



**LUNDS UNIVERSITET**

**Medicinska fakulteten**

Institutionen för hälsovetenskaper  
Arbetsterapeutprogrammet

Examensarbete på kandidatnivå 15 hp  
Våren 2018

# Arbetsföra unga vuxna i arbetslöshet – en kartläggning ur ett aktivitetsperspektiv

Författare: Jonas Christensen  
Niklas Persson

Handledare: Suzanne Johanson

Lunds universitet  
Medicinska fakulteten  
Arbetsterapeutprogrammet  
Box 157, 221 00 LUND

# Arbetsföra unga vuxna i arbetslöshet

## En kartläggning ur ett aktivitetsperspektiv.

Författare: Jonas Christensen  
Niklas Persson

Handledare: Suzanne Johanson

Examensarbete på kandidatnivå

Våren 2018

### Abstrakt

**Syfte:** Syftet med studien är att med en enkätundersökning kartlägga dagliga aktivitetsmönster, välbefinnande samt olika motivationsfaktorer hos arbetssökande unga vuxna i åldern 18–25 år. Syftet är också att kartlägga vilket stöd målgruppen upplever sig ha och vilket värde ett arbete skulle ha för målgruppen. **Metod:** Deltagarna som medverkade var enligt exklusionskriterierna: Sjukskrivna, ej aktivt arbetssökande, aktivt studerande samt ej svensktalande, vilket resulterade i 26 kvinnor och 10 män. Datainsamlingen utfördes genom att publicera en webbaserad enkät i olika arbetssökgrupper på Facebook. Enkäten inkluderade kartläggning och upplevelser av aktivitetsmönster, nuvarande välbefinnande, av motivationsfaktorer, socialt och professionellt stöd, samt värdet av att ha ett arbete. Svaren omkodades och tolkades för att presenteras i tabeller och diagram. **Resultat:** De viktigaste fynden var att ekonomi var den främsta motivationsfaktorn, samt att det också var den högst värderade faktorn i att ha ett arbete enligt deltagarna. Det framkom också att deltagarna i överlag skattade sitt välbefinnande som neutralt till bra och att engagemanget till egna intressen var högt. Det sociala stödet skattades som bättre och mer betydelsefullt än det professionella stödet. **Slutsats:** Författarna ser möjligheter för vidare studier utifrån den insamlade datan.

### Nyckelord

(aktivitetsmönster, arbetssökande, arbetsterapi, motivation, stöd, välbefinnande, värderingar)

Lunds universitet  
Medicinska fakulteten  
Arbetsterapeutprogrammet  
Box 157, 221 00 LUND

# Able-bodied and unemployed young adults

A study from an occupational perspective.

Author/s: Jonas Christensen  
Niklas Persson

Supervisor: Suzanne Johanson

Bachelor thesis

Spring 2018

## Abstract

**Purpose:** The purpose of the study is using a survey to map daily occupational patterns, well-being, and how different motivational factors are perceived and experienced in the target group able-bodied young adults age 18–25. The purpose is also to map the support the target group have, and what values a job would have for the target group. **Method** The participants were picked with the exclusion criteria being: sick, not looking for work, active in studies and non-Swedish speaking, which resulted in 26 women and 10 men. The data was collected by publishing a web-based survey in different job search groups on Facebook. The poll included mapping and experiences of occupational patterns, current well-being, perceptions and experiences of motivational factors, social and professional support, and the value of having work. The answers were analysed and presented in tables and diagrams. **Results:** The most important findings were that economy was the primary motivational factor and it was the highest valued factor for having a job according to the participants. The result also showed that the participants overall estimated their well-being between neutral and good, that the engagement to own interests was valued high, and that the social support was perceived as better and more valuable than the professional support. **Conclusion:** The authors recognize possibilities for further studies from the collected data.

## Keywords

(job-seeking, motivation, occupational pattern, occupational therapy, support, value, well-being)

Lund University  
Faculty of Medicine  
Occupational Therapy Programme  
Box 157, S-221 00 LUND

# Innehållsförteckning

Inledning .....	2
Bakgrund.....	2
Arbete för unga vuxna .....	2
Aktivitetsmönster och hälsa .....	3
Motivation som drivkraft för aktivitet.....	4
Maslow's behovstrappa .....	5
ValMO's tre värdedimensioner .....	6
Arbetssökande situation .....	6
Stöd.....	7
Nytta med studien.....	7
Syfte.....	8
Metod .....	8
Urval.....	9
Datainsamling.....	10
Sociodemografi.....	11
Aktivitetsmönster .....	11
Välbefinnande.....	11
Värde med att ha ett arbete .....	11
Motivationsfaktorer .....	11
Stöd.....	11
Procedur.....	11
Dataanalys .....	12
Forskningsetiska överväganden .....	12
Resultat.....	13
Aktivitetsmönster .....	13
Välbefinnande .....	15
Värdet med att ha ett arbete .....	16
Motivationsfaktorer, skattning och upplevelse.....	17
Stöd.....	18
Diskussion.....	19
Metoddiskussion.....	19
Resultatdiskussion.....	21
Aktivitetsmönster .....	21
Välbefinnande.....	22
Värdet med att ha ett arbete .....	22
Motivationsfaktorer, skattning och upplevelse.....	23
Stöd.....	24
Slutsats .....	25
Referenslista .....	26
Bilaga 1 (1).....	30

## Inledning

Det finns många unga arbetsföra individer som befinner sig i en arbetslös situation. Följderna av denna situation kan vara psykisk ohälsa, dålig livsstil, påverkade relationer till andra eller en skev självbild (Axelsson & Ejlertsson, 2002; Caska, 1998), mer rastlöshet och dysfori (Hultman & Hemlin, 2008). Undersökningar från Statistiska Centralbyrån (SCB, 2018) gällande år 2017 visade att 71 400 ungdomar i åldern 15–24 var arbetslösa och ej aktivt studerande, vilket utgör drygt sex procent av alla i den åldersgruppen. Av dessa var fördelningen förhållandevis jämn mellan män och kvinnor, med en lite högre andel män. Av dessa var 57% födda i Sverige och 58% hade ej arbetat tidigare.

Det finns tidigare forskning kring arbetslöshet och återgång till arbete, men det saknas studier med arbetsterapeutisk syn på unga vuxnas arbetslöshet. Målgruppen i denna studie var arbetsföra unga vuxna i åldern 18–25 år, vilket också var en grupp där det generellt saknades studier om.

## Bakgrund

### **Arbete för unga vuxna**

Betydelsen av att ha ett arbete menar Arnsvik (2013) är en del av den process, socialisation, där nya medlemmar av samhället lär sig livsstilen, och där individen utvecklas i två faser; där den primära socialisationen sker under barndomen, och den sekundära sker i samspel med skola, kamrater och senare även arbetsplatser. Hammarström (1996) skriver om vikten av att i ungdomsåren ha ett arbete, eftersom unga människor behöver spegla sitt jag i en bekräftande miljö, för att bygga upp en fast identitet. Ett arbete kan utgöra en sådan miljö; att känna sig betydelsefull och bli tagen på allvar. Att ha ett arbete innebär också träning i relationer till andra människor, demokratiska processer och ibland även i fysisk träning. Det stöd och hjälp som en arbetslös vuxen ungdom kan få idag är genom Arbetsförmedlingens *Jobbgaranti* för arbetssökande under 25 år som varit arbetssökande minst i tre månader. Programmet innebär hjälp och stöd i arbetssökandet, få coachning och praktik samt studie- och yrkesvägledning (Arbetsförmedlingen, 2018).

Att ge unga möjligheten att själv skapa ett fungerande liv är ett av de bästa sätten att motverka en försämrad folkhälsa (LO, 2011), och ur ett samhällsperspektiv finns risken för att odemokratiska rörelser ökar vid hög arbetslöshet (Hammarström, 1996).

## Aktivitetsmönster och hälsa

Genom att ställa frågan "*När utförs olika aktiviteter?*" ges förståelse för hur människan skapar aktivitetsmönster över en dag, vecka, månad, år och livstid (Polatajko, 2010). Enligt Matuska och Barrett (2014) ska aktivitetsmönster kunna möjliggöra för människor att uppnå viktiga behov, som att känna sig engagerad, utmanad, och kunna skapa en positiv personlig identitet. När individen upplever att aktivitetsmönstret har en tillfredsställande fördelning av olika aktiviteter i livet, kan detta definieras som god aktivitetsbalans vilket i sin tur kan relateras till god hälsa (Erlandsson & Christiansen, 2015). Aktivitetsbalans är uppbyggt kring fem olika behov, vilka möts i aktiviteter som utförs under en viss tid; (1) upplevd hälsa och säkerhet, (2) belönande och bekräftande sociala relationer, (3) utmaningar för att uppleva sig intresserad och engagerad, (4) skapa mening och positiv personlig identitet, och (5) organisera tid och energi för att möta viktiga mål (Eklund, 2010). Backman (2010) beskriver aktivitetsbalans som en subjektiv balans mellan vila, egenvård, lek och arbete, och när denna balans uppnås kan det ge ett ökat välbefinnande.

Välbefinnande är subjektivt och kommer utifrån en persons erfarenheter som då utgår ifrån känsla av tillfredsställelse och meningsfullhet genom livet. Välbefinnande kommer också från individens känsla av prestation, av att hjälpa andra att öka deras välbefinnande, av känsla av tillhörighet, nöjen samt avslappning. Detta innebär att en individs upplevelse av och vad som krävs för att uppleva välbefinnande är dynamiskt, och förändras i takt med att individens livssituation förändras (Polatajko et al, 2013).

Aktivitetsengagemang skapar identitet och skapar ett förhållningssätt till livets utmaningar. Människan strävar efter att kunna finna aktiviteter att engagera sig i, och i vuxen ålder kan det vara ett arbete, då det är en aktivitet som anses nödvändig (Christiansen & Townsend, 2010). Det Hammarström (1996) visar i sin studie, är att gruppen arbetslösa är mest för sig själva och att den meningsfulla fritiden minskar för gruppen. Det innebär att för en person i arbetsför ålder som saknar arbete att engagera sig i blir fritidsintressen allt viktigare för att hitta meningsfullhet i vardagen (Eklund, 2010) vilket också kan tillfredsställa det grundläggande behovet människan har av känslan att vara aktiv och att ha något att göra (Leufstadius & Argentzell, 2010). Denna strävan efter aktiviteter pågår hela livet, även utanför arbetsför ålder, och i aktivitetsengagemang skapas i sin tur meningsfullhet hos utövaren (Christiansen

& Townsend, 2010), vilket också formar den drivkraft som avgör hur livet formas (Leufstadius & Argentzell, 2010).

Individens roller skapas och förändras ihop med att rutiner och vanor i ett aktivitetsmönster förändras. Detta innebär att roller är dynamiska över tid (Harvey & Pentland, 2010).

Enligt Matuska & Barrett (2014) skapar rutiner struktur i vardagen, vilket kan vara en viktig del för att uppnå god hälsa. Rutinerna kring ett arbete är många och är en stor del av en arbetande individs aktivitetsmönster och för en arbetssökande kan bortfallet av detta aktivitetsmönster innebära ett tomrum (Erlandsson & Persson, 2014; Hammarström, 1996).

Vanor kan ge stressreducering, eftersom både kognitiv och fysisk energi sparas då repetitiva utföranden i ett aktivitetsmönster sker relativt automatiskt. Erlandsson och Christiansen (2015) beskriver hur vanor kan liknas vid psykologiska behov eller beroende.

