller skapas kläder eller andra nyttoföremål lokalt. Istället finns produktionen globalt, i länder så som Kina och Bangladesh och många fler. Trä- och syslöjd är obligatoriska ämnen i den svenska grundskolan, men handarbete har setts mest som en hobby eller något som associeras med mor- och farföräldrar.

Den senare tiden finns det dock en motgående trend där handarbete blir mer populärt igen, framför allt hos unga vuxna. Detta visas på många olika sätt. I och med internet och de sociala plattformar som finns där sprids information och inspiration lättare och nätverk med olika handarbetande skapas. Företag som säljer mönster, instruktioner, material eller anordnar kurser kan lättare marknadsföra sig och nå fler människor. Vad som är hönan och ägget är svårt att säga, men det kan konstateras att det finns en växande skara handarbetande och en växande marknad rent konsumtionsmässigt. De företag som säljer handarbetsmaterial och designbeskrivningar och mönster varierar i storlek, allt från stora etablerade företag till privata enmansföretag. Bara de senaste åren kan man i Sverige se en något explosionsartad marknad för just handfärgad ull och garn, till exempel.

Synligheten av handarbetet i samhället förändras också något. Syjuntor kallas nu ofta för stickcaféer genom att de tar plats just på olika kaféer. Olika temadagar anordnas internationellt, exempelvis 'world knit in public day', som syftar till att visa handarbete mer offentligt. Sedan finns också exempelvis stickgraffiti, där handarbete används på offentliga platser som politiska

¹ Bengt Nyström et al. *Nationalencyklopedin*, Hantverk

² Ibid.

budskap. Statyer, lampstolpar, broräcken och liknande kläs in med virkning och stickning med olika budskap. Ofta används det symboliskt som en kritik mot vad som anses vara samhällets hårda och omänskliga värderingar.

Då jag själv och många av mina nära vänner handarbetar väldigt mycket, har jag funderat en del över den här utvecklingen, varför jag och andra människor i dagens västerländska samhälle väljer att handarbete och återgå till att skapa och göra sina egna kläder, inredningsdekorationer och nyttföremål. Några av anledningarna finns kanske i det som redan omnämnts, att handarbetande kan bli en kritik mot konsumtionssamhället och de värderingar som samhället uttrycker och agerar utefter. Rimligtvis finns det dock fler motiveringar, vilka jag finner bara genom att se till mig själv. Handarbete är för mig mer än bara ett tidsfördriv, det är en aktivitet som jag finner väldigt meningsfull. Jag värdesätter själva kunskapen om handarbetet högt och uppskattar känslan av en hållbar självförsörjning, samtidig som jag får kreativ stimulans.

Intresset väcktes för att se hur andra handarbetande människor ser på handarbetet och vad det betyder för dem, de motiveringar de har för att välja just den aktiviteten när handarbete inte längre är en nödvändighet för en fungerande vardag. Jag började söka efter forskning i ämnet och fann en hel del forskning inom skola och utbildning, men även inom arbetsterapiämnet. Det senare intresserade mig då det i andra kandidatuppsatser med empirisk inriktning framkommit att patienter som handarbetar som en del av deras behandling upplever många positiva effekter, varav en var just att det upplevs som meningsfullt.³ Vad den meningsfullheten består av är dock inte alltid vidare undersökt eller specifikt förklarat. Det inspirerade mig att undersöka vidare vad eventuell meningsfullhet som upplevs vid handarbete består av, inom ramen för livsåskådningsämnet.

Syfte & frågeställning

Syftet med uppsatsen är att på fenomenologisk grund genom kvalitativa intervjuer undersöka relationen mellan handarbete och meningsfullhet bland unga vuxna. Frågeställningen blir således: upplever informanterna en känsla av mening vid handarbete? Samt, vad består denna meningsfullhet/brist på meningsfullhet av?

³ Sofia Jonsson och Elin Wulff. *Hur personer med långvarig smärta upplever skapande aktiviteter och kan tillämpa erfarenheterna i vardagen*, 23

Avgränsning

En avgränsning bör göras kring vad som menas med handarbete, samt vilken sorts handarbete den här studien kommer undersöka.

Definitionen av termen 'handarbete' är arbete som utförs med händerna, och som utförs med skicklighet och kunskap.⁴ Ordet handarbete kopplas ofta till finare textila arbeten utförda med enklare verktyg, exempelvis stickning, virkning, broderi och knyppling.⁵ Textil slöjd kan även användas till stor del synonymt med handarbete, men är enligt SAOB ett något arkaiskt ord som främst används relaterat till skolväsendet eller handarbetsföreningar.⁶

Termen 'handarbete' kan ställas mot termen 'hantverk' som är en bredare term som innefattar fler områden än endast textil, till exempel trä-, keramik- och metallarbeten. Textila arbeten som kräver mer eller större utrustning, till exempel vävning, sömnad eller att spinna garn räknas i uppslagsböcker ofta till hantverk snarare än handarbete.⁵

Jag har i uppsatsen och under intervjuer och samtal med informanter använt ordet handarbete enligt den definition som getts ovan, och har därför riktat mig mot informanter som utför textila arbeten såsom stickning och broderi. Förståelsen mellan mig och informanterna har dock varit att även de textila sysselsättningar som av uppslagsverken kategoriseras som textila hantverk talas om som synonyma med handarbete.

En avgränsning och definition kring begreppet meningsfullhet kommer inte göras här, utan diskuteras längre fram under teori- samt metodavsnittet.

Disposition

Efter inledande bakgrund, syfte, frågeställning och avgränsning som presenterats ovan följer studiens forskningsöversikt där Sinikka Pöllänens forskning presenteras samt hur denna uppsats förhåller sig till den. Efter detta följer teorikapitlet som utgörs av Martin Holmqvist och Richard Taylors teorier kring meningsfullhet, vilka senare återkommer i resultatets analys. Metodkapitlet innehåller uppsatsens metodmässiga utgångspunkter fenomenologi och den

⁴ Svenska Akademiens Ordlista (SAOB).

Handarbete ⁵ Nationalencyklopedin. Handarbete. ⁶

SAOB. Handarbete

⁵ Nationalencyklopedin. Hantverk

kvalitativa intervjuemetoden. Där presenteras även studiens urval, material, insamlingen och analysen av data, motiveringarna för dessa, samt de etiska överväganden som tagits i beaktande. Resultatdelen presenteras i en tematisk uppdelning av studiens analys och diskuteras i relation till studiens teoridel. Slutligen följer studiens slutsats samt förslag på vidare forskning.

Forskningsöversikt

Den tidigare forskning som finns inom ämnet meningsfullhet i relation till handarbete som jag anser mest relevant för den här studien är Sinikka Pöllänens studier. Hon har forskat mycket på upplevelsen och funktionen av att handarbete, både i relation till mental hälsa och terapi men också pedagogik och hållbarhet. Av dessa är det en studie som fokuserar på just handarbete och meningsfullhet vilket också är den studie som kommer presenteras i denna forskningsöversikt.

