



INSTITUTIONEN FÖR PSYKOLOGI

Oro inför arbetslivet hos sistaårsstudenter på universitetet.

**Elin Fröjd
Johanna Karltorp**

Kandidatuppsats ht 17

Handledare: Roger Persson

Sammanfattning

Ångest och oro hos unga vuxna är idag ett aktuellt ämne. I denna studie undersöktes universitetsstuderande sistaårsstudenters oro inför sitt inträde på arbetsmarknaden och om denna oro kan bero på generell self-efficacy, egenskapsångest och/eller branschrelaterad arbetslivserfarenhet. Undersökningen var en enkätbaserad tvärsnittsstudie där stickprovet bestod av 93 studenter på Lunds universitet. Trettiosex procent kände sig oroliga och ångestfyllda inför framtiden. Trettiofyra procent instämde helt eller delvis med att deras framtid på arbetsmarknaden kändes osäker. Trettionio procent instämde helt eller delvis med att de var oroliga över att inte få arbete efter avslutade studier. Endast ett svagt samband mellan oro inför framtiden och generell self-efficacy samt oro inför framtiden och egenskapsångest kunde urskiljas. Medelvärde för oro inför framtiden var lägre för de med relevant branschfarenhet kopplat till studierna. Studiens resultat visade att mer än en tredjedel av de studenter som deltog upplevde oro och ångest inför framtiden och mer än en tredjedel angav att de kände oro inför sin framtid på arbetsmarknaden. Detta kan i hög grad ses som ett problem som kräver vidare forskning.

Nyckelord: generell self-efficacy, egenskapsångest, framtidsoro, arbetslivserfarenhet, student

Abstract

Anxiety and worry among young adults is a relevant topic today. In this study, the worry felt by last year university students as they enter the workforce were examined, and whether or not this worry can be due to self-efficacy, trait anxiety and/or branch related work experience. The study was based on a cross sectional poll, where the sample was 93 students enrolled at Lund University. Thirty six percent felt worried and anxious with regards to the future. Thirty four percent wholly, or partially, agreed that their future in the work market was unsure. Thirty nine percent wholly, or partially, agreed with that they felt worried over not getting a job after concluding their studies. Only a weak correlation between worry for the future and general self-efficacy and trait anxiety was found. The mean value of worry for the future was lower in those students with relevant work experience connected to their studies. This study further shows that more than one third of the students who participated experienced worry and anxiety for the future and worry for their future on the work market and this can, to a high extent, be considered a problem which requires further research.

Keywords: general self-efficacy, psychic trait anxiety, future anxiety, work experience, student

Introduktion

Denna studie ämnar undersöka och belysa oro inför arbetslivet hos sistaårsstudenter på universitetet. Det kan tänkas finnas många bakomliggande orsaker för en sådan oro. I denna uppsats granskas fenomenet utifrån tre olika variabler: generell self-efficacy, egenskapsångest (engelska: trait anxiety) samt relevant arbetslivserfarenheter i relation till studier.

Oro och ångest hos unga vuxna och hos studenter är idag ett aktuellt ämne som det både forskas kring och debatteras om i media (Ergon, 2014; Sidhu, 2017, 13 februari). I en undersökning utförd för Linnéuniversitetet (2015) angav 42 % av studiens deltagare att de är oroliga när de tänker på sin framtid. Diverse rapporter påvisar en ökning av oro och ångest (Calling, Midlöv, Johansson, Sundquist & Sundquist, 2017; Bergström, 2015) och att denna främst sker i åldersgruppen 16 - 24 år (Calling et al., 2017). De bakomliggande faktorerna är dåligt belysta och snarare spekulationer och antaganden än välgrundad forskning. Ett återkommande antagande gällande ökad oro är den förändrade arbetsmarknaden och de krav som ställs för att ta sig in på denna (Kjellberg, 2017; Ergon, 2014). Kraven för att få arbete kan upplevas som många och uppfyllnad av dessa krav påverkar individens egen uppfattning av sin anställningsbarhet (Jackson, 2016). Två viktiga aspekter för att vara anställningsbar är kompetens och färdighet. Kompetens kan till viss del erhållas genom den valda utbildningen men för att anses som anställningsbar så bör individen även ha relevant erfarenhet (Saco, u.å). Som student kan det kanske anses svårt att skaffa relevant arbetslivserfarenhet parallellt med studierna då tiden kan vara knapp för att hinna med båda.

En intressant aspekt är att det konstateras att studenter och unga vuxna känner oro och ångest men att bakomliggande orsaker saknas. Även om en del studier har undersökt bakomliggande orsaker så är de inte tillräckligt studerade. Då flera faktorer kan tänkas vara anledningen till upplevd framtidsoro har denna studie avgränsats till oro som kan relateras till inträdet i arbetslivet i relation till tre, inte helt olika variabler. Enligt Kaya och Avci (2016) är studenter en grupp där oro inför framtiden sannolikt kan förekomma och de kan därför vara en relevant grupp att studera. I denna studie åsyftas att undersöka de individer som befinner sig i övergångsfasen mellan universitetsstudier och arbete. Då det saknas kunskap om steget mellan studier och arbetsliv ligger denna studie i tiden och bidrar till ökad kunskap inom detta område.

Teori

Framtidsångest. Framtiden kan enligt Zaleski (1993, refererat i Zaleski, 1996) ses utifrån två aspekter. Individen kan antingen se på framtiden med hopp eller utifrån en negativ attityd med oro, rädsla och ångest. Dessa två aspekter utesluter inte varandra utan kan upplevas samtidigt. Om de negativa attityderna förekommer hos individen menar Zaleski (1996) att det tyder på framtidsångest.

Ett avgörande villkor gällande framtidsångest menar Zaleski (1996) är kognitiva föreställningar och den mentala hanteringen av framtiden som en individ är medveten om. Tankar, associationer och stimuli kan locka fram känslor och effekten av dessa kan frambringa en medveten ångest hos individen samt en insikt i vad orosfaktorn är. Enligt Zaleski (1996) behöver ångest inte nödvändigtvis uppstå samtidigt som något ångestframkallande sker, utan kan uppstå långt innan eller efter. Det kan alltså räcka med att tänka på det som ger ångest för att få ångest. Desto större individen tror att sannolikheten för det oroframkallande hotet är desto större är framtidsångesten (Zaleski, 1996).

Enligt Zaleski (1996) har ingen individ en färdig strategi för att hantera de negativa händelser som kan inträffa inom en avlägsen framtid. Däremot kan en individ tro på den egna förmågan att kontrollera sin omgivning i ett försök att nå individuella mål eller motverka negativa händelser i framtiden. Utifrån denna självbedömning kan den egna hanteringen och hur pass effektiv denna kommer vara kunna förutspås av individen. De individer som har lägre förtroende gällande den egna förmågan att kontrollera utfallet och miljön är även de som bör uppleva mest framtidsångest (Zaleski, 1996).

Self-efficacy och generell self-efficacy. Bandura (1997) beskriver self-efficacy som individens egenupplevda förmåga att klara av att organisera och utföra den handling som krävs för att hantera en situation. Self-efficacy inkluderar olika typer av förmågor som exempelvis hantering av tankar, hur individen berörs i olika situationer och hur denne agerar samt individens motivation. Vidare menar Bandura (1997) att olika individers tro på sig själv kan ha olika effekt på utfallet. Detta då den egna tron kan styra hur individen väljer att agera, hur mycket tid och energi en lägger in, hur länge en orkar kämpa emot då en möter hinder, hur mycket stress en upplever och till vilken grad en kan erkänna sina bedrifter. Individens tro på sin egen förmåga påverkar utfallet. Om individen inte anser sig ha makten över sina handlingar påverkas energin att effektivt prestera.

Enligt Bandura (1997) kan self-efficacy variera i styrka. De med en hög grad av self-efficacy kan hantera svårigheter lättare och påverkas inte av motgångar i lika stor omfattning som de med lägre self-efficacy. Resultatet blir att de med högre self-efficacy i större

utsträckning lyckas med sina prestationer. Det tänkta utfallet är beroende av hur individen bedömer sig själv kunna prestera i situationen. Har individen inte tillit till sina förmågor att klara av att hantera situationen så kommer inställningen påverka utfallet (Bandura, 1997).

Self-efficacy kan ses utifrån två olika sätt, antingen som mer specifik eller mer generell. Generell self-efficacy beskrivs som individens tro på sin kompetens att hantera olika typer av stressande och påfrestande krav. Till skillnad från mer specifik self-efficacy så kan mätning av generell self-efficacy uppskatta individens tro på den egna förmågan i ett bredare kontext (Luszczynska, Sholz & Schwarzer, 2005).