Individens roller kommer från de rättigheter och uppgifter en individ förväntas agera utifrån i olika sociala och kulturella situationer, och skapar en känsla av mening, identitet och struktur (Harvey & Pentland, 2010).

### **Motivation som drivkraft för aktivitet**

Viljekraft, som kan vara en synonym till motivation, kommer enligt Kielhofner och Forsyth (2012) från en individs tankar och känslor kring vad som är viktigt, om hur den egna förmågan uppfattas, och vilka intressen som stimulerar, vilka uttrycks i olika tankar och känslor som människor har i aktivitetssammanhang. Rubenowitz (2004) menar att människor bara är beredda att investera sina ansträngningar i något de tror att de kommer att få effekt av, och då en individ bedömer att en förändring kan tillfredsställa behov ökar motivationen till en aktivare medverkan. Motivation beskriver Granbom (1998) som det som sätter igång och anger riktningen samt upprätthåller ett beteende eller en aktivitet. Det finns andra teorier kring motivation, där en beskriver instinkt som drivande, vilket är bestämt utifrån sin natur som styrs och förändras genom erfarenheter och utifrån impulser eller inte (Wagner & Price, 2003). Andra teorier menar att motivation är uppdelat i inre och yttre motivation. *Inre motivation* är grundat i en individs personlighetsfaktorer som personlighet, kunskaper, hälsa, ålder, kön, med flera. *Yttre motivation* är en motivation där utövaren hoppas på någon form av belöning eller att uppnå ett visst mål, och inkluderar även faktorer som miljö, kultur, resurser, tid, med flera. Viljekraftens faktorer *värde*, *förmåga* och *intresse* sammanflätas i vardagslivet, och återkommer i yttre och inre motivation där individens personlighetsfaktorer, belöning och

målfokus är viktiga delar (Granbom, 1998; Harvey & Pentland, 2010; Kielhofner & Forsyth, 2012). Viljekraftens faktorer återkommer också i den erfarenheten av aktiviteter individen har där instinkt och erfarenheter påverkar vad individen väljer att göra. Värde, förmåga och intresse samt yttre och inre motivationsfaktorer, blev intressant för studien. Författarna såg att dessa faktorer kunde synliggöras genom kopplingar till ValMO's värdedimensioner och Maslow's behovstrappa.

### **Maslow's behovstrappa**

Maslow intresserade sig för den friska självförverkligande människan och betraktade vissa mänskliga beteenden som ett resultat av att de basala behoven inte blir tillfredsställda. Han refererade till homeostas för att beskriva hur kroppen automatiskt försöker balansera brister. De fyra första behoven (fysiologiskt behov, trygghetsbehov, gemenskapsbehov och uppskattningsbehov) grundar sig i olika bristtillstånd (Hein, 2012). Det femte sista behovet (självförverkligande) har en viktig funktion för de fyra första; trots att de är tillräckligt uppfyllda kan det finnas en otillfredsställelse eller rastlöshet som försvinner först när individen har förverkligat sig själv. Nedan ges en beskrivning av behoven (Hein, 2012).

*Fysiologiskt* - är det mest dominerande behovet och är i de flesta fall möjliga att lokalisera till en underliggande kroppslig bas för drivkraften. *Trygghet* - är i grunden behov av stabilitet, skydd, struktur, gränser och liknande, och när detta är tillräckligt uppfyllt kommer organismen att fokusera på något annat. *Gemenskap* - är ett socialt behov, och betydelsen är gemenskap och kärlek. Det handlar om att ge och få ömhet och tillgivenhet. Om människor inte får detta behov tillfredsställt kan de känna sig ensamma. *Uppskattning* - består av två dimensioner: Inre dimensionen härstammar från önskan om styrka, självsäkerhet, oberoende och frihet. Yttre dimensionen riktar sig mot önskan om att få beröm, prestige, uppskattning från andra människor, status, med flera. *Självförverkligande* - kan tolkas som ett aktivitetsbehov, vilket tillfredsställs genom den nyfikenheten och skaparlust som människan har. Detta realiserar individens möjligheter då kraft och tid finns. Detta behov vill individen ha mer av ju mer det blir tillfredsställt (Granbom, 1998; Hein, 2012). Den självförverkligande människan har i regel uppfyllt de fyra första behoven i tillräckligt hög grad och det är denna människa vi kan och ska lära oss av, och som Maslow därför satte i centrum för hela sin motivationsteori (Hein, 2012).



## **ValMO's tre värdedimensioner**

Aktiviteter kan upplevas och ha olika värde enligt Erlandsson & Persson (2014); (1) Det konkreta värdet bygger på att ett resultat uppnås i aktiviteten, (2) det symboliska värdet bygger på upplevelsen av tillhörighet, att den egna personen får ett uttryck, och att värdet beskriver aktivitetens betydelse i ett sammanhang, och (3) det självbelönande värdet bygger på att aktiviteten till exempel skapa glädje hos individen som utför aktiviteten. Värden kopplade till arbetsaktiviteter är enligt Erlandsson & Persson (2014) konkret och socio-symboliskt. Dessa värden är något som kommer ur det som människor tycker om att göra, vilket ger ett personligt värde som är en viktig förutsättning för att uppleva mening i livet. För att mäta värdet i en utförd aktivitet kan Erlandsson & Persson's (2014) instrument OVal-9 (Occupational Value – 9 items) användas, där individen får svara på nio frågor efter att en aktivitet utförts.

## **Arbetssökande situation**

Arbetsaktiviteter skapar en känsla av att man bidrar till samhället, samt försörjer sig själv och sin familj, som enligt Erlandsson & Persson (2014) är viktiga värden för individen.

Att ha ett arbete innebär att personen strukturerar upp dagen efter vissa hållpunkter; de vardagliga aktiviteterna hjälper då till att skapa strukturen genom till exempel att arbetet börjar en viss tid och likaså äter personen då frukost en viss tid. Att fylla ut en stor del av dagen med aktiviteter håller också personen sysselsatt vilket i studier visat sig vara ytterst meningsfullt (Leufstadius & Argentzell, 2010).

Att söka arbete beskriver Caska (1998) som en aktivitet där resultatet påverkas av individens egna förmågor och kunskap inom arbetssökarprocessen. Individen kan uppleva utmaning i arbetssökandet. Hon menar att utmaningen i att söka arbete kan spela en avgörande roll för nivån av engagemanget som krävs i de situationer som uppstår i processen.

Det finns ett antal studier som berör påverkan av att vara arbetslös, och dess inverkan på psykiskt och fysiskt välbefinnande. De flesta undersökningar som berör välbefinnande är oftast gjorda på vuxna och äldre personer. En studie visade på ett genomsnitt, att arbetslöshet har en negativ verkan på individens psykologiska och fysiska välbefinnande. Studierna visade också på relationer mellan arbetslöshetsnivåer och tecken på dödlighet, hjärtsjukdomar, psykisk ohälsa, alkoholmissbruk och psykiatrivård. Dock tar studien upp att resultaten ska ses med kritiska ögon då det till exempel förekommer psykisk ohälsa i en grupp arbetslösa så kan

det vara en grupp som lättare blir av med sina arbeten i jämförelse med den gruppen som har bättre psykiskt hälsa och har lättare att hitta nytt arbete. En teori förklarade påverkan på välbefinnandet med att den arbetslösa individen inte drar nytta av nio fördelar associerade med arbete, bland annat möjlighet till kontroll, använda förmågor, inkomst och möjlighet till sociala kontakter. (McKee-Ryan, Song, Wanberg, & Kinicki, 2005).

Tidigare studier har dock undersökt hälsorelaterade effekter av arbetslöshet, bland annat en studie av personer (15–24 år) där det visats samband med självmord och självmordsförsök inom gruppen. Studier av personer (20–25 år) i Sverige har visat att arbetslösa har mer rastlöshet och dysfori än den grupp som antingen har ett arbete eller studerar (Hultman & Hemlin, 2008).

### **Stöd**

Socialt stöd är en viktig faktor i en arbetssökandeprocess, då detta stöd kan ge minskad stress och en mer optimistisk syn på att hitta ett arbete. För mycket stöd, både socialt och professionellt, kan ge motsatt effekt, då individen istället känner sig kontrollerad (Slebarska, Moser & Gunnesch-Luca, 2009).

Hammarström (1996) visar i sin studie att gruppen arbetslösa i 21-års åldern har en sämre trivsel i sina relationer utanför familjen jämfört med de två grupperna som är i arbete eller i åtgärdsprogram mot arbete. Dubbelt så många unga kvinnor som unga män isolerar sig mer i hemmet, kvinnorna sätter också ett högre värde på ansvar, och anger att arbetslöshet bidrar till att humöret försämrats. Hammarström (1996) menar att kvinnor i större utsträckning är beredda att ta vilket arbete som helst. Vidare beskrives en engelsk studie som förklarar att områden med hög arbetslöshet skapar en social miljö som är mer accepterande, och visar att det sociala stödet kan göra vardagen lättare för den arbetssökande.

### **Nytta med studien**

Tidigare arbetsterapeutiskt arbeten har generellt fokuserat på återgång till arbete där arbetsbedömning och arbetsträning är avgörande i återgången, bland annat ett projekt där deltagare under tolv veckor får lära sig om bland annat aktivitetsmönster, aktivitetens värde, aktivitetsbalans, stress och sömn. De får göra en aktivitetsanalys av sin egen vardag, identifiera resurser och hinder samt formulera personliga mål (Larsson, 2010). Andra arbetsterapeutiska åtgärder är riktade till personer med särskilda behov. Franklin (2010) beskriver att många unga med särskilda behov till en början är oinspirerade till att söka arbete.

De har försörjningsstöd och riskerar att ha det under en längre tid. Det pågår ett arbete för att kartlägga individens styrkor, medan begränsningar hos individen åtgärdas med anpassningar, där målgruppen i detta fall är i åldern 18–29.

Eftersom arbetslöshet har en mängd negativa hälsorelaterade effekter, bland annat psykisk ohälsa, dålig livsstil, depression, påverkade relationer till andra eller en skev självbild (Axelsson & Ejlertsson, 2002; Caska, 1998; Hultman & Hemlin, 2008), ansåg författarna att mer kunskap behövs om unga arbetslösas situation gällande deras aktivitetsmönster, hälsa, stöd, motivationsfaktorer för arbete och värdeupplevelse gällande arbete.

## Syfte

Syftet med studien är att med en enkätundersökning kartlägga dagliga aktivitetsmönster, välbefinnande samt olika motivationsfaktorer hos arbetssökande unga vuxna i åldern 18–25 år. Syftet är också att kartlägga vilket stöd målgruppen upplever sig ha och vilket värde ett arbete skulle ha för målgruppen.

## Metod

Studien hade en kvantitativ ansats, och en enkät användes som datainsamlingsmetod med skattningsbara frågor och en fråga med möjlighet till öppen kommentar.