Studien publicerades år 2013 med titeln ”The meaning of craft: Craft makers’ descriptions of craft as an occupation” där Pöllänen med kvalitativ empirisk metod undersökt den mening handarbete har för den som handarbetar, i relation till välmående.⁶ Studien tog plats i Finland och 92 stycken skrivna narrativ samlades in med personliga utsagor, åldern på urvalsgruppen var mellan 16 och 84 år.⁹ Narrativen analyserades hermeneutiskt och resultaten presenterades i tre olika teman. Det första temat *meaning and value of crafts*⁷ innehöll utsagor om handarbete som en behaglig sysselsättning som producerade ett konkret och ekonomiskt resultat. Det var för de äldre också en viktig rutin under dagen som gav struktur, sammanhang och som något som bibehåller fysiska och kognitiva färdigheter. Meningsfullheten i att kunna ge bort handgjorda gåvor var viktig i många av narrativen. Det andra temat *feelings experienced during the craft activity*⁸ visade att handarbete för många bidrar till personlig utveckling genom att erbjuda ett sätt att hantera känslor och motgångar i livet, samt växa genom att se nya färdigheter och uppnå de mål man sätter med handarbetet. Det tredje temat *holisticity and intentionality in craft-making*⁹ innehöll främst två aspekter av upplevelsen av handarbete. Narrativen beskrev en slags symbolisk mening, att skapa något som en gåva till någon annan sågs som ett uttryck för kärlek och omtanke, samt ett bevarande av traditioner och band till gångna släktingar. Den andra

⁶ Sinikka Pöllänen. “The meaning of craft: Craft makers’ descriptions of craft as an occupation”, 217 ⁹ Ibid. 220

⁷ Ibid. 221

⁸ Ibid. 222

⁹ Ibid. 223

aspekten rörde fritt skapande och kreativitet, där handarbetets möjligheter erbjöd möjlighet att uttrycka sig själv och sin identitet.

Syftet med Pöllänens studie är väldigt likt syftet med den här uppsatsen. Vi har båda också använt oss av kvalitativa metoder. Till skillnad från Pöllänen har jag dock valt att använda mig av semistrukturerade intervjuer, vilket ger mig möjlighet att ställa följdfrågor eller be om förtydliganden från deltagarna, vilket jag ser som en styrka. Mitt urval är också mindre och mer fokuserat på en ålderskategori mellan 20-30 år, medans Pöllänens urval har större spridning. Slutligen relaterar Pöllänen sina resultat till ett arbetsterapeutiskt perspektiv, där jag istället har en analys med mer filosofisk grund i enlighet med livsåskådningsvetenskapen.

Teori

Då uppsatsens syfte är att undersöka upplevelsen av meningsfullhet och inte att analysera begreppet meningsfullhet som sådant har jag valt att använda två filosofer som på olika sätt fokuserar på en upplevelse-baserad förståelse av meningsfullhet. Den första är Martin Holmberg och hans teori kring teoretisk och fenomenologisk mening, som framför allt ligger till grund för uppsatsens metod. Den andra är Richard Taylor som ger ett bidrag till frågan om meningen med livet, som jag anser möjlig att applicera även på en enskild aktivitet så som handarbete.

Teoretisk och fenomenologisk mening

I sin avhandling *Narrative, Transcendence & Meaning* (1994) undersöker Martin Holmberg frågan om meningen med livet. Det är just själva frågan han undersöker, genom att se till olika aspekter av den, snarare än att finna svaret/n.¹⁰ Bland annat diskuterar han semantiska aspekter av ordet 'mening' och 'meningslöshet', olika metodologiska utgångspunkter, samt olika teorier som utgår ifrån teleologiska, värdemässiga eller livsåskådningsbaserade ståndpunkter. I relation till den här uppsatsen är främst de metodologiska diskussionerna som Holmberg presenterar av intresse. Jag uppfattar att dessa kan appliceras på 'mening' inte endast i förhållande till livets mening utan även till meningsfullheten i en fristående aktivitet, vilket är syftet för denna uppsats.

¹⁰ Martin Holmberg. *Narrative, Transcendence & Meaning*, 11

Det som till största del bidrar till det teoretiska stoffet i Martin Holmbergs avhandling är hans uppdelning i vad han kallar teoretisk mening och fenomenologisk mening. Han presenterar detta som två förståelser av frågan om livets mening, två sätt att metodologiskt ställa och söka svara på frågan. Teoretisk mening är intellektuellt inriktad förståelse av vad mening kan vara, det är en konceptuell förståelse som kan appliceras på livet,¹¹ fristående eller sammankopplat från en persons upplevelser och känslor. Fenomenologisk mening uppkommer i den motsatta änden, det är en persons upplevelse av mening, en positiv känsla där livet eller en händelse är utgångspunkten.¹² Den fenomenologiska upplevelsen kan påverka teoretisk mening men kan också vara fristående från den. Holmberg beskriver det vidare som att teoretisk mening söker att ge en förklaring på frågan om vad som är meningen med livet, medan fenomenologisk mening skapar ett slags berättigande av meningsfullhet.¹³

I relation till teoretisk och fenomenologisk mening delar Holmberg vidare upp frågan om mening i tre olika nivåer: ontologisk, objektiv och subjektiv mening, vilka kan ses motsvara mening på en kosmisk/allomfattande nivå, mänskligheten i stort samt individen.¹³ Dessa nivåer hjälper oss att se fler olika aspekter om frågan om mening. Den ontologiska meningen relaterar till en tanke om en allomfattande mening som finns för allt som är, fristående av vilken sorts liv, eller vilken situation som kan tänkas ha varit eller är just nu. Det är en objektiv mening men skiljer sig något från den andra kategorin då vad Holmberg kallar objektiv mening relaterar till den förståelse av mening som normativt finns hos en given grupp, till exempel en viss kultur eller följare av en viss ideologi. Den subjektiva meningen relaterar till individen och hans uppfattning om meningen med sitt liv, till exempel mål individen vill uppnå. Holmberg poängterar att denna tredelade uppdelning lätt uppfattas som att endast höra till antingen teoretisk eller fenomenologisk mening; att ontologisk mening alltid är teoretisk och subjektiv mening fenomenologisk, men att så inte är fallet, även subjektiv mening kan vara teoretisk. Utan fenomenologisk mening finns en risk att den teoretiska meningen blir absurd om den inte förankras eller bekräftas av det som faktiskt upplevs i livet; upplevelsen av meningsfullhet krävs för att den teoretiska meningen ska anses giltig och berättigad av individen.¹⁴ Det kan ses som ett slags samspel mellan de två.

¹¹ Martin Holmberg. *Narrative, Transcendence & Meaning*, 35

¹² Ibid. 30

¹³ Ibid. 31

¹³ Ibid. 33

¹⁴ Ibid. 51

Dessa uppdelningar använder Holmberg som verktyg för att diskutera och utvärdera olika teorier om hur meningen med livet kan förstås. Jag anser att uppdelningen även kan appliceras på meningsfullhet i relation till en aktivitet. Som nämnt i inledningen till uppsatsen är handarbete för vissa ett uttryck för politiska eller etiska värderingar, och kan på så vis ses som en del av en övergripande teoretisk och objektiv uppfattning av meningsfullhet. Holmbergs teori har i första hand legat till grund för uppsatsens metodval samt för strukturering och formulering av intervjufrågor (vilket kan ses under respektive del längre fram i uppsatsen) men appliceras också i analysen av studiens resultat.