Self-efficacy förknippas ofta med självförtroende, något som Bandura (1997) menar är två helt skilda begrepp. Skillnaden är att individens self-efficacy berör tron av sina egna förmågor medan självförtroende är individens tro av sitt eget värde. Det finns inte något samband mellan tron på individuella förmågor och om individen avhåller sig själv eller inte enligt Bandura (1997).

Larson och Borgen (2006) kritiserar till viss del self-efficacy teorin. De menar att personlighet inte inkluderas i teorin utan att fokus istället ligger på hur self-efficacy är områdesspecifikt med inriktning på förvärvandet av nya kompetenser. Istället påstår Larson och Borgen (2006) att personlighet är en drivkraft för förvärvandet av self-efficacy och att utveckling av personligheten föregår utveckling av self-efficacy. Vidare föreslås det att om self-efficacy är avgörande för individens agerande i en situation kan olika personlighetsdrag i sin tur bidra till nivån av ens arbetsinriktade självförtroende och slutligen påverka en ökning, eller minskning, i self-efficacy.

Côté, Saks och Zikic (2006) menar att de arbetsökande som rapporterar en högre self-efficacy också deltar i ett mer intensivt arbetssökande. En arbetssökandes self-efficacy påverkar individens beteende då en söker arbete och huruvida en faktiskt får ett arbete eller inte (Saks & Ashforth, 1999).

Egenskapsångest. Cervone & Pervin (2013) redogör, i sin lärobok om personlighetspsykologi, för olika definitioner av personlighet. De flesta utgår från en gemensam definition av personlighet som hänvisar till psykologiska kvaliteter som bidrar till en individs bestående och utmärkande mönster av känslor, tankar och beteende. I vissa personlighetsteorier analyseras drag av personligheten som benämns som personlighetsegenskaper. En personlighetsegenskap kan ses som ett bestående psykologiskt karaktäristiskt drag hos en individ (Cervone & Pervin, 2013) och ses som stabilt över tid (Gustavsson, 1997).

Inom personlighetspsykologin används ofta femfaktormodellen som utgångspunkt där dimensionerna öppenhet, neuroticism, extraversion, vänlighet och samvetsgrannhet ingår

(Cervone & Pervin, 2013). Neuroticism är en dimension av personligheten som kan definieras av antingen emotionell stabilitet och låg ångest eller emotionell instabilitet och hög ångest (Cervone & Pervin, 2013). Egenskapsångest är kopplat till individuella skillnader i personlighetsegenskapen neuroticism och inkluderar aspekter som oro, förväntan och brist på självförtroende (Gustavsson, 1997). Som egenskap beskrivs egenskapsångest som tämligen stabil (Spielberger, 1975, refererat i Forsberg & Björvell, 1993). Egenskapsångest utgör en skillnad mellan hur individer tenderar att uppfatta stressfulla situationer som hotande samt hur lätt de triggas av sådana situationer. Skillnaden baseras på individens egenupplevda känsla av spändhet, ångslan, nervositet, oro och aktivering av det autonoma nervsystemet (Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg & Jacobs, 1983, refererat i Persson, 2002).

Det är viktigt att se personligheten utifrån mer än bara de dimensioner som ovan nämnts (McCrae, 2010). Dimensionerna kan inte ses som en taxonomi av enskilda skillnader. De fem dimensioner som anges i femfaktormodellen belyser bara en delmängd av alla de skillnader som finns mellan människor och avger således inte i sig själva all egenskapsavvikelse utan sammanfattar istället variansen som är vanlig hos specifika egenskaper (McCrae, 2010).

Arbetslivserfarenhet. Om unga tar steget in i det vuxna livet med brist på vissa kompetenser och erfarenheter kan det resultera i en övergång fylld av motgångar och nedstämdhet (Bandura, 1997). Enligt Lazarus och Folkman (1984) är kunskap och erfarenhet resurser som påverkar individens upplevda förmåga att tolka och hantera hot. Även Kolb (1984) betonar att erfarenhet är centralt i inlärningsprocessen. Lärandet betraktas som en process där kunskap skapas genom omvandling av erfarenhet för att utveckla sina kompetenser (Kolb, Boyatzis & Mainemelis, 2001).

Enligt Monteiro och Almeida (2015) råder det generell konsensus att arbetslivserfarenhet positivt influerar en mer lyckad övergång mellan studier och arbete. Arbetslivserfarenhet har stor inverkan på den individuellt upplevda anställningsbarheten, dels genom påverkan av individens självförtroende och dels genom ökad tro på de egna kompetenserna inför övergången från studier till arbete (Jackson, 2016). Berntson och Marklund (2007) skriver att en individ som ser sig själv som anställningsbar kommer tro att det är relativt enkelt att få en anställning och upplever då större välbefinnande. Kompetenser som bidrar till anställningsbarhet används enligt Helyer och Lee (2014) på olika sätt och varierar mellan olika områden. Dessa områden kan till exempel innebära kompetens för införskaffandet av ett jobb, kompetens som behövs för att effektivt kunna genomföra ett jobb samt specifika och subjektiva kompetenser. Enligt Berntson, Sverke och Marklund (2006) är avgörande faktorer för uppfattningen av den egna anställningsbarheten bland annat utbildning och

arbetslivserfarenhet. Berntson et al. (2006) utgår ifrån humankapitalteorin som fokuserar på individens resurser och de investeringar som görs för att öka dessa, till exempel genom utbildning. De som inte vidareutbildar sig tvivlar till en högre grad på den egna förmågan att skaffa arbete till skillnad från de som har en vidareutbildning (Bandura, 1997).

Tidigare forskning

Tidigare forskning har omfattat både observationella och experimentella studier. Fem olika studier har identifierats från Tyskland, Sverige, Portugal samt en studie med respondenter från både Australien och England.

I Tyskland gjorde Pinquart, Juang och Silbereisen (2003) en studie med ungdomar i åldrarna 12 - 15 år. Studien visade bland annat att hög self-efficacy kan förbereda ungdomar inför en mer lyckad övergång mellan studier och arbetsliv, efter avslutat lärlingsprogram. Vidare visade studien att sannolikheten för att ungdomar med hög self-efficacy skulle vara arbetslösa efter avslutade studier var lägre än för de med låg self-efficacy. Det är värt notera att i Pinquarts et al. (2003) studie mättes self-efficacy på ungdomar, när intresset var att se hur unga vuxna klarar av steget mellan studier och arbetsliv först vid 20-års ålder.

Svensk forskning vid Linnéuniversitetet (2015) avsåg mäta vilka utmaningar som engagerade ungdomar mest. I studien mättes bland annat åsikter och attityder gentemot utmaningar som arbetslöshet och bostadsbrist. Målpopulationen var unga vuxna mellan åldrarna 18-25 år. Resultatet påvisade en utbredd oro hos ungdomar inför framtiden. Av respondenterna i studien angav 42 % att de var oroliga inför framtiden och de tre största orosmomenten som rapporterades var arbete, bostad och miljö. Av respondenterna svarade 88 % att de ansåg arbetslöshet var ett stort problem för samhället i sin helhet, medan 27 % angav att de var oroliga för att själva bli arbetslösa. Av de som angav att de kände en oro inför arbetslöshet så angav 33 % att den främsta orsaken till oron var rädslan för att inte hitta ett arbete överhuvudtaget.

Ytterligare svensk forskning vid Mälardalens högskola (2009) åsyftade att undersöka studenters syn på sin framtida plats på arbetsmarknaden och om de var oroliga för arbetslöshet. En webbaserad enkät skickades ut till studenter i hela Sverige, från såväl högskola som universitet, med över tusen enkäter insamlade. Respondenterna var från 19 år och uppåt, varav 71 % kvinnor och 29 % män. Resultatet visade att 30 % angav att de kände en stark oro inför framtiden och deras arbetsmöjligheter och 17 % trodde sig ha liten chans till arbete inom sitt område året efter examen.

I en portugisisk studie ville Monteiro och Almeida (2015) bland annat ta reda på vilken roll arbetslivserfarenhet har hos studenter för att hantera övergången mellan universitet och arbete. De undersökte fyra olika grupperingar av studenter som (1) rapporterade att de hade ett arbete vid sidan av studierna kontra de som inte hade ett arbete, (2) de som rapporterade att de hade arbetslivserfarenhet kontra de som inte hade det, (3) de som hade övriga meriterande erfarenheter kontra de som inte rapporterade detta samt (4) de som trodde sig ha svårigheter vid övergången mellan studier och arbete, likväl som de som inte trodde sig ha några svårigheter. Resultatet visade bland annat att de individer som rapporterade att de hade arbete vid sidan av studierna upplevde större kontroll. Vidare kom Monteiro och Almeida (2015) fram till att de som upplevde minst oro inför övergången mellan studier och arbete var de som hade ett arbete vid sidan av studierna.