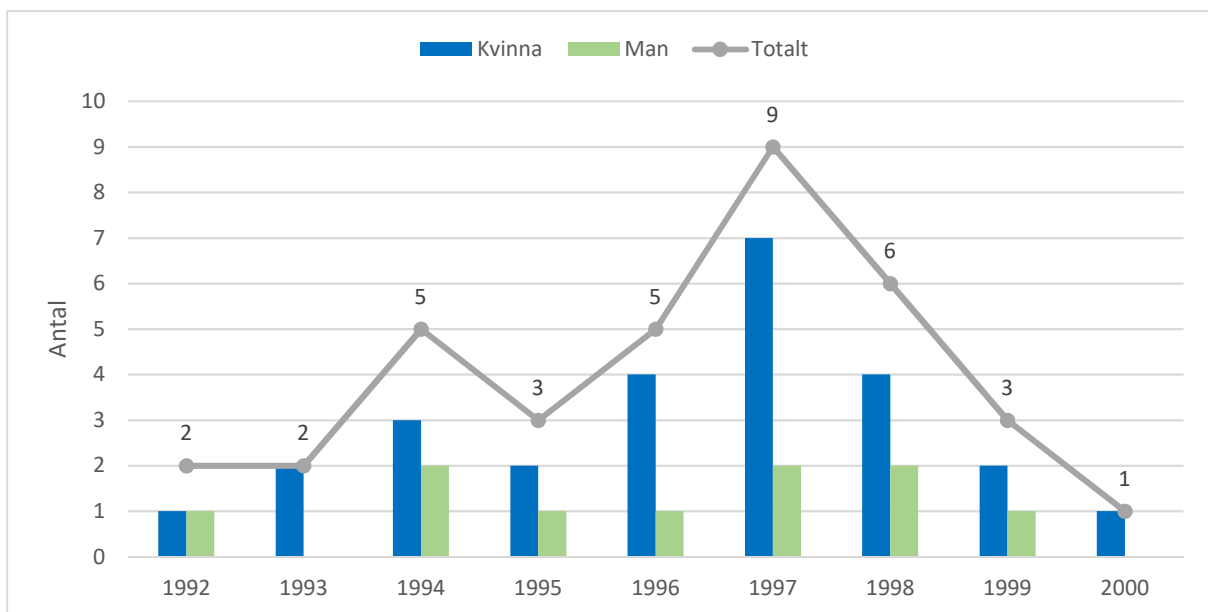
Då icke-experimentella studier används för att exempelvis kartlägga hälsan i ett område, i en befolkningsgrupp eller i en patientgrupp (Hansagi & Allebeck, 1994) ansågs detta val lämpligt för en datainsamling. Denna studie avsåg ej att mäta effekten av en specifik åtgärd eller intervention, utan för att få en bred bild över deltagarnas skattningar av sin situation som arbetslös/arbetssökande.

## Urval

Urvalet bestod av arbetsföra unga vuxna 18–25 år som befann sig i en arbetslös situation sedan minst tre månader tillbaka. Exklusionskriterier var: Sjukskrivna, ej aktivt arbetssökande, aktivt studerande samt ej svensktalande. Detta resulterade i 36 deltagare (se Figur 1 och Tabell 1).

Åldersgruppen valdes med inspiration av Statistiska Centralbyråns (SCB, 2018) statistik över ungdomar i åldern 15–24. Lägsta åldern ökades i denna studie till 18 år för att alla deltagare skulle vara myndiga, och högsta åldern ökades till 25 år för att bredda urvalet något.

Författarna ansåg att tre månader som arbetslös var tillräcklig tid för att hinna ha utvecklat en bra överblick av sin situation.



Figur 1 – Sociodemografi: kön och födelseår

Tabell 1 – Sociodemografi: civilstånd, barn, geografi, utbildning, tid som arbetssökande, tidigare anställningar och språkkunskaper.

<b>Civilstånd</b>	<b>Antal</b>	<b>Procent</b>
Bor med föräldrar	14	38,9%
Gift/Sambo	14	38,9%
Ensamboende	7	19,4%
Annat	1	2,8%
<b>Barn</b>		
Nej	34	94,4%
Ja	2	5,6%
<b>Bor i</b>		
Södra Sverige	5	13,9%
Mellersta Sverige	15	41,7%
Norra Sverige	6	16,7%
Finland	10	27,8%
<b>Högsta genomförda utbildning</b>		
Gymnasieutbildning	27	75,0%
Grundskola, folkskola, realskola eller liknande	5	13,9%
Universitets- eller högskoleutbildning	3	8,3%
Annat	1	2,8%
<b>Antal månader som arbetssökande</b>		
0-3	14	38,9%
4-6	7	19,4%
7-12	11	30,6%
13-24	1	2,8%
Mer än 24	3	8,3%
<b>Tidigare anställningar</b>		
Frilans, Uthyrd, Projektanställning, Visstidsanställning eller Vikariat	14	38,9%
Praktik (obetalt)	11	30,6%
Ferie- och säsongarbete	10	27,8%
Ingen tidigare anställning	7	19,4%
Fast-/Tillsvidareanställning	7	19,4%
Provanställning	5	13,9%
Annat	2	5,6%
Provisionsjobb	1	2,8%
<b>Upplevd behärskning av det svenska språket 1(Dåligt)-10(Bra)</b>		
1	1	2,8%
9	2	5,6%
10	33	91,7%

## Datansamling

Datansamlingen genomfördes med en webbaserad enkät, gjord i Google Formulär (Google, u.d.). Detta gav författarna en färdig design att fylla i. Frågorna formulerades av författarna. En *pilotstudie* genomfördes av en utomstående person som mötte studiens kriterier.

Pilotstudien resulterade i att några av enkätens frågor förenklades eller formulerades om, och en uppskattad tid för ifyllnad av enkäten noterades. Detta resulterade i 35 frågor, som täckte in de olika områdena studien är indelad i (se Bilaga 1). Enkäten innehöll följande områden:

### *Sociodemografi*

Enkäten inleddes med sociodemografiska frågor om kön, ålder, civilstånd, barn högst genomförda utbildning, tidigare anställningar, tid som arbetssökande och behärskning av det svenska språket, som skattades på nominalskalor, ordinalskalor och intervallskalor. Frågorna formulerades med hjälp av exempelfrågor från SCB (SCB, 2004).

### *Aktivitetsmönster*

Frågor gällande aktivitetsmönster skattades i ordinalskalor och lades upp enligt kategorier beskrivna av Backman (2010) för att uppnå aktivitetsbalans, *vila, egenvård, lek och arbete*, med följdfrågor gällande upplevelser av angiven tid.

### *Välbefinnande*

Uppskattat välbefinnande skattades på en ordinalskala.

### *Värde med att ha ett arbete*

Det uppskattade värdet av att ha ett arbete täcktes i en öppen fråga där deltagarna svarade vad de ansåg vara viktigast med att ha ett arbete. Dessa svar blev tolkade och omkodade av författarna för att kunna kategoriseras dels enligt ValMO's värdetriad (Erlandsson & Persson, 2014), och dels enligt Maslow's behovstrappa (Hein, 2012).

### *Motivationsfaktorer*

Deltagarnas motivation skattades i en intervallskala med värden från 1–10.

Motivationsfaktorer täcktes av ordinalskalor. Motivationsfaktorerna var inspirerade av Maslow's behovstrappa (Hein, 2012).

### *Stöd*

Enkäten hade även frågor gällande upplevelsen och betydelsen av både socialt och professionellt stöd, och som angavs på en intervallskala med värden från 1–10.

### **Procedur**

Efter enkäten färdigställdes distribuerades en länk till enkäten i olika "arbetssök-grupper" på Facebook (social media), då det ansågs vara mest effektivt för att nå ut till så många som möjligt inom studiens målgrupp. Vid tidpunkten för studien innehöll gruppen "Lediga jobb i

Skåne” (“Lediga Jobb i Skåne,” 2012) cirka 26 000 medlemmar, varav 638 hade anslutits under de senaste 30 dagarna. Tretton olika grupper valdes ut, dessa hade vid tillfället totalt över 130 000 medlemmar. Ägarna för varje grupp kontaktades för tillåtelse att publicera enkäten i deras grupp. Av de 13 grupperna blev enkäten nekad i 4, och ägarna för 2 av grupperna svarade inte. Av de kvarvarande 7 grupperna fanns det vid tillfället cirka 78 000 medlemmar.

Inlägget som postades i grupperna beskrev noga vilka som kunde delta i studien, ungefärlig tid enkäten skulle ta att fylla i, vad resultaten skulle användas till, vilka exklusionskriterierna var, samt bifogades länken till den webbaserade enkäten. Deltagarna i studien var anonyma, men möjligheten fanns att ange sin mailadress för att kunna ta del av den färdiga studien.

I enkätens introduktion angavs syftet med studien och deltagarna fick ge sitt godkännande och samtycke till att delta samt att insamlad data fick användas i studien.

## Dataanalys

Data matades in i SPSS och bearbetades med deskriptiv statistik. Svaren från enkäterna blev omkodade till siffervariabler med etiketter, för att sedan sammanställas i SPSS (*IBM SPSS Statistics for Windows*, 2013). Resultaten redovisades därefter med tabeller och stapeldiagram gjorda i Microsoft Word. Slutbearbetningen av insamlade data från öppna frågor av kvalitativ karaktär analyserades och tolkades för att kunna kategorisera enligt Maslow’s behovstrappa som består av fem steg: *fysiologiska, trygghet, gemenskap, uppskattning* samt *självförverkligandebehov* (Granbom, 1998; Wagner & Price, 2003) samt ValMO’s värdedimensioner: *konkret, symboliskt* och *självbelönande värde* (Erlandsson & Persson, 2014).

## Forskningsetiska överväganden

Informationskravet (Vetenskapsrådet, 2002) täcktes då all information om vem som utförde studien, syftet med studien, tillvägagångssättet samt kriterierna för målgruppen beskrevs i inlägget där länken till enkäten presenterades för deltagarna.

Första sidan av enkäten bestod av vidare information gällande studiens syfte, frivillighet, konfidentialitet, samt vad det för deltagande innebar att ge sitt samtycke. Därav täcktes de övriga tre principerna för forskningsetik, samtyckeskrav, konfidentialitetskrav samt nyttjandekrav. För att kunna gå vidare till nästa sida i enkäten krävdes det att deltagaren gjorde valet “Ja, jag samtycker”. Om deltagaren ej ville lämna sitt samtycke, fanns

alternativet “Nej, jag samtycker inte”, deltagaren blev då skickad till en sida där denne blev tackad för visat intresse, samt gav deltagaren möjlighet att gå tillbaka ett steg om denne skulle ha ångrat sig. Eftersom enkäten besvarades anonymt var deltagarnas svar omöjliga att kunna knyta till en enskild person, det fanns med andra ord inga risker för deltagarna med att delta i studien. Deltagarna gavs möjligheten att ange sin mejladress för att kunna ta del av den färdiga studien. All insamlade data förvarades på Google Drive.

## Resultat

Resultatet i studien presenteras som deskriptiv statistik med hjälp av tabeller, figurer och korta förklaringar, och är indelat i områden enligt syftet.