Att hitta en egen mening

Den andra teorin som används är Richard Taylors bidrag till diskussionen om meningen med livet i hans bok *Good and Evil* (2000), där hans ståndpunkt framför allt är att mening är något som vi skapar inom oss själva. Hans resonemang startar i en diskussion om meningslöshet, med motiveringen att det ofta är lättare att föreställa sig än meningsfullhet.¹⁵ Som ett tydligt exempel för meningslöshet använder han myten om Sisyfos eviga arbete med att rulla en sten över ett berg, utan att någonsin lyckas få stenen över krönet, den faller alltid ner igen. Sisyfos får i evighet rulla upp stenen om och om igen. Taylor filosoferar kring Sisyfos inre inställning till att rulla stenen, med förslaget att om Sisyfos upplever en glädje i att rulla stenen och vill fortsätta med det, så är hans uppgift istället meningsfull för honom.¹⁶

Taylor jämför det mänskliga livet och existensen i stort med Sisyfos eviga rullande av stenen.¹⁷ Vardagen är fylld av upprepningar, både privat och i det offentliga, och nästa generation kommer på ett liknande sätt att fortsätta med samma upprepningar av att ordna mat, äta, sova, jobba och så vidare. Det är vad som krävs för att överleva, det är inget vi kommer ifrån i livet; vad som blir avgörande är vårt förhållningssätt till de konstanta upprepningar som livet innebär.¹⁸ Om vi kan finna en vilja till, och glädje för, att göra det som krävs av oss och för det vi väljer att göra kan vi skapa vår egen mening, enligt Taylor. Meningsfullhet är inget som finns

¹⁵ Richard Taylor. *Good and Evil*, 319

¹⁶ Ibid. 323

¹⁷ Ibid. 330

¹⁸ Ibid. 330

utanför, det finns i oss och i den inställning vi känner och upplever inför det som vårt liv utgörs av.¹⁹

Liksom Holmbergs teori fokuserar Taylors resonemang i främsta hand på meningen med livet i helhet, men då han lägger mycket fokus på de aktiviteter som livet kan innehålla är det en gynnsam teori att applicera även på handarbete. Jag anser det därför gynnsamt att använda i analysen av de svar som informanterna ger under respektive intervju.

Metod och genomförande

Fenomenologi

Det var i början av 1900-talet som disciplinen och termen fenomenologi skapades och utvecklades av bland annat Martin Heidegger och Edmund Husserl.²⁰ De olika filosoferna kom att skapa olika undergrenar och skolor inom fenomenologin, men då denna uppsats inte ansluter sig till någon specifik gren av dessa ger jag istället här den bredare definitionen av ämnet som ligger till grund för den här studiens metod.

Fenomenologi är en filosofisk disciplin som studerar människors subjektiva upplevelser, känslor och erfarenheter av olika fenomen och objekt,²¹ hur de förstås, upplevs och konceptualiseras. Centralt för fenomenologin är vad som kallas för intentionalitet, som betyder att medvetandet riktar sig till och mot ett världsligt objekt eller upplevt fenomen – den del av medvetandet som är medvetet om någonting annat utanför sig självt.²² Ett exempel är att jag just nu är medveten om att jag fokuserar på att skriva på den här uppsatsen, och är medveten om vad jag tänker och känner under tiden jag skriver, samt hur jag uppfattar världen runt omkring mig. Därmed studerar fenomenologin även perception, minne, uppmärksamhet och andra kognitiva funktioner som är del av medvetandet.

För den här studien innebär den fenomenologiska grunden att jag under intervjuerna med deltagarna inte söker diskutera definitionen av meningsfullhet, vad de tänker att meningsfullhet i teorin är, utan istället undersöka deras upplevelse av mening och vad den upplevelsen och

¹⁹ Ibid. 334

²⁰ Woodruff Smith, David. Phenomenology

²¹ Ibid.

²² Ibid.

förståelsen består av. Denna utgångspunkt är också kopplad till Martin Holmbergs teori om teoretisk och fenomenologisk mening som tidigare beskrivits.

Kvalitativ intervjumetod

Kopplat till den fenomenologiska utgångspunkten som baseras på subjektiva upplevelser, samt studiens syfte och frågeställning som ämnar att undersöka om handarbete kan upplevas som en meningsfull aktivitet, har jag valt att använda mig av kvalitativa intervjuer. Det är en metod som ofta används inom fenomenologin²³ och är en lämplig metod vid undersökningar av människors erfarenheter och upplevelser.²⁴ Intervjustudien är till formen semistrukturerad och utgår ifrån ett mindre antal öppna frågor. Samma frågor ställs därmed till samtliga deltagare, men med möjlighet till olika följdfrågor beroende på deltagarnas svar. En semistrukturerad intervju ger både forskaren och deltagare större frihet i intervjun gällande vilka svar som ges, och jag som utför intervjun får mer möjlighet att fokusera mer på de delar av deltagarnas svar som kan ge mer information om fenomenet som studeras.²⁵ Intervjuguiden med de olika frågorna kan ses i Bilaga A. Då syftet med studien inte är att testa en teori utan snarare undersöka upplevelser har jag valt att ställa öppna frågor som är (i den mån det är möjligt) fria från antaganden och teoretiska utgångspunkter, något som Szklarski påpekar är viktigt i fenomenologiska studier.²⁶ På så vis får deltagarnas svar styra riktningen på samtalet och vad de delar med sig av. Visserligen innebär det också att det blir svårare att bedöma vilken mängd information och material intervjuerna kommer inbringa och det är möjligt att samtalet tar en innehållslig riktning som inte förutspått;²⁷ detta ser jag dock inte som ett allt för stort problem då studiens upplägg inte är beroende av en viss mängd resultat.

Frågornas formulering baseras på ett antal antaganden och avsikter. De första frågorna är avsedda att ge lite bakgrundsinformation om deltagarna samt att få igång samtalet. Gällande de följande frågorna är det relevant att ta upp amalgamtesen. Enligt den är det svårt att prata om meningsfullhet utan att bryta ner det i mindre delar och aspekter, istället för att ställa en fråga som innehåller ordet meningsfullhet bör man alltså istället ställa frågor om någontings värde

²³ Andrzej Szklarski. *Fenomenologi*, 136

²⁴ Svend Brinkmann. *Qualitative Interviewing*, 1

²⁵ Ibid. 21

²⁶ Andrzej Szklarski. *Fenomenologi*, 133)

²⁷ Jan Trost. *Kvalitativa intervjuer*, 39

eller hur viktigt det är.²⁸ Jag har valt att inte använda mig av den teorin som en utgångspunkt, utan har istället valt att utgå ifrån att det är möjligt att prata om meningsfullhet genom att använda ordet i sig. Detta beslut grundar sig i den fenomenologiska inriktning som studien har. Jag har gjort bedömningen att då frågornas fokus ligger på upplevelsen av meningsfullhet och inte på ordets betydelse, så blir själva ordet inte problematiskt att använda på samma sätt som amalgamtesen hävdar. I intervjuguiden valde jag dock att ta med alternativa frågor ifall det skulle visa sig att ordet 'meningsfullhet' skulle innebära ett hinder i diskussionen, exempelvis frågan om handarbete är viktigt samt motiveringar för att välja handarbete. Jag ville också öppna upp för möjligheten att upplevelsen av handarbete kan vara värdefull och viktig, utan att för den skull upplevas som meningsfull. Detsamma gäller frågan om upplevelsen av handarbete skiljer sig från andra aktiviteter, där avsikten var att eventuellt se om deltagarna upplevde något unikt eller specifikt kring just handarbete. Tanken var också här att skapa olika vägar in i ämnet och samtalet. Att ha med frågor med något olika inriktningar anser jag alltså göra intervjun mer öppen, för att på så vis skapa en mer sammanhängande bild av deltagarnas upplevelser. På samma grund finns inga frågor om deltagarnas uppfattning av vad Holmberg kallar teoretisk mening på subjektivt eller objektivt plan. Målet har varit att fokusera på deltagarnas upplevelser i första hand, och jag ville inte riskera att diskussionen blev för abstrakt genom att ta upp aspekter av teoretisk mening i det här skedet. Det lämnades dock öppet för deltagarna själva att ta upp sådana aspekter som de så skulle önska.