I en brittisk-australisk studie av Jackson och Wilton (2017), som undersökte hur arbetslivserfarenhet påverkar universitetsstudenters egenupplevda anställningsbarhet, rapporterades det att studenter i allmänhet har en relativt hög tro på deras egen anställningsbarhet. Detta menar Jackson och Wilton (2017) kan bero på uppfattningen att det är investeringar i humankapitalet som avgör huruvida individen får en anställning efter sina studier eller ej. Jackson och Wilton (2017) rapporterade att det var de som arbetade vid sidan av studierna som upplevde en större tro på den egna anställningsbarheten.

Syfte och frågeställningar

Syftet med denna studie är att undersöka sistaårsstudenter på universitetet och deras oro inför framtiden, där oro specifikt avser oro inför inträdet på arbetsmarknaden. Vidare undersöks om denna oro kan härledas till egenskapsångest och/eller generell self-efficacy. Denna undersökning avser att besvara tre specifika forskningsfrågor och därvid förväntas öka kunskapen om:

- Hur stor andel av sistaårsstudenter vid universitetet upplever en oro inför framtida arbete och vilka känslor hyser de inför framtiden?
- Hur starkt är sambandet mellan studenters egenupplevda oro inför framtida arbetsliv och generell self-efficacy och egenskapsångest?
- Upplever personer med tidigare branschfarenhet mindre oro inför framtiden än de utan branschrelaterad erfarenhet?

Metod

Deltagare

Den målpopulation som studien avser att yttra sig om är sistaårsstudenter vid universitetet. Demografisk data presenteras i tabell 1. Stickprovet består av 93 personer med en medelålder på 24 år (SD=0,97). Av respondenterna var 56 personer män, 33 personer kvinnor och fyra personer önskade ej ange kön.

Tabell 1. Demografisk översikt av 93 deltagare.

	N	%	Relevant erfarenhet Ja (N=22)		Relevant erfarenhet Nej (N=70)	
			N	%	N	%
Åldersgrupper						
19-21 år	7	7,5	3	13,6	4	5,7
22-24 år	44	47,3	9	40,9	35	50
25-27 år	29	31,2	10	45,5	18	25,7
28-30 år	7	7,5	0	0	7	10
30 år <	6	6,5	0	0	6	8,6
Kön						
Man	56	60,2	9	40,9	46	65,7
Kvinna	33	35,5	12	54,5	21	30
Önskar ej ange	4	4,3	1	4,5	3	4,3
Aktuell studienivå						
Grundnivå	7	7,5	0	0	7	10
Kandidatnivå	47	50,5	11	50	35	50
Magisternivå	3	3,2	1	4,5	2	2,9
Masternivå	36	38,7	10	45,5	26	37,1
Arbete vid sidan av studier						
Ja	50	53,8				
Nej	43	46,2				

Instrument

En egenutformad enkät baserad på både etablerade skalor och egna frågor användes. Enkäten består av frågor med fasta svarsalternativ, öppna svarsalternativ samt frågor där

deltagarna skulle rangordna sina svar. De totalt 37 frågorna var uppdelade under olika teman beträffande deskriptiva frågor samt frågor som mäter oro inför framtiden, self-efficacy, egenskapsångest och tidigare arbetslivserfarenhet. Sammanlagt användes 30 frågor vid dataanalys.

Demografi. Första delen av enkäten består av egenkonstruerade frågor (se appendix 2) där respondenten ombads att besvara frågor gällande sin utbildning. I den avslutande delen av enkäten ombads respondenten att uppge ålder och kön.

Oro inför framtiden och arbetslivserfarenhet. En fråga (nummer 13, se appendix 2) från enkäten Jobbiga tankar (Bergström, 2015) användes vid dataanalys. Fråga 15 (se appendix 2) är egenkonstruerad.

Tre egna frågor skapades (16-18, se appendix 2), med inspiration från Zaleskis Future Anxiety Scale (1996), och användes som en skala för att mäta oro inför individens framtid på arbetsmarknaden. Den lägsta poängen som kunde uppnås var tre poäng och den högsta tolv poäng. Cronbach's alpha-nivån på denna skala uppmättes till 0,76. Resterande fem frågor under denna rubrik är egenkonstruerade (fråga 7-8 användes vid analys, se appendix 2) och användes för att kategorisera studenterna utifrån deras erfarenhet på arbetsmarknaden.

Generell self-efficacy. Tio frågor från "The Swedish Version of the General Self-Efficacy Scale" användes (Koiskinen, Schwarzer & Jerusalem, 1999). Frågorna avser mäta en individs optimism och självförtroende när denne ställs inför svåra krav i livet. Skalan är ursprungligen utvecklad år 1981 av Matthias Jerusalem och Ralf Schwarzer och är en välanvänd skala som översatts till 32 olika språk (General Self-Efficacy Scale (GSE), u.å).

De tio frågorna besvarades på en fyrgradig skala: "Tar helt avstånd" (ger ett poäng), "Tar delvis avstånd" (ger två poäng), "Instämmer delvis" (ger tre poäng) och "Instämmer helt" (ger fyra poäng). I denna studie summerades de tio frågorna enligt manualen till en indexpoäng (10-40 poäng) där en hög poäng representerar en högre grad av generell self-efficacy. Cronbach's alpha-nivån på denna skala uppmättes till 0,81.

Egenskapsångest. Sju frågor från delskalan Psychic Trait Anxiety i enkäten "Swedish Universities Scales of Personality" (Gustavsson, Bergman, Edman, Ekselius, von Knorring & Linder, 2000b) användes. Frågorna avser mäta en individs egenskapsångest och berör oro, förväntan och brist på självförtroende (Gustavsson, Bergman, Edman, Ekselius, von Knorring & Linder, 2000a).

De sju frågorna besvarades utifrån svarsalternativen "Stämmer inte alls" (ger en poäng), "Stämmer inte särskilt bra" (ger två poäng), "Stämmer ganska bra" (ger tre poäng) och "Stämmer precis" (ger fyra poäng). I denna studie summerades poängen från de sju frågorna

genom summering av varje respondents enskilda item som sedan divideras med antalet ingående item. Den lägsta summan som kunde uppnås var sju poäng och den högsta summan 28 poäng (Gustavsson et al., 2000b). Cronbach's alpha-nivån på denna delskala uppmättes till 0,75.

Design och procedur

Studien utformades som en enkätbaserad tvärsnittundersökning. För att säkerställa kvalitén i enkäten gjordes en mindre pilotstudie som skickades ut till tio personer. För att samla in data användes ett bekvämlighetsurval. Enkäten delades ut vid skilda tillfällen på Lunds universitet på olika uppsamlingsplatser: Eden vid Statsvetenskapliga institutionen, Språk- och Litteraturcentrum, Humanist- och teologcentrum LUX, Lunds tekniska högskola samt Ekonomacentrum. En urvalsfråga ställdes till förbipasserande gällande om de hade ett år eller mindre kvar av sina studier. De som svarade "ja" på frågan blev tillfrågade om de ville delta i en undersökning. Enkäten distribuerades i pappersform och respondenten lämnades för att kunna fylla i enkäten ostört. Trots urvalsfrågan så var det sex respondenter som inte uppfyllde inklusionskriterierna och en respondent fick plockas bort på grund av interna svarsbortfall. Således har svar från 93 respondenter använts med individuella bortfall på enstaka items.

Etik

I enlighet med etiska riktlinjer har deltagarna blivit informerade om frivillighet, möjligheten att kunna avbryta samt en garanterad anonymitet. Denna information, tillsammans med studiens syfte och hur insamlad data kommer användas och presenteras, erhöles genom enkätens försättsblad (se appendix 1). Den insamlade datan presenteras i grupp och kommer därmed inte kunna härledas tillbaka till enskild individ. Vid hantering av rådata kommer endast uppsatsens skribenter och eventuellt handledare ta del av materialet.

Dataanalys

Datorprogrammet IBM SPSS Statistics användes för att analysera data och en tvåsidig signifikansnivå av $p < 0,05$ anammades.

På samtliga tre skalor: oro inför framtiden, generell self-efficacy och egenskapsångest skapades en total variabel för mätning av respektive skala. Den interna konsistensen uppskattades på samtliga tre skalor, oro inför framtiden, generell self-efficacy och egenskapsångest, genom mätning av Cronbach's alpha-nivå. Antaganden om normalfördelning kontrollerades genom Kolmogorov-Smirnovs test och genom visuell inspektion av histogram.