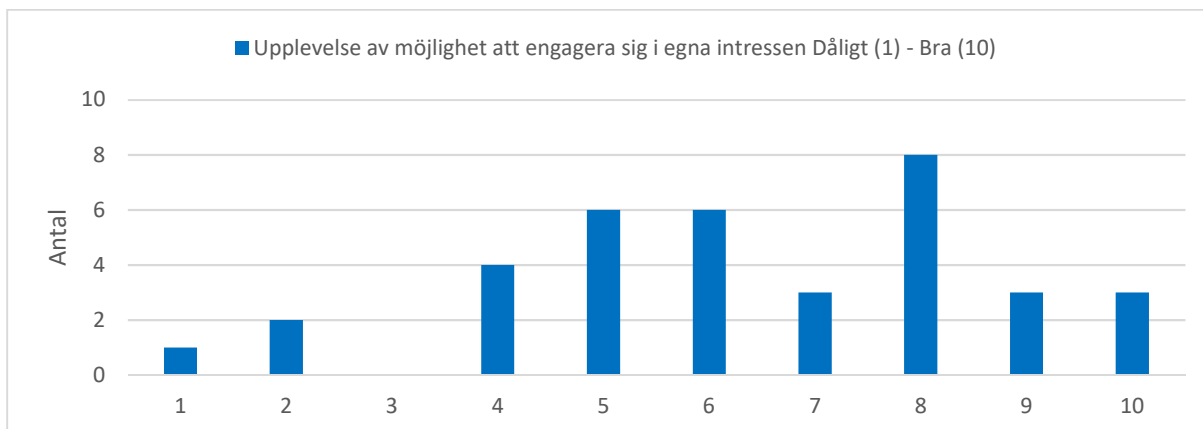
### **Aktivitetsmönster**

Denna tabell (se Tabell 2) visar resultat som kartlägger deltagarnas sömn, fysiska aktiviteter, produktiva aktiviteter, fritidsaktiviteter, arbetssökande samt engagemang i egna intressen. Nästan 64% av deltagarna sov 7–8 timmar per dygn. Utav deltagarna var 88,8% fysiskt aktiva minst en dag i veckan, 72,2% spenderade mer än 1 timme per dygn på produktiva aktiviteter och 91,7% spenderade mer än 1 timme per dygn på sina fritidsaktiviteter, vilket framkom under kartläggningen av deltagarnas aktivitetsmönster. Resultaten visar också en jämn spridning i antalet dagar per vecka som deltagarna sökte arbete, där 61,1% spenderade en till två timmar per tillfälle. Trots att 41,7% av deltagarna upplevde att engagemanget till egna intressen minskat under tiden som arbetssökande, var deltagarnas upplevelser av möjligheten att engagera sig i egna intressen generellt högt skattade (se Figur 2).



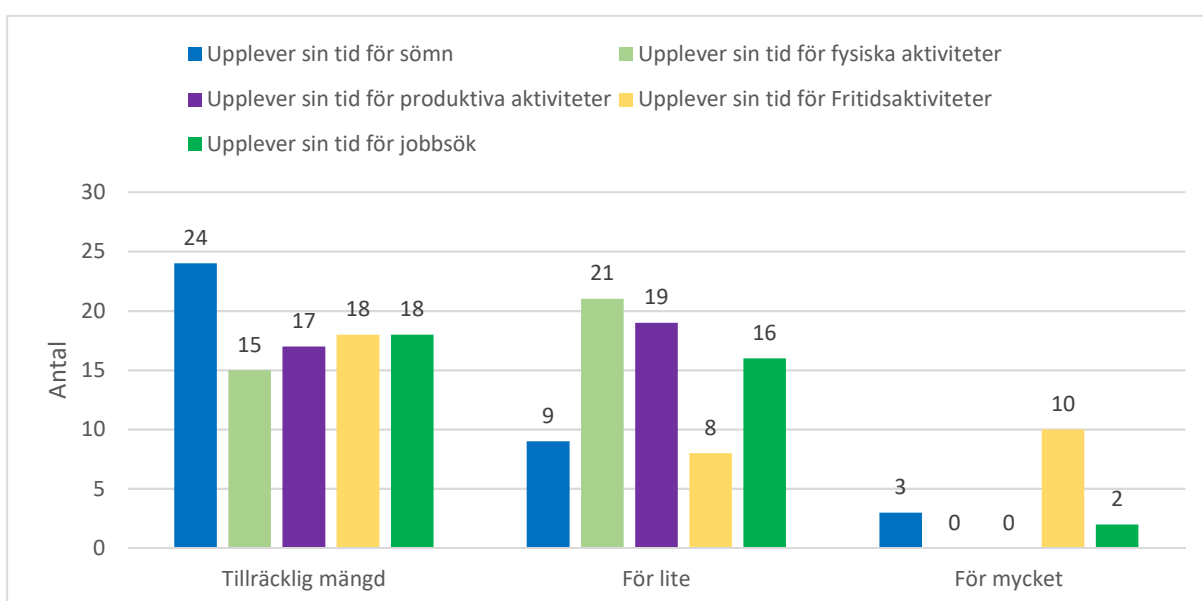
Tabell 2 – *Aktivitetsmönster: sömn, fysiska aktiviteter, produktiva aktiviteter, fritidsaktiviteter, arbetssökande, engagemang till egna intressen.*

<b>Antal timmar för sömn per dygn</b>	<b>Antal</b>	<b>Procent</b>
4-6h	8	22,2%
7-9h	23	63,9%
10-12h	4	11,1%
Mer än 12h	1	2,8%
<b>Antal dagar i veckan för fysiska aktiviteter</b>		
Ej fysiskt aktiv.	4	11,1%
1 dag	8	22,2%
2-3 dagar	16	44,4%
4-5 dagar	8	22,2%
<b>Tid för fysiska aktiviteter per tillfälle</b>		
Ej fysiskt aktiv.	4	11,1%
Mindre än 1h	7	19,4%
1-2h	17	47,2%
3-4h	5	13,9%
Mer än 4h	3	8,3%
<b>Antal timmar för produktiva aktiviteter per dygn</b>		
Utför inga produktiva aktiviteter.	1	2,8%
Mindre än 1h	9	25,0%
1-2h	15	41,7%
3-4h	8	22,2%
Mer än 4h	3	8,3%
<b>Antal timmar för fritidsaktiviteter per dygn</b>		
Mindre än 1h	3	8,3%
1-2h	10	27,8%
3-4h	10	27,8%
Mer än 4h	13	36,1%
<b>Antal dagar i veckan för arbetssökande</b>		
Söker aldrig arbete.	2	5,6%
1	7	19,4%
2	7	19,4%
3	4	11,1%
4	6	16,7%
5	2	5,6%
6	3	8,3%
7	5	13,9%
<b>Tid för arbetssök per tillfälle</b>		
Söker aldrig arbete.	2	5,6%
Mindre än 1h	9	25,0%
1-2h	22	61,1%
3-4h	3	8,3%
<b>Har engagemanget till dina intressen förändrats under tiden som arbetssökande?</b>		
Nej	18	50%
Ja, minskat	15	41,7%
Ja, ökat	3	8,3%



Figur 2 – Möjlighet till engagemang i egna intressen

Resultatet (se Figur 3) gällande upplevelserna av deltagarnas aktuella aktivitetsmönster, visar att tiden för fritidsaktiviteter är nämnvärd bland de som upplevde den som för mycket tid. Upplevelser av tillräckligt och för lite tid var balanserad mellan de övriga aktiviteterna, med undantag av sömn och fritidsaktiviteter där upplevelsen av tillräcklig mängd är det som utmärks.



Figur 3 – Upplevelser av aktuellt aktivitetsmönster

### Välbefinnande

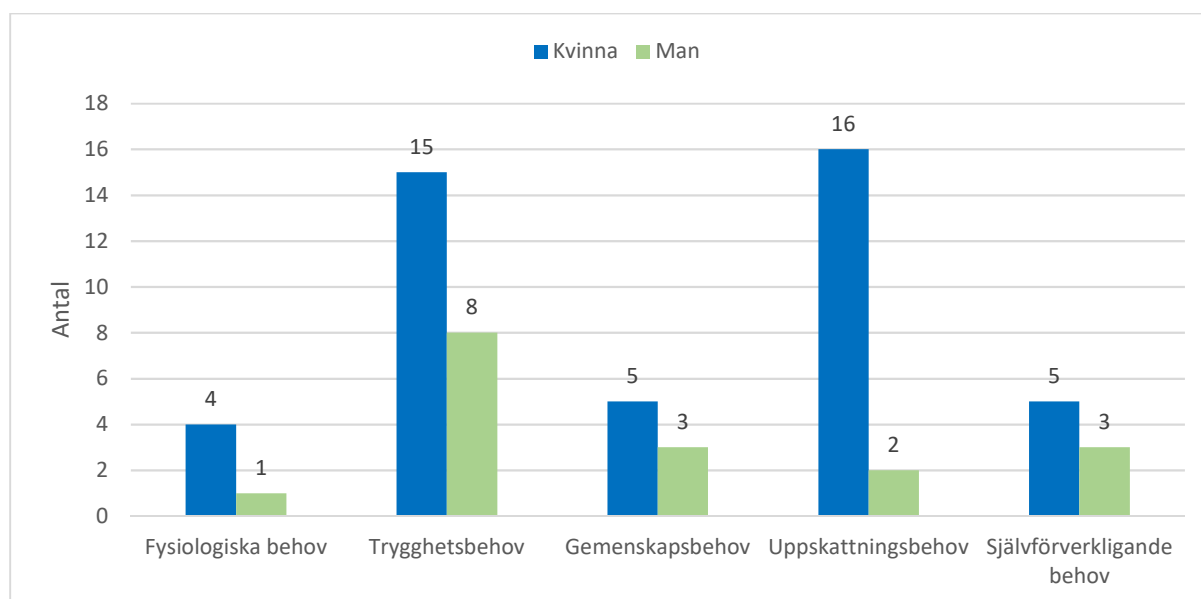
Resultatet (se tabell 3) visar att 22,3% av deltagarna skattade sitt välbefinnande som *ganska dåligt* eller *dåligt*. Resterande deltagare skattade sitt välbefinnande från *varken bra eller dåligt till bra*.

Tabell 3 - *Välbefinnande*

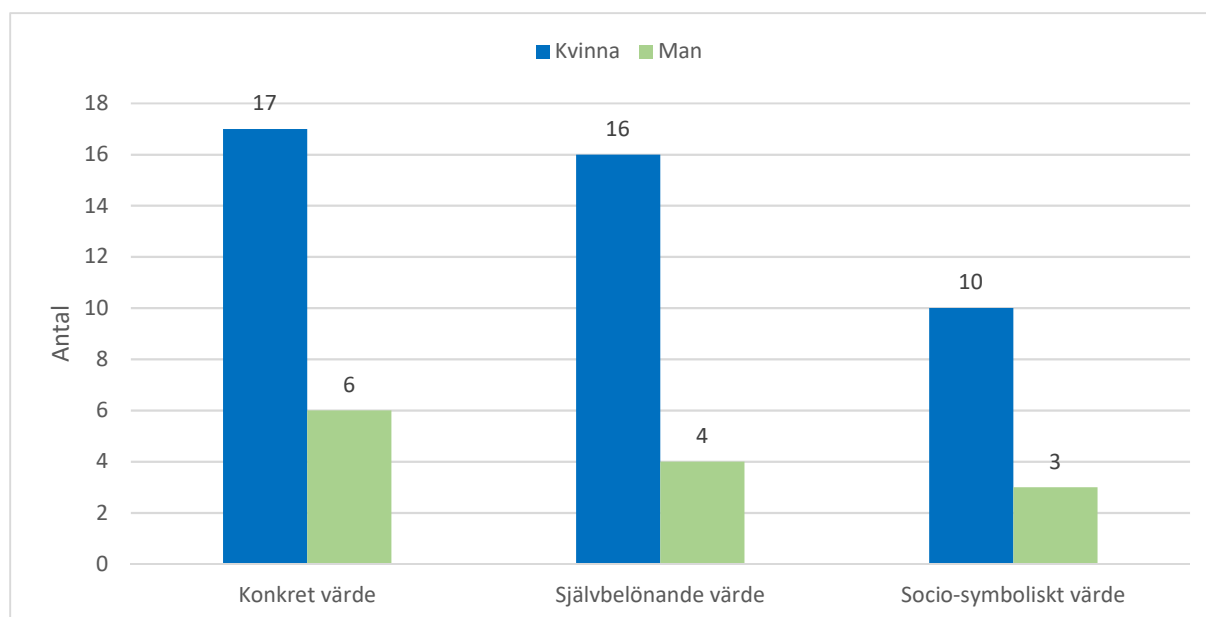
Upplevelse av nuvarande välbefinnande	Antal	Procent
Bra	5	13,9%
Ganska bra	10	27,8%
Varken bra eller dåligt	13	36,1%
Ganska dåligt	6	16,7%
Dåligt	2	5,6%

### Värdet med att ha ett arbete

Resultatet från den öppna frågan *Värdet med att ha ett arbete* visade efter omtolkningar att deltagarna skattade *trygghet* enligt Maslow's behovstrappa högst (se Figur 4), och deltagarna skattade det konkreta värdet utifrån ValMO's tre värddimensioner högst (se Figur 5).