Fejes och Thornberg påpekar att en potentiell svaghet med kvalitativ forskning är att "den är starkt beroende av forskarens färdigheter, utbildning, intellekt, självdisciplin och kreativitet".²⁹ Jag skulle också vilja lägga till forskarens erfarenheter och kontext som något som kan ha påverkan på en kvalitativ studie och dess analys. Som nämnt tidigare i inledningen handarbetar jag väldigt mycket själv, vilket bidragit till mitt val att studera just den här frågan. Det gör studien emisk på så vis att jag själv är del av den urvalsgrupp som studeras, och att jag har egna tankar och upplevelser kring ämnet som kan influera arbetets gång. Jag har i största möjliga mån varit medveten om mina egna ståndpunkter och arbetat aktivt för att dessa inte ska influera under intervjuer eller i analysarbetet. Att själv handarbete och ha kunskap om området har varit till stor hjälp under själva intervjusamtalen som förflutit bra tack vare ett delat intresse med deltagarna. Jag ser därför den emiska aspekten främst som en tillgång.

²⁸ Joshua W. Seachris. General Introduction, 9

²⁹ Andreas Fejes och Robert Thornberg. Kvalitativ forskning och kvalitativ analys, 36

Urval

Deltagare söktes via sociala media (Facebook och Instagram) kopplade till tre olika syjuntor/handarbetsgrupper i Uppsala med unga vuxna som deltagare. Deltagare i dessa grupper skickade även informationen vidare till personer utanför grupperna som de antog kunna ha intresse av att delta. På så vis spreds förfrågan om deltagande även utanför handarbetsgrupperna. Jag sökte deltagare i dessa grupper då jag kände till dessa grupper sedan innan, och för att deltagarna utgör den målgrupp med unga vuxna som jag önskat studera. Urvalet är på så vis baserat både på tillgänglighetsurval och vad Brinkmann kallar ”informationoriented selection” som innebär att urval baseras på den information som deltagare från urvalsgruppen förväntas bidra med.³⁰ Totalt kom fem personer att ta kontakt med önskan om att delta i studien. Gemensamt för samtliga deltagare är att de är mellan 20 och 30 år, sysselsätter sig med textila handarbeten dagligen eller i återkommande perioder, samt har handarbetat sen de var barn. Deltagarna utförde flera olika slags handarbeten men vanligast är stickning, virkning och broderi. Deltagarnas könsidentitet nämns inte då det inte anses vara av vikt för att besvara frågeställningen eller för att förstå deltagarnas svar.

Inför intervjuerna

I den förfrågan som skickades ut till de olika grupperna på sociala media framkom kortfattat studiens ämnesområde och syfte, att det metodmässigt gällde en intervju samt uppskattad tid för en intervju. Mer information gavs då deltagarna till studien bekräftats. Kontakt med de personer som önskat delta skedde via sociala media, mejl eller muntligen. Samtliga deltagare fick en tid innan sina intervjutillfällen information som vidare betonade studiens syfte och att det var deltagarnas upplevelser och tankar som efterfrågades. Brinkmann påvisar att det är viktigt att göra det tydligt för deltagaren att det inte finns rätt eller fel svar, och att deltagaren själv vet bäst om sina upplevelser.³⁵ Deltagarna fick därmed också veta att de snarare än att fundera över svar på specifika frågor kunde fundera över sina tankar och upplevelser kring sitt handarbetande och eventuell meningsfullhet då detta är det centrala. Datum och plats för

³⁰ Svend Brinkmann. *Qualitative Interviewing*, 57

³⁵ Ibid. 16

intervju bestämdes i diskussion med deltagarna. Deltagarna uppmuntrades också att ta med ett handarbete till intervjun, med avsikten att göra situationen mer bekant och avslappnad.

Etiska överväganden

Vetenskapsrådet föreskriver olika etiska krav som bör följas: informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Informationskravet har följts genom att deltagarna informerats om studiens syfte och upplägg, på vilken utbildningsnivå undersökningen görs, samt att deltagande är frivilligt.³¹ Deltagarna har också informerats om att de har rätt att neka att svara på frågor och att avbryta studien om de önskar, enligt samtyckeskravet.³² Informanterna är anonyma i undersökningen och deras namn framkommer vare sig i mitt pågående arbete eller i det slutgiltiga skedet. Jag har istället använt kodnamn eller siffror; även detta har deltagarna informerats om.³³ De uppgifter som samlas in under intervjuerna kommer inte spridas eller användas för annan forskning, vilket därmed uppfyller nyttjandekravet.³⁴ Utöver vetenskapsrådets rekommendationer erbjöds också deltagarna att läsa igenom transkribering och/eller min analys av intervjun innan uppsatsen lämnas in för bedömning och eventuell uppladdning i offentlig databas.³⁵ Deltagarna informerades om de etiska riktlinjerna muntligen innan intervjun startades och samtliga deltagare lämnade sitt samtycke muntligen.

Insamling av data

Intervjuerna spelades in för att därefter transkriberas i sin helhet. Genom att spela in intervjuerna kan jag lyssna på samtalet igen eller hoppa till specifika delar vilket underlättar förståelse och analysarbetet.⁴¹ Under intervjun togs också några få kortfattade anteckningar, mestadels för att underlätta eventuella följdfrågor och för förtydliganden. Baserat på antagandet att mycket anteckningar påverkar samtalets stämning ville jag i största möjliga mån undvika antecknande, med den vidare bedömningen att lyssna till intervjuerna samt transkriberingarna är tillräckligt

³¹ Vetenskapsrådet. *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*, 7

³² Ibid. 9

³³ Ibid. 12

³⁴ Ibid. 14

³⁵ Svend Brinkmann. *Qualitative Interviewing*, 64

⁴¹ Ibid. 61

för min analys. Variabler såsom deltagarnas kroppsspråk och tonfall transkriberades inte då de inte bedöms vara av en avgörande karaktär för analysen.

Platsen för intervjuerna hölls i två fall på Uppsala Universitets campus och i tre fall på caféer i Uppsala och Skellefteå. I fyra av de fem intervjuerna handarbetade jag tillsammans med deltagarna med förhoppningen om att göra situationen mer trygg och avslappnad för deltagarna genom att påvisa ett gemensamt intresse och skapa en bekant situation.

Efter genomförda intervjuer transkriberades samtalen och citat från dessa presenteras i resultatet tillsammans med analys. Endast det rent verbala i samtalet transkriberades. Tonfall, samtalsrytm, suckar eller andra uttryck transkriberades inte då jag inte anser att dessa har övervägande betydelse för analysen och förståelsen av deltagarnas svar i det här ämnet. Jag uppfattar att deras rent muntliga utsagor är tillräckliga.

Analys av data

För att analysera data från intervjuerna används en metod som kallas fenomenologisk interpretativ analys (IPA). IPA har en idiografisk inriktning som fokuserar på människors upplevelser, tolkningar och förståelse av meningsfulla sammanhang och betydelser.³⁶ I en analys med IPA arbetar forskaren med teman och kluster för att skapa en övergripande bild av det fenomen som studeras⁴³. I läsningen och analysen av materialet plockas ordval, meningar och beskrivningar ut av forskaren och sorteras tematiskt enligt dess innehåll och beskrivningar. Dessa teman sorteras sen vidare in i övergripande kluster. Jag har valt denna analysmetod då jag anser den väl passa det material som studien arbetar både sett till materialets innehåll samt studiens syfte. I deltagarnas svar och upplevelser om meningsfullhet i handarbete finns både likheter och skillnader; att dela in dem tematiskt hjälper att skapa en överblick över olika huvudaspekter, samt gör det möjligt att undersöka skillnader inom ett specifikt tema utan att kompromissa med tydligheten.