Skalorna som mätte generell self-efficacy och egenskapsångest var båda normalfördelade. Däremot var skalan oro inför framtiden inte normalfördelad. Utifrån rekommendationer att transformera data (Pallant, 2016) gjordes detta både med tekniken squared-root och logarithm men fördelningen var fortfarande delvis skev.

Preliminära analyser av data visade att det inte var markanta skillnader i resultatet vid användning av icke-parametriska- respektive parametriska tester och beslutet att utgå från parametriska tester fattades. Sambandsanalyserna mättes med Pearsons r och t-test användes vid gruppjämförelser, trots lite skev fördelning i ena skalan. T-test är robusta för avvikelser i normalfördelningen (Berg & Westerlund, 2012).

Resultat

Oro inför framtida arbete och känslor inför framtiden

En frekvensanalys gjordes för att beskriva hur många som upplevde oro inför sin framtid på arbetsmarknaden. Deltagarna (N=93) hade ett medelvärde på upplevd oro inför framtiden på $M=6,16$ med en standardavvikelse på $SD=2,44$ ($Mdn=6$, $Q1=4$ och $Q2=8$). På frågan “Min framtid på arbetsmarknaden känns osäker” svarade 34,4 % (N=32) att de instämde helt eller instämde delvis. På frågan “Jag är orolig för att jag inte kommer vara uppskattad i min framtida yrkesprofession” svarade 25,8 % (N=24) att de instämde helt eller delvis. På frågan “Jag känner mig orolig över att jag inte ska få arbete efter mina studier” svarade 38,8 % (N=36) att de instämde helt eller delvis. För överblick av medelvärde och standardavvikelse för samtliga frågor inom skalan se tabell 2.

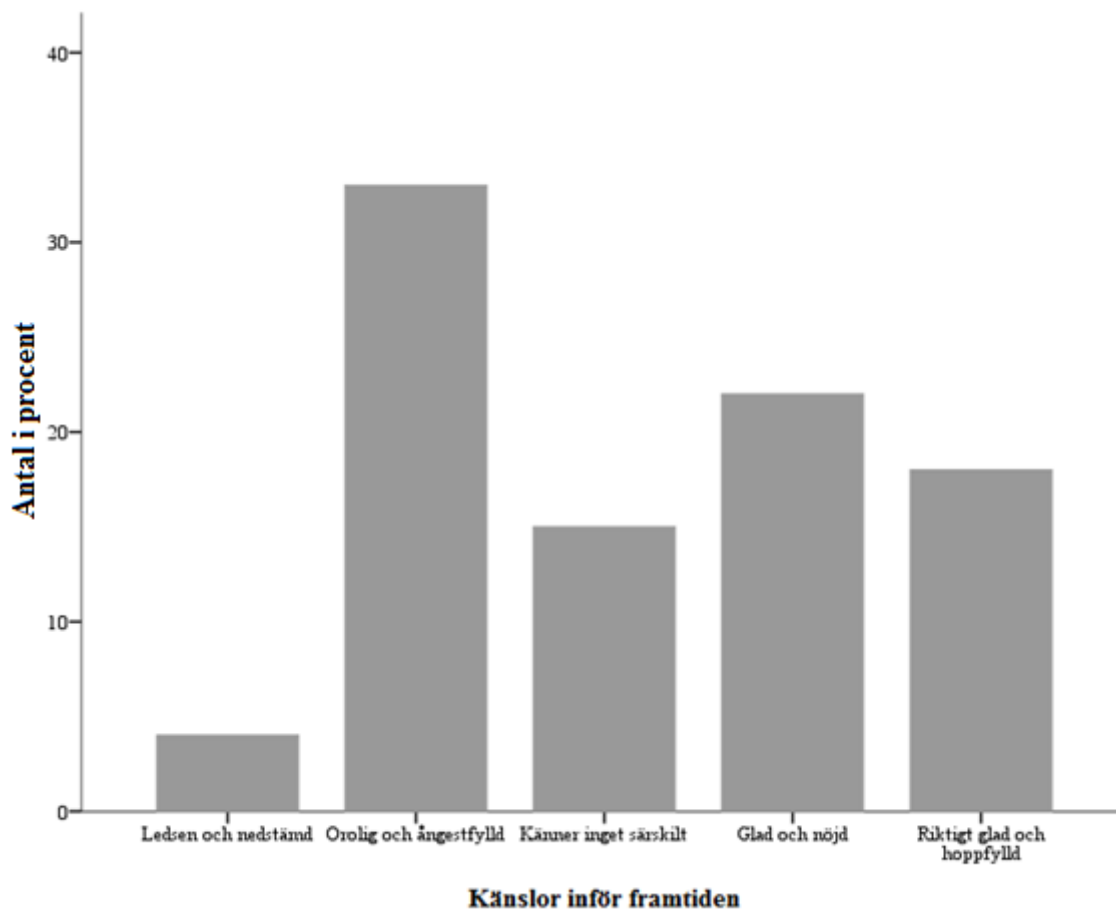
Vidare gjordes en frekvensanalys för att skildra känslor i förhållande till synen på framtiden, som en del för att besvara uppsatsen första forskningsfråga. För resultat gällande huruvida framtiden fick respondenterna att känna sig se figur 1.

Ytterligare en frekvensanalys gjordes för att beskriva hur stor sannolikhet respondenterna trodde det var att de skulle få arbete inom önskad bransch efter avslutade studier och kopplas senare till nivåer av self-efficacy. I deltagarnas (N=92) skattning av sannolikheten att få arbete inom önskad bransch efter avslutade studier valde ingen av respondenterna svarsalternativet osannolikt, 15,2 % (N=14) trodde det var mindre sannolikt, 44,6 % (N=41) angav det vara sannolikt och 40,2 % (N=37) trodde det var mycket sannolikt.

Tabell 2. Oro inför framtiden. Översikt av M och SD hos deltagarna (N=93).

	N	%	M	SD
Oro inför framtiden (total)	93		6,16	2,44
Min framtid på arbetsmarknaden känns osäker.			2,15	1,00
Tar helt avstånd	29	31,2		
Tar delvis avstånd	32	34,4		
Instämmer delvis	21	22,6		
Instämmer helt	11	11,8		
Jag är orolig för att jag inte kommer vara uppskattad i min framtida yrkesprofession.			1,91	0,91
Tar helt avstånd	37	39,8		
Tar delvis avstånd	32	34,4		
Instämmer delvis	19	20,4		
Instämmer helt	5	5,4		
Jag känner mig orolig över att jag inte ska få arbete efter mina studier.			2,10	1,05
Tar helt avstånd	37	39,8		
Tar delvis avstånd	20	21,5		
Instämmer delvis	26	28		
Instämmer helt	10	10,8		

Figur 1. Histogram över upplevda känslor inför framtiden.



Sambandsanalyser oro inför framtiden, generell self-efficacy och egenskapsångest

I skattningen av generell self-efficacy hade respondenterna (N=91) ett medelvärde på $M=31$ med en standardavvikelse på $SD=0,43$. I skattningen av uppskattad egenskapsångest hade deltagarna (N=92) ett medelvärde på $M=13,96$ med en standardavvikelse på $SD=0,40$.

För att besvara uppsatsen andra forskningsfråga gjordes, i enlighet med Pallants (2016) rekommendationer, ett punktsvärmsdiagram för att se samband mellan oro inför framtiden och self-efficacy samt oro inför framtiden och egenskapsångest. Två korrelationsanalyser gjordes då samband kunde urskiljas ur diagrammen för att mäta Pearsons r . En korrelationsanalys undersökte sambandet mellan oro inför framtiden och generell self-efficacy och resultatet ($r(91)=0,29$, $p=0,006$) visade ett svagt samband utifrån Cohens riktlinjer gällande styrka i en korrelation (Pallant, 2016). En korrelationsanalys av samma karaktär och tillvägagångssätt gjordes för variablerna oro inför framtiden och egenskapsångest där Pearsons korrelationskoefficient var $r(92)=0,32$ med en signifikansnivå på $p=0,002$. Utifrån Cohens rekommendationer var det ett medium starkt samband (Pallant, 2016).