Figur 4 – Värdet med att ha ett arbete: Maslow



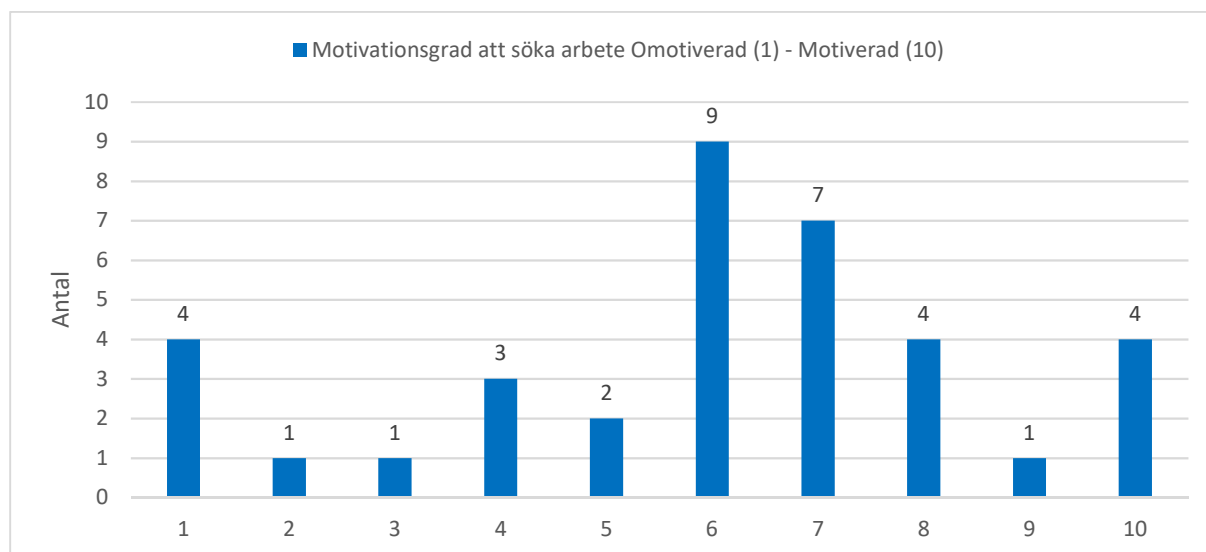
Figur 5 - Värdet med att ha ett arbete: ValMO

## Motivationsfaktorer, skattning och upplevelse

Den mest utmärkande motivationsfaktorn var ekonomi (se Tabell 4), där 91,7% av deltagarna angav denna som en av deras största faktorer. Hälften av deltagarna värderade ekonomi högst. Även trygghet och meningsfullhet var faktorer som mer än hälften av deltagarna angav som högt värderade, där 61,1% av deltagarna valde trygghet och 52,8% valde meningsfullhet. Motivationsgraden för att söka arbete var hos deltagarna överlag hög (se Figur 6).

Tabell 4 - Motivationsfaktorer

Motivationsfaktorer	Antal	Procent
Ekonomi	33	91,7%
Trygghet	22	61,1%
Meningsfullhet	19	52,8%
Lära mig något nytt	16	44,4%
Ansvar	13	36,1%
Tillhörighet	12	33,3%
Säkerhet	8	22,2%
Rädsla för att misslyckas	7	19,4%
Självbestämmande	6	16,7%
Nyfikenhet	6	16,7%
Beröm	4	11,1%
Tävlingsinstinkt	4	11,1%
Status	4	11,1%
Kärlek	3	8,3%
Krav	2	5,6%
<b>Motivationsfaktor med högsta värde</b>		
Ekonomi	18	50,0%
Meningsfullhet	5	13,9%
Trygghet	3	8,3%
Rädsla för att misslyckas	3	8,3%
Lära mig något nytt	3	8,3%
Säkerhet	2	5,6%
Tillhörighet	1	2,8%
Självbestämmande	1	2,8%



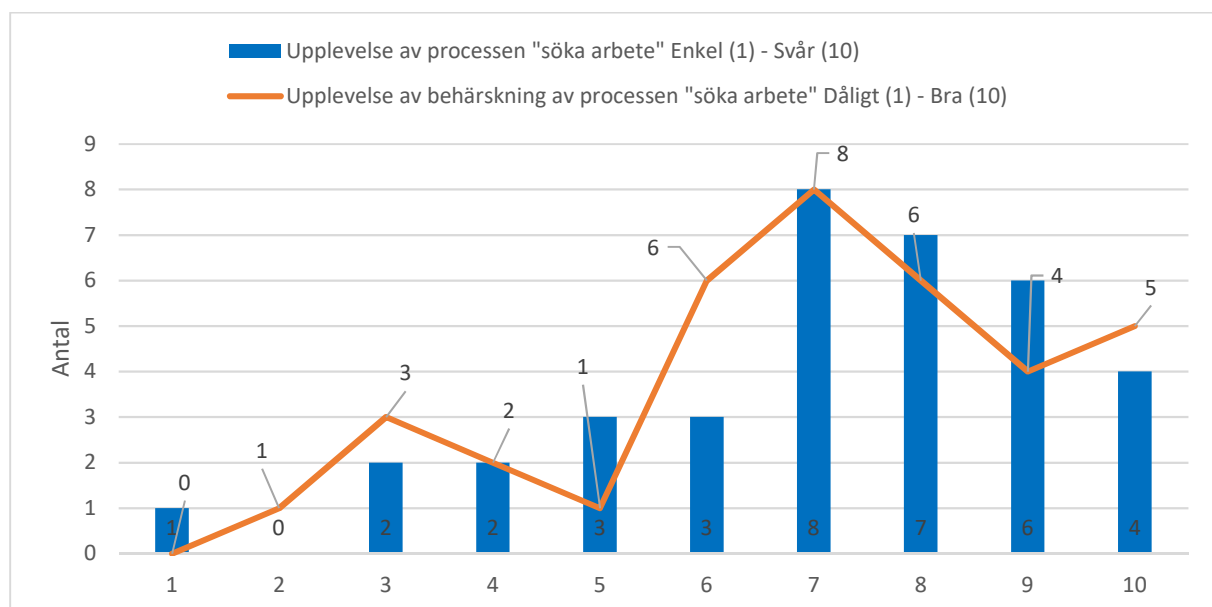
Figur 6 – Motivationsgrad att söka arbete

Störst andel deltagare (33,3%) ansåg att definitionen på att vara långtidsarbetslös är 7–12 månader och definitionen 4–6 månader kommer i antal deltagare (27,8%) tätt efter (se Tabell 5).

Resultatet (se Figur 7) visar att majoriteten av deltagarna ansåg att processen att söka ett arbete är svår, men stor del upplevde trots detta att de behärskar processen bra.

Tabell 5 - Långtidsarbetslöshet

Upplevd definition på långtidsarbetslöshet	Antal	Procent
0-3 månader	4	11,1%
4-6 månader	10	27,8%
7-12 månader	12	33,3%
13-24 månader	5	13,9%
Längre än 24 månader	5	13,9%

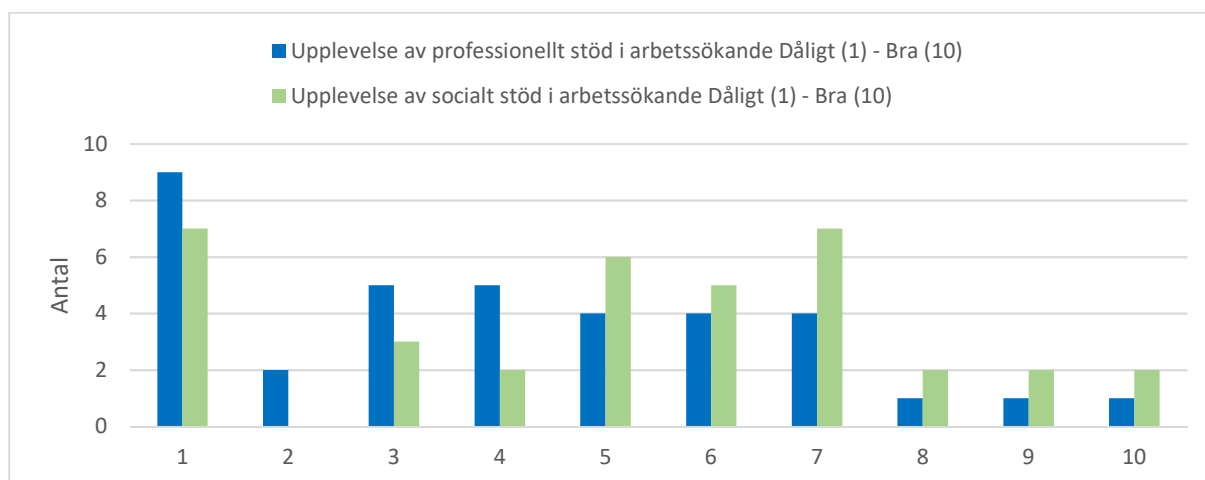


Figur 7 – Upplevelser av att söka arbete

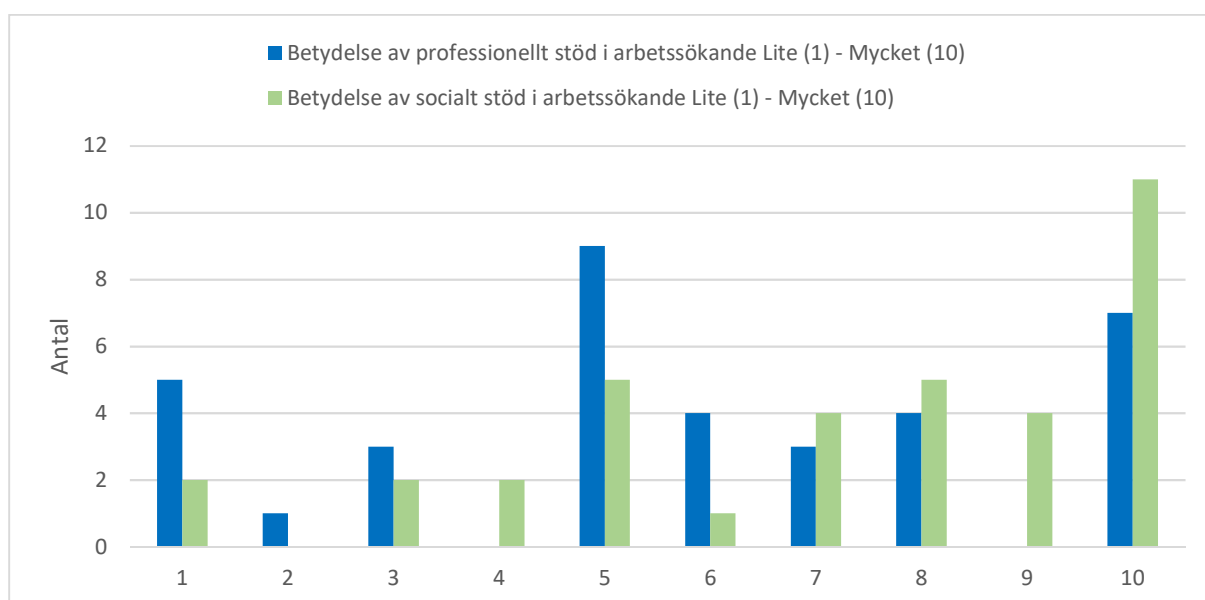
## Stöd

Resultatet visade att det upplevda professionella stödet var till större delen dåligt medan det upplevda sociala stödet var mer balanserat enligt deltagarnas skattningar (se Figur 8).