Resultat

Under intervjuerna framkom att samtliga deltagare upplever att handarbetet är meningsfullt för dem, men att vad som utgör meningsfullheten skiljer sig åt mellan deltagarna. En del av vad

³⁶ Christina Back och Carina Berkerö. Interpretativ fenomenologisk analys, 148 ⁴³ Ibid.

som av en deltagare ansågs vara meningsfullt var för andra inte det, men ändå en viktig del av deras motivering för att handarbete. Deltagarna hade alltså liknande upplevelser i helhet av handarbete, men vad de ansåg som det mest meningsfulla av de upplevelserna skiljer sig något åt. Då syftet med uppsatsen är att undersöka meningsfullhet kommer endast deltagarnas svar kring just meningsfullheten presenteras.

Deltagarnas svar har delats in i tre övergripande kluster: ”den skapande processen och slutprodukten”, ”att ge till sig själv och andra”, samt ”avslappning och fokus”; några av dessa har i sin tur underordnande teman. Dessa resultat och teman överensstämmer till stor del med de resultat som Sinikka Pöllänen funnit i sin studie och min tematiska uppdelning är därför lik hennes sett till benämning och innehåll.³⁷

Efter presentationen av deltagarnas olika svar följer en reflektion av dessa i relation till Holmbergs och Taylors teorier.

Kluster 1: Den skapande processen och slutprodukten

Samtliga deltagare nämnde under intervjuerna den skapande processen med ett projekt, från idé och genomförande till slutprodukt, som en viktig del av handarbetet. Betydelsen av processen och slutprodukten varierade dock sinsemellan mellan deltagarna, för vissa deltagare låg fokus mer på processen och hos andra på den färdiga produkten.

För Deltagare 2 är det framför allt slutprodukten och resultatet som bidrar till en känsla av meningsfullhet, och som särskiljer handarbete från andra aktiviteter:

När jag tänker på handarbete och meningsfullhet, så blir det nog mer att jag tänker på själva resultatet. Själva tiden fram till resultatet, då kan man likställa det med vilken hobby som helst. Det låter kanske nedvärderande men det är egentligen bara ett tidsfördriv på samma sätt som något annat, men att det leder fram till något konkret. Att man kan se resultatet av den tid man lägger ner. (Deltagare 2)

Att ha en färdig produkt som bevis och bekräftelse för sitt arbete, att kunna se vad man har åstadkommit, är därmed viktigt för deltagarens upplevelse av meningsfullhet. Den färdiga produkten är även viktig för Deltagare 3, men är meningsfullt mer som en produkt i relation till andra områden i livet.

³⁷ Sinikka Pöllänen. Sinikka Pöllänen. “The meaning of craft: Craft makers’ descriptions of craft as an occupation”, 217

... det är väl meningsfullt i den bemärkelsen att man kan skapa någonting, och att jag kan skapa någonting som reflekterar min andra intressen och politiska intressen... jag broderar hellre motiv av saker som är viktigt för mig eller som jag är intresserad av.
(Deltagare 3)

Broderiet och handarbete har på så vis kopplingar till andra områden i livet, och kan användas för att förstärka dessa intressen och värderingar, vilket bidrar till meningsfullhet för deltagaren.

Samtidigt kan handarbetet ha ett värde i sig fristående från koppling till andra intressen och åsikter; olika broderiprojekt har olika betydelser och syften i sig själva, och att också den skapande processen och slutprodukten kan ha olika grad av meningsfullhet. Deltagare 3 nämner att vissa broderier endast har ett syfte att vara vackra och utgöra ett roligt tidsfördriv, och att det kan ha ett värdefullt syfte och mening i sig självt. Meningsfullhet upplevs alltså både under handarbetsprocessens gång, och i det slutgiltiga resultatet. Detta nämns också efter frågan till Deltagare 3 om handarbete är meningsfullt i sig eller i förhållande till något annat. Svaret och fokuset hamnade då på det broderi deltagaren vid tiden för intervjun arbetar med, och i förhållande till det svarar deltagaren att "[d]et har ett större värde i skapandet av det, mer än i det det kommer ha när det är färdigt". För deltagaren finns det alltså handarbete/broderier som har ett värde och meningsfullhet både i skapandet av dem, men också delvis i den slutprodukt som broderiet utgör; broderier kan uttrycka och visa andra saker av värdet i livet, men också ha värde i sitt eget estetiska uttryck och genom den stimulans som upplevts i skapandet av dem.

Den skapande processen nämns även av Deltagare 5 som något som ger en upplevelse av meningsfullhet. Deltagaren nämnde att det är viktigt för hen att ha något att göra med händerna och upplever det som en viktig stimulans. Svaret på den följdfråga som ställdes belyser den skapande processen.

(FRÅGA) Att göra något med händerna, är det aktiviteten i sig som är viktig eller resultatet av aktiviteten?

(SVAR) Inte bara det. Det är roligt det här med processen – jag vill göra något sånt här, hur ska jag göra för att det ska bli som jag tänker mig? Att se det från idé till slutförande och hänga med hela vägen.

Vägen från idé till färdig produkt är alltså viktig och meningsfull för deltagaren. Det är inte bara den skapande processen i sig utan att också att se den färdiga produkten i samband med processen.

Relaterat till handarbetsprocessen är det taktila värdet i handarbetet. I likhet med Deltagare 3 nämner Deltagare 4 meningsfullheten i att få uttrycka sig i färg och form, och betonar även ett stort taktilt värde i handarbetet:

...att forma något som liksom speglar mina händers funktion. Jag älskar även att massera och klappa djur, samt att forma i färg och tyg och garn. Det aktiverar något tryggt i min hjärna och jag upplever att jag landar i nuet i en samtid med en progress.

(Deltagare 4)

Skapandet handlar på så vis inte bara om att se något ta form, utan också om att uppleva arbetet med händerna under arbetets gång och må bättre av det. Det blir en slags förankring i nuet som eventuellt kan jämföras med det som inom psykologin kallas medveten närvaro. Den taktila stimulansen och den trygghetskänsla som deltagaren upplever kan också kopplas till delen om handarbete och avslappning som diskuteras lite längre fram i uppsatsen. Liksom Deltagare 3 förklarar att handarbetet kan uttrycka saker av värde för deltagaren, så beskriver Deltagare 4 att hen i handarbetet ger uttryck för en del av sig själv och sin identitet: ”jag lägger ut en liten del av mig själv i händerna, när jag får vara kreativ”. Handarbete blir en slags förlängning av sig själv, som kan ha en speglande funktion, något som deltagaren återkommer till i temat om handarbete som terapi. Det vittnar också om en väldigt personlig förankring till och i handarbetandet.

Sammanfattningsvis består handarbetsprocessen av många olika aspekter som deltagarna beskriver som meningsfulla. Att se ett konkret och bekräftande resultat av det arbete man lägger ner, problemlösningen vid skapandet av ett projekt samt processen som följer då arbetet genomförs. Handarbetets process och produkt kan reflektera och uttrycka andra viktiga värden för den som handarbetar, och även spegla identitet och självförståelse. Det taktila värdet av handarbetet upplevs också som meningsfullt.

Kluster 2: Att ge till sig själv och andra

Det andra övergripande temat behandlar handarbete, dess process och resultat, som något man ger till sig själv och till andra. Klustrets underliggande teman visar handarbetets terapeutiska funktion, den kravlöshet eget handarbete kan utgöra, samt upplevelsen av att ge gåvor till andra.

Handarbete som terapi

För Deltagare 4 har handarbetet en starkt terapeutisk funktion på många olika sätt. I arbetet med textila arbeten kan deltagaren tydligare uppfatta och reflektera över sitt eget mående, se

sin utveckling, samt använda handarbete som ett läromedel för olika förhållningssätt gentemot sig själv och sin omgivning.