Ett punktsvärmsdiagram gjordes för att se eventuella samband mellan de två normalfördelade skalorna generell self-efficacy (N=91) och egenskapsångest (N=90) samt dess

riktning. Ett linjärt samband med negativ riktning kunde urskiljas. En korrelationsanalys utfördes och hade en Pearsons korrelationskoefficient på $r(90)=-0,53$ med en signifikansnivå på $p<0,001$. Detta indikerade på ett starkt samband enligt Cohens rekommendationer (Pallant, 2016).

Gruppjämförelser oro inför framtiden och branscherfarenhet

En frekvensanalys gjordes för att beskriva hur många som hade erfarenhet av branschen (se tabell 1), för att kunna förklara huruvida branschrelaterad arbetslivserfarenhet kan bidra till mindre oro inför arbetslivet. För att mäta skillnader mellan de som rapporterade arbete inom relevant bransch och de som inte arbetade inom relevant bransch gjordes en gruppjämförelse genom ett t-test.

Av respondenterna rapporterade 23,9 % (N=22) erfarenhet av en bransch kopplad till sina studier och 76,1 % (N=70) rapporterade att de inte hade det. Ett t-test för oberoende variabler användes och det fanns en signifikant skillnad ($t(90)=-2,88$, $p=0,005$, tvåsidig) i grad av rapporterad oro inför framtiden mellan de med erfarenhet av branschen ($M=4,90$, $SD=2,24$) och de utan erfarenhet av branschen ($M=6,57$, $SD=2,39$). Den grupp med relevant erfarenhet hade i genomsnitt $M\Delta=-1,66$ poäng lägre i oro inför framtiden, KI 95 % = -2,81 - 0,52. Effektstorleken ($\eta^2=0,07$) räknas som medelstor enligt Cohens riktlinjer (Pallant, 2016).

Diskussion

I denna studie undersöktes hur stor andel av sistaårsstudenter på universitet som angav att de upplever en oro inför sitt inträde på arbetsmarknaden samt vilka känslor de hyser inför framtiden. Vidare undersöktes om denna oro kan härledas till egenskapsångest och/eller generell self-efficacy samt huruvida erfarenhet från relevant arbete, som matchar studierna, kan påverka graden av upplevd oro inför sin framtid på arbetsmarknaden. Nedan diskuteras resultaten utifrån valda teorier och tidigare forskning.

Oro inför framtida arbete och känslor inför framtiden

På frågan huruvida respondenten upplever att sin framtid på arbetsmarknad känns osäker svarade en tredjedel att de instämde helt eller delvis med detta påstående. Vidare på frågan gällande om respondenten var oroliga över att inte få arbete efter avslutade studier instämde mer än en tredjedel helt eller delvis med detta påstående. Både Zaleski (1996), Bandura (1997) samt Lazarus och Folkman (1984) utgår från kognitiva processer vid

uppfattningen av hot och hur dessa kommer påverka individens välmående. En individs framtid på arbetsmarknaden samt den egna tron på att kunna få arbete efter avslutade studier kan vara moment som upplevs som hot hos sistaårsstudenter på universitetet. Vad som kan vara en anledning till att majoriteten av deltagarna i denna studie inte verkar se detta som ett hot kan vara de resurser de anser sig ha för att hantera hotet. I denna studie angav majoriteten att det var sannolikt eller mycket sannolikt att de har förmågan att skaffa arbete inom önskad bransch efter avslutade studier, vilket tyder på en hög och mer specifik self-efficacy riktad mot detta hot. Respondenterna kan måhända anse sig investera i sitt humankapital (Berntson et al., 2006), dels genom utbildning eller dels genom utbildning och arbetslivserfarenheter. Enligt Bandura (1997) är de som investerat i en vidareutbildning inte lika oroliga för övergången mellan studier och arbete som de som inte har gjort det, vilket skulle kunna förklara varför majoriteten inte känner sig så oroliga inför arbetslivet. Vidare skriver Berntson och Marklund (2007) att de som ser sig själva som redo för en anställning kommer att se det som relativt enkelt att få ett arbete och upplever i sin tur ett större välbefinnande. Utifrån denna teori kan det således vara så att de som rapporterat att de tror på sin förmåga att få arbete efter avslutade studier anser sig ha de resurser, i detta fall lämpliga kompetenser, som de tror krävs för att i framtiden kunna få ett arbete inom önskad bransch.

Totalt angav en tredjedel av deltagarna att de känner sig oroliga och ångestfyllda när de tänker på framtiden. Utifrån Zaleskis (1996) teori gällande framtidsångest kan en individ se på framtiden utifrån ett positivt eller negativt synsätt. Utifrån de svarsalternativ som gavs gällande hur framtiden får respondenterna att känna sig kan dessa delas in i tre kategorier. Det svarsalternativ där deltagarna kunde ange "glad och nöjd" samt "riktigt glad och hoppfull" kan utgöra en kategori som ser positivt på framtiden medan svarsalternativet "känner inget särskilt" kan vara neutralt och "ledsen och nedstämd" samt "orolig och ångestfylld" är ett negativt synsätt. Resultatet i denna studie visade att fyra av tio rapporterade en positiv syn på framtiden, cirka två av tio hade en neutral syn och fyra av tio rapporterade en negativ. Liknande resultat kunde urskiljas i undersökningen som utfördes för Linnéuniversitet (2015) där andelen som angav att de kände sig oroliga inför framtiden var något högre än i denna studie. I samma studie angavs andra faktorer som bakomliggande för oro inför framtiden, vilket är faktorer som inte mäts i denna studie. Det kan således ligga mer än oro inför sin framtid på arbetsmarknaden bakom denna studies resultat där mer än en tredjedel rapporterade oro och ångest när de tänker på sin framtid. I studien som utfördes vid Mälardalens högskola (2009) angav cirka två av tio att de trodde sig ha liten chans till arbete inom ett år efter avslutade studier. I denna studie var

siffran större då fyra av tio instämde, eller instämde delvis, att de kände oro inför att inte få arbete efter avslutade studier.

Sambandsanalyser oro inför framtiden, generell self-efficacy och egenskapsångest

Resultatet visade ett svagt samband mellan oro inför framtiden och generell self-efficacy. Bandura (1997) hävdar att de med hög self-efficacy inte påverkas av motgångar i samma utsträckning som de med lägre self-efficacy. Om oro inför framtiden upplevs som en motgång skulle det innebära att de med högre self-efficacy inte hotas av detta i samma utsträckning. Å ena sidan rapporterades det i denna studie en relativt hög generell self-efficacy men å andra sidan så var sambandet mellan generell self-efficacy och oro inför framtiden svagt. Detta skulle kunna betyda att generell self-efficacy kanske inte är en indikator på hög- respektive låg oro inför framtiden. Däremot visar tidigare studier att hög self-efficacy bidrar till en mer lyckad övergång mellan studier och arbete (Pinquart et al., 2003). Côté et al. (2006) hävdar att arbetssökande med hög self-efficacy deltar i ett mer intensivt arbetssökande och Saks och Ashforth (1999) menar att graden av en individs self-efficacy påverkar huruvida individen får ett arbete eller inte. I dessa tidigare studier har self-efficacy mätts som mer specifik, istället för generell. Eventuellt skulle starkare samband kunna utläsas mellan oro inför framtiden på arbetsmarknaden och self-efficacy om den self-efficacy som mätts var mer specifikt kopplat till arbetssökande.

Korrelationen mellan variablerna oro inför framtiden och egenskapsångest var svag. Då egenskapsångest specifikt mäter känslor av oro och ängslan (Spielberger et al., 1983, refererat i Persson, 2002) hade ett starkare samband förväntats. Vidare kan resultatet tolkas som att oro inför framtiden inte upplevs exklusivt hos dem som redan har en personlighet benägen till att känna ångest. Således kan det finnas andra aspekter av personligheten som påverkar oro inför framtiden. McCrae (2010) menar att egenskapsångest endast är en liten del av personligheten snarare än en egenskap som utgör individens personlighet. Det skulle följaktligen kanske krävas att mäta personlighet ur ett bredare perspektiv för att kunna uttala sig kring huruvida oro inför framtida arbetssituation beror på en individs personlighet eller inte.

Mellan generell self-efficacy och egenskapsångest påvisade resultatet en stark korrelation. Larson och Borgen (2006) argumenterar för att personlighet föregår self-efficacy, det vill säga att graden av self-efficacy beror på individens personlighet. Detta kan antyda att generell self-efficacy och egenskapsångest korrelerar av just den anledningen att graden av self-efficacy är beroende av individens personlighet. Däremot är det viktigt att påpeka att då detta är en tvärsnittsstudie kan det inte dras några slutsatser gällande orsak och verkan.