Resultatet visade även att det sociala stödet för deltagarna hade större betydelse än det professionella stödet (se Figur 9).



Figur 8 – Upplevelser av stöd



Figur 9 – Betydelse av stöd

## Diskussion

### Metoddiskussion

Urvalet bestod av 36 deltagare. Målet var att nå över 100 deltagare då det fanns potential för hög svarsfrekvens, men detta uppnåddes tyvärr inte. Detta kan ha berott på att enkäten ej marknadsfördes bra nog, eller att den angivna tiden var avskräckande. Den låga svarsfrekvensen innebär att studiens resultat inte kan generaliseras. Färre exklusionskriterier hade potentiellt kunnat generera högre svarsfrekvens. Trots detta ansåg Författarna att det var rätt val av insamlingsmetod, då målgruppen för studien befinner sig på sociala media.

Studien genomfördes med kvantitativ ansats med enkät. På grund av enkätens upplägg med många svarsmöjligheter och olika typer av värden, krävdes det mycket tid till att formatera om den insamlade datan, till användbara variabler. Enkäten kunde ha gjorts kortare för lättare hantering, men tack vare den stora omfattningen av enkäten så har det resulterat i en bredd som kan inspirera framtida studier.

För att underlätta för deltagarna användes talspråk i enkäten, men fackspråk användes i denna studie, där ordet *jobb* användes i enkäten men har i studien benämnts som *arbete*.

Frågan gällande födelseår kunde istället ha formulerats som fråga om ålder, då det hade tydliggjort den faktiska åldern på deltagarna.

Enkäten frågade efter bostadsort. Svaren på detta fick göras om till södra Sverige, mellersta Sverige, norra Sverige och Finland för att förenkla redovisningen i tabell, detta borde därför frågan formulerats utifrån i enkäten.

Det ställdes en fråga där deltagarna fick ange upp till fem motivationsfaktorer som de värderade högst. I efterhand konstaterades att detta skulle varit ett fast antal istället för valfritt, då resultatet i så fall hade blivit lättare att utvärdera samt hade insamlad data blivit mer täckande per deltagare.

Den öppna frågan *Vad är viktigast för dig med att ha ett arbete* resulterade i ett stort tolkningsutrymme av det angivna svaret. Svaren kategoriserades efter ValMO's värde-dimensioner och Maslow's behovstrappa, detta enligt författarnas egna tolkningar av svaren. Tolkningarna kan då skilja sig mot det deltagarna svarade med misstolkningar som följd. Detta kan ha lett till eventuella misstolkningar mot det deltagaren syftade till. Här såg författarna fördelarna med att istället ha valt en kvalitativ studie vilket hade minskat tolkningsutrymmet, ökat förståelsen för svaren och gett mer tillförlitliga svar.

Författarna anser att omformuleringen av aktivitetskategorierna *vila*, *egenvård*, *lek* och *arbete* till *sömn*, *fysiska aktiviteter*, *fritidsaktiviteter* och *produktiva aktiviteter (arbetssökande aktiviteterna)* var relevanta, mötte studiens behov och hade inte någon negativ påverkan på resultatet. Författarna anser att validiteten i denna studie bör uppmärksammas då resultatet kan ha en svag generaliserbarhet, och deltagarna i denna studie kan vara av naturen mer framåt eller nyfikna. Detta vill författarna lyfta fram som viktigt, därför bör i framtida liknande studier bekvämlighetsurval undvikas och istället använda sig av ett randomiserat urval (Kristensson, 2014).

## Resultatdiskussion

### *Aktivitetsmönster*

Deltagarna upplevde generellt att deras aktivitetsmönster med angivna tider för sömn, produktiva aktiviteter, fysiska aktiviteter och arbetssökande var tillräcklig mängd.

Resultatet visar också på stor spridning mellan angivna tider per deltagare för de olika aktiviteterna. Ur ett arbetsterapeutiskt perspektiv är det viktiga hur individens upplevelse av fördelningen av olika aktiviteter är. Är denna upplevelse av fördelning tillfredsställande kan definitionen betyda en god aktivitetsbalans i individens liv, men det behöver alltså inte nödvändigtvis innebära en balans, rent tidsmässigt (Backman, 2010; Eklund, 2010).

Eftersom dessa aktiviteter upplevs tillräckliga i tid innebär det att deltagarna också når upp till fyra av de fem olika behov som Eklund (2010) definierar för aktivitetsbalans, vilka möts i aktiviteterna, bland annat: Upplevd hälsa, möta utmaningar, skapa positiv personlig identitet och organisera tid och energi för att möta viktiga mål. Det femte behovet är bekräftande sociala relationer, vilket deltagarna ej har behövt svara på.

Enbart fritidsaktiviteter var markant bland skattningarna *för mycket tid*, vilket kan vara intressant. En personlig reflektion och tolkning hos författarna är att deltagarna eventuellt efterhand som arbetslösheten fortlöpte ökade sitt behov av att fylla ut sin tid med något individen tyckte om att göra, samtidigt som individen känner att tiden som läggs på denna utfyllnadsaktivitet hade kunnat läggas på något viktigare. Det blir alltså ett tomrum som fylls av aktiviteter som inte egentligen upplevs som meningsfulla, utan blir snarare enbart ett sätt att fördriva tiden på. Avsaknad av de rutiner som naturligt finns i samband med att ha ett arbete innebär också ett tomrum i aktivitetsmönstret, och det kan då finnas ett behov av att få meningsfulla aktiviteter tilldelade, vilket i sin tur kan skapa förberedande rutiner för att lättare kunna få eller behålla ett arbete, som Erlandsson & Persson (2014) föreslår. Att kunna återskapa eller skapa aktivitetsmönster hjälper också individen att skapa roller utifrån förändrade eller nya rutiner och vanor (Harvey & Pentland, 2010). Utifrån olika sociala och kulturella situationer blir roller viktiga för känslan av mening, identitet och struktur (Erlandsson och Christiansen, 2015) där identiteten också stärks av bekräftande miljöer och den livsstilen som ett arbete kan innebära (Arnsvik, 2013; Hammarström, 1996).

Aktivitetsengagemanget för egna intressen skattades högt i studien, vilket innebär större möjligheter för deltagarna att skapa identitet och meningsfullhet. Den större delen av deltagarna har alltså möjligheten till engagemang. Resultatet visar också att engagemanget minskat under tiden som arbetslös för 4 av 10 deltagare, vilket kan tyda på viss förlust eller



avsaknad av identitet och minskad meningsfullhet i vardagen. Detta överensstämmer med Hammarströms (1996) beskrivning gällande minskad meningsfullhet som arbetsökande. Unga isolerar sig hemma, och det förefaller viktigt att fylla tiden på ett meningsfullt sätt, då de negativa effekterna av långtidsarbetslöshet kan motverkas, menar Hammarström (1996). Då engagemanget till egna intressen minskas så kan det enligt Maslow's självförverkligande behov betyda att det som utgår från individens känsla och det som tillfredsställs genom nyfikenhet och skaparlust minskar och innebär att det som kan tolkas som ett aktivitetsbehov inte blir tillfredsställt (Hein, 2012).

### ***Välbefinnande***

Ett syfte med studien var att ta reda på deltagarnas uppskattade välbefinnande, där majoriteten av deltagarna uppgav en skattning från *varken bra eller dåligt* till *bra*. Utifrån Polatajko et al (2013) beskrivning krävs det olika dynamiska faktorer för att uppnå välbefinnande, det kan alltså finnas många faktorer som avgjorde deltagarnas svar på frågan, något som ej framkom i datainsamlingen.

### ***Värdet med att ha ett arbete***

Enligt ValMO's värdedimensioner var det konkreta värdet högre skattat, vilket även här överensstämmer med ekonomin, som ett konkret värde. Ett exempel på svar som täckte in alla ValMO's tre värdedimensioner är "*Kunna flytta hemifrån*", då författarna tolkar detta svar som *konkret värde* då för att kunna flytta hemifrån behövs en inkomst, *socio-symboliskt värde* för att det "förväntas" av en vuxen individ att inte bo hos sina föräldrar, och *självbelönande värde* eftersom det är en form av belöning och personlig tillväxt att ha en egen bostad. Då värderingen av att ha ett arbete var en öppen fråga är detta resultat tolkningar från författarna, vilket innebär att deltagarnas faktiska värderingar inte nödvändigtvis behöver stämmer överens med de omtolkningar till Maslow's behov och ValMO's värdedimensioner som författarna gjort. Det framkom tydligt att ekonomin var något som många av deltagarna hade med i sitt svar, gällande vad de upplevde som viktigast i att ha ett arbete. Några exempel på svaren är: "*Att man får en inkomst så man kan stå upp på egna fötter.*", "*En stadig månadsinkomst, för att kunna försörja sig.*", "*Att få en inkomst så man klarar sig i livet.*" och "*Kunna försörja sig själv*". Utifrån detta resultat placerar författarna dessa svar i Maslow's *trygghetsbehov*. Efter att ha delat upp resultatet utifrån kvinnor och män, visar det sig att kvinnorna haft fler värderingar som stämmer in under Maslow's steg för *uppskattningsbehov*

än *trygghetsbehov*, genom svar som innefattar framförallt innefattar trivsel, exempelvis “Att trivas på arbetsplatsen” och “Att ha kul och trivas”. Detta stämmer överens med vad Hammarström (1996) menar, gällande hur kvinnor lägger större värde i relationer och trivsel, vilket Författarna tror relateras till behoven för att kunna uppnå välbefinnande.

### *Motivationsfaktorer, skattning och upplevelse*

Den motivationsfaktor som resultatet visade att flest valde som motivation till att söka arbete var *ekonomi*. Författarna anser att ekonomin är en del i flera nivåer av Maslow's trappa såsom grundläggande skydd och trygghet, men också att klara sig själv för självkänsla, identitets- skapande och för att leva upp till en accepterad nivå i vårt konsumtionssamhälle, inte minst viktigt i kulturella sammanhang där vi förväntas klara oss själva i vuxen ålder. Hammarström (1996) menar att ekonomin också kan skapa en psykologisk stress då utgifter i vardagen ska betalas, man ska ha råd med egna intressen, samt att handlingsutrymmet blir begränsat jämfört med andra i sin vänskapskrets. Det är enkelt att anta att gemene man har ett arbete enbart för det är en nödvändighet till inkomst, och har ekonomin som sitt primära motiv, men det finns troligen många fler underliggande behov som kan styra individens motivation.