Det här är terapeutiskt för mig. Och jag tänker på kvinnorna som gjort det här i urminnes tider, det är ju... det obetalda arbetet har kanske varit värt för dem känslomässigt och psykiskt. Förut har jag känt att det varit som att sitta och drälla, hur många verkade grejer behöver man egentligen? Det här tillför väl inget? Men OJ vad jag behöver den här tiden för reflektion och återhämtning.
(Deltagare 4)

Att handarbete är något som väldigt tydligt har en inverkan på deltagarens psykiska hälsa och mående. Handarbete kan inte skyndas på, och den tid själva arbetet tar ger också tid för eftertanke och reflektion. Det finns ett värde i handarbete utöver det som konkret produceras, de känslomässiga och intellektuella aspekterna som den som handarbetar upplever och bearbetar under den handarbetande tiden.

Deltagare 4 beskriver också att handarbetet har erbjudit övning i att göra aktiva val, på ett sätt som inte varit möjligt för deltagaren förut. I handarbetet kan deltagaren välja att följa ett mönster, att improvisera, att göra om eller göra mer, det kan bli fel och rätt. I förhållande till det får deltagaren fatta vissa beslut, och har i processens gång lärt sig att det inte är farligt när det inte blir som man tänkt sig, att man inte behöver agera enligt en slags autopilot som bara ser ett alternativ. Följande citat kommer från en diskussion om handarbetets kravlöshet.

[D]et är det jag varit rädd för när man ska följa ett mönster, att där kommer kravet att 'så där ska det inte se ut', men nu fick jag välja själv, visst kan jag anpassa mig att jag gjorde ett fel – men vill jag det? Nej, jag vill repa upp och göra som det ser ut i mönstret. Ja men gör det då liksom. Det här med att göra aktiva val och det är ingen som... Jag behöver inte släppa in någon eller fråga människor vad de tycker om mina korsstygn eller vad de tycker om saker. [...] Att ja, jag får repa upp de här stygnen, men det är inte, det speglar inte värdet av mig. Det är lite damm i hörnen men det speglar inte värdet av någon, och.. det är en jättekonkret grej att få uttrycka sig och våga ta på sig att nu gjorde jag fel men det gjorde ingenting. Jag gjorde, men nu gör jag ett beslut att göra om.
(Deltagare 4)

De insikter som handarbetet skapat påverkar också hur deltagaren upplever och förhåller sig till andra aspekter av livet, såsom relationer och sin självuppfattning. Handarbetet har erbjudit ett sätt att förhålla sig till prestationsångest, bekräftelsebehov och den norm kring en viss sorts effektivitet och produktivitet som dagens samhälle har som norm. I samband med diskussionen om aktiva val nämner deltagaren att det förut varit svårt att ta ett kliv bakåt och ge andra människor plats eller utrymme, men att handarbetet har gett deltagaren verktyg att göra det och har på så vis påverkat deltagarens relation både till sig själv och andra. Deltagaren lyfter också

fram fler positiva upplevelser från handarbetet och säger uttryckligen att handarbetet har en antidepressiv funktion.

Jag handarbetar för att lära mig respektera mig själv och andra, lära mig hålla tillbaka och se en spegling i hur jag mår. Det är ovärderligt och det ersätter säkert mycket antidepressiva medel, för mig i alla fall. (Deltagare 4)

Det handarbete som deltagaren väljer att företa sig, det handarbetet formas till och hur deltagaren mår under tiden hen handarbetar har en terapeutisk effekt. Det blir ett verktyg för att förstå sig själv och hantera negativa känslotillstånd såsom depression och ångest.

Ett eget utrymme

Kopplat till handarbetets terapeutiska aspekter så erbjuder handarbete en tillflykt och frizon från livets krav och måsten. Det är en aktivitet man aktivt väljer att ge sig själv, något som är ens eget. Deltagare 1 beskriver:

Jag ser [handarbete] som väldigt meningsfullt, för det är något som jag gör för mig själv. Där det inte är... även om jag sticker för någon annan, så sticker jag för mig själv. Och det är nu när man har fått barn och allting, och det är jobb och skola, så är stickningen något som bara är för mig ... jag gör det jag vill, hur mycket jag vill eller hur lite jag vill, och så är det bara för mig, och det ger mig mening. (Deltagare 1)

Tiden med handarbetet är för deltagaren något en väljer att göra för sig själv, där deltagaren bestämmer förutsättningar, mål och skapande. Det är en frihet som inte behöver ta hänsyn till andra människor utöver deltagaren själv. I handarbetet kan deltagaren fokusera på handarbetet i sig, och inte tänka på annat runtomkring som innebär borden och måsten. Det är en frihet som framför allt innebär en kravlöshet som står i stor kontrast mot livets övriga arenor:

Jag tror att det med handarbetet, det är en kravlöshet. Allting annat har ett krav där du ska prestera eller du ska... måste vara social eller du måste umgås... det är ju krav i livet hela tiden. (Deltagare 1)

Den här friheten och kravlösheten är för deltagaren kopplad till både terapeutiska aspekter genom att bli en tillflykt och vila från stressorer, men också till den skapande processen genom att deltagaren själv kan styra om arbetet ska följa ett mönster eller styras av improvisation. Det personliga utrymmet och kravlösheten som handarbetet erbjuder är därmed av stor mening för deltagaren.

Gåvor till andra

Meningen med handarbete har hittills beskrivits som viktigt i relation till den handarbetande individen, men handarbete kan även ge mening i relation till andra. Flera av deltagarna talar om meningsfullheten i att ge bort gåvor som de själva har gjort. Deltagare 4 uttrycker att det finns en stolthet ”i att få bära något man själv skapat, eller se ett barn skaka på en leksak som man själv gjort”. Detta överensstämmer med Deltagare 2s upplevelse: ”Den bästa känslan tror jag man får när man ger bort något ... det är tidsaspekten, man har lagt ner mycket tid på att göra något”. Den tid som handarbetet kräver visar omtanke och uppskattning för den som ska få gåvan. Det är en symbolisk handling för uppskattning som är lika viktig som den slutgiltiga fysiska produkten. Deltagare 5 tar upp samma sak och berättar att gåvorna på så vis även skapar meningsfullhet för andra:

Det är något som jag tror att människor runt omkring mig uppfattar som meningsfullt också. Det är vanligt att jag ger bort handgjorda saker i julklapp och present och så vidare. Det har lite mer tanke bakom sig än att jag har varit och köpt något. Jag har tänkt efter med vad som skulle passa den här personen, vad associerar jag med just 'dig' och så skapar jag utifrån det. (Deltagare 5)

Meningsfullheten i att ge bort gåvor är på så vis dubbelt riktad, det är meningsfullt både för den som skapar en gåva och den som får ta emot den. Handarbetet kan på så sätt ses som ett uttryck för uppskattning, kärlek och omtanke både genom den tid som lagts ner på gåvan, men också genom att vara genomtänkt och unik för just den person som mottar gåvan. Detta kan eventuellt ses som parallellt med vad Deltagare 3 tidigare berättat, att handarbete kan ge uttryck för andra viktiga värden i deltagarens liv. På liknande sätt erbjuder de handarbetade gåvorna ett medel för att förmedla och visa omtanke och kärlek.