Gruppjämförelser oro inför framtiden och branschrelaterad erfarenhet

Medelvärde för graden av upplevd oro inför framtiden var lägre för den grupp som hade relevant branschrelaterad erfarenhet kopplat till sina studier ($M\Delta = -1,66$). Kolb et al. (2001) lägger tyngd vid att kunskap skapas genom omvandling av erfarenheter. Jackson (2016) betonar även att just arbetslivserfarenhet har en stor inverkan på individens uppfattning av den egna anställningsbarheten. Detta då arbetslivserfarenhet påverkar individens självförtroende men även tron på de egna kompetenserna som krävs vid övergången mellan studier och arbete. Genom investeringar i humankapital i form av kompetenser och relevant arbetslivserfarenhet (Berntson et al., 2006) kan individen uppleva att det är relativt enkelt att få en anställning (Berntson & Marklund, 2007).

I Jackson och Wiltons (2017) studie redogjordes för att universitetsstudenter inte känner en speciellt stor oro inför övergången mellan studier och arbete och att de har en relativt hög tilltro på den egenupplevda anställningsbarheten. Jackson och Wilton (2017) hävdar att detta skulle kunna bero på universitetsstudenters investeringar i det egna humankapitalet och att investeringar av relevanta kompetenser kan bidra till en känsla av att vara anställningsbar (Berntson et al., 2006). Jackson och Wilton (2017) rapporterade även att de universitetsstudenter med ett arbete vid sidan av studierna hyste en större tilltro till sin egna anställningsbarhet. Resultatet stämmer inte helt överens med utfallet i denna studie då mer än en tredjedel rapporterade en oro att de inte skulle få arbete efter avslutade studier. Däremot visar resultatet att de som hade branschrelaterad arbetslivserfarenhet upplever mindre oro inför framtiden. Även Monteiro och Almeidas (2015) studie påvisar att de som upplever minst oro inför övergången mellan studier och arbete är de som har arbete vid sidan om studierna.

Styrkor och svagheter

Urval. Urvalets representativitet har till viss mån kunnat kontrolleras. Inga större avvikelser kan urskiljas i urvalet vad gäller ålder, kön och studienivå i förhållande till de som rapporterat relevant arbetslivserfarenhet (se tabell 1). Vidare kan det finnas andra variabler som skulle kunna påverka resultaten men dessa har bedömts som icke-kontrollerbara i denna studie.

Enkät. Då inga färdigkonstruerade och standardiserade enkäter, som mäter samtliga aspekter tänkta att mäta i denna studie, kunde identifieras designades en egen enkät. Enkäten skulle kunna beskrivas som delvis en modifierad enkät och delvis en hybridenkät enligt Switzer, Wisniewski, Belle, Dew och Schultz (1999). Delar av SSP-enkäten (Gustavsson et al., 2000b) och frågor från enkäten "Jobbiga tankar" (Bergström, 2015) har använts. Vad som skulle kunna berättiga denna typ av modifiering är enligt Switzer et al. (1999) när originalenkäten är för lång

för att mäta vad den nya forskningen avser att mäta eller då frågorna kan upplevas som oklara eller inte vara anpassade efter den valda populationen i studien. En fördel som anges med detta tillvägagångssätt är att en klarhet i frågorna kan säkerställas då dessa har använts tidigare och genererat i ett resultat.

Enkäten är till viss mån även en hybrid, det vill säga att det tagits redan färdiga skalor samt egenkonstruerade frågor för att sedan kombinera dessa (Switzer et al., 1999). Två färdiga skalor, Psychic Trait Anxiety i SSP-skalan (Gustavsson et al., 2000b) och General Self-Efficacy Scale (Koiskinen et al., 1999), har använts utan att de modifierats. Dessa två skalor har i sin tur, tillsammans med egenkonstruerade frågor, skapat en ny enkät. Att använda en hybridenkät är försvarbart då en enda skala inte själv kan mäta fenomenet (Switzer et al., 1999). Trots de negativa aspekter som medföljer en egenkonstruerad enkät är det i många fall oundvikligt. Många enkäter mäter ett specifikt fenomen och kan sällan användas i andra studier utan att modifieras (Switzer et al., 1999). Utifrån detta argument kan valet av instrument i denna studie anses berättigat för att mäta det som avses att mätas.

En styrka i processen vid skapandet av enkäten är att en mindre pilotstudie genomfördes. Återkoppling på frågornas begriplighet och enkätens struktur efterfrågades för att sedan, innan datainsamling, korrigeras och förbättras.

Efter redan insamlad data, upptäcktes det att det hade varit bra med en fråga om respondenten haft praktik under sina studier och/eller om de hade relevant erfarenhet sedan tidigare. Det kan antas att de som haft praktik eller tidigare arbetat inom relevant bransch skulle kunna känna sig mer förberedda inför arbetslivet då de redan fått erfarenhet av branschen kopplad till deras studier.

Reliabilitet, validitet och generaliserbarhet. Två av de tre skalor som använts i denna studie, generell self-efficacy och egenskapsångest, är väletablerade skalor vilket stärker reliabiliteten och validiteten. På alla tre skalor, total oro inför framtiden, total generell self-efficacy och total egenskapsångest, har Cronbach's alpha-nivån kontrollerats och samtliga tyder på en hög intern konsistens då alla har ett Cronbach's alpha värde på över 0,7 (Pallant, 2016).

Vad gäller den egenutformade skalan som avser att mäta studenters oro inför sin framtid på arbetsmarknaden kan denna riskera reliabiliteten och validiteten i mätinstrumentet då skalan inte tidigare har testats. Exempelvis kan innehållsvaliditeten i instrumentet inte säkerställas då enkäten i sin helhet hade behövts kontrolleras för fler gånger (Aron, Aron & Coups, 2014). Då det inte identifierats ett tidigare instrument med avsikt att mäta samma fenomen som i denna studie finns inga tidigare resultat att jämföra med som skulle kunna stärka kriterievaliditeten (Aron et al., 2014). Däremot har framtidsoro hos studenter tidigare mätts (Linnéuniversitetet,

2015; Mälardalens högskola, 2009) där resultaten överensstämmer med denna studies resultat. Det indikerar på att skalan som använts i denna studie, gällande oro inför ens framtid på arbetsmarknaden, mäter det som avser mätas.

Generaliserbarheten i denna studie hade kunnat vara högre genom att studenter från fler universitet och högskolor hade inkluderats i urvalet. Vad som talar för att studien kan vara generaliserbar till sistaårsstudenter på universitet i Sverige är att urvalet är relativt stort och att urvalet till viss mån är randomiserat genom att specifika studentgrupper inte valdes ut (Aron et al., 2014).

Etiska aspekter. Då enkäten innehåller frågor som behandlar deltagarnas uppskattning av sin egenupplevda ångest skulle detta kunna anses vara ett känsligt ämne. Huruvida ämnet kan uppfattas som känsligt eller ej är en aspekt att ta med i beaktande vid insamling av data. Eftersom graden av tillfällig ångest faktiskt inte mäts, utan endast benägenhet till att känna ångest som ett personlighetsdrag, ansågs det inte finnas några etiska problem vid insamling av denna information. Det innebär att inga speciella åtgärder, förutom garanterad anonymitet för samtliga respondenter, vidtogs för att hantera känsligt material.

Vidare forskning

Det har i denna studie påvisats att studenter upplever en oro inför sin framtid på arbetsmarknaden. För att kunna dra slutsatser om varför studenter känner denna oro samt hur denna oro kan minskas krävs vidare forskning. Det hade varit av intresse att utveckla studier, där även andra orosfaktorer studeras, för att bidra till en större förståelse av oron hos unga. Vidare kan det vara av samhällsnytta att undersöka konsekvenserna av oro och ångest hos unga vuxna. Om fler resurser och mer tid tillhandahålls kan en liknande studie, med ett större urval från fler universitet och högskolor, komplettera denna studie. Undersökningen hade även kunnat utökas med intervjuer för en mer djupgående förståelse.

Det hade även varit av intresse att undersöka om studenters oro inför sin framtid på arbetsmarknaden kan härledas till mer specifik arbetsrelaterad self-efficacy, istället för generell self-efficacy som mättes i denna studie.

Fler studier kring upplevd oro inför entrén på arbetsmarknaden skulle kunna utveckla tillvägagångssätt för hur olika institutioner, såsom universitet, kan hjälpa unga vuxna att bli mer förberedda inför framtiden och hantera eventuell oro. Vidare kan framtida forskning motivera en debatt gällande till vilken grad universitetet bör vara yrkesförberedande. Det har använts en del kurser i andra länder med avsikt att öka studenters beredskap inför arbetslivet (Rayner & Papakonstantinou, 2015) och att öka studenters self-efficacy inför arbetssökandet efter

avslutade studier (Hazenberg, Seddon & Denny, 2015). Att utveckla liknande kurser i Sverige skulle kunna förbereda studenter inför övergången mellan studier och arbetsliv för att i sin tur minska den oro som finns hos unga vuxna idag.