Motivationsfaktorn *trygghet* är den faktorn som kan vara bidragande till att tillfredsställa de behov som det Hein (2012) menar är stabilitet och skydd, och vidare nämns också existens av lag, ordning och struktur. Struktur kan sorteras in under beskrivningen av rutiner enligt Matuska & Barrett (2014), vilket är en av de viktiga biprodukterna av att ha ett arbete, och därmed uppleva ökat välmående. Motivationsfaktorn *meningsfullhet* är en upplevelse som inte kommer per automatik, då det har sitt ursprung i aktiviteter som individen själv värderar högt (Erlandsson & Persson, 2014). Kanske är ekonomin en motivationsfaktor som kan skapa en upplevelse tillräckligt meningsfull som motivation till för att söka ett arbete. Dock är meningsfullheten i en aktivitet inte samma för en individ som för en annan individ. Att deltagarna valde *trygghet* och *meningsfullhet* som viktiga motivationsfaktorer kan betyda att de upplever otillfredsställda behov i sin vardag. Frågan är om dessa faktorer valdes ut för sin helhet, eller om det är någon av de faktorer som hör till *trygghet* och *motivation* som var deltagarnas tanke bakom deras svar, eller om det fanns undermedvetna tankar bakom deras val. Uppföljningsintervjuer hade behövts för att svara på denna fråga.

Majoriteten av deltagarna upplevde att de behärskade momenten som ingick i att söka arbete bra, men upplevde ändå processen som svår.

Trots den höga graden av motivation hos deltagarna för att söka arbete så var *tiden som spenderades på att söka arbete* generellt låg. En personlig teori hos Författarna är att unga vuxna idag, "internetgenerationen", är vana vid att många saker i livet är väldigt lätta, och de har förutsättningar som tidigare generationer inte haft. De unga vuxna idag förväntar sig kanske att det är lätt att få ett arbete, därav deras höga motivation att söka arbete, men det var en stor spridning på antal timmar som spenderades på att söka arbete. En annan teori är att de unga vuxna idag har orealistiska ambitioner på hur deras yrkesliv bör se ut. De är alltså väldigt motiverade att få sitt drömarbete, men har svårt att inse att denna dröm inte nödvändigtvis kommer bli sann, åtminstone inte utan att gå den långa vägen, där studier är mer ett krav än ett alternativ idag, eller exempelvis arbeta sig uppåt. Deltagarna ansåg även att långtidsarbetslöshet innebar 4–12 månader utan arbete. Vid djupdykningar i insamlade data skulle man eventuellt kunna se hur de som varit arbetslösa en längre tid respektive en kortare tid definierar långtidsarbetslös. Kan det vara så att de som varit arbetsökande under en lång tid anger en kortare tid som sin definition, och tvärtom?

### **Stöd**

Upplevelsen och betydelsen av det sociala stödet hos de unga arbetslösa upplevdes viktigare och bättre än det professionella stödet. En tanke väcks hos författarna kring den arbetsökande individen, om samhällets syn på att vara arbetslös är mer eller mindre accepterat, och om detta kan skapa en ovilja, eller i alla fall en svagare viljekraft till förändring hos individen, och därmed kan deltagarna uppfatta processen som svår trots att de flesta behärskar alla moment. Det skulle även kunna grundas i det generella stigma som finns gällande Arbetsförmedlingen, där många upplever att Arbetsförmedlingen är för passiv och att förmedlarna har en allt för inaktiv roll (Hammarström, 1996). En fråga är om arbetsmarknadssystemet är uppbyggt så att den arbetslösa individen får kunskap och verktyg att se möjligheter och tro på sin egen kapacitet att förändra det som individen kan uppfatta, som Caska (1998) uttrycker; utmaning och hot. Det kan vara så att, för att lyckas att söka arbete så krävs det ett förändringsarbete hos individen, och i den förändringsprocessen måste individen enligt Rubenowitz (2004) tro att ansträngningen kommer att få effekt och tillfredsställa olika behov, och med det ökar motivationen till att mer aktivt medverka. Likaså kan viljekraften spela roll, eftersom en stark drivkraft till motivation är människans tro på sin egen kapacitet att påverka händelseförlopp (Kielhofner & Forsyth, 2012; Rubenowitz, 2004).

## Slutsats

Denna studie har utifrån ett arbetsterapeutiskt perspektiv kartlagt dagliga aktivitetsmönster, uppskattat välbefinnande samt hur olika motivationsfaktorer skattades och upplevdes för målgruppen arbetssökande unga vuxna i åldern 18–25 år. Det har även kartlagts vilket stöd de hade, och vilket värde ett arbete hade för målgruppen.

Det tydligaste resultatet som framkom genom denna undersökning var att ekonomi är den främsta motivationsfaktorn för att söka ett arbete, samt att det enligt deltagarna också är den högst värderade faktorn i att ha ett arbete. Det framkom även att deltagarna i överlag skattade sitt välbefinnande som neutralt till bra, att engagemanget i egna intressen var högt och att det sociala stödet skattades som bättre och mer betydelsefullt än det professionella stödet.

Resultatet från denna studie har en bredd, vilket författarna ser möjligheter till att använda som utgångspunkt för framtida forskning. Förslag på framtida studier kan vara att forska kring betydelsen av aktivitetsengagemang och behov inom målgruppen, där individens egna upplevelser, förutsättningar och erfarenheter kan vara avgörande i motivationen till att söka arbete.

Denna studie visade också att den tid som deltagarna spenderade på de olika aktiviteterna överlag upplevdes vara tillräcklig mängd. Detta väckte i sin tur följande frågor hos Författarna: Vad är egentligen tillräcklig mängd? Vad styr denna upplevelse? En sådan kunskap kliniskt implementerad ser författarna skulle kunna göra skillnad för målgruppen, genom att tydliggöra individens upplevda aktivitetsmönster kunna påverka motivationen i arbetssökarprocessen.

## Referenslista

- Arbetsförmedlingen. (2018). Jobbgaranti för ungdomar. Hämtad från <https://www.arbetsformedlingen.se/download/18.4b7cba481279b57bec180001142/1516099699400/Jobbgaranti-ungdomar-as.pdf>
- Arnsvik, A. (2013). *Unga vuxna- Aktuella inom socialtjänstens Försörjningsstödsenheter*. (Arbetsrapport april 2013). Hämtad från: <http://www.fouvalfard.se/file/unga-vuxna-socialtjanstens-forsorjningsstodsenheter-2013.pdf>.
- Axelsson, L., & Ejlertsson, G. (2002). Self-reported health, self-esteem and social support among young unemployed people: a population-based study. *International Journal of Social Welfare*, 11(2), 111–119.
- Backman, C. L. (2010). Occupational Balance and Well-being. In C. H. Christiansen & E. A. Townsend (Red.), *Introduction to Occupation. The art and science of living* (2a uppl., s.231-249). Upper Saddle River, NJ: Pearson.
- Caska, B. A. (1998). The search for employment: Motivation to engage in a coping behavior. *Journal of Applied Social Psychology*, 28(3), 206–224.
- Christiansen, C. H. & Townsend, E. A. (2010). An Introduction to Occupation. In C. H. Christiansen & E. A. Townsend (Red.), *Introduction to Occupation. The art and science of living* (2a uppl., s.101-134). Upper Saddle River, NJ: Pearson.
- Eklund, M. (2010). Aktivitet, hälsa och välbefinnande. I *Aktivitet och relation- Mål och medel inom psykosocial rehabilitering*. (s. 19–40). Lund: Studentlitteratur.
- Erlandsson, L.-K., & Christiansen, C. H. (2015). The complexity and patterns of human occupations. In *Occupational therapy: performance, participation and well-being*. (4e uppl.) (s. 111–125). Thorofare: SLACK Incorporated.

- Erlandsson, L.-K., & Persson, D. (2014). *ValMO-modellen Ett redskap för aktivitetsbaserad arbetsterapi*. Lund: Studentlitteratur.
- Franklin, A. (2010). Kommunal coachning med fokus på unga. Hämtad från <https://www.arbetsterapeuterna.se/Tidskriften/2010-2013/2010---nummer/TA-nr-6/Kommunal-coachning-med-fokus-pa-unga/>
- Google. (u.d.). *Google Forms - create and analyze surveys, for free*. Hämtad från Google: <https://www.google.com/forms/about/>
- Granbom, A.-K. (1998). *Att motivera till hälsa: en teoretisk och praktisk framställning om motivationens roll för förändring*. Lund: Studentlitteratur.
- Hammarström, A. (1996). *Arbetslöshet och ohälsa: Om ungdomars livsvillkor*. Lund: Studentlitteratur
- Hansagi, H., & Allebeck, P. (1994). *Enkät och intervju inom hälso-och sjukvård: handbok för forskning och utvecklingsarbete*. Lund: Studentlitteratur.
- Harvey, A. S., & Pentland, W. (2010). What do people do? In C. H. Christiansen & E. A. Townsend (Red.), *Introduction to Occupation. The art and science of living* (2a uppl., s.101–134). Upper Saddle River, NJ: Pearson.
- Hein, H.H. (2012). *Motivation: motivationsteorier & praktisk tillämpning*. Stockholm: Liber.
- Hultman, B., & Hemlin, S. (2008). Self-rated quality of life among the young unemployed and the young in work in northern Sweden. *Work*, 30(4), 461–472.
- IBM SPSS Statistics for Windows. (2013). (Version Version 22.0). Armonk, NY: IBM Corp.: IBM Corp.
- Kielhofner, G., & Forsyth, K. (2012). Aktivitetsengagemang: Hur klienter uppnår förändring. In F. C. F. K. S. H. (Trans.), *Model of human occupation: teori och tillämpning* (s. 167–178). Lund: Studentlitteratur.

- Kristensson, J. (2012). *Handbok i uppsatsskrivande och forskningsmetodik: för studenter inom hälso- och sjukvård*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Larsson, K. (2010). Aktivitetsbalans - för snabbare återgång i arbete. Hämtad från <https://www.arbetsterapeuterna.se/Tidskriften/2010-2013/2010---nummer/TA-nr-4/Aktivitetsbalans---for-snabbare-atergang-i-arbete/>
- Lediga Jobb i Skåne. (2012, May 17). Hämtad från <https://www.facebook.com/groups/205080982945484/>
- Leufstadius, C. & Argentzell, E. (2010). Meningsfull aktivitet och psykiskt funktionshinder. In *Aktivitet och relation- Mål och medel inom psykosocial rehabilitering*. (s. 175–200). Lund: Studentlitteratur.
- LO. (2011). LO Arbetsmarknad. Unga vuxnas arbetsvillkor och syn på arbetslivet. Hämtad från [https://www.lo.se/home/lo/res.nsf/vres/lo\\_fakta\\_1366027492914\\_unga\\_vuxnas\\_arbetsvillkor\\_pdf/\\$file/Unga%20vuxnas%20arbetsvillkor.pdf](https://www.lo.se/home/lo/res.nsf/vres/lo_fakta_1366027492914_unga_vuxnas_arbetsvillkor_pdf/$file/Unga%20vuxnas%20arbetsvillkor.pdf)
- Matuska, K., & Barrett, K. (2014). Patterns of Occupation. In *Willard & Spackman's Occupational Therapy*. (s. 163–172). Philadelphia: Wolters Kluwer Health/Lippincott Williams & Wilkins.
- McKee-Ryan, F., Song, Z., Wanberg, C. R., & Kinicki, A. J. (2005). Psychological and physical well-being during unemployment: a meta-analytic study. *The Journal of Applied Psychology*, 90(1), 53–76.
- Polatajko, H. J. (2010). The Study of Occupation. In C. H. Christiansen & E. A. Townsend (Red.), *Introduction to Occupation. The art and science of living* (2a uppl., s.57-80). Upper Saddle River, NJ: Pearson.
- Polatajko, H. J. (Red), Molke, D., Baptiste, S., Doble, S., Santha, J. C., Kirsh, B., Beagan, B. & Stadnyk, R. (2013). Occupational science: Imperatives for occupational therapy. I E. A. Townsend & H. J. Polatajko (Red.), *Enabling occupation II: Advancing an*

*occupational therapy vision for health, well-being & justice through occupation.* (2a uppl., s.63-86). Ottawa: CAOT Publications ACE.