Kluster 3: Avslappning

Det sista tematiska klustret i studiens resultat är handarbetets avslappnande påverkan, som tas upp av samtliga deltagare. Att handarbete är en slags aktiv vila, en aktivitet som inte är lika krävande eller belastande som annat i livet:

Jag har varit stressad på sistone, och då har det varit skönt att göra något som inte är så extremt stimulerande ... oftast om det inte är så jättekomplicerat så brukar jag inte behöva tänka så mycket på det jag gör ... det är avslappnande att brodera, det är en viktig del. (Deltagare 3)

Att handarbete är något som är avslappnande genom att inte vara för svårt eller kräva stor mängd koncentration nämner även Deltagare 5; ”stickning gör jag mer eller mindre utan att tänka på det, det kan händerna göra själv”. Även Deltagare 2 nämner att hen ofta handarbetar i samband med att se på en film, serie eller liknande och lyfter också fram den avslappnande effekten. Handarbete är på så vis ett medel till en aktiv vila som har stort värde för deltagarna. I dagens allt mer stressade samhälle kan handarbete erbjuda en tid att stanna upp, vila och inte ha så bråttom. Det är också en aktivitet som enligt deltagarna inte kräver full koncentration eller mental och fysisk belastning. Det kan också kopplas till Deltagare 1s upplevelse av handarbetets kravlöshet och det egna utrymmet, och Deltagare 4s upplevelser av det taktila värdet. Att få slappna av och varva ner ökar känslan av välbefinnande och välmående, att må bra, och det är en viktig del av handarbetet och en del av meningsfullheten; detta är något jag vill diskutera i relation till Richard Taylors teori.

Välmående som en aspekt av meningsfullhet

För att rekapitulera Taylors teori så lyfter han i den fram att meningen med livet finns i hur vi förhåller oss till och bemöter livets upprepningar, i med- och motgångar. Det är framför allt viljan till att fortsätta leva och göra de ibland triviala och banala handlingar och aktiviteter som krävs av oss, samt att finna glädje i dem och de övriga aktiviteter vi väljer att företa oss i livet som skapar mening. Applicerat på enskilda aktiviteter kan sägas att de enligt Taylor bör vara präglade av just vilja och glädje för att bli meningsfulla. Detta kan ses hos samtliga deltagare i den här studien; de väljer att handarbete för att de vill och för att det är roligt. Men som deltagarnas utsagor visat finns det också mer involverat än endast vilja och glädje i handarbete - det erbjuder en terapeutisk funktion, en kreativ upplevelse och möjlighet till avkoppling och egen tid samt ett sätt att visa uppskattning för andra och till sig själv. Dessa aspekter vill jag koppla till det underliggande temat av *välmående*.

Gemensamt för samtliga deltagares upplevelser och förklaringar av meningsfullhet är att de alla bidrar till välmående och välbefinnande på olika sätt, vägar till bättre psykisk hälsa. Detta är mer eller mindre uttalat hos deltagarna, men jag tolkar det som underliggande i samtliga deltagares svar. I en tid då psykisk ohälsa och stressrelaterade sjukdomar blir allt vanligare är det förståeligt att en aktivitet som erbjuder en motpol mot negativa upplevelser och stress är högst viktigt och meningsfullt. Att endast se till vad vi vill och vad som ger oss glädje är inte

alltid tillräckligt. Deltagare 3 ger under intervjun ett exempel då hen nämner att även om dataspel är roliga så kan de vara mentalt och kognitivt krävande framför allt när deltagaren upplever sig stressad och trött. Deltagare 1 nämner att det kan finnas krav i att vara social och träffa vänner, även om det förstås är roligt. Handarbetet erbjuder då ett alternativ som är utvecklande och stimulerande, samtidigt som det ger möjlighet till återhämtning genom mindre belastning än andra aktiviteter. Detta stämmer även överens med det resultat och diskussion som Pöllänen för i sin studie, där hon konstaterar att välmående är en gemensam faktor för de olika aspekterna av meningsfullhet.³⁸

Jag vill hävda att känslan av ökat välbefinnande och välmående är en bidragande del till att handarbetsaktiviteter upplevs som meningsfulla. Det är dock även möjligt att känslan av välmående kommer från att utföra meningsfulla aktiviteter, utan att välmåendet i sig självt är bidragande till meningsfullheten - en slags 'hönan och ägget'-situation. En person kan må bra av att utföra meningsfulla handlingar, men att öka sitt välbefinnande kan också vara en meningsfull aktivitet i sig. Den här studien kan inte ge ett tydligt svar på om välmående bidrar till meningsfullhet eller är en effekt av densamma, men baserat på den analys som gjorts av deltagarnas svar vill jag hävda att det är en viktig aspekt att ta med i förståelsen. Jag vill därmed föreslå att just välmående kan vara en viktig aspekt av meningsfullhet, och som jag anser kan komplettera eller läggas till i en teori så som Taylors.

Taylors teori om meningen med livet har dock kritiserats för att vara för öppen eller vag. Eric Wielenberg hävdar bland annat att med Taylors utgångspunkt kan alla aktiviteter bli meningsfulla bara för att det finns en vilja till dem, även aktiviteter som normalt sett inte anses meningsfulla alls.⁴⁶ Denna kritik kan också riktas mot förslaget som ges här kring välmående, att ökat välbefinnande för olika personer kan hävdas komma av så många olika saker att det blir för generaliserat och att innebörden i meningsfullhet därmed försvinner. Kritiken kan bemötas med den fenomenologiska grund som studien vilar på. Studien söker inte en konsensus kring meningsfullhet, utan undersöker individers personliga upplevelser av meningsfullhet. Att individerna då ger skilda utsagor kring vad meningsfullheten består av är inget problem eller något som minskar relevansen av studiens resultat och analys.

³⁸ Sinikka Pöllänen. "The meaning of craft: Craft makers' descriptions of craft as an occupation", 225-6 ⁴⁶
Eric J. Wielenberg. "God and the Meaning of Life", 341

Fenomenologisk och teoretisk mening

Resultaten kan även diskuteras i relation till Holmbergs uppdelning med teoretisk och fenomenologisk mening. Deltagarna har samtliga uppgett att de upplever meningsfullhet och har beskrivit vad upplevelsen kan bestå av, vilket stämmer överens med fenomenologisk mening. Svaren fokuserade också i huvudsak på handarbetets påverkan på deras egna liv och upplevelse av mening inte på samhället i stort, vilket kan kategoriseras som vad Holmberg kallar subjektiv mening. Det ställdes dock inte direkta eller specifika frågor till deltagarna om deras tankar kring teoretisk mening eller hur de ser på meningsfullhet i relation till samhället eller kulturen (ett metodiskt val som motiverats i metodkapitlet), vilket eventuellt kan förklara varför deltagarnas svar fokuserades på subjektiv fenomenologisk mening.

Undantag till detta finns dock. Deltagare 3 nämnde under intervjun att det finns ett värde att handarbeta i sig, för att det blir vackert, är avkopplande eller bara för att det är roligt. Deltagaren förklarade också att det är ett förhållningssätt som deltagaren har till livet i övrigt och vad meningsfullhet i sig kan innebära:

(SVAR) Vissa saker gör man som i ett vakuum, man skapar något för att man vill sysselsätta sig (som med det här) eller för att man ser en serie på netflix för att den är kul, och det är viktigt för att man vill... göra det när man kommer hem från skolan eller jobbet, eller gör saker för att de är roliga snarare än att ha ett annat syfte. Då är det viktigt i sig själv även om det direkta målet inte blir att skapa någonting eller använda det i en social kontext eller bära upp kultur. Själva syftet är för att det är kul, och då är det viktigt och meningsfullt.

(FRÅGA) Det behöver inte vara någon djupare filosofisk tanke?

(SVAR) Nej precis. Jag tror att allting som vi gör är meningsfullt på ett eller annat sätt. Många saker gör vi bara för att det är kul. Vi äter inte en påse chips bara för att det har en djupare innebörd utan för att det är najs, det är gott med chips. Och då blir det väl meningsfullt i sig själv, för man gör något för sig själv som man tycker är bra.