Det är nödvändigt och av största vikt att forskningen kring oro hos studenter fortsätter. Detta för att, med hjälp av de resultat som framtida studier kan frambringa, kunna förändra och förbättra, samt minska oro inför studenters stora entré på arbetsmarknaden.

Slutsats

Resultatet i studien visar att mer än en tredjedel av sistaårsstudenter på universitetet upplever oro och ångest inför framtiden. Vidare har det i denna studie konstaterats att nästan tre av tio känner en oro över att de inte ska få arbete efter avslutade studier. De med relevant branscherfarenhet kopplat till sina studier rapporterade mindre oro än de utan. Slutligen har det i denna studie konstaterats att oro inför framtiden inte är exklusivt för individer med en ångestbenägen del av personligheten eller de med låg self-efficacy.

Resultatet i denna studie visar att oro inför framtiden är något som upplevs hos sistaårsstudenter på universitetet idag, vilket kan ses som ett problem såväl för individen som för samhället. Även om studien är av mindre omfattning och inga generella slutsatser kan dras utifrån resultaten så har ett allvarligt problem uppmärksamats. För att minska denna oro hos sistaårsstudenter på universitetet krävs vidare forskning för att kunna identifiera orsakerna bakom, likväl som möjliga åtgärder till problemet.

Referenser

- Aron, A., Aron, E. & Coups, E. (2014). *Statistics for Psychology* (6. uppl.). Boston: Pearson.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: the exercise of control*. Basingstoke: W. H. Freeman.
- Berg, E. & Westerlund, J. (2012). *Statistik för beteendevetare*. Malmö: Liber.
- Bergström, L. (2015). *Jobbiga tankar. En rapport om ungas tankar kring framtid, jobb och behovet av vuxenstöd*. Ungdomar AB och Mentor Sverige.
- Berntson, E. & Marklund, S. (2007). The relationship between perceived employability and subsequent health. *Work and Stress*, 21(3), 279-292. Hämtad från <http://eds.a.ebscohost.com.ludwig.lub.lu.se/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=5&sid=30e4fa79-7ba5-475d-b12d-e85ed177e872%40sessionmgr4006>
- Berntson, E., Sverke, M. & Marklund, S. (2006). Predicting perceived employability: Human capital or labour market opportunities. *Economic and Industrial Democracy*, 27(2), 223-244. Hämtad från <http://journals.sagepub.com.ludwig.lub.lu.se/doi/pdf/10.1177/0143831X06063098>
- Calling, S., Midlöv, P., Johansson, S-E., Sundquist, K. & Sundquist, J. (2017). Longitudinal trends in self-reported anxiety. Effects of age and birth cohort during 25 years. *BMC Psychiatry*, 17(119), 1-11. doi: 10.1186/s12888-017-1277-3
- Cervone, D. & Pervin, L.A. (2013). *Personality psychology* (12. uppl.). Hoboken: John Wiley & Sons.
- Côté, S., Saks, A.M. & Zikic, J. (2006). Trait effect and job search outcomes. *Journal of Vocational Behavior*, 68(2), 233-252. doi: 10.1016/j.jvb.2005.08.001
- Ergon, J. (2014). Tre gånger mer psykisk ohälsa bland unga. Hämtad 25 oktober 2017 från SVT Vetenskap:
från <https://www.svt.se/nyheter/vetenskap/tredubblad-psykisk-ohalsa-bland-unga>
- Forsberg, C. & Björvell, H. (1993). Swedish Population Norms for the GHRI, HI and STAI-State. *Quality of Life Research*, 2(5), 349-356. Hämtad från <https://link-springer-com.ludwig.lub.lu.se/content/pdf/10.1007%2F00449430.pdf>
- General Self-Efficacy Scale (GSE). (u.å). Hämtad 20 oktober 2017 från <http://userpage.fu-berlin.de/health/selfscal.htm>
- Gustavsson, J.P. (1997). *Stability and validity of self-reported personality traits: contributions to the evaluation of the Karolinska scales of personality* (Doktorsavhandling). Karolinska Institutet, Institutionen för klinisk neurovetenskap och Institutionen för miljömedicin.

- Gustavsson, J. P., Bergman, H., Edman, G., Ekselius, L., von Knorring, L. & Linder, J. (2000a). Swedish universities Scales of Personality (SSP): construction, internal consistency and normative data. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 102(3), 217-25. Hämtad från <http://eds.a.ebscohost.com.ludwig.lub.lu.se/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=12&sid=30e4fa79-7ba5-475d-b12d-e85ed177e872%40sessionmgr4006>
- Gustavsson, J. P., Bergman, H., Edman, G., Ekselius, L., von Knorring, L. & Linder, J. (2000b). Swedish universities Scales of Personality (SSP) – Manual. Karolinska Institutet & Uppsala Universitet.
- Hazenbergh, R., Seddon, F. & Denny, S. (2015). Programme recruitment and evaluation: the effect of an employability enhancement programme on the general self-efficacy levels of unemployed graduates. *Journal of Education and Work*, 28(3), 273-300. doi: <http://dx.doi.org/10.1080/13639080.2014.900165>
- Helyer, R. & Lee, D. (2014). The Role of Work Experience in the Future Employability of Higher Education Graduates. *Higher Education Quarterly*, 68(3), 348 – 372. doi: 10.1111/hequ.12055
- Jackson, D. (2016). Re-conceptualising graduate employability: the importance of pre-professional identity. *Higher Education Research & Development*, 35(5), 925-939. doi: 10.1080/07294360.2016.1139551
- Jackson, D. & Wilton, N. (2017). Perceived employability among undergraduates and the importance of career self-management, work experience and individual characteristics. *Higher Education Research & Development*, 36(4), 747-762. doi: 10.1080/07294360.2016.1229270
- Kaya, S. & Avci, R. (2016). Effects of cognitive-behavioral-theory-based skill-training on university students' future anxiety and trait anxiety. *Eurasian Journal of Educational Research*, 66, 281-298. doi: <http://dx.doi.org/10.14689/ejer.2016.66.16>
- Kjellberg, B. (2017). *Självrapporterad ångest har ökat kraftigt hos unga*. Hämtad 9 november 2017 från Lunds universitet: <http://www.lu.se/article/sjalvrappporterad-angest-har-okat-kraftigt-hos-unga>
- Koiskinen, M., Schwarzer, R. & Jerusalem, M. (1999). Hämtad 20 oktober 2017 från <http://userpage.fu-berlin.de/%7Ehealth/swedish.htm>
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: experience as the source of learning and development*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

- Kolb, D. A., Boyatzis, R. E. & Mainemelis, C. (2001). Experiential learning theory: Previous research and new directions. I Sternberg, R. J. & Zhang, L.F. (Red.). *The educational psychology series. Perspectives on thinking, learning, and cognitive styles* (ss. 227-247). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Larson, L. M. & Borgen F. H. (2006). Do Personality Traits Contribute to Vocational Self-Efficacy? *Journal of Career Assessment*, 14(3), 295-311. doi: <http://dx.doi.org/10.1177/1069072706286446>
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Linnéuniversitetet. (2015). *Sveriges ungdomar om framtiden; Från YOLO till oro*. Hämtad 10 oktober 2017 från Linnéuniversitetet: https://lnu.se/contentassets/39b4d828ebd14d4db6be77e3a0dfa016/lnu_rapport_yolotilloro.pdf
- Luszczynska, A., Scholz, U. & Schwarzer, R. (2005). The General Self-Efficacy Scale: Multicultural Validation Studies. *The Journal of Psychology*, 139(5), 439-457. Hämtad från <http://eds.a.ebscohost.com.ludwig.lub.lu.se/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=15&sid=30e4fa79-7ba5-475d-b12d-e85ed177e872%40sessionmgr4006>
- McCrae, R. (2010). The Place of the FFM in Personality Psychology. *Psychological Inquiry*, 21(1), 57–64. doi: 10.1080/10478401003648773
- Monteiro, S. & Almeida, L.S. (2015). The relation of career adaptability to work experience, extracurricular activities, and work transition in Portuguese graduate student. *Journal of Vocational Behavior*, 91, 106-112. doi: 10.1016/j.jvb.2015.09.006
- Mälardalens högskola. (2009). *Sveriges studenters syn på framtidens arbetsmarknad*. Västerås: Mälardalens högskola.
- Pallant, J. (2016). *SPSS survival manual: a step by step guide to data analysis using IBM SPSS* (6. uppl.). Maidenhead: Open University Press.
- Persson, R. (2002). *Trait anxiety as a determinant of psychological test results* (Doktorsavhandling). Lunds Universitet, Institutionen för psykologi.
- Pinquart, M., Juang, L. & Silbereisen, R.K. (2003). Self-efficacy and successful school-to-work transition: A longitudinal study. *Journal of Vocational Behavior*, 63(3), 329-346. doi: 10.1016/S0001-8791(02)00031-3