Rubenowitz, S. (2004). *Organisationspsykologi och ledarskap*. Lund: Studentlitteratur

SCB. (2018, January 25). Unga som varken arbetar eller studerar 2017 (NEET), år. Hämtad från <http://www.scb.se/hitta-statistik/statistik-efter-amne/arbetsmarknad/arbetskraftsundersokningar/arbetskraftsundersokningarna-aku/pong/tabell-och-diagram/icke-sasongrensade-data/unga-som-varken-arbetar-eller-studerar-neet-ar/>

SCB. (2004). Frågebank över bakgrundsfrågor i postenkätundersökningar. Hämtad från [https://www.scb.se/statistik/BE/OV9999/2004A01/OV9999\\_2004A01\\_BR\\_BE96ST0402.pdf](https://www.scb.se/statistik/BE/OV9999/2004A01/OV9999_2004A01_BR_BE96ST0402.pdf)

Slebarska, K., Moser, K., & Gunnesch-Luca, G. (2009). Unemployment, social support, individual resources, and job search behavior. *Journal Of Employment Counseling*, 46(4), 159-170.

Strandh, M., Hammarström, A., Nilsson, K., Nordenmark, M., & Russel, H. (2013).

Unemployment, gender and mental health: the role of the gender regime. *Sociology of Health & Illness*, 35(5), 649–665.

Vetenskapsrådet. (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet.

Wagner, H., & Price, T. (2003). *Människans drivkrafter: motivationens psykobiologi*. Lund: Studentlitteratur.



## Bilaga 1 (1)

# Arbetsföra unga vuxna (18-25 år) i arbetslöshet - En studie kring motivationsfaktorer och dagliga aktivitetsmönster.

Syftet med studien är att kartlägga hur dagliga aktivitetsmönster och olika motivationsfaktorer ser ut för målgruppen arbetssökande unga vuxna i åldern 18-25 år.

**\*Obligatorisk**

**1. Härmed ger jag mitt samtycke för mitt deltagande i studien och att mina svar kommer att användas i ett examensarbete av arbetsterapeuter från Lunds Universitet. \***

Det är frivilligt att vara med i studien och medverkan kan avbrytas när som helst. Alla uppgifter behandlas konfidentiellt; era svar och resultat kommer att behandlas så att inga obehöriga kan ta del av dem. Innan den undersökningen kommer vi att be er om ett samtycke, som måste godkännas för att gå vidare i studien. Vid samtycke från er kommer svar att sparas i en databas för att senare analyseras och sammanställas. Databasen är inte åtkomlig för andra personer. Alla svar är aidentifierade. Kriterier för att delta: Aktivt arbetssökande, ej studerande, ej sjukskriven samt svensktalande.

*Markera endast en oval.*

- Ja, jag samtycker.      *Fortsätt till frågan 2.*
- Nej, jag samtycker inte.      *Fortsätt till Tack för visat intresse..*

## Tack för visat intresse.

Du har möjlighet att trycka på "Bakåt" om du ändrar dig och vill ge samtycke för att delta.

*Sluta fylla i det här formuläret.*

## Mejladress (Frivilligt)

**2. Om du vill ta del av det färdiga resultatet, vänligen ange din mejladress**

---

## Demografi

**3. Är du man eller kvinna? \***

*Markera endast en oval.*

- Man
- Kvinna
- Vill inte svara

**4. Födelseår \****Markera endast en oval.*

- Senare än 2002
- 2002
- 2001
- 2000
- 1999
- 1998
- 1997
- 1996
- 1995
- 1994
- 1993
- 1992
- 1991
- 1990
- Tidigare än 1990

**5. Bostadsort \***

---

**6. Hur bra behärskar du det svenska språket? \***

Skala 1-10, där 1 är mycket dåligt och 10 är mycket bra.

*Markera endast en oval.*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Mycket dåligt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Mycket bra

**7. Civilstånd \****Markera endast en oval.*

- Ensamboende
- Gift/sambo
- Bor med föräldrar
- Övrigt: \_\_\_\_\_

**8. Har du barn? \****Markera endast en oval.*

- Ja
- Nej

**9. Hur skulle du beskriva ditt nuvarande välmående? \***

Markera endast en oval.

- Bra
- Ganska bra
- Varken bra eller dåligt
- Ganska dåligt
- Dåligt

**Jobbinfo****10. Vilken är din högsta genomförda utbildning? \***

Markera endast en oval.

- Grundskola, folkskola, realskola eller liknande
- Gymnasieutbildning
- Universitets- eller högskoleutbildning
- Övrigt: \_\_\_\_\_

**11. Anställningar efter avslutad utbildning? \***

Markera alla som stämmer

Markera alla som gäller.

- Ingen tidigare anställning
- Fast-/Tillsvidareanställning
- Ferie- och säsongarbete
- Frilans, Uthyrd, Projektanställning, Visstidsanställning eller Vikariat
- Lärling
- Provanställning
- Provisionsjobb
- Praktik (obetalt)
- Övrigt: \_\_\_\_\_

**12. Hur länge har du varit arbetssökande? \***

Markera endast en oval.

- 0-3 månader
- 4-6 månader
- 7-12 månader
- 13-24 månader
- Mer än 24 månader

**13. Vad anser du vara definitionen på långtidsarbetslös? \****Markera endast en oval.*

- 0-3 månader  
 4-6 månader  
 7-12 månader  
 13-24 månader  
 Längre än 24 månader

**14. Vad är viktigast för dig med att ha ett arbete? \***

---

---

---

---

---

**15. Hur upplever du processen att söka arbete? \***

Skala 1-10, där 1 är enkel och 10 är svår

*Markera endast en oval.*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Enkel	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Svår

## Aktivitet

## Sömn

---

**16. Hur många timmar i snitt sover du totalt under ett dygn? \****Markera endast en oval.*

- 1-3h  
 4-6h  
 7-9h  
 10-12h  
 Mer än 12h

**17. Anser du att dina angivna sömntimmar är... \****Markera endast en oval.*

- Tillräcklig mängd sömn  
 För lite sömn  
 För mycket sömn

## Fysisk aktivitet

---

Ex. träning, promenad etc

**18. Hur många dagar i veckan är du fysiskt aktiv? \****Markera endast en oval.*

- 1 dag
- 2-3 dagar
- 4-5 dagar
- Jag är inte fysiskt aktiv.

**19. Total tid som går åt till fysiska aktiviteter. \***

Inkludera tid för exempelvis förberedelser, transport, duscha, etc.

*Markera endast en oval.*

- Mindre än 1h
- 1-2h
- 3-4h
- Mer än 4h
- Jag är inte fysiskt aktiv.

**20. Anser du att dina angivna timmar för fysiska aktiviteter är... \****Markera endast en oval.*

- Tillräcklig mängd
- För lite
- För mycket

## Produktivitet

---

Ex. hushållssysslor, inköp, etc.

**21. Ungefär hur mycket tid per dygn utför du produktiva aktiviteter? \***

Räkna ej med tid du söker arbete.

*Markera endast en oval.*

- Mindre än 1h
- 1-2h
- 3-4h
- Mer än 4h
- Jag utför inga produktiva aktiviteter.

**22. Anser du att dina angivna timmar för produktiva aktiviteter är... \****Markera endast en oval.*

- Tillräcklig mängd
- För lite
- För mycket

## Fritidsaktiviteter

---

**23. Ungefär hur mycket tid per dygn utför du fritidsaktiviteter? \***

Exempelvis hobby, ser på film, spelar datorspel, etc.

Markera endast en oval.

- Mindre än 1h
- 1-2h
- 3-4h
- Mer än 4h
- Jag utför inga fritidsaktiviteter.

**24. Anser du att dina angivna timmar för fritidsaktiviteter är... \***

Markera endast en oval.

- Tillräcklig mängd
- För lite
- För mycket

## Söka jobb

---

**25. Hur många dagar i veckan söker du jobb? \***

Räkna med allt som ingår i att söka jobb, exempelvis skriva CV, ringa samtal, boka möten, etc.

Markera endast en oval.

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- Jag söker aldrig jobb.

**26. Hur lång tid per tillfälle? \***

Markera endast en oval.

- Mindre än 1h
- 1-2h
- 3-4h
- Mer än 4h
- Jag söker aldrig jobb.

**27. Anser du att dina angivna timmar för jobsök är... \***

Markera endast en oval.

- Tillräcklig mängd
- För lite
- För mycket

**28. Hur upplever du dina möjligheter att engagera dig i egna intressen? \***

Skala 1-10, där 1 är mycket dåliga och 10 är mycket bra

Markera endast en oval.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Mycket dåliga	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Mycket bra

**29. Har engagemanget till dina intressen förändrats under tiden som arbetssökande? \***

Markera endast en oval.

- Ja, minskat
- Ja, ökat
- Nej

**Motivation****30. Hur motiverad är du att söka jobb? \***

Skala 1-10, där 1 är mycket omotiverad och 10 är mycket motiverad.

Markera endast en oval.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Mycket omotiverad	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Mycket motiverad

**31. Vilka av dessa faktorer motiverar dig att söka ett jobb? \***

Välj de alternativ som passar dig bäst, högst fem alternativ.

Markera alla som gäller.

- Självbestämmande
- Lära mig något nytt
- Tillhörighet
- Bemästrande
- Nyfikenhet
- Meningsfullhet
- Kärlek
- Beröm
- Tävlingsinstinkt
- Rädsla för att misslyckas
- Ekonomi
- Status
- Trygghet
- Säkerhet
- Ansvar
- Krav
- Övrigt: \_\_\_\_\_



**32. Vilket av dina svar från föregående fråga värderar du högst? \****Markera endast en oval.*

- Självbestämmande  
 Lära mig något nytt  
 Tillhörighet  
 Bemästrande  
 Nyfikenhet  
 Meningsfullhet  
 Kärlek  
 Beröm  
 Tävlingsinstinkt  
 Rädsla för att misslyckas  
 Ekonomi  
 Status  
 Trygghet  
 Säkerhet  
 Ansvar  
 Krav  
 Övrigt: \_\_\_\_\_

**33. Vad är din upplevelse av de professionella stöd du får i att söka jobb? \***

Skala 1-10, där 1 är mycket dåligt och 10 är mycket bra.

*Markera endast en oval.*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Mycket dåligt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Mycket bra

**34. Hur mycket betyder det professionella stödet för dig? \***

Skala 1-10, där 1 är lite och 10 är mycket.

*Markera endast en oval.*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Lite	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Mycket

**35. Vad är din upplevelse av stödet du får från personer du känner utanför hemmet? \***

Skala 1-10, där 1 är mycket dåligt och 10 är mycket bra.

*Markera endast en oval.*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Mycket dåligt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Mycket bra

2018-05-02

Arbetsföra unga vuxna (18-25 år) i arbetslöshet - En studie kring motivationsfaktorer och dagliga aktivitetsmönster.

**36. Hur mycket betyder stödet från personer du känner utanför hemmet för dig? \***

Skala 1-10, där 1 är lite och 10 är mycket.

Markera endast en oval.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Lite	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Mycket

**37. Till vilken grad anser du dig behärska de olika momenten i att söka jobb? \***

Skala 1-10, där 1 är mycket dålig och 10 är mycket bra.

Markera endast en oval.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Mycket dålig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Mycket bra

Fortsätt till Tack för din medverkan.

**Tack för din medverkan**

sasfa

Tillhandahålls av



Google Forms