Deltagare 3 uttrycker här vad som kan kopplas till teoretisk mening, en beskrivning av meningsfullhet som kan ses som ett uttryck för hur deltagaren förstår och resonerar kring meningsfullhet i sig. Detta resonemang går också i klang med den teori som Taylor föreslagit, där just vilja till något och glädjen i det man gör skapar en meningsfullhet. Deltagare 3 tar dock upp ännu en detalj i citatet ovan, utöver glädjen, och det är att göra ”något för sig själv som man tycker är bra”, vilket jag också tolkar som att göra något som får en att *må bra*. Meningsfullhet kan innebära att göra det som ger oss välbefinnande, vilket jag tidigare diskuterat.

I anslutning till intervjuerna, men utanför det inspelade samtalet, nämnde ett par av deltagarna att det kan vara svårt att uttrycka meningsfullheten i ord, och att tankar kring meningsfullhet inte är något deltagarna haft under tiden de handarbetat. De har upplevt att handarbete är en viktig aktivitet i deras liv, men inte filosoferat över innebörden i direkta termer förrän ämnet togs upp innan och under intervjusamtalen. Det finns olika personliga och situationsbaserade anledningar för skillnaden mellan deltagarnas filosoferande kring handarbete, mest intressant för den här uppsatsen är att deltagarna medgav att de inte alltid funderat över meningsfullheten eller att det kan vara svårt att uttrycka, men att upplevelsen ändå finns där. Det bekräftar den uppdelning mellan fenomenologisk och teoretisk mening som Holmberg gjort. Deltagarnas upplevelse stämmer också överens med en aspekt av den fenomenologiska disciplinens teori som säger att vi inte alltid är medvetna om vårt medvetande, att upplevelsen finns där men utan att vi aktivt betraktar den eller försöker beskriva den. När uppmärksamheten mer aktivt riktas mot upplevelsen, exempelvis genom de frågor som ställdes under intervjun, skapas ett medvetande om upplevelsen som gör det möjligt att börja reflektera kring. Båda dessa aspekter, att det kan vara ett svårt ämne att prata om men också att samtalen och intervjuerna i sig gav nya insikter, kan ha påverkat de svar som deltagarna givit, vilket kan vara bra att ha i åtanke för eventuella framtida studier.

Slutsats

Studiens syfte och frågeställning var om handarbete upplevs som någonting meningsfullt och vad den eventuella meningsfullheten består av. Det har visats att samtliga av de fem personerna som deltagit i studien upplever handarbete som meningsfullt. Deltagarna har också berättat vad det är meningsfullheten utgörs av. Detta skilde sig åt något emellan deltagarna men kan sammanfattas i aspekter såsom processen av att handarbete, att se ett konkret resultat, handarbetets terapeutiska funktion, betydelsen av att kunna ge handgjorda gåvor samt handarbetets avslappnande effekt. Dessa vill jag samla ihop under det gemensamma temat av välmående, där välmående är kopplat till upplevelsen av meningsfullhet.

Vidare forskning

Den här studien har konstaterat att de personer som deltagit upplever handarbete som meningsfullt. Som tidigare nämnt undersöks dock inte deltagarnas förståelse av meningsfullhet i sig, inte heller relationen mellan deras upplevelse av meningsfullhet i handarbete och fenomenologisk eller teoretisk mening i stort på en objektiv nivå (enligt Holmbergs terminologi). Detta vore eventuellt något att undersöka i en framtida studie, hur personers fenomenologiska mening kring handarbete eventuellt relaterar till deras tankar kring teoretisk mening. Det vore också intressant att undersöka om upplevd meningsfullhet i handarbete eventuellt skiljer sig från den meningsfullhet som kan upplevas i andra aktiviteter, till exempel inom sport eller musik. Att vidare undersöka välmåendets roll för meningsfullhet vore också intressant. Avslutningsvis skulle framtida studier även kunna studera meningsfullhet och handarbete i enlighet med amalgamtesen, där inte ordet meningsfullhet i sig används. Det skulle eventuellt kunna göra det lättare för att diskutera upplevelsen, då vissa deltagare nu kunde uppleva att ämnet var lite svårt att diskutera.

Referenser

Back, Christina och Berterö, Carina. Interpretativ fenomenologisk analys. I *Handbok i Kvalitativ Analys*, Andreas Fejes och Robert Thornberg (red.), 2 uppl., 149-161. Stockholm: Liber AB. 2015

Brinkmann, Svend. *Qualitative Interviewing*. New York: Oxford University Press, 2013.

Fejes, Andreas och Thornberg Robert. Kvalitativ forskning och kvalitativ analys. I *Handbok i Kvalitativ Analys*, Andreas Fejes och Robert Thornberg (red.), 2 uppl., 16-41. Stockholm: Liber AB, 2015.

Handarbete. *Nationalencyklopedin*. (u.å)

<http://www.ne.se.ezproxy.its.uu.se/uppslagsverk/ordbok/svensk/handarbete> (hämtad 2018-05-10)

Handarbete. Svenska Akademiens Ordbok (SAOB). (u.å)

https://www.saob.se/artikel/?seek=handarbete&pz=1#U_H201_108922 (hämtad 2018-05-10)

Holmberg, Martin. *Narrative, Transcendence & Meaning*. Diss., Uppsala Universitet, 1994.

Jonsson, Sofia och Wulff, Elin. *Hur personer med långvarig smärta upplever skapande aktiviteter och kan tillämpa erfarenheterna i vardagen*. Kandidatuppsats, Lunds universitet, 2011.

Nyström Bengt, Edgren Lars och Nilsson Nils. Hantverk. *Nationalencyklopedin*. (u.å)

<http://www.ne.se.ezproxy.its.uu.se/uppslagsverk/encyklopedi/lang/hantverk> (hämtad 2018-05-10)

Pöllänen, Sinikka. The meaning of craft: Craft makers' descriptions of craft as an occupation. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*. Vol. 20 no. 3 (2013): 217-227. Doi: <https://doi.org/10.3109/11038128.2012.725182>

Seachris, Joshua W. General Introduction. I *Exploring the Meaning of Life – An Anthology and Guide*. West Sussex; John Wiley & Sons, Inc., 2013.

Szklarski, Andrzej. Fenomenologi. I *Handbok i Kvalitativ Analys*, Andreas Fejes och Robert Thornberg (red.), 2 uppl., 131-145. Stockholm: Liber AB, 2015.

Slöjd. Svenska Akademiens Ordbok (SAOB). (u.å)

<https://www.saob.se/artikel/?seek=sl%C3%B6jd&pz=1> (hämtad 2018-05-10) Taylor, Richard. *Good and Evil*. New York: Prometheus Books, 2000.

Trost, Jan. *Kvalitativa intervjuer*. Lund: Studentlitteratur, 2010.

Vetenskapsrådet. *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. 2002.

http://www.gu.se/digitalAssets/1268/1268494_forskningsetiska_principer_2002.pdf (Hämtad 2018-03-05)

Wielenberg, Eric J. God and the Meaning of Life. I *Exploring the Meaning of Life – An Anthology and Guide*. West Sussex; John Wiley & Sons, Inc., 2013.

Woodruff Smith, David. Phenomenology. *Stanford Encyclopedia of Philosophy*.

<https://plato.stanford.edu/entries/phenomenology/>. Reviserad 2013-12-06 (hämtad 2018-05-10)

Bilaga A. Intervjuguide

- Vilken sorts handarbete brukar du göra?
- Hur länge har du handarbetat?
- Hur lärde du dig att handarbete?

- Vad får dig att välja handarbete framför andra aktiviteter?
- Skiljer sig upplevelsen av att handarbete från andra aktiviteter?
- Skulle du säga att handarbete är viktigt för dig?

- Upplever du handarbete som meningsfullt?
- Vad är det som gör handarbete meningsfullt eller inte?