- Rayner, G. & Papakonstantinou, T. (2015). Student perceptions of their workplace preparedness: Making work-integrated learning more effective. *Asia-Pacific Journal of Cooperative Education*, 16(1), 13-24. Hämtad från <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1113532.pdf>
- Saco. (u.å). *Anställningsbarhet*. Hämtad 30 november 2017 från <https://www.saco.se/vara-fragor/arbetsratt/ordlista-om-trygghet-pa-arbetsmarknaden/faq---ordlista-om-trygghet-pa-arbetsmarknaden/anstillningsbarhet/>
- Saks, A.M. & Ashforth, B.E. (1999). Effects of individual differences and job search behaviors on the employment status of recent university graduates. *Journal of Vocational Behavior*, 54(2), 335-349. doi: <http://dx.doi.org/10.1006/jvbe.1998.1665>
- Sidhu, J. (2017, 13 februari). Psykisk ohälsa ökar bland Lunds studenter. *Sydsvenskan*. Hämtad från <https://www.sydsvenskan.se/2017-02-11/psykisk-ohalsa-okar-bland-lunds-studenter>
- Switzer, G. E., Wisniewski, S. R., Belle, S. H., Dew, M. A. & Schultz, R. (1999). Selecting, developing, and evaluating research instruments. *Social Psychiatry & Psychiatric Epidemiology*, 34(8), 399-409. Hämtad från <http://eds.a.ebscohost.com.ludwig.lub.lu.se/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=21&sid=30e4fa79-7ba5-475d-b12d-e85ed177e872%40sessionmgr4006>
- Zaleski, Z. (1996). Future anxiety: Concept, measurement, and preliminary research. *Personality and Individual Differences*, 21(2), 165-174. doi: [http://dx.doi.org/10.1016/0191-8869\(96\)00070-0](http://dx.doi.org/10.1016/0191-8869(96)00070-0)

Appendix 1



LUNDS
UNIVERSITET

Vi heter Johanna Karltorp och Elin Fröjd och skriver nu vår kandidatuppsats i psykologi med inriktning arbets- och organisationspsykologi. Vi är intresserade av studenters väg in på arbetsmarknaden efter avslutad utbildning.

Därför undrar vi nu hur Du, som student, uppfattar dina möjligheter till arbete efter studierna och dina känslor gällande detta.

Din medverkan i studien är helt frivillig och du kan när som helst välja att avbryta. Studien kommer att presenteras som en del av vår kandidatuppsats och informationen kommer inte att användas på något annat sätt än i just detta syfte. Dina svar kommer att vara anonyma och inte kunna härledas tillbaka till dig.

Önskar du veta mer om undersökningen eller om du vill diskutera någonting kring enkäten är du välkommen att kontakta oss:

Johanna Karltorp, johanna.karltorp@hotmail.com

Elin Fröjd, elinfrojd@hotmail.com

Genom att besvara enkäten ger du ditt samtycke till att dina svar används och presenteras i vår kandidatuppsats.

Tack för att du tar dig tid att delta, din medverkan är väldigt viktig för oss!

Johanna & Elin

Appendix 2

Utbildning

Nedan ombeds du besvara några frågor gällande din utbildning.

1. Vilket universitet/högskola/folkhögskola studerar du på?

2. Studerar du på ett program eller läser du fristående kurser?

- Program
- Fristående kurser

3. Vilket program studerar du/vilket är ditt huvudämne?

4. Vilken nivå studerar du på? (exempelvis kandidatnivå, mastersnivå etc.)

5. Vilken termin studerar du?

6. Hur många terminer har du kvar av dina studier?

- 1-2 terminer
- 3-4 terminer
- Fler än 4 terminer
- Vet ej

Arbetsituation

Nedan ombeds du besvara frågor gällande din nuvarande arbetsituation, samt dina tankar och känslor inför framtida arbetsmöjligheter.

7. Arbetar du vid sidan av studierna?

- Ja
- Nej

8. Arbetar du inom en bransch som är relaterad till dina studier?

- Ja
- Nej

9. Har du redan nu en anställning efter avslutade studier?

- Ja
- Nej

10. Om du svarade NEJ på föregående fråga; kommer du att söka arbete direkt efter avslutade studier?

- Ja
- Nej

11. Om du svarade JA på föregående fråga; kommer du att söka arbete inom en bransch som är relaterad till dina studier?

- Ja
- Nej

12. Känner du att du under din studietid har fått tillräcklig information om hur arbetsmarknaden fungerar och dina möjligheter till arbete?

- Ja
- Nej

13. Hur får framtiden dig att känna dig? Välj ett av följande alternativ:

- Ledsen och nedstämd
- Orolig och ångestfylld
- Känner inget särskilt
- Glad och nöjd
- Riktigt glad och hoppfylld

14. Hur ser dina framtidsdrömmar ut? Svara genom att: Steg 1) Lista 2-3 yrken som du vill ha och drömmer om. Steg 2) Lista 2-3 yrken du tror du kan få.

15. Med vilken sannolikhet tror du att du har förmågan att skaffa arbete inom önskad bransch efter avslutade studier?

- Osannolikt
- Mindre sannolikt
- Sannolikt
- Mycket sannolikt

16. Min framtid på arbetsmarknaden känns osäker.

- Tar helt avstånd
- Tar delvis avstånd
- Instämmer delvis
- Instämmer helt

17. Jag är orolig för att jag inte kommer vara uppskattad i min framtida yrkesprofession.

- Tar helt avstånd
- Tar delvis avstånd
- Instämmer delvis
- Instämmer helt

18. Jag känner mig orolig över att jag inte ska få arbete efter mina studier.

- Tar helt avstånd
- Tar delvis avstånd
- Instämmer delvis
- Instämmer helt

Problemhantering

I denna del ber vi dig besvara 10 påståenden gällande din generella inställning till problem. Du kryssar i ett alternativ per påstående.

	Tar helt avstånd	Tar delvis avstånd	Instämmer delvis	Instämmer helt
19. Jag lyckas alltid lösa svåra problem om jag bara anstränger mig tillräckligt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Även om någon motarbetar mig hittar jag ändå utvägar att nå mina mål.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Jag har inga svårigheter att hålla fast vid mina målsättningar och förverkliga mina mål.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. I oväntade situationer vet jag alltid hur jag ska agera.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Till och med överraskande situationer tror jag mig klara av bra.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Tack vare min egen förmåga känner jag mig lugn även när jag ställs inför svårigheter.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Vad som än händer klarar jag mig alltid.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. Vilket problem jag än ställs inför kan jag hitta en lösning.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. Om jag ställs inför nya utmaningar vet jag hur jag skall ta mig an dem.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. När problem uppstår kan jag vanligtvis hantera dem av egen kraft.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Enkäten fortsätter på nästa sida.

Egenskaper

I denna del ber vi dig att ta ställning till vilket påstående du anser stämmer bäst in på din egna uppfattning om dig själv. Du kryssar i ett alternativ per påstående.

	Stämmer inte alls	Stämmer inte särskilt bra	Stämmer ganska bra	Stämmer precis
29. Jag har ganska dåligt självförtroende.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. Jag hör nog till den sortens människor som är överdrivet känsliga och tar åt mig för det minsta.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31. Jag vågar sällan yttra mig i en diskussion, därför att jag tror att andra tycker mina åsikter inte är värda någonting.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32. Det tar nog ovanligt lång tid för mig att komma över obehagliga upplevelser.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33. Jag känner mig ofta osäker när jag träffar folk jag inte känner så väl.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34. Jag brukar ofta gå och oroa mig även för sådant som andra uppfattar som bagateller.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35. Jag blir ängslig långt i förväg när jag ska sätta igång med något.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Avslutande frågor

Välj det svarsalternativ som stämmer in på dig.

36. Är du:

- Man
- Kvinna
- Önskar ej ange

37. Ålder:

- 19-21 år
- 22-24 år
- 25-27 år
- 28-30 år
- 30 år >

Tack för din medverkan!